

La Felicidad y El Arte de Ser

Introducción a
la filosofía y la práctica de
las enseñanzas espirituales de
Bhagavan Sri Ramana

Michael James

DEDICATORIA

A

Bhagavan Sri Ramana,
quien me enseñó todo lo que sé,
y dio toda la inspiración que creó este libro,

y a sus discípulos más cercanos,
tal como

Sri Sivaprakasam Pillai,
el primero que recabó y registró sus enseñanzas básicas,
las cuales conformó más tarde en su precioso tratado
Nan Yar? (¿Quién soy yo?),

Sri Muruganar,
quien no sólo recabó sus poemas y versos filosóficos
más sutiles, sino que también registró sus
enseñanzas orales muy comprensiva, profunda
y poéticamente en *Guru Vachaka Kovai*,

y

Sri Sadhu Om,
quien me ayudó a comprender sus enseñanzas
más clara y profundamente.

Agradecimientos

Quiero expresar mi gratitud a Sri V.S. Ramanan, Presidente de Sri Ramanasramam, por darme bondadosamente permiso para incluir en este libro mis propias traducciones de versos y otros pasajes de los escritos de Sri Ramana y Sri Muruganar, cuyos originales están en propiedad de Sri Ramanasramam.

Me gustaría expresar mi gratitud particularmente a todos aquellos amigos que han leído el manuscrito de este libro, han hecho comentarios útiles y alentadores, y han señalado muchos errores tipográficos que había pasado por alto, especialmente M.V. Sathapathy, M.K. Srinivasan, N. Sankaran, M. Sahadevan, Ginny Porter, Chris Quilkey, Robin Koch, John Manetta y Ellen Mack, y a todos aquellos amigos que han contribuido generosamente en el coste de publicar tanto la edición internacional como la india de este libro, incluyendo a H.K. Seshadri, Vasuki Seshadri, Steve Harnish, M. Sahadevan, M.S. Venketraman, Chris Quilkey, Wasyl Nimenko, Jayashree Poddar, Rajashekar Reddy, N.T. Bhoj, Preeti Kini, Hrishikesh Menon, Josef Bruckner, Eugene Shearn, Sam Ruthnum, Reinhard Jung, Ginny Porter, Thomas and Allyn Fisher, Linda Sherman, Srinivas Rajagopalan, Jim Peters, Archith Goverdhan, Umesh Prabhu, Tom Davidson-Marx, David Pomatti, Mark McEntagart y a varios otros que prefieren mantener en el anonimato sus generosas contribuciones.

También quiero expresar mi gratitud a todos los que han contribuido de alguna manera en la producción de este libro, particularmente a aquellos amigos cuyas preguntas me impulsaron a escribir e incorporar en él, explicaciones adicionales sobre ciertos temas que no había discutido adecuadamente en las dos primeras ediciones del libro digital que había puesto en mi página web www.happinessofbeing.com, anterior a su publicación impresa.

Contenido

Capítulo	Título	Página
	Acerca de Michael James	5
	Introducción.....	10
1	¿Qué es Felicidad?.....	58
2	¿Quién soy yo?	81
3	La Naturaleza de Nuestra Mente	138
4	La Naturaleza de la Realidad.....	193
5	¿Qué es Conocimiento Verdadero?	234
6	Conocimiento Verdadero y Conocimiento Falso	288
7	La Ilusión de Tiempo y Espacio	315
8	La Ciencia de la Consciencia.....	333
9	Auto-Investigación y Auto-Entrega	347
10	La Práctica del Arte de Ser	389
	Bibliografía.....	485

Acerca de Michael James

Vine a saber acerca de la enseñanza espiritual de Bhagavan Sri Ramana en 1976, mientras viajaba por la India en busca de algo que diera un significado y propósito a mi vida. Lo poco que escuché por primera vez sobre su vida y enseñanzas despertó mi interés, así que decidí visitar Tiruvannamalai (la ciudad en el sur de la India donde Sri Ramana vivió durante cincuenta y cuatro años) con el fin de aprender más, y terminé viviendo allí durante los veinte años siguientes.

El primer libro de Sri Ramana que leí fue una traducción inglesa de su breve tratado *Nan Yar?* (¿Quién soy yo?), el cual me atrajo de inmediato por la simple, clara y sin embargo, muy profunda verdad expresada en él. Aunque mi comprensión inicial fue probablemente bastante limitada y superficial, fue suficiente para convencerme de que lo que Sri Ramana decía en este pequeño libro era la verdad última.

Por lo tanto, comencé a leer todos los libros disponibles sobre las enseñanzas de Sri Ramana. En particular quise comprender claramente la manera de practicar *atma-vichara* o «auto-indagación», que Sri Ramana enseñaba como el medio directo para obtener el auto-conocimiento verdadero.

Lamentablemente, sin embargo, la mayoría de las gentes que habían registrado o traducido las enseñanzas de Sri Ramana en inglés, o que habían escrito libros en inglés sobre sus enseñanzas, parecían no tener una comprensión muy clara, ya sea de la filosofía o de la práctica que él enseñó. De hecho, algunos de los más populares libros en inglés que estaban disponibles entonces, daban explicaciones confusas y erradas sobre la práctica de la «auto-indagación», de modo que incluso después de la lectura de varios de esos libros, todavía no estaba seguro sobre el «método» o «técnica» exactos de practicar la «auto-indagación».

Afortunadamente, después de estar un par de semanas en Tiruvannamalai, me prestaron el libro *The Path of Sri Ramana* de Sri Sadhu Om. En este libro, Sri Sadhu Om explicaba claramente que la «auto-indagación» es simplemente la práctica de la auto-atención, es decir, la práctica de retirar nuestra atención o poder de conocer, de todos los pensamientos y objetos, y volverla hacia la consciencia fundamental de nuestro propio ser, que experimentamos siempre como «yo soy». Tan clara y convincente era esta explicación de Sri Sadhu Om que no quedó en mí ninguna duda de que ése era el significado real del término *atma-vichara* o «auto-indagación» usado por Sri Ramana.

Poco después de leer su libro, me encontré con Sri Sadhu Om, y me pareció que estaba en condiciones de responder de una manera extremadamente clara, simple y convincente a todas las preguntas que le hice sobre la filosofía y la práctica de las enseñanzas de Sri Ramana. Durante los siguientes ocho años y medio, hasta su fallecimiento en

marzo de 1985, tuve la fortuna de poder pasar la mayor parte de mi vida de vigilia en la compañía de Sri Sadhu Om, y de embeber de él una comprensión clara de la filosofía, la ciencia y el arte del auto-conocimiento verdadero como es enseñado por Sri Ramana.

Durante esos años que pasé en compañía de Sri Sadhu Om, bajo su clara guía pude estudiar con minucioso detalle y gran profundidad, todos los escritos tamiles originales de Sri Ramana, y otras importantes obras tales como *Guru Vachaka Kovai*, que es la colección más completa y fiable de los dichos de Sri Ramana, registrados en versos tamiles por su discípulo principal, Sri Muruganar. Así tuve la oportunidad única de obtener un profundo conocimiento de la enseñanza de Sri Ramana, aprendiendo directamente de los textos fuente, en su lengua tamil original, con la ayuda y guía personal de uno de sus discípulos más cercanos (por lo cual entiendo, no meramente a aquellos que fueron bendecidos con vivir cerca de él físicamente, sino a aquellos que siguieron sus enseñanzas estrecha y fielmente).

Como Sri Muruganar, Sri Sadhu Om era un inspirado poeta tamil que dedicó su talento y su vida entera a Sri Ramana. Sin embargo, mientras Sri Muruganar vivió con Sri Ramana cerca de veintisiete años, y desempeñó un papel íntimo e importante en su vida, obteniendo de él muchas de sus obras más importantes, tales como *Upadesa Undiyar*, *Ulladu Narpadu* y *Anma-Viddai*, Sri Sadhu Om vivió con Sri Ramana menos de cinco años, y por tanto no desempeñó ningún papel significativo en su vida exterior.

No obstante, aunque no tuvo la misma oportunidad que Sri Muruganar de gozar exteriormente de una estrecha e íntima relación con Sri Ramana, interiormente Sri Sadhu Om se entregó enteramente a él, volviendo su mente hacia sí mismo para sumergirse en la clara luz de la auto-consciencia pura, que es la forma verdadera de Sri Ramana. Así, su vida es un buen ejemplo para aquellos de nosotros que nunca tuvimos la oportunidad de asociarnos con la forma física de Sri Ramana. Como Sri Ramana mismo enseñó, el verdadero *sat-sanga* o asociación con el *gurú* no es meramente la asociación con su forma física, sino su asociación (*sanga*) con su forma verdadera, que es nuestro verdadero sí mismo real o ser esencial (*sat*), la realidad infinita, indivisible, no-dual y absoluta.

La claridad de comprensión única de Sri Sadhu Om, que brillaba a través de todas sus palabras habladas y escritas, brotaba tanto de su devoción sincera e incondicional a Sri Ramana y sus enseñanzas, como de su propia experiencia espiritual profunda, que resultaba de tal devoción. Puesto que había borrado enteramente su propio ego o sentido de individualidad, él era como una lente clara a cuyo través las enseñanzas de Sri Ramana brillaban sin obstrucción como la claridad perfecta del conocimiento verdadero.

A partir de 1950, después del fallecimiento de la forma física de Sri Ramana, una estrecha e íntima amistad natural, comenzó a desarrollarse entre Sri Muruganar y Sri Sadhu Om. Hasta el final de su vida corporal, el manantial de inspiración poética de Sri Muruganar continuó fluyendo ininterrumpidamente, produciendo muchos miles de versos que alababan la gracia divina de Sri Ramana, expresando sus enseñanzas en una

variedad infinita de maneras, y reseñando la indescriptible experiencia del verdadero auto-conocimiento no-dual que Sri Muruganar había alcanzado por su gracia. Sabiendo el gran valor de este vasto torrente poético de la experiencia trascendente de Sri Muruganar, Sri Sadhu Om pasó muchos años trabajando estrechamente con él, ayudándole a conservar todos sus versos y a organizarlos bajo temas adecuados en un orden apropiado para la publicación futura.

Durante los últimos años de su vida corporal, Sri Muruganar pidió a Sri Sadhu Om que editara y supervisara la publicación de las ediciones finales de dos de sus obras principales, *Sri Ramana Sannidhi Murai* y *Guru Vachaka Kovai*, lo cual Sri Sadhu Om hizo entonces en estrecha consulta con él. Finalmente, en 1973, poco antes de fallecer, Sri Muruganar confió todos sus manuscritos, que incluían miles de versos sin publicar, al cuidado de Sri Sadhu Om, y durante los siguientes doce años, Sri Sadhu Om pasó gran parte de su tiempo ultimando el arreglo de todos aquellos versos sin publicar y supervisando su publicación en una enorme serie de nueve volúmenes titulada *Sri Ramana Jnana Bodham*.

Habiendo trabajado tan estrechamente con Sri Muruganar y con su vasta producción de poesía, Sri Sadhu Om tenía una comprensión muy íntima de todos sus versos, de modo que cuando le asistí en la traducción de *Guru Vachaka Kovai* al inglés, pudo explicarme el trasfondo de muchos de los versos, y señalar todas las implicaciones sutiles contenidas en cada uno de ellos. Igualmente, al ordenar los versos de *Sri Ramana Jnana Bodham*, a menudo solía explicarme su significado profundo y sutil. Lamentablemente, sin embargo, no pude poner por escrito todas las explicaciones que me dio, debido a que eran demasiado largas y detalladas como para que tuviera tiempo de hacerlo. Sin embargo, todo lo que escuché de él penetró en mi mente, construyendo una base firme de comprensión profunda, que ahora puedo compartir con otros a través de mis escritos.

Al decir esto, no quiero decir que mi comprensión de la filosofía y ciencia del auto-conocimiento verdadero enseñado por Sri Ramana sea perfecta, y ni siquiera cerca de ser perfecta. Hasta que no nos entreguemos completamente a él, permitiendo que nuestra mente finita sea consumida enteramente en la claridad infinita de la auto-consciencia pura, que está brillando siempre en el núcleo íntimo de nuestro ser, pero que nosotros elegimos ignorar debido al fuerte apego a nuestro falso sentido de individualidad y a todo lo que surge de él, nunca podremos tener una comprensión de sus enseñanzas verdaderamente perfecta. Todo lo que quiero decir, por tanto, es que a través de mi estrecha asociación con Sri Sadhu Om fui bendecido con una oportunidad muy rara de devenir íntimamente familiarizado con muchas comprensiones profundas y sutiles de las enseñanzas fundamentales de Sri Ramana.

Aunque mi comprensión sin duda está lejos de ser perfecta, gozo y encuentro gran beneficio en reflexionar sobre las enseñanzas de Sri Ramana, y en escribir mis reflexiones, debido a que hacerlo me ayuda a obtener mayor claridad y comprensión. Sin embargo, aunque escribo principalmente para mi propio beneficio, creo que mi limitada

comprensión y entendimiento tal vez pueda ser útil a otras gentes que no han tenido las mismas oportunidades que yo he tenido la fortuna de tener, de modo que soy feliz de compartir mis escritos con cualquiera que esté interesado en leerlos.

Algunas gentes que no conocían a ninguno de ellos estrechamente solían decir que Sri Sadhu Om era discípulo de Sri Muruganar. Similarmente, muchas gentes que no le comprendían correctamente creían que Sri Sadhu Om estaba actuando como un *gurú*, y que yo era su discípulo. Sin embargo, ni Sri Muruganar ni Sri Sadhu Om se consideraron nunca como un *gurú*, debido a que sabían por su propia experiencia directa que no es necesario nunca ningún intermediario entre Sri Ramana y cualquiera de sus seguidores o devotos.

No sólo no se consideraban como el *gurú* de nadie, sino que también desanimaban activamente a cualquiera de considerarles como tal, diciendo que si deseamos practicar sinceramente las enseñanzas de Sri Ramana, él mismo actuará directamente como nuestro *gurú*, proporcionándonos toda la ayuda y guía que necesitemos para volver nuevamente hacia dentro y con ello sumergirnos y perder nuestra individualidad separada en la luz clara del auto-conocimiento verdadero, que es la naturaleza esencial y real del *gurú*. Por lo tanto, ni Sri Sadhu Om ni yo, nunca consideramos nuestra amistad como una relación entre *gurú* y discípulo.

Sri Sadhu Om solía referirse a todos aquellos que estábamos cerca de él simplemente como sus «amigos», y aclaraba que no consideraba a ninguno de nosotros como sus discípulos, sino que nos consideraba a todos como compañeros, devotos y discípulos de Sri Ramana. Por mi parte, yo consideraba a Sri Sadhu Om un amigo muy querido y cercano, pero también un guía y filósofo verdadero, y aunque en muchos aspectos nuestra amistad estaba en un plano de igualdad perfecta, sin embargo yo sentía interiormente un gran respeto y consideración por él como un discípulo más antiguo y verdaderamente dedicado de Sri Ramana que yo mismo.

Aunque no sea cierto decir que Sri Muruganar fue el *gurú* de Sri Sadhu Om, o que Sri Sadhu Om fue mi *gurú*, yo reconozco agradecidamente el hecho de que mi comprensión de Sri Ramana y sus enseñanzas en una gran medida ha sido formada, fortalecida, profundizada y aclarada a través de la influencia directa de mi estrecha amistad con Sri Sadhu Om, y que, como resultado de la íntima amistad que existía entre los dos, a través del canal claro y sin obstrucción de Sri Sadhu Om, mi comprensión también ha sido influenciada muy fuertemente por Sri Muruganar.

Sri Sadhu Om decía a menudo que ningún discípulo verdadero de Sri Ramana puede ser un *gurú*, debido a que solo Sri Ramana es el *gurú* de todos aquellos que son atraídos por sus enseñanzas. Siempre que alguien le preguntaba si no es necesario para nosotros tener un «*gurú* vivo», Sri Sadhu Om solía reírse y decir, «sólo el *gurú* está vivo, y todos nosotros estamos muertos», y explicaba que el *gurú* real no es un cuerpo físico, sino el espíritu siempre-vivo, la consciencia de ser infinita que existe dentro de cada uno de nosotros como nuestro propio sí mismo verdadero.

Ese espíritu infinito y eterno apareció en la forma física de Sri Ramana para enseñarnos que nosotros no somos este cuerpo mortal que ahora tomamos erróneamente por nosotros mismos, y que para que nos conozcamos como somos realmente, debemos retirar nuestra atención de todos los objetos externos y focalizarla entera y exclusivamente en nuestro propio sí mismo real o ser esencial. Habiéndonos dado esta enseñanza, la forma física de Sri Ramana ha servido a su propósito como la manifestación externa del *gurú* eterno, de modo que ahora nuestra meta no debe ser encontrar a otro «*gurú* vivo» (un término que la mayoría de las gentes comprenden como una «persona iluminada» cuyo cuerpo aún vive), sino que debe ser encontrar el *gurú* interior real, que es nuestro propio sí mismo verdadero y que está siempre esperando atraer nuestra mente hacia adentro, para que se sumerja y se funda en la claridad del auto-conocimiento verdadero.

Debido a que él no fue nunca la forma física que parecía ser, sino que ha sido siempre y será siempre el espíritu infinito, que es nuestro propio sí mismo real, la guía de ayuda o «gracia» de Sri Ramana nunca puede ser disminuida de ninguna manera, y, por lo tanto, no es menos poderosa ahora de lo que lo era cuando él parecía estar viviendo en una forma física. Toda la ayuda y guía que necesitamos para obtener el auto-conocimiento verdadero están disponibles para nosotros exteriormente en la forma de las enseñanzas de Sri Ramana, e interiormente como nuestra propia claridad de auto-consciencia natural, que siempre experimentamos como «yo soy» (la verdadera forma de Dios y del *gurú*), de modo que todo lo que necesitamos hacer es volver nuestra atención hacia nosotros mismos a fin de experimentar la naturaleza verdadera de esta consciencia «yo soy».

El propósito de este libro es explorar y discutir las enseñanzas de Sri Ramana, de modo que podamos aclarar nuestra comprensión de ellas, y de reforzar con ello nuestro amor y esfuerzo de practicar el arte simple, pero sutil, de ser auto-atentos, que es el único medio por el que podemos obtener la experiencia última del auto-conocimiento absoluto y no-dual.

Introducción

La felicidad yace profundamente dentro de nosotros, en el mismo núcleo de nuestro ser. La felicidad no existe en ningún objeto externo, sino sólo en nosotros, que somos la consciencia que experimenta la felicidad. Aunque parezcamos sacar felicidad de los objetos o experiencias externos, la felicidad que así gozamos de hecho surge desde dentro de nosotros.

Cualquiera que sea la inquietud en que la mente pueda estar, en el centro de nuestro ser existe siempre un estado de paz y gozo perfectos, como la calma en el ojo de un huracán. El deseo y el miedo agitan la mente, y obscurecen de su visión la felicidad que siempre existe dentro de ella. Cuando un deseo es satisfecho, o la causa de un miedo es eliminada, la agitación de la superficie de la mente se sumerge, y en esa calma pasajera la mente goza un sabor de su propia felicidad innata.

La felicidad es así un estado de ser —un estado en el cual la agitación habitual de la mente está calmada. La actividad de la mente la perturba de su estado calmo de solo ser, y hace que pierda de vista su propia felicidad más íntima. Por consiguiente, para gozar felicidad todo lo que la mente necesita hacer es cesar toda actividad, retornando calmamente a su estado natural de ser inactiva, como lo hace diariamente en el sueño profundo.

Por lo tanto, para dominar el arte de ser feliz, debemos dominar el arte y la ciencia de solo ser. Debemos descubrir lo que el núcleo más íntimo de nuestro ser es, y debemos aprender a permanecer consciente y constantemente en ese estado de puro ser, que subyace y soporta (pero, no obstante, permanece inafectado por) todas las actividades superficiales de la mente: pensar, sentir y percibir, recordar y olvidar, y demás.

El arte de solo ser, permaneciendo plenamente consciente pero sin ninguna actividad de la mente, no es sólo un arte —una pericia práctica que puede ser cultivada y aplicada para producir una experiencia de belleza y gozo inexpresable —sino también una ciencia— un intento de adquirir conocimiento verdadero por la observación aguda y el experimento riguroso. Y este arte y ciencia de ser no es sólo el arte y la ciencia de la felicidad, sino también el arte y la ciencia de la consciencia, y el arte y la ciencia del autoconocimiento.

La ciencia de ser es increíblemente simple y clara. A la mente humana, sin embargo, le puede parecer compleja y abstrusa, no debido a que sea compleja en sí misma, sino debido a que la mente que trata de comprenderla es ella misma un paquete tan complejo de pensamientos y emociones —deseos, miedos, ansiedades, apegos, creencias largamente queridas e ideas preconcebidas— que tiende a nublar la pura simplicidad y claridad de ser, haciendo que lo que es obvio aparezca como oscuro.

Lo mismo que cualquier otra ciencia, la ciencia de ser comienza con observación y análisis de algo que ya conocemos pero que no comprendemos plenamente, y procede por razonamiento a formular una hipótesis plausible que pueda explicar lo que es observado, y entonces prueba rigurosamente esa hipótesis por el experimento preciso y crítico. Sin embargo, a diferencia de todas las demás ciencias, esta ciencia no estudia ningún objeto de conocimiento, sino que, en lugar de eso, estudia el poder de conocer mismo — el poder de consciencia que subyace a la mente, el poder por el que todos los objetos son conocidos.

Así pues, la verdad descubierta por medio de esta ciencia no es algo que pueda ser demostrado o probado objetivamente por una persona a otra. Sin embargo, puede ser experimentado directamente como un conocimiento claro en el núcleo más íntimo de cada persona que sigue escrupulosamente el proceso de experimento necesario hasta que la verdadera naturaleza de ser —que es la verdadera naturaleza de la consciencia, y de la felicidad— se revela en la plena claridad de la auto-consciencia pura e inadulterada.

Lo mismo que la ciencia de ser es fundamentalmente diferente de todas las demás ciencias, así también, como un arte es fundamentalmente diferente de todas las demás artes, debido a que no es un arte que implique hacer algo. Es un arte no de hacer sino de no-hacer —un arte de solo ser.

El estado de solo ser es un estado en el cual la mente no surge para hacer, pensar o conocer nada, y sin embargo es un estado de plena consciencia —consciencia no de algo sino solo de ser. La pericia que ha de ser aprendida con este arte no es simplemente la pericia de ser —debido a que siempre somos, y, por lo tanto, ser no requiere ninguna pericia o esfuerzo especial— ni es meramente la pericia de ser sin hacer o pensar nada —debido a que podemos ser así cada día en el sueño profundo. La pericia que ha de ser cultivada es la pericia de permanecer calma y apaciblemente sin hacer o pensar nada, pero reteniendo no obstante una consciencia perfectamente clara de ser —es decir, consciencia de nuestro ser o «soy»-dad esencial. Solo en este prístino estado de ser auto-consciente, no nublado por la distraente agitación del pensamiento y la acción, la verdadera naturaleza de ser deviene perfectamente clara.

La experiencia primera y más directa de ser es nuestro ser o existencia. Primero sabemos que existimos, y solo entonces podemos saber de la existencia de otras cosas. Pero mientras nuestra existencia es auto-consciente, la existencia de cada una de las otras cosas depende de nosotros para ser conocida.

Conocemos nuestro ser debido a que somos consciencia. Así pues, es razonable plantear la hipótesis de que la consciencia es la forma de ser primaria. Sin consciencia, ser sería desconocido, y sin ser, la consciencia no existiría.

Nuestro ser y la consciencia de ser son inseparables —de hecho son idénticos— y ambos son expresados por la simple frase «yo soy». Este ser-consciencia «yo soy» es

nuestra experiencia más fundamental, y la experiencia más fundamental de todo ser senciente. «Yo soy» es la consciencia básica —la auto-consciencia esencial— sin la que nada sería conocido. «Yo soy» es por lo tanto la fuente y fundamento de todo conocimiento.

¿Cuál es entonces la utilidad de conocer cualquier otra cosa si no conocemos la verdad de nuestro ser-consciencia «yo soy», en base al cual todo lo demás es conocido? Todo lo que conocemos sobre el mundo y todo lo que conocemos sobre Dios —todas nuestras ciencias y religiones— no nos es de ningún valor real si no conocemos la verdad sobre nosotros, que deseamos conocer la verdad sobre el mundo y Dios.

Somos el ser-consciencia «yo soy», pero nuestro conocimiento sobre este «yo soy» es confuso. Todos creemos «yo soy este cuerpo», «yo soy una persona», «yo me llamo fulano, y nací en tal fecha, en tal lugar». Así pues, identificamos la consciencia «yo soy» con un cuerpo particular. Esta identificación es el resultado de un conocimiento confuso y sin claridad de la verdadera naturaleza de la consciencia.

La consciencia «yo soy» no es algo material, mientras que el cuerpo es meramente un paquete de materia física, que no es inherentemente consciente. Sin embargo, de alguna manera somos engañados a tomar erróneamente este cuerpo material como si fuera la consciencia «yo». Como resultado de nuestro confuso conocimiento de la consciencia, tomamos erróneamente la materia como si fuera consciente, y la consciencia como si fuera algo material.

Eso que así toma erróneamente este cuerpo como «yo» es la mente. La mente viene a la existencia sólo al identificar un cuerpo como «yo». En el sueño profundo somos inconscientes tanto de la mente como de nuestro cuerpo. Tan pronto como despertamos, la mente surge sintiendo «yo soy este cuerpo, soy fulano», y sólo después de identificarse así como un cuerpo particular percibe el mundo externo a través de los cinco sentidos de ese cuerpo.

Exactamente la misma cosa acontece en el sueño con sueños —la mente se identifica como un cuerpo particular y a través de los cinco sentidos de ese cuerpo percibe un mundo aparentemente real y externo. Cuando despertamos de un sueño, comprendemos que el cuerpo que tomábamos erróneamente como «yo» y el mundo que tomábamos erróneamente como real y externo, eran de hecho solo ficciones de nuestra imaginación.

Así pues, por nuestra experiencia en el sueño con sueños todos sabemos que la mente tiene un formidable poder de imaginación por el que es capaz de crear un cuerpo, tomar erróneamente ese cuerpo imaginario como «yo», y por medio de ese cuerpo proyectar un mundo que, en el tiempo en que lo percibimos, parece tan real y externo como el mundo que percibimos ahora en este estado de vigilia.

Sabiendo que la mente posee este formidable poder de creación y auto-engaño, ¿no es razonable que sospechemos que el cuerpo que tomamos como «yo» y el mundo que tomamos como real en el presente estado de vigilia no son de hecho nada más que una

mera imaginación o proyección mental, lo mismo que el cuerpo y el mundo que experimentamos en el sueño? ¿Qué evidencia tenemos de que el cuerpo y el mundo que experimentamos en este estado de vigilia son otra cosa que una creación de la mente? Podemos ser capaces de señalar algunas diferencias entre la vigilia y el sueño con sueños, pero, al analizarlas, descubriremos que esas diferencias son superficiales, al estar relacionadas con la calidad o la cantidad más bien que con la sustancia.

Si comparamos el drama del mundo que vemos en la vigilia o en el sueño con sueños con un drama que vemos en una pantalla de cine, podemos decir que el drama visto en la vigilia es de mejor calidad y de una producción más impresionante que el visto en el sueño, pero, sin embargo, ambos son producciones —no producciones de alguna operación externa sino de la mente que los ve.

En substancia no hay diferencia esencial entre nuestra experiencia en la vigilia y en la del sueño con sueños. En ambos estados la mente surge, se aferra a un cuerpo tomándolo como «yo», y a través de los sentidos de ese cuerpo ve un mundo encerrado dentro de los límites del tiempo y el espacio, y lleno de numerosas gentes y otros objetos, tanto sencientes como insencientes, convencida de que todos ellos son reales. ¿Cómo podemos probarnos que lo que experimentamos en el estado de vigilia existe fuera de nuestra imaginación, en mayor medida que existe un sueño fuera de nuestra imaginación?

Cuando analizamos cuidadosamente nuestra experiencia en los tres estados de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, está claro que podemos confundir la consciencia «yo» con cosas diferentes en tiempos diferentes. En la vigilia tomamos erróneamente nuestro presente cuerpo por «yo», en el sueño con sueños tomamos erróneamente algún otro cuerpo imaginario por «yo», y en el sueño profundo tomamos erróneamente la inconsciencia por «yo» —o al menos al despertar del sueño profundo lo que recordamos es que «era inconsciente».

De lo que de hecho éramos inconscientes en el sueño profundo era de la mente, de nuestro cuerpo y del mundo, pero no de nuestra existencia o ser. Nuestra experiencia en el sueño profundo no era que dejamos de existir, sino solo que dejamos de ser conscientes de todos los pensamientos y percepciones que estamos acostumbrados a experimentar en los estados de vigilia y sueño con sueños. Cuando decimos, «he dormido apaciblemente, no he tenido sueños, era inconsciente de todo», estamos afirmando taxativamente que «yo» estaba en el sueño profundo —es decir, que existíamos y sabíamos que existíamos en ese tiempo.

Debido a que asociamos la consciencia con ser conscientes de todos los pensamientos y percepciones que constituyen nuestra vida en la vigilia y en sueño con sueños, consideramos que el sueño profundo es un estado de inconsciencia. Pero debemos examinar la supuesta inconsciencia del sueño profundo más cuidadosamente. La consciencia que conoce los pensamientos y las percepciones es la mente, que surge y está activa en la vigilia y el sueño con sueños, pero que se sumerge en el sueño profundo. Pero esta consciencia que surge y se sumerge no es la consciencia real. Somos conscientes no

solo de los dos estados de vigilia y sueño con sueños, en los que la mente surge para experimentar pensamientos y percepciones, sino también de un tercer estado, el sueño profundo, en el que la mente se ha sumergido en un estado carente de pensamientos y percepciones.

Este hecho de que seamos conscientes del sueño profundo como un estado distinto de la vigilia y el sueño con sueños, indica claramente que somos la consciencia que subyace al surgimiento y submersión de la consciencia transitoria que llamamos «mente». La consciencia que nos permite afirmar taxativamente, «existía en el sueño profundo, pero era inconsciente de todo», no es nuestra «consciencia surgente» sino nuestra «consciencia ser».

Esta «consciencia ser», que existe en los tres estados, es la consciencia real, y es lo que es denotado verdaderamente cuando decimos «yo soy». La mente, la «consciencia surgente» que aparece en la vigilia y en el sueño con sueños y desaparece en el sueño profundo, es solo una forma de consciencia espuria, que al surgir se toma a sí misma erróneamente a la vez como si fuera la consciencia básica «yo soy» y como este cuerpo material.

Así pues, al analizar nuestra experiencia en los tres estados de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, podemos comprender que aunque ahora nos tomemos erróneamente como si fuéramos un cuerpo limitado por el tiempo y el espacio, de hecho somos la consciencia que subyace a la apariencia de estos tres estados, en solo dos de los cuales son experimentados el sentido de ser un cuerpo y las limitaciones consecuentes de tiempo y espacio.

Sin embargo, una mera comprensión teórica de la verdad de que somos solo consciencia, nos será de poca utilidad si no la aplicamos en la práctica esforzándonos en obtener conocimiento experimental real de esa verdad. Por sí misma, una comprensión teórica no nos dará y no puede darnos felicidad verdadera y permanente, debido a que no puede destruir nuestro sentido profundamente arraigado de identificación con el cuerpo, que es la raíz de toda ignorancia, y la causa de toda miseria.

Eso que comprende esta verdad teóricamente es solo la mente o intelecto, y la mente no puede funcionar sin identificarse primero con un cuerpo. Puesto que la mente o intelecto es así un conocimiento confuso cuya existencia tiene su raíz en la ignorancia de quién o qué somos realmente, ninguna comprensión intelectual puede darnos nunca por sí misma el auto-conocimiento verdadero. El auto-conocimiento solo puede ser obtenido por experiencia directa de la pura consciencia ilimitada que es nuestro sí mismo real, debido a que solo tal experiencia puede arrancar de raíz la ignorancia de que somos otro que esa consciencia.

Por lo tanto, una comprensión teórica de la verdad solo puede ser un beneficio real para nosotros si nos impele a investigar la consciencia de ser —la simple auto-consciencia «yo soy»—, y a obtener con ello, por experiencia directa, un conocimiento

claro de nuestra verdadera naturaleza. Solo obteniendo ese conocimiento claro de la consciencia que es verdaderamente «yo», podemos destruir nuestra ignorancia primaria, el conocimiento confuso y erróneo de que somos la mente, la forma de consciencia limitada que identifica un cuerpo como «yo».

Si comprendemos verdaderamente que no somos un cuerpo, ni la mente que identifica un cuerpo como «yo», y que toda forma de infelicidad que experimentamos está causada solo por nuestra identificación errónea con un cuerpo, nos esforzaremos por destruir esa falsa identificación emprendiendo la investigación práctica para descubrir quién o qué somos realmente. Para conocer qué somos realmente, debemos dejar de prestar atención a todas las otras cosas, y en lugar de ello debemos prestarnos atención, la consciencia que conoce esas otras cosas.

Cuando prestamos atención a otras cosas que «yo», la atención es un «pensamiento» o actividad de la mente. Pero cuando prestamos atención a la consciencia «yo», la atención deja de ser una actividad o «pensamiento», y en lugar de ello deviene mero ser. Conocemos otras cosas por un acto de conocimiento, pero nos conocemos no por un acto de conocimiento, sino siendo meramente nosotros. Por lo tanto, cuando prestamos atención al núcleo más íntimo de nuestro ser, nuestro sí mismo esencial y real, dejamos de surgir como la mente incesantemente activa y en lugar de ello permanecemos meramente como la consciencia de ser naturalmente sin-acción. Por lo tanto, la auto-atención es auto-permanencia, el estado de ser meramente lo que realmente somos.

Mientras prestamos atención a otras cosas que nosotros, la mente está activa, y su actividad nubla y oscurece nuestra claridad de auto-consciencia natural. Pero cuando tratamos de prestarnos atención, la actividad de la mente comienza a sumergirse, y así el velo que oscurece la auto-consciencia natural comienza a disolverse. Cuanto más aguda e intensamente enfoquemos la atención en la consciencia básica «yo», tanto más se sumergirá la mente, hasta que finalmente desaparece en la clara luz del auto-conocimiento verdadero.

Por lo tanto, en este libro trataré de explicar tanto la teoría como la práctica del arte de conocer y ser nuestro sí mismo real. La teoría de esta ciencia y arte del auto-conocimiento es necesaria y útil para nosotros en la medida en que nos capacita para comprender no solo nuestra necesidad imperiosa de conocer la realidad, sino también los medios prácticos por los que podemos obtener ese conocimiento.

Toda la infelicidad, descontento y miseria que experimentamos en la vida está causada solo por la ignorancia o conocimiento confuso de quién o qué somos realmente. Mientras nos limitemos identificando un cuerpo como «yo», sentiremos deseo por todo lo que pensemos que es necesario para la supervivencia en ese cuerpo, y por todo lo que pensemos que hará nuestra vida en ese cuerpo más cómoda y agradable. Igualmente, sentiremos miedo y disgusto de todo lo que pensemos que amenaza la supervivencia en ese cuerpo, y de todo lo que pensemos que hará nuestra vida en él menos cómoda o

agradable. Cuando no obtenemos lo que deseamos o nos gusta, y cuando no podemos evitar lo que nos da miedo o nos disgusta, nos sentimos infelices, descontentos o miserables.

Así pues, la infelicidad o el sufrimiento es el resultado inevitable del deseo y el miedo, o los gustos y los disgustos. El deseo y el miedo, y los gustos y los disgustos, son el resultado inevitable de identificar un cuerpo como «yo». E identificar un cuerpo como «yo» resulta de la falta de conocimiento claro de nuestra naturaleza real. Por lo tanto, si queremos ser libres de todas las formas de miseria e infelicidad, debemos librarnos de nuestra ignorancia o conocimiento confuso de lo que somos realmente.

Para librarnos de este conocimiento confuso, que nos hace sentir que somos un cuerpo, debemos obtener un conocimiento claro de nuestro sí mismo real. El único medio por el que podemos obtener ese auto-conocimiento claro es retirar la atención de nuestro cuerpo, mente y las demás cosas, y enfocarla agudamente en la consciencia fundamental de ser esencial —la consciencia fundamental o ser, «yo soy».

Así pues, la teoría que subyace a la ciencia y el arte del auto-conocimiento nos capacita para comprender que todo lo que necesitamos hacer para experimentar felicidad perfecta e ilimitada es obtener el auto-conocimiento verdadero, y que el único medio para obtener el auto-conocimiento verdadero es practicar una aguda auto-atención escudriñadora. A no ser que nos conozcamos como realmente somos, no podemos experimentar nunca felicidad verdadera y perfecta, no tocada por la más mínima infelicidad o insatisfacción, y a no ser que prestemos atención agudamente a la consciencia de mero ser, —nuestra simple no-dual auto-consciencia, «yo soy»—, no podemos conocernos nunca como realmente somos.

Para la mayoría de los aspirantes espirituales, el proceso de obtención del auto-conocimiento, lo mismo que el proceso de aprendizaje de cualquier otro arte o ciencia, se dice que es un triple proceso de repetición de *sravana*, *manana* y *nididhyasana*, o aprendizaje, asimilación y práctica. La palabra sánscrita *sravana* significa literalmente «escucha», pero en este contexto significa aprender la verdad por la escucha, la lectura o el estudio. La palabra *manana* significa pensar, cavilar, discurrir, reflexión o meditación, es decir, morar frecuentemente en la verdad que hemos aprendido por medio de *sravana* para embeberla y comprenderla cada vez más claramente, e imprimirla en la mente cada vez más firmemente. Y la palabra *nididhyasana* significa atención aguda o contemplación profunda, es decir, en nuestro contexto, poner lo que hemos aprendido y comprendido por *sravana* y *manana* en práctica prestando atención o contemplando agudamente nuestra esencial auto-consciencia de ser, «yo soy».

En la vida de un aspirante espiritual serio, este triple proceso de *sravana*, *manana* y *nididhyasana* debe continuar repetidamente hasta que es obtenida la experiencia del verdadero auto-conocimiento. En la vida diaria la mente encuentra innumerables impresiones diferentes a través de nuestros cinco sentidos, y piensa innumerables pensamien-

tos sobre esas impresiones, de modo que la impresión hecha por una cosa es reemplazada rápidamente por la impresión hecha por otras cosas. Por lo tanto, aunque hayamos aprendido una vez la verdad espiritual —la verdad de que no somos el cuerpo limitado sino solo el espíritu o consciencia ilimitada— la impresión hecha por esa verdad se desvanecerá rápidamente si no estudiamos repetidamente libros que nos la recuerden, y reflexionamos frecuentemente sobre ella en la mente.

Sin embargo, la mera lectura y el pensamiento sobre la verdad serán de poco beneficio para nosotros si no tratamos también de ponerla en práctica repetidamente, volviendo la atención a nuestra mera consciencia de ser siempre que advirtamos que se ha escabullido para pensar en otras cosas. Para acentuar la gran importancia de esta práctica, Sri Adi Sankara declaraba en el verso 364 de *Vivekachudamani* que el beneficio de *manana* es cien veces más grande que el de *sravana*, y el beneficio de *nididhyasana* es cien mil veces más grande que el de *manana*.

Para algunas almas muy raras, la repetición de *sravana*, *manana* y *nididhyasana* no es necesaria, debido a que tan pronto como escuchan por primera vez la verdad, comprenden al instante su significado e importancia, vuelven su atención hacia sí mismos, y con ello experimentan inmediatamente el verdadero auto-conocimiento. Pero la mayoría de nosotros no tenemos la madurez espiritual para ser capaces de experimentar la verdad tan pronto como la escuchamos, debido a que estamos apegados muy fuertemente a la existencia como una persona individual, y a todo lo que está asociado con nuestra vida como una persona.

Por la repetición de *nididhyasana* o auto-contemplación, apoyada por la ayuda de la repetición de *sravana* y *manana*, nuestra comprensión de la verdad y la consciencia de nuestro ser esencial devendrá cada vez más clara, y por esa claridad creciente obtendremos establemente más amor para conocernos como realmente somos, y más desapego de la individualidad y todo lo que está asociado con ella. Por lo tanto, hasta que obtengamos esa madurez espiritual verdadera —la disposición y el amor a perder nuestro sí mismo individual en la experiencia del verdadero auto-conocimiento no-dual— tenemos que continuar el proceso de la repetición de *sravana*, *manana* y *nididhyasana*.

Aún más raros que esas almas altamente maduras que son capaces de experimentar la verdad tan pronto como la escuchan, hay algunas gentes que sin escuchar siquiera la verdad la experimentan espontáneamente. Pero tales gentes son en verdad muy raras.

Todo lo que escribo en este libro es lo que he aprendido y comprendido de las enseñanzas del sabio conocido como Bhagavan Sri Ramana Maharshi, que fue un tal ser extremadamente raro que experimentó la verdad espontáneamente sin haber oído o leído nunca nada sobre ella. Él obtuvo espontáneamente la experiencia del verdadero auto-conocimiento un día en julio de 1896, cuando era solo un estudiante de dieciséis años. Ese día estaba sentado solo en una habitación en la casa de su tío en la ciudad de Madurai al sur de la India, cuando repentinamente y sin ninguna causa aparente, un intenso

miedo de la muerte surgió dentro de él. En lugar de tratar de sacar este miedo de su mente, como haríamos la mayoría de nosotros, él decidió investigar y descubrir por sí mismo la verdad sobre la muerte.

«¡De acuerdo, la muerte ha llegado! ¿Qué es la muerte? ¿Qué es lo que muere? Este cuerpo va a morir —que muera». Decidiendo esto, se tumbó como un cadáver, rígido y sin respiración, y volvió su mente hacia dentro para descubrir qué le haría realmente la muerte a él. Más tarde describió la verdad que amaneció en él en ese momento como sigue:

«Este cuerpo está muerto. Ahora será llevado al campo de cremación, quemado y reducido a cenizas. Pero con la destrucción de este cuerpo, ¿soy yo destruido también? ¿Es este cuerpo realmente “yo”? Aunque este cuerpo está yaciendo sin vida como un cadáver, sé que soy. No afectado en lo más mínimo por esta muerte, mi ser está brillando claramente. Por lo tanto, no soy este cuerpo que muere. Soy el “yo” que es indestructible. De todas las cosas, solo soy la realidad. Este cuerpo está sujeto a la muerte, pero yo, que trasciendo el cuerpo, soy eso que vive eternamente. La muerte que ha venido a este cuerpo no puede afectarme a mí».

Aunque él describió su experiencia de la muerte en muchas palabras, explicó que esta verdad en realidad amaneció en él en un instante, no como razonamiento o pensamientos verbalizados, sino como una experiencia directa, sin la más mínima acción de la mente. Tan intenso fue su miedo y el consecuente impulso de conocer la verdad de la muerte, que sin pensar nada, volvió su atención de su cuerpo rígido y sin vida hacia el núcleo más íntimo de su ser —su auto-consciencia «yo soy» esencial, inadulterada y no-dual. Debido a que su atención fue enfocada tan agudamente en su consciencia de ser, la verdadera naturaleza de ese ser-consciencia se reveló como un destello de conocimiento directo y cierto —conocimiento que fue tan directo y cierto que nunca pudo ser dudado.

Así pues, Sri Ramana se descubrió a sí mismo como la pura consciencia transpersonal «yo soy», que es el único todo ilimitado, ininterrumpido y no-dual, la única realidad existente, la fuente y sustancia de todas las cosas, y el verdadero sí mismo de todo ser vivo. Este conocimiento de su naturaleza real destruyó en él para siempre el sentido de identificación con el cuerpo físico —la sensación de ser una persona individual, una entidad consciente separada confinada dentro de los límites de un tiempo y lugar particulares.

Junto con este amanecer del auto-conocimiento no-dual, la verdad de todo lo demás devino clara para él. Al conocerse a sí mismo como el espíritu infinito, la consciencia fundamental «yo soy», en la que y a través de la que todas las demás cosas son conocidas, él supo como una experiencia inmediata cómo esas otras cosas aparecen y desaparecen en esta consciencia esencial. Así pues, él supo sin la más mínima duda, que todo lo que aparece y desaparece depende para su existencia aparente de esta consciencia fundamental, que él conoció como su sí mismo real.

Al leer algunas de las explicaciones registradas de su experiencia de la muerte, las gentes a menudo tienen la impresión de que cuando yació como un cadáver, Sri Ramana meramente simuló los signos físicos de la muerte. Pero él explicó en varias ocasiones que no lo simuló meramente, sino que sufrió efectivamente la experiencia de la muerte física en ese tiempo. Debido a que fijó toda su atención tan firme e intensamente en su consciencia de ser no-dual, no solo cesó su respiración, sino que su corazón dejó de latir, y todas las demás funciones biológicas que indican la vida también se detuvieron. Así pues, su cuerpo yació literalmente sin vida por unos veinte minutos, hasta que repentinamente la vida surgió a través de él de nuevo, y su latido y respiración comenzaron a funcionar normales.

Sin embargo, aunque la vida volvió a su cuerpo físico, la persona que había identificado previamente ese cuerpo como «yo» estaba muerta, al haber sido destruida para siempre por la clara luz del auto-conocimiento verdadero. Pero aunque él había muerto como una persona individual, con ello había nacido de nuevo como el espíritu infinito —la consciencia de ser, fundamental, ilimitada y no-dual, «yo soy».

Aunque externamente él parecía comportarse como una persona individual, su personalidad era de hecho solo una apariencia que existía solo en la visión de las otras gentes, como la forma calcinada de una cuerda que permanece después de que la cuerda misma haya sido quemada. Internamente él se conocía a sí mismo como la consciencia omni-inclusiva que trasciende todas las limitaciones, y no meramente como una consciencia individual separada confinada dentro de los límites de un cuerpo particular. Por lo tanto, el ser consciente que otras gentes veían actuar a través de su cuerpo no era realmente una persona individual, sino solo el espíritu supremo —la realidad infinita y absoluta a la que nos referimos usualmente como «Dios».

Poco después de que este auto-conocimiento verdadero amaneciera en él, Sri Ramana dejó su hogar de la infancia y viajó unos pocos cientos de millas al norte, a Tiruvannamalai, una ciudad templo asentada al pie de la montaña sagrada Arunachala, donde vivió como un *sadhu* o mendicante religioso durante los cincuenta y cuatro años restantes de su vida corporal. Puesto que él había dejado de identificarse con el cuerpo que otras gentes tomaban erróneamente como si fuera él, también dejó de identificarse con el nombre que había sido dado anteriormente a ese cuerpo. Por lo tanto, desde el momento que dejó la casa, dejó de usar su nombre de infancia Venkataraman, y firmó su nota de despedida solo con una línea.

Así pues, cuando llegó por primera vez a Tiruvannamalai, nadie conocía su nombre, de modo que se referían a él con diversos nombres de su elección. Más de diez años después, sin embargo, uno de sus devotos, que era un poeta sánscrito y erudito védico, anunció que debía ser llamado «Bhagavan Sri Ramana Maharshi», y de alguna manera éste devino el nombre por el que en adelante fue generalmente conocido.

Sin embargo, hasta el fin de su vida corporal, Sri Ramana nunca reclamó éste ni ningún otro nombre como suyo, y siempre declinaba firmar nada, incluso cuando se le pedía. Cuando se le preguntó una vez por qué nunca firmaba su nombre, él respondió, «¿Por qué nombre he de ser conocido? Yo mismo no sé. En diferentes tiempos diferentes gentes me han llamado por diferentes nombres». Debido a que él no se experimentaba como una persona individual, sino que se sabía ser la única realidad, que es la fuente y sustancia de todos los nombres y las formas, pero que no tiene nombre ni forma propios, él respondía a cualquier nombre por el que las gentes le llamaran, sin identificar nunca ninguno de esos nombre como suyo.

De las cuatro palabras del nombre «Bhagavan Sri Ramana Maharshi», solo la palabra «Ramana» es un nombre personal, y las otras tres palabras son títulos de diversos tipos. «Ramana» es una forma abreviada de «Venkataramana», una variante de su nombre de infancia «Venkataraman», y es una palabra que se usa comúnmente como un término de afecto. Mientras en el nombre «Venkataraman», la letra «a» en la sílaba «ra» es una forma larga de la vocal y es por lo tanto pronunciada con acento, en el nombre «Ramana» las tres «as» son formas cortas de la vocal, y por lo tanto ninguna de las tres sílabas se pronuncia con acento. Etimológicamente, la palabra *ramana* viene de la raíz verbal *ram*, que quiere decir detener, poner a reposar, calmar, deleitar o hacer feliz, y es un nombre que significa «gozo» o eso que da gozo, eso que es agradable, encantador o delicioso, y por extensión se usa como un término afectivo que se refiere a una persona amada, un amante, esposo o esposa, o el señor o señora del corazón de uno.

La palabra «Bhagavan» es un título honorífico y afectivo que significa el Señor glorioso, adorable y divino, y se usa generalmente como un término que significa «Dios», y más particularmente como un título de veneración dado a una persona que es considerada una encarnación de Dios o una incorporación humana de la realidad suprema, tal como el Buddha, Sri Adi Sankara, o más comúnmente Sri Krishna, cuyas enseñanzas se dan en la *Bhagavad Gita* y en partes del *Srimad Bhagavatam*. La palabra «Sri» es un monosílabo sagrado que significa luz, lustre, brillo o esplendor, y se usa habitualmente como un prefijo honorífico añadido a los nombres de personas, lugares, textos u otros objetos sagrados de veneración. Como prefijo reverencial, significa «sagrado», «santo» o «venerable», pero también se usa comúnmente como un simple título de respeto que puede ser añadido al nombre de cualquier persona en lugar del título español «señor». La palabra «Maharshi» denota a un gran *rishi* o «veedor».

Para el mundo en general, particularmente fuera de India, Sri Ramana es conocido normalmente como «Ramana Maharshi» (debido probablemente a que para una mente occidental el título «Maharshi» colocado detrás de su nombre personal parece ser un apellido, lo cual no es), y puesto que frecuentemente se alude a él como tal, algunas gentes incluso se refieren a él simplemente como «el Maharshi». Sin embargo, aquellos que están cerca de él rara vez usan el título «Maharshi» cuando se refieren a él. En la historia y mitología india, el término *rishi* denotaba originalmente a uno de los poetas o

«veedores» inspirados que «vieron» y transcribieron los himnos de los Vedas, o a cualquier persona que era adepto en el cumplimiento de los rituales védicos y que de ese modo había obtenido poderes psíquicos o sobrenaturales, pero en tiempos posteriores fue usado más generalmente para denotar a un asceta o santo que se consideraba que ha obtenido algún grado de logro espiritual. El término *rishi* por lo tanto nunca ha significado específicamente a una persona que ha «visto» u obtenido el auto-conocimiento verdadero, y el término *maharishi* tampoco. Los pocos *rishis*, tales como Vasishtha, y después Viswamitra, que obtuvieron el verdadero conocimiento del *brahman*, la realidad absoluta o Dios, fueron llamados no meramente *maharishis* sino *brahma-rishis*, un término que denota a un *rishi* del orden más alto. Por consiguiente, muchas gentes sienten que no es particularmente apropiado aplicar el título de «Maharshi» a Sri Ramana, que había obtenido el conocimiento verdadero del *brahman*, y que, por lo tanto, puede ser descrito acertadamente como no siendo nada menos que un *brahma-rishi*.

Además de no ser particularmente apropiado, el título de «Maharshi» suena más frío y distante cuando se aplica a Sri Ramana, de modo que en lugar de referirse a él como «el Maharshi», sus discípulos y devotos usualmente prefieren referirse a él por el título más afectivo y respetuoso de «Bhagavan». Por lo tanto, si estuviese escribiendo este libro para gentes que son ya sus seguidores, de acuerdo con la costumbre usual me referiría a él como «Bhagavan» o «Sri Bhagavan». Sin embargo, puesto que estoy escribiéndolo para una audiencia más amplia, y particularmente para gentes que no tienen conocimiento previo de sus enseñanzas, me referiré a él por su nombre personal «Sri Ramana» o «Bhagavan Ramana».

No obstante, por cualquier nombre que yo o cualquier otro se refiera a él, para todos aquellos que han seguido sus enseñanzas y obtenido con ello el estado dichoso del auto-conocimiento verdadero, él es «Ramana», el amado dador de gozo, y «Bhagavan», una graciosa incorporación de Dios, la realidad suprema, que él descubrió que era su propio sí mismo verdadero, y que impulsó y guió a cada uno de nosotros a descubrir igualmente como nuestro sí mismo verdadero. Sri Ramana no es meramente una persona individual que vivió en algún tiempo en el pasado, ni pertenece a ninguna religión o cultura particular. Él es el espíritu eterno e ilimitado, la realidad última y absoluta, nuestro sí mismo verdadero, y como tal él vive siempre dentro de cada uno como la consciencia de ser pura y esencial, que cada uno puede experimentar como «yo soy».

Bhagavan Sri Ramana nunca buscó por sí mismo enseñar a nadie la verdad que él había llegado a conocer, debido a que en su experiencia solo existe esa verdad —la consciencia «yo soy»—, y, por consiguiente, no hay ninguna persona para dar o recibir ninguna enseñanza. Sin embargo, aunque interiormente él sabía que la consciencia es la única realidad, no obstante él era externamente una personificación del amor, la compasión y la bondad, debido a que, sabiendo que tanto él mismo como todas las otras cosas no son nada sino la consciencia «yo soy», él se veía a sí mismo en todo, y, por consiguiente,

amaba literalmente a todos los seres vivos como su propio sí mismo. Por lo tanto, cuando las gentes le hacían preguntas sobre la realidad y los medios de obtenerla, él respondía pacientemente a sus preguntas, y así, sin ninguna volición por su parte, reveló gradualmente una riqueza de enseñanzas espirituales.

Muchas de las respuestas que dio así fueron registradas en escritura, con más o menos precisión, por sus devotos y discípulos, pero el registro más preciso y más auténtico de sus enseñanzas está en la poesía que él mismo escribió, la mayor parte en tamil, y también en sánscrito, telugu y malayalam. La mayoría de la poesía que escribió fue en respuesta a las peticiones hechas por sus discípulos, pero alguna fue compuesta por él espontáneamente. Su poesía se reparte en dos categorías generales —poemas que transmiten directamente enseñanzas espirituales, e himnos devocionales que transmiten enseñanzas espirituales indirectamente en el lenguaje alegórico del amor místico.

Puesto que se le hacían preguntas sobre un amplio orden de temas por gentes cuyos intereses y niveles de comprensión variaban grandemente, las respuestas que él daba eran en cada caso ajustadas a las necesidades de la persona a la que estaba hablando, y, por consiguiente, no siempre reflejan la esencia de sus enseñanzas. Por lo tanto, cuando leemos los diferentes registros de las conversaciones que tuvo con las gentes, pueden parecer contener incongruencias, y no transmitir un conjunto de enseñanzas único, claro o coherente. Sin embargo, una estimación muy clara, coherente y congruente de sus enseñanzas centrales, puede encontrarse en su poesía y otros escritos, y si leemos todos los registros de sus conversaciones a la luz de esas enseñanzas centrales, podemos comprender claramente que tenía un mensaje muy definido para todos aquellos que estaban dispuestos a escucharlo.

Antes de obtener la experiencia del auto-conocimiento verdadero, Sri Ramana no había leído ni escuchado nada que describiera esa experiencia, o que le preparara de alguna manera para ella. Habiendo crecido en una familia normal de brahmines del sur de la India, estaba familiarizado con las formas exteriores de la religión hindú y con unos cuantos textos devocionales, y habiendo sido educado en una escuela misionera cristiana, estaba familiarizado con las formas exteriores del cristianismo y con la Biblia. Además, habiendo tenido algunos amigos de la infancia que eran de familias musulmes, también tenía alguna familiaridad con las formas exteriores del islam. Pero aunque tenía una idea general de que todas estas religiones eran solo diferentes maneras de adorar al mismo Dios, no había tenido oportunidad de aprender nada sobre la esencia interna real que yace detrás de las formas exteriores de todas las religiones.

Por lo tanto, las enseñanzas que dio años después estaban sacadas enteramente de su propia experiencia interna, y no se originaron en ningún aprendizaje externo. Sin embargo, siempre que alguien le pedía que explicase algún texto sagrado o espiritual, él lo leía y a menudo reconocía que de una manera u otra estaba expresando la verdad que era su propia experiencia. Así pues, era capaz de interpretar tales textos con autoridad y de explicar su significado interno en palabras claras y simples. Puesto que el ambiente

cultural y religioso en el que vivió era predominantemente hindú, y puesto que la mayoría de las gentes que buscaban su guía espiritual eran nacidos hindúes o estaban familiarizados con la filosofía tradicional hindú, los textos que más a menudo se le pedía que explicara eran los de la tradición filosófica hindú conocida como el *vedanta advaita*. Así pues, las enseñanzas de Sri Ramana a menudo son identificadas con el *vedanta advaita* y son tomadas como una expresión o interpretación moderna de esa antigua filosofía.

La palabra *vedanta* significa literalmente la «conclusión» o «fin» (*anta*) del «conocimiento» (*veda*), y denota las conclusiones filosóficas de los Vedas. Estas conclusiones filosóficas están contenidas en textos védicos conocidos como las *Upanishads*, y más tarde fueron expresadas más claramente y en gran detalle en otros dos textos antiguos conocidos como los *Brahma Sutras* y la *Bhagavad Gita*. Estos tres cuerpos de literatura, que son conocidos como la «triple fuente» (*prasthanatraya*) del *vedanta*, han sido interpretados de muchas maneras diferentes, dando surgimiento a tres sistemas distintos de filosofía *vedántica*, a saber, el sistema monista puro conocido como *advaita*, el sistema dualista conocido *dvaita*, y el sistema monista calificado conocido como *visishtadvaita*. De estos tres sistemas de filosofía, el *advaita* no es solo el más radical sino también la interpretación menos sinuosa de la antigua *prasthanatraya* del *vedanta*, y, por consiguiente, es ampliamente reconocido como el *vedanta* en su forma más pura y más verdadera.

Sin embargo, el *advaita* es más que una simple interpretación erudita de algunos textos antiguos. Lo mismo que la literatura de cualquier otro sistema de filosofía religiosa o espiritual, la literatura del *advaita* incluye una gran suma de material elaborado y abstracto escrito por y para los eruditos, pero ese material no es la esencia o la base de la filosofía *advaita*. La vida y el corazón del *vedanta advaita* está en un número de textos cruciales que contienen las enseñanzas y escritos de sabios como Sri Ramana que habían obtenido el auto-conocimiento verdadero, y cuyas palabras reflejan por lo tanto su propia experiencia directa de la realidad. Así pues, el *vedanta advaita* es un sistema de filosofía espiritual que está basado no solo en el mero razonamiento o especulación intelectual, sino en la experiencia de sabios que han obtenido el conocimiento directo de la realidad no-dual que subyace a la apariencia de toda multiplicidad.

La palabra *advaita* significa literalmente «no-dos» o «no-dualidad», y denota la verdad experimentada por los sabios —la verdad de que la realidad es solo una, un único todo ininterrumpido que es completamente exento de dualidad o multiplicidad. Acordemente a los sabios que han obtenido el auto-conocimiento verdadero, toda multiplicidad es una mera apariencia, una visión distorsionada de la única realidad, como la apariencia ilusoria de una serpiente vista bajo una débil luz. Lo mismo que la realidad subyacente a la apariencia ilusoria de la serpiente es solo una cuerda tirada en el suelo, así también la realidad subyacente a la apariencia ilusoria de la multiplicidad es solo la consciencia de ser no-dual que cada uno de nosotros experimenta como «yo soy».

Las enseñanzas de Sri Ramana son identificadas por lo tanto con el *vedanta advaita* por tres razones principales: primeramente debido a que él experimentó y enseñó la misma realidad no-dual que fue experimentada por los sabios cuyas enseñanzas y escritos formaron el fundamento de la filosofía *vedanta advaita*; en segundo lugar debido a que a él a menudo se le pedía que explicara y elucidara diversos textos de la literatura clásica del *vedanta advaita*; y en tercer lugar debido a que en sus enseñanzas él hizo un uso libre aunque selectivo de la terminología, conceptos y analogías usados en esa literatura clásica. La razón de que usara así la terminología y los conceptos del *vedanta advaita* más que los de cualquier otra tradición espiritual, tal como el budismo, el taoísmo, el judaísmo o el misticismo cristiano o el sufismo, es que la mayoría de las gentes que buscaban su guía espiritual estaban más familiarizados con el *vedanta advaita* que con esas otras tradiciones espirituales, y, por consiguiente, era más fácil para ellos comprender tal terminología y conceptos. Sin embargo, siempre que alguien le pedía que elucidara algún texto o pasaje de la literatura de esas otras tradiciones espirituales, él lo hacía con la misma facilidad, claridad y autoridad con la que elucidaba los textos del *vedanta advaita*.

Aunque en sus enseñanzas Sri Ramana tomaba algo de la terminología, conceptos y analogías usados comúnmente en la literatura clásica del *vedanta advaita*, sus enseñanzas no son meramente una repetición de las antiguas y familiares enseñanzas contenidas en esa literatura. Debido a que estaba enseñando la verdad que había conocido de su propia experiencia directa, y no meramente aprendida de libros, él era capaz de dejar de lado toda la densa suma de argumentos y conceptos no-esenciales, complejos y pesados encontrados en esa literatura, y arrojar una luz clara y fresca sobre la esencia interna del *vedanta advaita*.

En sus enseñanzas él ha revelado el verdadero espíritu del *vedanta advaita* de una manera clara y simple que puede ser comprendida fácilmente incluso por gentes que no tienen conocimiento previo de tal filosofía. Además, la simplicidad, claridad e inmediatez de sus enseñanzas han ayudado a aclarar la confusión creada en las mentes de muchas gentes que han estudiado la literatura clásica del *vedanta advaita*, pero han sido confundidas por las muchas interpretaciones erróneas bien establecidas de ella, hechas por eruditos que no tenían ninguna experiencia directa de la verdad. En particular, sus enseñanzas han aclarado muchas incomprendiones que habían existido durante mucho tiempo sobre la práctica del *vedanta advaita*, y han revelado claramente el medio por el que podemos obtener la experiencia del auto-conocimiento verdadero.

Puesto que el medio para obtener el auto-conocimiento es por alguna razón rara vez expuesto en términos claros y llanos en la literatura clásica del *vedanta advaita*, existen muchos conceptos erróneos sobre la práctica espiritual propugnada por el *vedanta advaita*. Por lo tanto, quizás la contribución más significativa hecha por Sri Ramana a la literatura del *vedanta advaita* está en el hecho de que en sus enseñanzas él ha revelado

en términos muy claros, precisos y llanos el medio práctico por el que puede ser obtenido el auto-conocimiento.

No solo ha explicado este medio práctico muy claramente, también ha explicado exactamente cómo nos conducirá infaliblemente al estado de auto-conocimiento, y por qué es el único medio que puede hacerlo. A diferencia de muchos de los textos antiguos del *vedanta advaita*, las enseñanzas de Sri Ramana están centradas enteramente en torno al medio práctico por el que podemos obtener el auto-conocimiento, y todo lo que enseñó respecto a cualquier aspecto de la vida tenía como único propósito dirigir nuestras mentes hacia esta práctica.

Aunque este medio práctico es esencialmente muy simple, para muchas gentes parece difícil de comprender, debido a que no es una acción o estado de «hacer», ni implica ninguna forma de atención objetiva. Puesto que la práctica es así un estado más allá de toda actividad mental —un estado de no-hacer y de atención no-objetiva— ninguna suma de palabras puede expresarlo perfectamente. Por lo tanto, para que podamos comprenderlo y practicarlo, Sri Ramana lo ha expresado y descrito de diversas maneras diferentes, cada una de las cuales sirve como una valiosa indicación que nos ayuda a conocer y ser la consciencia pura que es nuestro sí mismo verdadero.

Sri Ramana habló y escribió mayoritariamente en tamil, su lengua materna, pero también fue un conversador en sánscrito, telugu, malayalam e inglés. El tamil es el miembro superviviente más antiguo de la familia de lenguas dravidianas, y tiene una antigua y rica literatura clásica. Aunque en sus orígenes pertenece a una familia de lenguas que es enteramente independiente de la familia indo-europea, durante los pasados dos mil años más o menos la literatura tamil ha hecho un uso rico y abundante de palabras tomadas del sánscrito, el miembro superviviente más antiguo de la familia indo-europea. Por lo tanto, la mayoría de los términos que Sri Ramana usaba para describir el medio práctico por el que podemos obtener el auto-conocimiento, son palabras tamiles o palabras de origen sánscrito que son usadas comúnmente en la literatura espiritual tamil.

Las palabras que usaba así en tamil han sido traducidas al inglés por una variedad de palabras diferentes, algunas de las cuales transmiten el significado y espíritu de sus palabras originales más clara y acertadamente que otras. Quizá dos de los términos más claros y más simples utilizados en inglés para transmitir el sentido de las palabras que él usaba en tamil para describir el medio práctico para obtener el auto-conocimiento son «auto-atención» y «auto-permanencia». El término «auto-atención» denota el aspecto «conocer» de la práctica, mientras que el término «auto-permanencia» denota su aspecto «ser».

Puesto que el sí mismo real, que es auto-consciencia no-dual, se conoce a sí mismo no por un acto de conocimiento sino meramente siendo él mismo, el estado de conocer el sí mismo real es solo el estado de ser nuestro sí mismo real. Así pues, prestar atención a la auto-consciencia y permanecer como la auto-consciencia, son una y la misma cosa. Todas las demás palabras que Sri Ramana usaba para describir la práctica, pretenden ser

indicaciones que ayuden a clarificar qué es realmente este estado de «auto-atención» o «auto-permanencia».

Unos pocos de los términos que él usaba para describir la práctica de la «auto-atención» o «auto-permanencia» son de hecho términos usados ya en algunos de los textos clásicos del *vedanta advaita*. Sin embargo, aunque tales textos han usado algunos de los mismos términos que Sri Ramana usaba para expresar la práctica, rara vez han explicado el verdadero alcance de esos términos de una manera clara y llana. Así pues, incluso después de estudiar a fondo la literatura clásica del *vedanta advaita*, muchas gentes se quedan solo con una vaga comprensión de lo que pueden hacer para obtener el auto-conocimiento. Como resultado de ello, surgieron muchas concepciones erróneas sobre la práctica del *vedanta advaita*, y algunas de estas equivocaciones han estado prevaleciendo entre los estudiantes y eruditos del *vedanta advaita* desde tiempos inmemoriales.

Uno de los términos que aparece en la literatura clásica del *vedanta advaita* y que Sri Ramana usaba frecuentemente para denotar la práctica de la auto-atención es *vichara*, pero la significación de este término no era comprendida claramente por la mayoría de los eruditos tradicionales del *vedanta advaita*. Acordemente al diccionario sánscrito-inglés de Monier-Williams, el término *vichara* tiene varios significados, incluyendo «ponderación, deliberación, consideración, reflexión, examen, investigación», y es en este sentido como esta misma palabra es usada tamil, como está claro en el léxico tamil, que la define como «deliberación» o «consideración», y como «examen imparcial con miras a llegar a la verdad» o «investigación». Por lo tanto, el término *atma-vichara*, que Sri Ramana usaba frecuentemente para describir la práctica por la que podemos obtener el auto-conocimiento, significa «auto-investigación» o «auto-examen», y denota la práctica de examinar, inspeccionar o escudriñar la consciencia fundamental y esencial «yo soy» con un poder de atención agudo y concentrado.

Aunque el término *atma-vichara* puede ser traducido en inglés mejor como «auto-investigación», «auto-examen», «auto-inspección», «auto-escrutinio», «auto-contemplación», o simplemente «auto-atención», en la mayoría de las traducciones inglesas de las enseñanzas de Sri Ramana ha sido traducido como «auto-indagación». Esta elección de la palabra inglesa «indagación» para traducir *vichara* ha tenido consecuencias desafortunadas, debido a que ha creado una impresión en las mentes de algunas gentes de que *atma-vichara*, o la *vichara* «¿quién soy yo?» como Sri Ramana lo llamaba a menudo, es un proceso de cuestionarse o preguntarse a uno mismo «¿quién soy yo?» Esto es claramente una interpretación errónea, debido a que en sánscrito, la palabra *vichara* significa «indagación» en el sentido de «investigación» más bien que en el sentido de «preguntar». Cuando Sri Ramana hablaba de la *vichara* «¿quién soy yo?», no pretendía dar a entender que podemos obtener la experiencia no-dual del auto-conocimiento verdadero simplemente preguntándonos «¿quién soy yo?» La *vichara* «¿quién soy yo?» es una investigación, examen o escrutinio de la consciencia funda-

mental «yo soy», debido a que solo escudriñando o inspeccionando agudamente la consciencia «yo» podemos descubrir quién somos realmente —qué es efectivamente esta consciencia «yo».

Además de describir el medio para obtener el auto-conocimiento con el uso de términos que significan «auto-atención» o «auto-permanencia», Sri Ramana lo describió también con términos que significan «auto-entrega» o «auto-negación». Al usar estos últimos términos, él afirmaba que la meta última de todas las formas de devoción dualista — devoción a un Dios que es concebido como otro que el devoto— es de hecho el estado no-dual del auto-conocimiento verdadero. Para conocer nuestro sí mismo verdadero, debemos abandonar la identificación con el sí mismo individual falso que ahora tomamos erróneamente como «yo». Por lo tanto, entregar o negar el sí mismo personal —la mente, que es la consciencia confusa y distorsionada «yo soy este cuerpo, una persona llamada fulanita»— es esencial si queremos conocer la verdadera consciencia inadulturada «yo soy», que es nuestro sí mismo real.

El sí mismo individual, que es la consciencia limitada y distorsionada que llamamos la «mente» o «ego», y que en la terminología teológica es llamado nuestra «alma», nutre su existencia aparente prestando atención a otras cosas apartede sí mismo. Cuando dejamos de prestar atención a otras cosas, como en el sueño profundo, la mente o sí mismo individual se sumerge, pero tan pronto como comenzamos a pensar en otras cosas, surge y florece de nuevo. Sin pensar en otras cosas aparte de «yo», la mente no puede permanecer. Por lo tanto, cuando tratamos de volver la atención desde todos los objetos hacia la consciencia fundamental «yo», estamos entregando o negando el sí mismo individual, la mente o ego. La auto-atención o auto-permanencia es así el medio perfecto para obtener el estado de «auto-entrega» o «auto-negación».

Por esto es por lo que en el verso 31 de *Vivekachudamani* Sri Adi Sankara define *bhakti* o «devoción» como *sva-svarupa-anusandhana* o «auto-atención», la investigación o inspección íntima de la forma o naturaleza verdadera, que es la consciencia fundamental y esencial de nuestro ser, «yo soy». Sri Ramana expresa la misma verdad en el verso 15 de *Upadesa Tanippakkal*, pero al mismo tiempo explica por qué es ello así:

Puesto que Dios existe como *atma* [nuestro «espíritu» esencial o sí mismo real], *atma-anusandhana* [auto-investigación, auto-inspección o auto-atención] es *parama-isa-bhakti* [suprema devoción a Dios].

Él también expresa una idea similar en el párrafo trece de su breve tratado *Nan Yar?* (¿Quién soy yo?):

Estar completamente absorbido en *atma-nishtha* [auto-permanencia, el estado de ser solo como realmente somos], sin dar el más mínimo espacio al surgimiento de nin-

gún pensamiento otro que *atma-chintana* [el pensamiento de nuestro sí mismo real], es darnos a Dios...

Las gentes que practican la devoción dualista, creen que la forma más alta de devoción a Dios —la forma más pura de amor— es entregarnos completamente a él. Para entregarse a él, ellos tratan de negarse a sí mismos abandonando su apego a todo lo que consideran como «mío», y en particular renunciando a su propia voluntad individual. Así pues, la plegaria última de todo devoto verdadero es, «Hágase tu voluntad —no mi voluntad, sino solo la tuya».

Sin embargo, mientras la mente exista, inevitablemente tendrá una voluntad suya propia. El deseo y el apego son inherentes a la mente, el material mismo del cual ella está hecha. Por lo tanto, mientras nos sintamos como un «yo» individual, tendremos también una voluntad individual, y sentiremos un sentido de apego a «mío». La única manera en que podemos entregar nuestra voluntad y abandonar todos los apegos, es entregando la mente que tiene una voluntad individual y siente apego al cuerpo y a otras posesiones.

Tratar de entregar nuestra voluntad individual y el sentido de «mío» —los deseos y apegos— sin entregar efectivamente la individualidad, el ego o sentido de ser un «yo» separado, es como cortar las hojas y las ramas de un árbol sin cortar su raíz. Hasta que y a no ser que cortemos la raíz, las ramas y hojas continuarán brotando una y otra vez. Similarmente, hasta que y a no ser que entreguemos el ego, la raíz de todos los deseos y apegos, todos nuestros esfuerzos por abandonar los deseos y apegos fracasarán, debido a que continuarán brotando una y otra vez en una forma sutil u otra. Por lo tanto la auto-entrega solo puede ser completa y final cuando el sí mismo individual, la consciencia limitada que llamamos «mente» o «ego», es entregada completamente.

Mientras sintamos que existimos como un individuo que está separado de Dios, no nos hemos entregado completamente a él. Aunque en verdad somos solo la consciencia pura, ilimitada y no-personal «yo soy», que es el espíritu o forma verdadera de Dios, sentimos que estamos separados de él debido a que nos tomamos erróneamente por una consciencia individual limitada que se ha identificado con un cuerpo particular.

Esta consciencia individual —nuestra sensación «yo soy una persona, un individuo separado, una mente o alma confinada dentro de los límites de un cuerpo»— es meramente una imaginación, una forma falsa y distorsionada de la consciencia pura «yo soy», pero, sin embargo, es la causa raíz de todo deseo y toda miseria. A no ser que abandonemos esta consciencia individual, esta noción falsa de que estamos separados de Dios, nunca podremos ser libres del deseo, ni de la miseria, que es la consecuencia inevitable del deseo.

Por consiguiente, la verdadera auto-entrega no es sino abandonar la noción falsa de que estamos separados de Dios. Para abandonar esta noción falsa, debemos saber quién

somos realmente. Y para saber quién somos realmente, debemos prestar atención a la consciencia que sentimos ser «yo».

Aunque la consciencia que ahora sentimos ser «yo» es solo una consciencia falsa, una forma limitada y distorsionada de la consciencia real que es Dios, al prestarle atención agudamente podemos conocer la consciencia real que le subyace. Es decir, prestar atención agudamente a esta forma de consciencia falsa es similar a mirar de cerca una serpiente que imaginamos que vemos yaciendo en el suelo, bajo la débil luz del crepúsculo. Cuando miramos de cerca la serpiente, descubrimos que de hecho no es nada sino una cuerda. Similarmente, si prestamos atención agudamente a la consciencia individual limitada y distorsionada que ahora sentimos ser «yo», descubriremos que de hecho no es nada sino la consciencia real e ilimitada «yo soy», que es Dios. Lo mismo que la apariencia ilusoria de la serpiente se disuelve y desaparece tan pronto como vemos la cuerda, así también la sensación ilusoria de que somos una consciencia individual separada confinada dentro de los límites de un cuerpo, se disolverá y desaparecerá tan pronto como experimentemos la pura consciencia no-dual, que es la realidad tanto de nosotros como de Dios.

Así pues, solo podemos obtener la auto-entrega completa y perfecta sabiéndonos ser la consciencia real que es exenta de toda dualidad y separatividad. Sin conocer nuestro sí mismo verdadero, no podemos entregar el sí mismo falso, y sin entregar el sí mismo falso, no podemos conocer nuestro sí mismo verdadero. La auto-entrega y el auto-conocimiento son así inseparables, como las dos caras de una hoja de papel. De hecho, los términos «auto-entrega» y «auto-conocimiento» son solo dos maneras de describir uno y el mismo estado —el estado de pura consciencia no-dual exenta de individualidad.

Puesto que el auto-conocimiento verdadero es por lo tanto el estado en el que la consciencia individual, la mente o ego, es conocida como una apariencia falsa que nunca existió excepto en su propia imaginación, Sri Ramana a menudo lo describe como el estado de «no-egoidad», «pérdida de individualidad» o «destrucción de la mente». Otro término que se usa comúnmente, tanto en el budismo como en el *vedanta advaita*, para describir este estado de aniquilación o extinción de nuestra identidad personal, es *nirvana*, una palabra que significa literalmente «apagado» o «extinguido». Éste es el mismo estado al que la mayoría de religiones se refieren como «liberación» o «salvación», debido a que solo en este estado de auto-conocimiento verdadero estamos libres o salvados de la esclavitud de tomarnos erróneamente por un individuo separado, una consciencia que está confinada dentro de los límites de un cuerpo físico.

La única realidad que existe y es conocida en este estado de no-egoidad, *nirvana* o salvación es la consciencia fundamental y esencial «yo soy». Puesto que no se identifica a sí misma con ningún adjunto limitativo, la consciencia esencial y pura «yo soy» es un todo único, ininterrumpido e ilimitado, del que nada puede existir separado. Toda la

diversidad y multiplicidad que parece existir mientras nos identificamos con un cuerpo físico, es conocida solo por la mente, que es meramente una forma distorsionada y limitada de la consciencia original «yo soy». Si esta consciencia «yo soy» no existiera, nada más podría parecer existir. Por lo tanto, la consciencia fundamental «yo soy» es la fuente y origen de todo conocimiento —la única base de todo lo que parece existir.

La consciencia esencial «yo soy» es así la realidad última, la fuente original de la que todo surge, y el destino final hacia el que todas las religiones y tradiciones espirituales buscan conducirnos. La mayoría de las religiones llaman a esta realidad fundamental «Dios» o el «Ser Supremo», o también se refieren a ella de una manera más abstracta como el estado de ser verdadero. Pero por cualquier nombre que la llamen —y ya sea que la describan como un ser o como un estado de ser —la verdad es que la realidad suprema y absoluta no es nada sino nuestro ser, la consciencia que experimentamos como «yo soy».

En su forma verdadera, su naturaleza esencial, Dios no es algo o alguien que exista fuera o separado de nosotros, sino que es el espíritu o consciencia que existe dentro de nosotros como nuestra naturaleza esencial. Dios es la pura consciencia «yo soy», la forma verdadera de la consciencia que no está limitada al identificarse con un cuerpo físico o con cualquier otro adjunto. Pero cuando nosotros, que somos esa misma consciencia pura «yo soy», nos identificamos con un cuerpo físico, sintiendo «yo soy este cuerpo, soy una persona, un individuo confinado dentro de los límites del tiempo y el espacio», devenimos la mente, una forma de consciencia falsa e ilusoria. Debido a que de esta manera nos identificamos con adjuntos, nos separamos aparentemente de la pura consciencia sin-adjuntos «yo soy», que es Dios. Al imaginarnos así como un individuo separado de Dios, violamos su totalidad ilimitada y su unidad indivisa.

La meta interna de todas las religiones y tradiciones espirituales, es liberarnos de este estado ilusorio en el que nos imaginamos que estamos separados de Dios, la única realidad ilimitada e indivisa. Por ejemplo, en el cristianismo este estado en el que violamos la unidad y totalidad de Dios al imaginarnos como un individuo separado de él, es llamado el «pecado original», que es la causa raíz de toda miseria e infelicidad. Debido a que solo podemos devenir libres de este «pecado original» conociendo la verdad, Cristo dijo, «...conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres» (*San Juan* 8.32). La verdad que debemos conocer para ser hechos libres, es la verdad de que no somos nada sino la pura consciencia «yo soy» sin-adjuntos —ese «yo soy» que es la forma verdadera de Dios, como fue descubierto por él cuando reveló su identidad a Moisés diciendo, «YO SOY EL QUE SOY» («*ehyeh asher ehyeh*» —*Éxodo* 3.14).

«Conocer la verdad» no significa conocerla teóricamente, sino conocerla como una experiencia directa e inmediata. Para destruir la ilusión de que somos una consciencia individual limitada, una persona separada del todo perfecto que es llamado Dios, debemos experimentarnos como la pura consciencia «yo soy» ilimitada e indivisa. Por lo

tanto, para conocer la verdad y con ello ser hechos libres de la ilusión llamada «pecado original», debemos morir y nacer de nuevo —debemos morir a la carne y nacer de nuevo como el espíritu. Por eso es por lo que Cristo dijo, «A no ser que un hombre nazca de nuevo, no puede ver el reino de Dios... A no ser que un hombre nazca de... el Espíritu, él no puede entrar en el reino de Dios. Eso que nace de la carne es carne; y eso que nace del Espíritu es espíritu» (*San Juan* 3.3 y 3.5-6).

Es decir, para experimentar y entrar dentro del verdadero estado de Dios, debemos dejar de existir como un individuo separado, como una consciencia que se identifica con la carne y con todas las limitaciones de la carne, y debemos redescubrirnos como el espíritu ilimitado e ininterrumpido, la pura, inadulterada e infinita consciencia «yo soy», que es la realidad absoluta que llamamos «Dios». Cuando nos identificamos con un cuerpo hecho de carne, devenimos esa carne, pero cuando dejamos de identificarnos con esa carne y nos conocemos como mero espíritu, nacemos de nuevo como nuestra naturaleza original, el espíritu puro o consciencia «yo soy».

La necesidad para nosotros de sacrificar la individualidad para nacer de nuevo como el espíritu, es un tema recurrente en las enseñanzas de Jesucristo. «Si el grano de trigo no cae en la tierra y muere, quedará solo: pero si muere, dará mucho fruto. El que ama su vida la pierde; y el que aborrece su vida en este mundo la guardará para la vida eterna» (*San Juan* 12.24-25). «Quienquiera que busque salvar su vida la perderá; y quienquiera que pierda su vida la conservará» (*San Lucas* 17.33). «Y él que no toma su cruz, y sigue en pos de mí, no es digno de mí. El que halla su vida la perderá; y el que pierda su vida por amor de mí, la hallará» (*San Mateo* 10.38-39). «El que quiera venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz y sígame. Pues el que quiera salvar su vida la perderá; y el que pierda su vida por mí, la hallará. ¿Qué aprovecha al hombre ganar todo el mundo si pierde su alma? ¿O qué podrá dar el hombre a cambio de su alma?» (*San Mateo* 16.24-26, y también *San Marcos* 8.34-37 y *San Lucas* 9.23-25).

Es decir, para redescubrir la vida verdadera y eterna como el espíritu, debemos perder la vida falsa y transitoria como un individuo. Si buscamos guardar la individualidad falsa, estaremos perdiendo en efecto nuestro espíritu real. Éste es el precio que tenemos que pagar para vivir como un individuo en este mundo. Por lo tanto, todo lo que podemos ganar u obtener en este mundo, lo hacemos al precio de perder nuestro sí mismo real, el estado de perfección y totalidad (que en este contexto es lo que Cristo quiere decir con el término nuestra «propia alma»). A cambio de recobrar nuestro estado de totalidad perfecto y original, solo tenemos que abandonar la individualidad y todo lo que va con ella. ¿Qué es verdaderamente beneficioso, perder el todo y ganar meramente una parte, o abandonar una mera parte a cambio del todo?

Para abandonar o perder la individualidad, como Cristo había hecho, él dice que debemos seguirle negándonos a nosotros y llevando nuestra cruz. Negarnos a nosotros significa abstenerse de surgir como un individuo separado de Dios, que es el todo —la «plenitud de ser» o totalidad de todo lo que es. Llevar nuestra cruz significa abrazar la

muerte o destrucción de la individualidad, debido a que en los tiempos de Cristo, la cruz era un poderoso símbolo de la muerte, al ser el instrumento usual de ejecución. Así pues, aunque usara un lenguaje algo oblicuo para expresarlo, Cristo enfatizó repetidamente la verdad de que para redescubrir nuestra vida real como el espíritu, debemos sacrificar la vida falsa como un individuo.

Este sacrificio de la individualidad o identificación con la carne, y nuestra consecuente resurrección o renacimiento como el espíritu, fue simbolizado por Cristo a través de su propia crucifixión y subsecuente resurrección. Al morir en la cruz y surgir de nuevo de entre los muertos, Cristo nos dio una poderosa representación simbólica de la verdad de que para devenir libres del «pecado original» de la identificación con la carne, y con ello entrar en el «reino de Dios», debemos morir o dejar de existir como un individuo separado, y de ese modo surgir de nuevo como el espíritu puro, la consciencia infinita «yo soy».

El «reino de Dios» que podemos ver y al cual podemos entrar solo naciendo de nuevo como el espíritu, no es un lugar —algo que podamos encontrar externamente en el mundo material del tiempo y el espacio, o en algún mundo celestial llamado cielo. Cuando a Cristo se le preguntó cuándo vendría el reino de Dios, él respondió, «No viene el reino de Dios ostensiblemente. Ni podrá decirse: Helo aquí o allí; pues, ved, el reino de Dios está dentro de vosotros» (*San Lucas*, 17.20-21).

El reino de Dios no puede encontrarse ostensiblemente, es decir, por ninguna forma de atención objetiva —mirando externamente aquí o allí. No puede ser encontrado en ningún lugar fuera de nosotros, ni aquí en este mundo ni allí en el cielo, ni tampoco es ciertamente algo que vendrá en el futuro. Existe dentro de nosotros ahora. Para verlo y entrar en él, debemos volver la atención hacia dentro, retirarla del mundo externo del tiempo y el espacio que observamos por medio de la consciencia limitada a la carne que llamamos «mente», y volverla hacia nuestra verdadera consciencia «yo soy», que es la base y la realidad subyacente de la consciencia que observa, «yo soy fulano y mengano».

La exhortación «ved» que Cristo usó en el pasaje de más arriba es muy importante. Él no nos dice meramente el hecho de que el reino de Dios está dentro de nosotros, sino que nos exhorta a mirar y ver que está dentro de nosotros. Es decir, él no nos dice meramente la verdad que él vio, sino que nos dice que debemos verla cada uno por nosotros. Esta exhortación que Cristo nos hace de no mirar aquí o allí sino ver que el reino de Dios está dentro de nosotros, es la esencia de la práctica espiritual enseñada por Sri Ramana y todos los demás sabios verdaderos. Debemos abandonar la atención a todo lo que esté fuera de nosotros, y en lugar de ello debemos volver la atención hacia dentro para ver la realidad que existe dentro de nosotros.

El reino de Dios no es un lugar sino un estado —el estado de pura consciencia. Cuando lo vemos dentro de nosotros volviendo la atención hacia el núcleo más íntimo de nuestro ser, entramos dentro de él y devenimos uno con él. Éste es el estado de nacer

de nuevo como el espíritu —el estado de unión mística con Dios que todos los cristianos contemplativos buscan obtener. En este estado llamado el «reino de Dios», la pura consciencia «yo soy», que es el espíritu o forma verdadera de Dios, existe y brilla sola en todo el esplendor y la gloria de su unidad indivisa y totalidad ilimitada.

Las enseñanzas de Sri Ramana arrojan así una luz fresca sobre las enseñanzas espirituales contenidas en la Biblia. De la misma manera, arrojan también una luz fresca sobre las enseñanzas espirituales de todas las demás religiones. Aunque sus enseñanzas son fácilmente reconocidas como una expresión fresca y clara de las antiguas enseñanzas del *vedanta advaita*, de hecho clarifican la esencia interna no solo del *vedanta advaita* sino también de todas las demás tradiciones espirituales. La verdad que él enseñó no es una verdad relativa que esté limitada a alguna religión o cultura humana particular, sino la verdad absoluta que subyace a toda experiencia humana, y que es la fuente y fundamento de las enseñanzas espirituales de todas las religiones. Por razones culturales u otras, en algunas religiones esta verdad es expresada menos abierta y claramente que en otras, pero, sin embargo, es la verdad que está en el corazón de toda religión.

Aunque esta verdad no sea reconocida por la mayoría de los seguidores de las diferentes religiones, particularmente por los seguidores de aquellas religiones en las que está ocultada más oscuramente, no obstante es expresada de una manera u otra en las escrituras y los escritos filosóficos y místicos de toda religión, y puede ser discernida y reconocida por todos los que tienen ojos para verla. Las enseñanzas de Sri Ramana, si se comprenden clara y correctamente, nos dan los ojos o la visión requerida para discernirla y reconocerla dondequiera que esté expresada, sin importar cuán aparentemente oscuras puedan ser las palabras que se hayan usado para expresarla.

Todas las palabras están abiertas a la interpretación —y a la malinterpretación. Esto es particularmente verdadero para las palabras que hablan del espíritu— la realidad que está más allá de las limitaciones de la materia física, y que, por lo tanto, no puede ser percibida por los cinco sentidos, o conocida como un objeto de consciencia. Todas las interpretaciones de tales palabras caen en dos categorías distintas —interpretaciones que son estrictamente no-dualistas, que no admiten división de la realidad una y única, e interpretaciones que son o completamente dualistas, o que conceden al menos que dentro de la realidad una hay tres divisiones y distinciones que son reales. Finalmente la interpretación que cada uno de nosotros elige aceptar no depende de la verdad misma —debido a que la naturaleza de la verdad no puede ser probada objetivamente— sino de nuestras preferencias personales.

La mayoría de las gentes —tanto si mantienen creencias religiosas como si abrigan una perspectiva más materialista de la vida —prefieren adoptar un punto de vista dualista de la realidad, debido a que un punto de vista tal les asegura la realidad de su individualidad, del mundo que perciben a través de sus sentidos, y (si ellos eligen creer en Dios) de Dios como una entidad que existe separadamente. Por lo tanto, la única base

para un punto de vista dualista de la realidad, es el apego que las gentes tienen a su individualidad, al mundo que ellos piensan que les da felicidad, y a su idea de un Dios que creen que les dará las cosas que les harán felices.

No hay ninguna manera en que un punto de vista dualista de la realidad pueda ser probado como correcto y válido. Todo nuestro conocimiento de la dualidad es obtenido por la mente y existe solo dentro de la mente. Si la mente es real, entonces la dualidad puede ser real. Pero la realidad de la mente está abierta al cuestionamiento y a la duda.

Si no estamos apegados ciegamente a nuestra existencia como un individuo separado, podemos comenzar a cuestionar y a dudar la realidad de la mente. Si lo hacemos, seremos conducidos inevitablemente a un punto de vista no-dualista de la realidad. De todo el conocimiento que conocemos, el único conocimiento cuya realidad no podemos dudar razonablemente es la consciencia esencial «yo soy». El conocimiento solo puede existir si hay una consciencia para conocerlo. Puesto que todo conocimiento depende para su existencia aparente de la consciencia, la consciencia es la única verdad fundamental, irreductible e indudable de nuestra experiencia. Debido a que conocemos, la consciencia es indudablemente real.

La única cualidad esencial de la consciencia es que es siempre auto-consciente — ella conoce siempre su existencia o ser— y esa consciencia de su existencia es lo que experimentamos como «yo soy». Sin embargo, además de conocer su existencia, la consciencia a veces parece conocer otras cosas también. Cuando la consciencia parece conocer así otras cosas que ella misma, la llamamos nuestra «mente». ¿Qué es exactamente esta «mente», esta consciencia que conoce la otredad y la dualidad? ¿Es ella la forma verdadera de la consciencia o meramente una superposición falsa sobre la consciencia real «yo soy»? ¿Es real, o es meramente una apariencia falsa?

Siempre que la mente surge, surge en conjunción con un cuerpo, con el que se identifica, sintiendo «yo soy este cuerpo». Sin identificarse con un cuerpo, la mente no puede surgir. Una vez que ha surgido, identificándose con un cuerpo particular, a través de los cinco sentidos de ese cuerpo ella percibe el mundo. Así pues, la identificación de la mente con un cuerpo es fundamental para su capacidad de conocer el mundo.

¿Pero cómo surge esta identificación con un cuerpo? La mente es una forma de consciencia, mientras que este cuerpo es una forma física compuesta de materia inconsciente. Al identificarse con este cuerpo, la mente está confundiendo dos cosas diferentes como si fueran una. Está confundiendo consciencia, que no es materia física, con la forma física de este cuerpo, que no es consciencia. Por lo tanto, la mente es una forma de consciencia confusa y espuria, un fantasma que no es ni la consciencia real «yo soy», ni la forma física de este cuerpo, sino que mezcla juntas estas dos cosas diferentes, sintiendo «yo soy este cuerpo».

Aunque la mente usurpa las propiedades tanto de la consciencia «yo soy» como de este cuerpo físico, de hecho no es ninguna de estas dos cosas. Puesto que ella aparece y desaparece, y padece cambio constantemente, no es la consciencia real «yo soy», que ni

aparece ni desaparece, sino que existe y conoce su existencia en todos los tiempos y en todos los estados sin sufrir nunca ningún cambio. Y puesto que la mente es consciente, no es este cuerpo, que es materia inconsciente.

Además, la mente no identifica siempre el mismo cuerpo como «yo». En la vigilia toma un cuerpo como «yo», pero en cada sueño toma algún otro cuerpo como «yo». Puesto que puede identificarse con diferentes cuerpos en diferentes tiempos, realmente no puede ser ninguno de esos cuerpos.

Al identificarse con un cuerpo, la mente se engaña experimentando la consciencia «yo soy» como algo confinado dentro de los límites de un cuerpo, y un cuerpo compuesto de materia inconsciente como algo que está dotado de consciencia. Si la mente no se engañara a sí misma de esta manera, no existiría como una entidad separada llamada «mente», sino que permanecería como pura consciencia, no-tocada por ninguna forma de limitación. Debido a que la naturaleza misma de la mente es engañarse a sí misma experimentando que ella es lo que no es, Sri Ramana dijo que la mente misma es *maya*, el poder de engaño, ilusión o auto-decepción primordial —el poder que hace que lo que es real parezca ser irreal, y lo que es irreal parezca ser real.

En el sueño con sueños la mente proyecta un cuerpo imaginario, que ella identifica como «yo», y a través de los cinco sentidos de ese cuerpo percibe un mundo imaginario. Mientras la mente continúa en ese estado de sueño, toma el cuerpo y el mundo que experimenta en el sueño como reales. Por absurdas que puedan parecer algunas de las cosas que experimenta, la mente continúa engañándose a sí misma creyendo que esas cosas son reales. Mientras la mente se experimenta a sí misma como un cuerpo, no puede sino experimentar como real todo lo que percibe a través de los sentidos de ese cuerpo. Pero cuando despertamos de un sueño, dejamos de experimentar el cuerpo soñado como «yo», y simultáneamente dejamos de experimentar el mundo soñado como real.

Así pues, por nuestra experiencia en el sueño con sueños, y por la experiencia contrastada al despertar del sueño, podemos comprender claramente que por el poder de su imaginación la mente tiene la capacidad de crear un mundo de dualidad y convencerse simultáneamente a sí misma de que ese mundo es real. Cuando sabemos que la mente tiene este poder de creación y auto-engaño simultáneos, tenemos que dudar si toda la dualidad que experimenta ahora en el estado de vigilia es otra cosa que un producto de su poder de imaginación auto-engañoso.

La única cosa de cuya realidad no podemos dudar es la consciencia de la existencia —la auto-consciencia no-dual, «yo soy». Aparte de esta consciencia no-dual y fundamental «yo soy», todo lo que experimentamos está abierto a duda. Por consiguiente, no podemos evitar dudar razonablemente de la realidad de toda dualidad, y sospechar que de hecho la única realidad es la consciencia no-dual de nuestro ser, «yo soy».

¿Por cuál patrón podemos determinar si algo es real o no? Verdaderamente, puede decirse que una cosa es real solo si es absoluta, incondicional e independientemente real, y no si su realidad es de alguna manera relativa, condicional o dependiente de otra

cosa. Por lo tanto, de acuerdo a Sri Ramana, algo puede ser llamado real solo si satisface tres criterios esenciales: debe ser eterno, sin-cambio y auto-brillante.

Si algo no es eterno, aunque pueda parecer ser real por un cierto período de tiempo, no era real antes de venir a la existencia, y no será real después de que deje de existir, de modo que de hecho es irreal incluso mientras parece ser real. Debido a que está confinado dentro de los límites del tiempo, su aparente realidad es relativa y condicional. Eso que es absoluta e incondicionalmente real debe ser real en todos los tiempos, y no puede estar limitado en relación a nada más.

Además, si algo sufre cambio durante el curso del tiempo, es una cosa en un tiempo, pero deviene otra cosa en otro tiempo, y, por consiguiente, no existe eternamente como una única cosa. Al ser impermanente, eso que cambia no es real.

Sin embargo, el criterio más importante por el que podemos determinar algo como real, es que debe ser auto-brillante. Por el término «auto-brillante», Sri Ramana quiere decir «auto-conociente» o «auto-consciente», es decir, se conoce a sí mismo por su propia luz de consciencia. Eso que es absoluta e incondicionalmente real no necesita depender de ninguna consciencia otra que ello mismo para ser conocido. Si algo depende de otra cosa para ser conocido como existente o real, entonces su realidad depende de la realidad de la consciencia que lo conoce. Puesto que no se conoce a sí mismo como real, no es real en absoluto, sino que meramente parece ser real mientras es conocido por la consciencia que lo conoce.

Medida por este patrón, la única realidad existente es la consciencia fundamental «yo soy», debido a que entre todas las cosas que experimentamos o conocemos, es la única cosa que es permanente, la única cosa que nunca sufre ningún cambio, y la única cosa que conoce su propia existencia sin la ayuda de ninguna otra cosa.

A diferencia de esta consciencia «yo soy», la mente es impermanente, debido a que aparece en los estados de vigilia y sueño con sueños, y desaparece en el sueño profundo. Incluso mientras parece existir, la mente está sufriendo cambio constantemente, pensando en una cosa en un momento y en otra cosa en otro momento. Y aunque la mente parece conocerse a sí misma por su propio poder de consciencia, de hecho la consciencia por la que se conoce a sí misma y todas las demás cosas es solo la consciencia básica «yo soy», a la que aparentemente usurpa como suya propia, pero que sin embargo es independiente de ella.

La mente es distinta de la consciencia esencial «yo soy», por cuya luz conoce aparentemente la existencia de sí misma y de otras cosas, debido a que la consciencia «yo soy» puede existir en la ausencia de la mente, como en el sueño profundo. Mientras la consciencia «yo soy» es permanente, la mente es impermanente. Mientras la consciencia «yo soy» es siempre ser sin-cambio, que permanece siempre como es, la mente es un flujo de pensamientos constantemente cambiante. Y mientras la consciencia «yo soy» es siempre consciente de su propio ser, la mente es a veces consciente de sí misma y de otras cosas, y otras veces no es consciente ni de sí misma ni de ninguna otra cosa. Por lo

tanto, la consciencia «yo soy» es real, mientras que la mente es meramente una apariencia irreal.

Si la naturaleza esencial de algo es consciencia, ello debe ser siempre consciente, porque nada puede ser nunca separado de su naturaleza esencial. Debido a que la consciencia es la naturaleza esencial de la consciencia «yo soy», ella es consciente en todos los tiempos y en todos los estados. Similarmente, debido a que la naturaleza esencial de la consciencia «yo soy» es también ser o existencia, ella existe en todos los tiempos y en todos los estados.

En contraste, puesto que la mente es consciente solo durante los estados de vigilia y de sueño con sueños, y deja de ser consciente en el sueño profundo, su naturaleza esencial no puede ser consciencia. Similarmente, puesto que existe solo en la vigilia y en el sueño con sueños, pero deja de existir en el sueño profundo, su naturaleza esencial no puede ser «ser» o existencia.

De hecho, no hay nada que pueda ser señalado como siendo la naturaleza esencial de la mente, debido a que ella no es constantemente una única cosa. El cuerpo no puede ser su naturaleza esencial, debido a que aunque se identifica con un cuerpo particular en el estado de vigilia, en el sueño con sueños se identifica con algún otro cuerpo, y en el sueño profundo no se identifica con ningún cuerpo. Similarmente, su naturaleza esencial no puede ser ningún pensamiento o aún el acto de pensar, debido a que durante los estados de vigilia y sueño con sueños, los pensamientos que piensa están cambiando constantemente, y en el sueño profundo deja de pensar todo pensamiento. Aunque la mente no tiene de hecho ninguna naturaleza esencial suya propia, en los estados de vigilia y sueño con sueños, su naturaleza esencial parece ser la consciencia. Sin embargo, puesto que deja de ser consciente en el sueño profundo, la consciencia que parece ser su naturaleza esencial en la vigilia y el sueño con sueños, es de hecho tomada por ella de la consciencia real «yo soy».

Puesto que la mente por lo tanto no tiene ninguna naturaleza esencial suya propia, podemos concluir definitivamente que no tiene ninguna realidad suya, sino que toma su realidad aparente solo de la consciencia esencial «yo soy». La mente es por lo tanto un fantasma irreal, algo que de hecho no es ni una cosa ni otra. Es una apariencia falsa, una ilusión o alucinación, una imaginación auto-engañososa que aparece y desaparece en nuestra única consciencia real «yo soy».

Sin embargo, aunque la mente se engaña a sí misma apareciendo en y como la consciencia real «yo soy», no engaña a la consciencia «yo soy», que permanece siempre como es, conociendo solo su propia existencia, y no siendo afectada por nada. Debido a que la consciencia real «yo soy» permanece siempre como pura consciencia, no tocada por el conocimiento de nada otro que sí misma, nada que aparezca o desaparezca puede afectarla nunca en lo más mínimo. Es decir, cualquier cosa que aparezca o desaparezca, sabemos siempre «yo soy».

La naturaleza esencial de la consciencia real «yo soy» es solo auto-consciencia — consciencia de nuestra existencia o ser— y no consciencia de algo otro que nosotros. Debido a que la consciencia de otras cosas aparece y desaparece, no puede ser la naturaleza esencial de la consciencia real subyacente «yo soy». En su naturaleza real y esencial, la consciencia «yo soy» es siempre sin-cambio, y siempre inafectada por ningún cambio que pueda parecer acontecer. Por lo tanto, cualquier otro conocimiento que pueda aparecer o desaparecer, no puede afectar a la consciencia fundamental de nuestro ser, «yo soy», que existe y conoce su propia existencia en todos los estados y en todos los tiempos.

La mente es por lo tanto una forma de consciencia falsa, una forma de conocimiento imaginaria, confusa y auto-engañoso, una entidad espuria que no tiene ninguna existencia real suya propia. Puesto que toda dualidad o multiplicidad es conocida solo por esta mente, depende para su existencia aparente de esta mente —esta forma de consciencia imaginaria, confusa, auto-engañoso e irreal. Por consiguiente, la mente es la causa raíz de la apariencia de la dualidad. Sin la mente para conocerla, no podría existir ninguna dualidad. Por lo tanto, la dualidad solo puede ser tan real como la mente, que la conoce. Puesto que la mente es una apariencia irreal que surge y se sumerge en la consciencia real «yo soy», toda dualidad es igualmente una apariencia irreal.

Por lo tanto, podemos concluir razonablemente que nuestra pura consciencia «yo soy» es la única realidad existente, y que la mente y toda la dualidad o multiplicidad que es conocida por ella, es solo una apariencia irreal —una apariencia que es irreal debido a que es impermanente, constantemente cambiante y dependiente para su existencia aparente de la única consciencia real «yo soy».

Así pues, si tenemos el coraje y la honestidad intelectual para dudar y cuestionar seriamente la realidad de la mente, y para analizar su naturaleza imparcialmente, seremos llevados inevitablemente a un punto de vista no-dualista de la realidad —a la conclusión de que la única realidad existente es la consciencia fundamental de nuestro ser esencial, nuestra pura auto-consciencia no-dual «yo soy», y que todo lo demás es solo una ilusión o una falsa apariencia, una imaginación creada y conocida solo por la mente imaginaria.

Esta realidad no-dual es la única verdad sobre la que hablan todas las religiones. Aunque ellas no siempre describen la naturaleza no-dual de esta verdad en términos explícitos, todas las religiones lo hacen implícitamente de una manera u otra.

Ninguna religión tiene un monopolio sobre la verdad. Lo que es verdadero en una religión es verdadero en toda religión. La verdad no puede ser nunca de ninguna manera exclusiva, debido a que si lo fuera, sería solo una verdad parcial y no toda la verdad — una verdad relativa y no la verdad absoluta. Para ser total y absolutamente verdadera, la verdad debe ser omni-inclusiva— debe ser el único todo que incluye todo dentro de sí mismo.

La única verdad total que incluye todo dentro de sí misma es el espíritu infinito, la única consciencia que todos conocemos como «yo soy». Todo lo que parece existir, existe solo dentro de esta consciencia. Aunque las múltiples formas en las que las cosas aparecen son irreales como tales, la única sustancia real de todas las cosas es la consciencia en la que ellas aparecen. Por lo tanto, la única verdad sobre la que hablan todas las religiones es el espíritu o consciencia único, omni-inclusivo y no-dual en el que todas las cosas aparecen y desaparecen.

Sin embargo, debido a que ellos interpretan las enseñanzas espirituales de su religión de una manera dualista, la mayoría de los seguidores de las diversas religiones tienden a creer que su propia religión de alguna manera tiene un monopolio o derecho exclusivo sobre la verdad, y que, por lo tanto, es el único medio para la salvación. Por ejemplo, a la largo de la historia del cristianismo, la mayoría de los cristianos ordinarios han creído que la verdadera salvación solo puede ser obtenida a través de la persona de Jesucristo, y que los ateos, agnósticos y los seguidores de otras religiones solo pueden ser salvados convirtiéndose al cristianismo. Han justificado esta creencia irracional y arrogante mediante su interpretación dualista de las palabras de Cristo, «Yo soy el camino, la verdad y la vida: ningún hombre llega al Padre sino por mí» (*San Juan* 14.6). Debido a su comprensión dualista de sus enseñanzas espirituales, ellos interpretan las palabras «yo soy» y «mí» que él usó en este pasaje para denotar solo la persona individual de Jesucristo, que nació en un cierto tiempo en un cierto lugar llamado Belén.

Sin embargo, Cristo no se tomó erróneamente a sí mismo meramente como una persona individual cuya vida estaba limitada dentro de un cierto ámbito de tiempo y espacio. Él se conocía a sí mismo como el espíritu real y eterno «yo soy», que no está limitado por el tiempo ni el espacio. Por eso es por lo que dijo, «Antes de que Abraham fuera, yo soy» (*San Juan* 8.58). La persona que fue Jesucristo, nació mucho tiempo después de Abraham, pero el espíritu que es Jesucristo existe siempre y por todas partes, trascendiendo los límites del tiempo y el espacio. Debido a que ese espíritu es atemporal, él no dijo, «Antes de que Abraham fuera, yo era», sino «Antes de que Abraham fuera, yo soy».

Ese espíritu atemporal «yo soy», que Cristo conocía así ser su propio sí mismo real, es el mismo «yo soy» que Dios reveló como su sí mismo real cuando dijo a Moisés, «YO SOY EL QUE SOY» (*Éxodo* 3.14). Por lo tanto, aunque Cristo nos parezca ser una persona individual separada, él y su Padre Dios son de hecho una y la misma realidad, el espíritu que existe dentro de cada uno de nosotros como la consciencia fundamental «yo soy». Por eso es por lo que él dijo, «Yo y [mi] Padre somos uno» (*San Juan* 10.30).

Por lo tanto, cuando Cristo decía, «Yo soy el camino, la verdad y la vida: ningún hombre llega al Padre sino por mí» (*San Juan* 14.6), por las palabras «yo soy» y «mí» él se estaba refiriendo no meramente al individuo limitado por el tiempo llamado Jesús, sino al espíritu eterno «yo soy», que él sabía ser su propio sí mismo real. El significado

interno de sus palabras, por lo tanto, puede ser expresado reescribiéndolas así, «El espíritu “yo soy” es el camino, la verdad, y la vida: ningún hombre llega al espíritu “yo soy”, que es el Padre o fuente de todas las cosas, sino por este mismo espíritu».

El espíritu «yo soy» no es solo la verdad o realidad de todas las cosas, la fuente de la que todas ellas se originan, y la vida o consciencia que anima a todo ser senciente, sino que es también el único camino por el que podemos volver a nuestra fuente original, que llamamos con diversos nombres tales como «Dios» o el «Padre». Excepto volviendo la atención dentro hacia el espíritu, la consciencia que cada uno de nosotros experimenta como «yo soy», no hay ningún camino por el que volver y devenir uno con nuestra fuente. Por lo tanto, la verdadera salvación solo puede ser obtenida no meramente a través de la persona que era Jesucristo, sino a través del espíritu que es Jesucristo —el espíritu eterno «yo soy» que existe dentro de cada uno de nosotros.

Cristo no solo afirmó su unidad con Dios, su Padre, él también quiso que deviniéramos uno con él. Antes de su arresto y crucifixión, Cristo oró por nosotros, «Padre santo, ...para que todos sean uno, como tú, Padre, estás en mí y yo en ti, para que también ellos sean en nosotros ...como nosotros somos uno: yo en ellos, y tú en mí, para que sean perfectamente uno» (*San Juan 17.11 y 21-23*). Es decir, el propósito de Cristo era que dejáramos de tomarnos erróneamente como un individuo separado de Dios y que nos conociéramos como el único espíritu indivisible, la pura consciencia fundamental «yo soy», que es la realidad de Dios. Así pues, la unidad o no-dualidad es el propósito central de las enseñanzas espirituales de Jesucristo.

Toda religión consta de un núcleo vital central de verdad no-dualista, expresada explícita o implícitamente, y una gruesa coraza externa de creencias, prácticas, doctrinas y dogmas dualistas. Las diferencias que vemos entre una religión y otra —las diferencias que a lo largo de todas las edades han dado surgimiento a tanto conflicto, intolerancia y cruel persecución, e incluso a sangrientas guerras y terrorismo— están solo en las formas superficiales de esas religiones, sus caparazones externos de creencias y prácticas dualistas.

Toda desarmonía, conflicto y contienda que existe entre una religión y otra surge debido solo a que la mayoría de los seguidores de esas religiones están demasiado apegados a un punto de vista dualista de la realidad, que limita su visión y les impide ver lo que todas las religiones tienen en común, a saber, la única verdad de la no-dualidad subyacente. Por lo tanto, la verdadera paz y armonía prevalecería entre los adherentes de las diversas religiones solo si todos ellos quisieran mirar más allá de las formas externas de esas religiones y ver la única verdad simple y común de la no-dualidad que yace en el corazón de todas ellas.

Si aceptamos y comprendemos verdaderamente la verdad de la no-dualidad, no tendremos motivo para reñir o luchar con nadie. En lugar de ello estaremos felices dejando que cada persona crea lo que quiera creer, debido a que si una persona está tan apegada

a su individualidad que no quiere dudar de su realidad, ninguna suma de razonamiento o argumento le convencerá de la verdad de la no-dualidad. Por lo tanto, nadie que comprenda verdaderamente esta verdad tratará de convencer nunca al que no quiere. Si alguien trata de forzar la verdad de la no-dualidad sobre alguien que no quiere aceptarla, sólo está mostrando su propia falta de comprensión correcta de esa verdad.

La no-dualidad no es una religión que necesite evangelistas para propagarla, o conversos que se unan a sus filas. Es la verdad, y seguirá siendo la verdad tanto si alguien elige aceptarla y comprenderla como si no. Por lo tanto, no podemos ni debemos hacer más que hacer esta verdad disponible a quienquiera que esté dispuesto a comprenderla y aplicarla en la práctica.

Muchas gentes religiosas creen que es blasfemia o sacrilegio decir que somos uno con Dios, debido a que entienden erróneamente que esta declaración significa que un individuo está pretendiendo que él mismo es Dios. Pero cuando decimos que somos Dios, lo que queremos decir no es que como un individuo separado seamos Dios, lo cual sería absurdo, sino que no somos un individuo separado de Dios. Al negar así que tengamos ninguna existencia o realidad separados de Dios, estamos afirmando que la realidad que llamamos Dios es una, total e indivisa.

Si en lugar de ello pretendiéramos que estamos en realidad separados de Dios, como la mayoría de las gentes religiosas creen que estamos, eso sería blasfemia o sacrilegio, debido a que implicaría que Dios no es la única y sola realidad. Si tuviéramos alguna realidad nuestra separada de Dios, entonces él no sería la verdad total, sino solo una parte o división de alguna verdad más grande.

Si creemos que la realidad que llamamos Dios es verdaderamente la infinita «plenitud de ser», el único todo ininterrumpido, entonces debemos aceptar que no puede existir nada como otro que él o separado de él. Solo él existe verdaderamente, y todo lo demás que parece existir como separado de él, de hecho no es nada sino una ilusión o apariencia falsa cuya única realidad subyacente es Dios. Solo en el estado de no-dualidad perfecta, está la verdadera gloria, totalidad y plenitud de Dios revelado. Mientras experimentemos un estado de aparente dualidad tomándonos erróneamente como un individuo separado de Dios, estamos degradándole y envileciéndole, negando su unidad, totalidad e infinitud indivisibles, y convirtiéndole en algo menos que la única realidad existente que él es verdaderamente.

Aunque el propósito interior de todas las religiones es enseñarnos la verdad de la no-dualidad, en sus escrituras esta verdad a menudo es expresada sólo de una manera oblicua, y solo puede ser discernida por gentes que son capaces de leer entre líneas con verdadero entendimiento y comprensión. La razón por la que la verdad no es expresada más abierta, clara y llanamente en muchas de las escrituras de las diversas religiones, es que en algún punto dado del tiempo, la mayoría de las gentes no han alcanzado todavía

un estado de madurez espiritual suficiente para ser capaces de digerirla y asimilarla, si se dice tal como es. Por eso es por lo que Cristo dijo, «Muchas cosas tengo aún que decir, más no podéis llevarlas ahora» (*San Juan* 16.12). Sin embargo, aunque la mayoría de nosotros podemos ser incapaces de soportar y aceptar la verdad cruda y desnuda de la no-dualidad ahora, con el paso del tiempo alcanzaremos finalmente la madurez espiritual requerida para comprender y aceptar la verdad como ella es, y no meramente como ahora nos gustaría que fuera.

La vida en este mundo es un sueño que está ocurriendo en el largo sueño profundo del auto-olvido —olvido o ignorancia de nuestro verdadero estado de pura auto-consciencia no-dual. Hasta que despertemos de este sueño profundo del auto-olvido recobrando nuestro estado de auto-conocimiento verdadero y natural, sueños tales como la vida presente continuarán recurriendo uno tras otro. Cuando el cuerpo presente «muerá», es decir, cuando dejemos de identificarnos con este cuerpo, que, por nuestro formidable poder de imaginación hemos proyectado ahora como «yo», y por el que vemos el mundo presente, nos sumergiremos temporalmente en el sueño del auto-olvido, pero más pronto o más tarde surgirá de nuevo para proyectar otro cuerpo soñado como nosotros y ver a través de él otro mundo soñado. Este proceso de pasar de un sueño a otro en el largo sueño profundo del auto-olvido, es lo que se llama «renacimiento».

Cuando pasamos así una vida soñada tras otra, sufrimos muchas experiencias que encienden gradualmente en nosotros una claridad de discriminación espiritual, por cuyo medio llegamos a comprender que la vida como un individuo separado es un flujo constantemente fluctuante de experiencias agradables y penosas, y que, por lo tanto, solo podemos experimentar felicidad perfecta y verdadera conociendo nuestro sí mismo real y destruyendo con ello el engaño que nos hace sentirnos como un individuo separado. Así pues, la verdad de la no-dualidad es la verdad última que todos y cada uno de nosotros llegará finalmente a comprender y aceptar.

Sin embargo, una mera comprensión y aceptación teórica de la verdad de la no-dualidad, no tiene ningún valor real para nosotros en sí misma, debido a que no eliminará el auto-olvido o la auto-ignorancia básica que subyace al engaño de la individualidad. La aceptación de la verdad de la no-dualidad solo es de utilidad si nos empuja a volver la atención hacia nuestro sí mismo real —la consciencia fundamental de ser, que cada uno de nosotros experimenta como «yo soy».

No podemos experimentar nunca la verdad de la no-dualidad estudiando meramente las escrituras u otros libros espirituales, no importa cuán correctamente podamos comprender e interpretar su significado interno. La verdad misma solo puede ser descubierta y experimentada dentro de nosotros, en el núcleo mismo de nuestro ser, y no en libros o en palabras, no importa cuán sagrados puedan ser. Los libros o las palabras solo pueden sernos de ayuda si nos capacitan para comprender que solo podemos experimentar el conocimiento verdadero retirando la atención del mundo de los objetos e ideas y volviéndola hacia la consciencia por la que todas las cosas son conocidas.

A lo largo de las edades, en toda religión y tradición espiritual auténtica, ha habido gentes que han obtenido la misma experiencia no-dual que Sri Ramana obtuvo —la experiencia del verdadero auto-conocimiento. En este libro me referiré a tales gentes como «sabios», un término que usaré no solo en el sentido general de una «persona de gran sabiduría» sino en el sentido más específico de una «persona de auto-conocimiento». Así pues, siempre que uso el término «sabio», lo uso como un equivalente del término sánscrito *jñani*, que significa una «persona de *jñana* o conocimiento [espiritual]», o más específicamente *atma-jñani*, que significa una «persona de *atma-jñana* o auto-conocimiento».

Solo porque se diga que una persona es un santo, profeta, veedor, *rishi*, místico o algún otro ser reverenciado, él o ella puede no ser necesariamente un verdadero sabio, debido a que tales apelaciones no denotan específicamente a una persona que ha obtenido el verdadero auto-conocimiento. Sin embargo, los verdaderos sabios son la crema de los santos, profetas, veedores, *rishis* y místicos de todas las religiones y todos los tiempos, y un ejemplo de tales sabios puede ser encontrado en toda religión y tradición espiritual.

Muchos de tales sabios han permanecido desconocidos para el mundo, debido a que aunque experimentaron la verdad última, nunca trataron de expresarla en palabras, o si lo hicieron, sus palabras nunca fueron registradas. No obstante, en cada cultura y en cada religión, algunos sabios han expresado la verdad escribiendo o hablando, y, por consiguiente, entre ellos han dejado al mundo un amplio legado de literatura espiritual, toda la cual testimonia la experiencia no-dual que obtuvieron.

Aunque todos los sabios semejantes han experimentado la misma verdad, las palabras que cada uno de ellos han usado para expresarla, a menudo difieren grandemente, y a veces puede parecer incluso que se contradicen entre sí. La razón de esto es que ninguna palabra puede expresar adecuadamente la verdad de la no-dualidad, debido a que está más allá del alcance de la consciencia dualista que llamamos «mente». Las palabras son un instrumento usado por la mente para transmitir sus sentimientos, ideas, percepciones y demás, todo lo cual surge de su experiencia de dualidad. Puesto que la mente es una forma de consciencia que se siente a sí misma como distinta de todo lo que conoce, solo puede conocer la dualidad, y no puede nunca conocer la realidad no-dual que la subyace.

Por lo tanto, las palabras que usan los sabios para expresar la verdad son solo indicadores, que atraen la atención hacia eso que está más allá de la mente, que sin embargo está dentro de nosotros, y que contiene dentro de sí mismo todas las cosas. El alcance verdadero de sus palabras no puede ser comprendido por la inteligencia mundana normal que utilizamos para comprender otras cosas, pero puede ser comprendido por la claridad interna que brilla naturalmente en la mente cuando la agitación de su superficie, causada por la tormenta del deseo y el apego, se calma al menos parcialmente. Si trata-

mos de experimentar la verdad que es indicada por sus palabras escudriñando la conciencia fundamental «yo soy» y cultivando con ello la pericia en el arte de solo ser, obtendremos cada vez más la claridad interna que se requiere para percibir el verdadero alcance de sus palabras.

Debido a que ninguna palabra puede expresar adecuadamente la verdad, todos los sabios la han declarado ser inefable, y, por lo tanto, muchos de ellos han elegido usar el lenguaje de la alegoría para expresar lo inexpresable. El lenguaje alegórico que los sabios han usado muy comúnmente para expresar el viaje que debemos emprender para sumergirnos en la fuente de la que somos originados, es el lenguaje del amor místico. En este lenguaje, el alma individual que busca la unión con Dios, es descrita como una muchacha joven que busca la unión con su amado. Mucha de la literatura espiritual más bella del mundo, es la poesía compuesta por los sabios en este lenguaje del amor místico, y se pueden encontrar ejemplos de tal poesía en muchas culturas diferentes. Cuando leemos tal poesía con una comprensión de la verdad de la no-dualidad, podemos ver claramente en ella una expresión inconfundible de esa verdad.

En el lenguaje de la alegoría, la verdad está implícita más que declarada explícitamente, y, por lo tanto, puede permanecer oculta a los lectores que no tienen ninguna comprensión previa de ella. Por lo tanto, algunos sabios, cuando han sido preguntados por gentes que buscan ardientemente conocer la verdad, han puesto a un lado el lenguaje de la alegoría y en su lugar han tratado de usar el lenguaje de la filosofía para expresar la verdad más explícita y claramente. Sin embargo, ni siquiera el lenguaje de la filosofía puede expresar la verdad perfectamente, sino que solo puede indicar indirectamente la naturaleza de ella y el medio para obtenerla.

La terminología filosófica que los sabios han usado en diferentes culturas y diferentes épocas para expresar la verdad, difiere grandemente, y si se comprende solo superficialmente a menudo puede parecer estar en conflicto. Por ejemplo, muchos sabios han usado términos tales como «Dios» para referirse a la realidad absoluta, mientras otros como el Buddha y Mahavira han evitado usar tal término. Esto ha llevado a algunas gentes a afirmar que tales sabios han negado la existencia de Dios. Pero tal afirmación es falsa, y surge de una comprensión demasiado simplista tanto de la realidad como del término «Dios».

El único propósito de las enseñanzas del Buddha y Mahavira, como la de todos los demás sabios, era conducirnos a la única realidad absoluta. La terminología que usó cada uno cuando hablaba sobre esa realidad, puede variar, pero la realidad sobre la que todos hablaron es la misma. Esa realidad solo puede ser conocida por la experiencia no-dual directa, y nunca puede ser concebida por la mente, ni expresada con palabras. Al ser infinita, trasciende todas las cualidades conceptuales que nuestras mentes finitas le atribuyen, de modo que no puede ser descrita correctamente como esto o eso. Es todo, y al mismo tiempo es nada. Por lo tanto, es igualmente correcto, y también igualmente incorrecto, referirse a ella como «Dios» o no referirse a ella como «Dios».

El término «Dios» no tiene ningún significado fijo. En ciertos contextos significa una cosa, y en otros contextos significa otra cosa, debido a que es un nombre dado a un amplio rango de nociones que las gentes tienen sobre la realidad suprema o última. Algunas de nuestras nociones sobre Dios son decididamente antropomórficas, mientras que otras son más abstractas, pero ninguna de ellas son enteramente correctas o enteramente incorrectas.

Por lo tanto, en el *vedanta* se hace una distinción entre dos formas básicas de Dios. Una forma se llama el *brahman saguna*, que significa «*brahman* con *gunas*», y la otra forma se llama el *brahman nirguna*, que significa «*brahman* sin *gunas*». La palabra *brahman* significa la realidad absoluta, el ser supremo o Dios, y la palabra *guna* significa cualidad o atributo. Así pues, el *brahman saguna* es la forma relativa de Dios, Dios con cualidades y atributos como es concebido por la mente humana, mientras que el *brahman nirguna* es la forma absoluta y real de Dios, Dios sin ninguna cualidad o atributo concebible. El Dios de la concepción humana, cualquiera que sea esa concepción, es el *brahman saguna*, mientras que la realidad de Dios, que trasciende toda concepción humana, es el *brahman nirguna*. Así pues, el *brahman nirguna* es la sustancia o realidad absoluta que subyace al *brahman saguna*, el Dios de nuestra concepción limitada.

Aunque Dios como el *brahman saguna* no es la realidad última o absoluta, él y todas las cualidades divinas que le atribuimos son tan reales como la individualidad. Por lo tanto, mientras nos tomemos como un individuo separado, Dios y todas sus cualidades divinas son reales para todos los propósitos prácticos. Pero cuando obtenemos la experiencia del auto-conocimiento verdadero y destruimos con ello la noción falsa de que somos una consciencia individual que está separada de Dios, Dios permanecerá como nuestro sí mismo real o ser esencial, la realidad absoluta o el *brahman nirguna*, que trasciende toda concepción humana.

Debido a que el propósito del Buddha y Mahavira era enseñarnos el medio por el que podemos obtener la realidad absoluta, que es más allá de todos los *gunas*, cualidades o atributos, no consideraron necesario hablar sobre «Dios», un término que generalmente se entiende que significa el *brahman saguna*, el ser supremo dotado de cualidades divinas. Otros sabios, sin embargo, han usado el término «Dios» bien como una palabra que alude al *brahman nirguna*, la realidad absoluta que trasciende todas las cualidades, o bien debido a que comprendieron que las gentes a quienes estaban hablando tenían necesidad de un concepto de un Dios personal que les ayudara en sus esfuerzos para obtener la realidad transpersonal. No hay así ninguna diferencia fundamental entre las enseñanzas de sabios que han usado el término «Dios» y aquellos que no han usado este término. Ambos están hablando sobre la misma realidad absoluta, pero simplemente han elegido expresarla en términos diferentes.

El hecho de que el Buddha reconocía claramente la existencia de la realidad absoluta o el *brahman nirguna* es evidente en una de sus enseñanzas importante y bien conocida, que está registrada en el *Tipitaka* 2.5.3.8.3 (*Udana* 8.3):

Hay, mendicantes, eso que es no-nacido, eso que es no-venido a ser, eso que es no-hecho, eso que es no-construido. Si no hubiera, mendicantes, eso que es no-nacido, eso que es no-venido a ser, eso que es no-hecho, eso que es no-construido, aquí [en este mundo o en esta vida] el escape de eso que es nacido, de eso que es venido a ser, de eso que es hecho, de eso que es construido, no habría sido por lo tanto [un estado que pueda ser] conocido [o experimentado] claramente. Pero debido a que, mendicantes, en verdad hay eso que es no-nacido, eso que es no-venido a ser, eso que es no-hecho, eso que es no-construido, el escape de eso que es nacido, de eso que es venido a ser, de eso que es hecho, de eso que es construido, es [un estado que puede ser] conocido [o experimentado] claramente.

Aunque hay una riqueza de significado profundo en estas palabras del Buddha, éste no es un lugar apropiado para examinarlas en profundidad, de modo que las estudiaremos con más detalle en una segunda parte de este libro que ya he comenzado a escribir.

Otra diferencia superficial entre las enseñanzas del Buddha y las del *vedanta advaita* es que el Buddha enseñó que la verdad de *anatta*, un término pali que es una forma modificada de la palabra sánscrita *anatma*, que significa «no sí mismo», mientras que los sabios de la tradición del *vedanta advaita* enseñan que *atma* o «sí mismo» es la única realidad existente. Algunas gentes afirman que ésta es una contradicción fundamental entre sus respectivas enseñanzas, cuando de hecho esto es meramente una diferencia superficial en la terminología.

Cuando el Buddha enseñó que no hay ningún «sí mismo» o *atma*, él se estaba refiriendo solo al sí mismo finito individual o *jivatma*, que todos los sabios de la tradición del *vedanta advaita* dicen también que es irreal. Y cuando esos sabios enseñan que el «sí mismo» o *atma* es la única realidad existente, no se están refiriendo al sí mismo individual falso, sino solo a nuestro sí mismo real —nuestro ser verdadero o «soy»-dad esencial, la consciencia de ser pura, ilimitada, indivisa, no-cualificada y absolutamente no-dual, que permanece sola en el estado de *nirvana*, en el que la apariencia falsa de la consciencia individual está completamente extinguida. Así pues, no hay ninguna contradicción en absoluto entre la verdad del «no-sí mismo» o *anatta* enseñada por el Buddha y la verdad de que el «sí mismo» o *atma* es la única realidad existente enseñada por el *vedanta advaita*.

Las enseñanzas de diferentes sabios parecen diferir unas de otras, o incluso contradecirse, por tres razones principales. En primer lugar, es debido a la diferente terminología que han usado para enseñar la verdad, que las palabras no pueden expresar nunca perfectamente, sino solo indicar. En segundo lugar, es debido a que ellos tuvieron que adaptar sus enseñanzas para ajustarse a la medida de la receptividad de las gentes a las que estaban enseñando. Y en tercer lugar, es debido a que sus enseñanzas originales a menudo han devenido mezcladas con las ideas de sus seguidores, muchos de los cuales

no tenían experiencia directa de la verdad que ellos enseñaron, ni siquiera una comprensión clara y correcta de ellas.

Los registros que han sobrevivido a las enseñanzas de muchos sabios no fueron escritos por esos sabios mismos, sino que fueron registradas por sus seguidores, a menudo mucho tiempo después de su vida. Por lo tanto tales registros no reflejan frecuentemente las enseñanzas de esos sabios perfectamente, sino que solo reflejan la comprensión que algunos de sus seguidores eruditos tenían de sus enseñanzas.

En casi todas las religiones y tradiciones espirituales, las enseñanzas originales de los sabios han devenido mezcladas con elaborados sistemas de teología, cosmología, filosofía y psicología, que tienen muy poca relación con la experiencia efectiva de esos sabios. Tales teologías y cosmologías se originan en las mentes de gentes que eran incapaces de comprender la simplicidad e inmediatez de la verdad enseñada por los sabios, y que, por lo tanto, crearon tales sistemas de creencia elaborados y complejos en un intento de explicar lo que ellos mismos no podían comprender. Debido a que se originaron de esta manera, todas las complejas teologías y cosmologías que existen en cada religión solo sirven para confundir a las gentes y oscurecer en sus mentes la simple verdad de la no-dualidad enseñada por los sabios.

Sin embargo, a pesar de toda la confusa complejidad encontrada en la literatura espiritual del mundo, a todo lo largo de esa literatura hay un hilo común de verdad simple, que podemos discernir fácilmente si somos capaces de comprender las enseñanzas originales de los sabios reales. Debido a que la misma verdad fundamental de la no-dualidad ha sido expresada en las palabras registradas de los sabios de tantas culturas distintas a lo largo de todas las épocas, estudiantes modernos de filosofía a menudo la llaman la «filosofía perenne», un término que corresponde al término sánscrito antiguo *sanatana dharma*, que significa literalmente «eso que siempre se mantiene» o «eso que está siempre establecido», y que, por lo tanto, por implicación significa la «verdad eterna», la «ley eterna», el «principio eterno», el «soporte eterno», el «cimiento eterno», la «naturaleza eterna», la «esencia eterna», la «vía eterna» o la «religión eterna».

Afortunadamente para nosotros, las enseñanzas de Sri Ramana no solo fueron registradas en vida por muchos de sus seguidores, algunos de los cuales las comprendían muy claramente, sino que también fueron escritas por él en diversos poemas y otras obras. Puesto que él compuso poesía no solo en el lenguaje de la alegoría y el amor místico, sino también en el lenguaje de la filosofía, y puesto que en su poesía describió la realidad y el medio de obtenerla en términos muy claros y llanos, ha hecho extremadamente fácil para nosotros comprender la verdad simple que subyace a las enseñanzas de todos los sabios.

Habiendo leído y comprendido sus enseñanzas, si leemos las enseñanzas de cualquier otro sabio real, podemos reconocer fácilmente que la misma verdad es expresada en todas ellas. Además, sus enseñanzas también sirven como una llave que nos capacita

para desentrañar y extraer las verdaderas enseñanzas de los sabios de la densa masa de teologías, cosmologías y filosofías ajenas con las que han devenido mezcladas en cada religión y tradición espiritual.

Por lo tanto, los lectores que estén familiarizados ya con el *sanatana dharma*, la verdad atemporal y universal o «filosofía perenne» enseñada por todos los sabios, encontrarán que las enseñanzas de Sri Ramana también expresan la misma filosofía básica. Sin embargo, encontrarán también que sus enseñanzas arrojan una luz clara y fresca sobre esa filosofía, elucidando muchas verdades sutiles y profundas que rara vez han sido expresadas tan explícitamente por otros sabios, particularmente en lo que concierne al medio práctico por el que podemos obtener la experiencia verdadera del autoconocimiento no-dual.

Debido a que las enseñanzas de Sri Ramana son una revelación simple pero muy profunda de la realidad fundamental y absoluta que subyace a la apariencia de toda multiplicidad y diversidad, expresan la verdad última que es la esencia interna de todas las religiones y tradiciones espirituales. Por consiguiente, gentes de trasfondos culturales y religiosos muy diversos, han reconocido que sus enseñanzas son una exposición profundamente intuitiva y auténtica del verdadero sentido de su propia religión o tradición espiritual, y han comprendido que después de estudiar sus enseñanzas, no necesitan estudiar ningún otro texto espiritual.

Aunque la misma verdad simple de la no-dualidad puede encontrarse expresada en toda la literatura espiritual del mundo si la buscamos lo suficiente, no es necesario o aconsejable para nosotros perder el tiempo buscándola en la vasta selva de escrituras y escritos sagrados, donde está normalmente oculta entre una densa masa de ideas ajenas. Por eso es por lo que en el verso 60 del *Vivekachudamani* Sri Adi Sankara aconsejaba a todos los aspirantes espirituales serios que evitasen el estudio excesivo de las escrituras o *sastras*, que él describía como un «gran bosque de trampas engañosas de palabras ruidosas» (*sabda jala maharanyam*) y una «causa de inestabilidad, aturdimiento y confusión de la mente» (*chitta bhramana karanam*), y nos aconsejaba que con la guía de un sabio que conoce la verdad, tratemos más bien de investigar y conocer la verdad de nuestro sí mismo a través de la experiencia directa.

Para obtener tal experiencia directa no-dual de nuestro sí mismo real, toda la guía requerida puede encontrarse expresada de una manera extremadamente simple y clara en las enseñanzas de Sri Ramana. Si leemos y comprendemos sus enseñanzas, no habrá ninguna necesidad de que estudiemos ninguna otra escritura o escrito sagrado, debido a que de sus enseñanzas aprenderemos que la verdad no está fuera de nosotros en ningún libro, sino solo dentro de nosotros, en el núcleo más íntimo de nuestro ser, y que, por lo tanto, el único medio para experimentarla es volver la atención hacia sí mismo para conocer la realidad de la consciencia por la que conocemos todas las demás cosas.

Aunque Sri Ramana escribió y habló relativamente poco, y en su mayoría solo en respuesta a preguntas o peticiones hechas a él por otras gentes, a través de esas palabras relativamente pocas que escribió y habló, él nos ha dado una colección completa de enseñanzas espirituales —una colección de enseñanzas espirituales que son tan claras, simples, profundas y omni-abarcentes que contienen la semilla o el fundamento de una entera filosofía y ciencia de nosotros y de cada aspecto esencial de toda nuestra vida como un individuo existente en este mundo de dualidad y multiplicidad.

En este libro trato de desarrollar esta semilla y de construir sobre este fundamento, presentando bajo la clara luz de sus enseñanzas espirituales un análisis detallado de nuestra entera experiencia en nuestros tres estados de consciencia normales, a saber, vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, de la experiencia del mundo que percibimos alrededor nuestro, y de las nociones y creencias que mantenemos no solo sobre nosotros y el mundo, sino también sobre Dios y otros muchos aspectos cruciales de nuestra vida como un individuo en este mundo de diversidad y complejidad desconcertantes. No obstante, aunque inicialmente traté de explorar sus enseñanzas en este libro desde un orden de diferentes ángulos amplio y comprensivo, cuando de hecho traté de cubrir todos los múltiples aspectos diferentes de sus enseñanzas con suficiente detalle y profundidad, encontré que lo que había escrito y lo que todavía tenía que escribir, era mucho más de lo que podía ser contenido cómodamente dentro de un único volumen. Por lo tanto, decidí limitarme en este presente libro a una exploración en profundidad solo de los aspectos más esenciales de sus enseñanzas, y cubrir más aspectos periféricos en algunos libros subsecuentes.

El análisis detallado que presento en este libro, se compone de ideas que he aprendido de tres fuentes principales. En parte se compone de ideas que he aprendido directamente de los escritos y enseñanzas registradas de Sri Ramana, en particular del registro más comprensivo y profundo de sus dichos que su discípulo preeminente Sri Muruganar preservó en la forma de versos tameses en *Guru Vachaka Kovai*. En parte se compone de ideas que aprendí personalmente de Sri Sadhu Om, que fue uno de los discípulos más cercanos de Sri Ramana (término por el que no entiendo a aquellos que meramente vivían cerca de él físicamente, sino a aquellos que siguieron sus enseñanzas más cercana y verdaderamente), que era un expositor lúcido y extremadamente profundo de sus enseñanzas, en cuya cercana compañía tuve la buena fortuna de vivir durante más de ocho años, y bajo cuya guía estudié el *Guru Vachaka Kovai* y todos los escritos originales de Sri Ramana en minucioso detalle y en gran profundidad. Sin embargo, la mayor parte se compone de mi propia comprensión de las enseñanzas de Sri Ramana, una comprensión que he obtenido estudiando sus enseñanzas profundamente y en el original tamil en el que él las escribió y habló, reflexionando sobre ellas durante muchos años, y tratando de practicar la técnica empírica de la auto-investigación que él enseñó como el único medio por el que podemos experimentar el auto-conocimiento verdadero.

Sin embargo, aunque las ideas que expreso en este libro son una mezcla de ideas que he aprendido directamente de los escritos o enseñanzas registrados de Sri Ramana, de ideas que he aprendido a través del canal de las profundas explicaciones de sus enseñanzas que escuché de Sri Sadhu Om, y de ideas que he formado de mis propias reflexiones y comprensión de sus enseñanzas, creo que la fuente efectiva de todas estas ideas es solo Sri Ramana, sin cuya inspiración y guía interna no habría sido capaz de comprender sus enseñanzas con algún grado de claridad, ni de escribir así este libro.

Mientras lo que escribo está basado meramente en mi *sravana* y *manana* repetidos y mi experiencia limitada de *nididhyasana* —es decir, sobre lo que he leído, sobre mis propias reflexiones personales, y sobre la experiencia limitada que he obtenido tratando de practicar la contemplación, el método empírico de auto-investigación enseñado por Sri Ramana— creo que sus palabras se derivan de su experiencia directa, perfecta y completa del verdadero conocimiento no-dual sobre el que él habla. Similarmente, creo que las palabras de sus principales discípulos, tales como Sri Muruganar y Sri Sadhu Om, están basadas en la experiencia del verdadero auto-conocimiento que ellos obtuvieron por su gracia y guía interna, que atrajo su atención hacia dentro y disolvió de ese modo su individualidad separada en la consciencia de ser no-dual, «yo soy», que es la forma verdadera de Sri Ramana, y la naturaleza real y esencial de todos y cada uno de nosotros.

Por consiguiente, creo que las ideas que expreso en este libro, que se basan ampliamente en lo que he aprendido y comprendido de las palabras de Sri Ramana y estos dos discípulos suyos, no son meramente hipótesis especulativas, sino hechos que han sido verificados por su experiencia trascendente, y por la experiencia trascendente de muchos otros sabios. Sin embargo, como Sri Ramana mismo enfatizaba, la mera creencia en ciertas ideas no es conocimiento verdadero, de modo que todos debemos mantener nuestras creencias provisionalmente, y debemos esforzarnos en verificarlas por nosotros buscando obtener el conocimiento experimental verdadero de la realidad fundamental y absoluta a través de la búsqueda empírica, es decir, a través de la auto-investigación práctica. Por lo tanto, el único propósito de toda la teoría discutida en este libro es guiarnos y animarnos en nuestra búsqueda práctica de la experiencia directa, inmediata, no-dual y absoluta del auto-conocimiento verdadero.

Al principio, cuando comencé a escribir el material que contiene este libro, no tenía ninguna idea de que más tarde decidiría integrar las ideas que estaba escribiendo en un libro. Durante mucho tiempo he tenido el hábito de escribir mis reflexiones privadas sobre las enseñanzas de Sri Ramana, pero siempre lo hice por mi propio beneficio, debido a que encontraba que escribir me ayudaba a clarificar mi pensamiento y a avivar en mi mente ideas frescas y ángulos o modos nuevos de comprender sus enseñanzas. En mi experiencia, meditar sobre sus enseñanzas, y expresar mis meditaciones por escrito, es

una gran ayuda y aliciente en mi tentativa de practicar sus enseñanzas en medio de mi vida cotidiana.

Sin embargo, el obstáculo más grande que durante muchos años me ha impedido dedicar el tiempo suficiente a este valioso ejercicio de escribir mis meditaciones, ha sido la necesidad de trabajar largas horas y gastar una gran suma de energía mental en un trabajo de «nueve a cinco» por el que no sentía ninguna afinidad. Sentía que por ganarme el sustento, estaba perdiendo mucho de mi vida enredado en actividades que estaban agotando mi energía y desviando mi atención del propósito real de la vida, que para cada uno de nosotros es volver la atención hacia dentro para conocer quién somos realmente.

Puesto que creo que he sido bendecido particularmente al haber tenido la oportunidad de estudiar las enseñanzas de Sri Ramana en gran profundidad bajo la cercana y clara guía de Sri Sadhu Om, cuya claridad de comprensión única surgió tanto de su devoción íntegra y exclusiva a Sri Ramana y a sus enseñanzas, como de su propia experiencia espiritual profunda, que resultó de tal devoción, recientemente comencé a sentir que si compartía mis escritos con otros integrándolos en un libro, algunas gentes podrían estar interesadas en leerlos y quizá unos pocos podrían ser beneficiados por ellos. En particular sentí que mis escritos podrían ayudar a gentes que estaban enteramente familiarizadas con las enseñanzas de Sri Ramana y con el trasfondo filosófico, espiritual, religioso y cultural en el que fueron establecidas, debido a que no solo las he estudiado en el original tamil en el que él las escribió, sino también a que soy capaz de repensarlas en inglés, que es mi propia lengua materna, como resultado de lo cual soy capaz de comprenderlas tanto desde la perspectiva de una mentalidad hindú como de una mentalidad no-hindú.

Con estos pensamientos en mente, comencé a editar todo lo que había escrito integrándolo en un libro, pensando que al menos podría ver qué forma tomaba y de ese modo probar si podía ser útil o no a algunos lectores sinceramente interesados. Mientras hacía esto, descubrí que necesitaba escribir muchas más ideas para formar una exposición coherente y comprensiva de sus enseñanzas, y devine agradablemente sorprendido al encontrar una abundancia de ideas frescas que surgían en mi mente y encontraban expresión en mis escritos.

Sin embargo, continuaba sintiéndome tímido ante la idea de publicar mis meditaciones privadas sobre las enseñanzas de Sri Ramana, y sentía eso por dos razones principales. La primera y más importante, no deseo caer víctima del poderoso y sutil engaño del orgullo y egoísmo que puede resultar si mis escritos fueran apreciados por muchas gentes. Y en segundo lugar, puesto que las enseñanzas espirituales de Sri Ramana son el amor de mi vida, y puesto que las reverencio como el más preciado objeto de meditación, veneración y adoración interna, no me siento enteramente cómodo ante la idea de utilizar mi amor por ellas como un medio para ganar el sustento.

No obstante, gradualmente he superado estas dos reservas. He superado la primera decidiendo que el orgullo y el egoísmo son retos que todos tenemos que encarar si estamos siguiendo la vía espiritual, y que podemos conquistarlos no evitando meramente las circunstancias externas que puedan fortalecerlos, sino solo encarándolos con un reconocimiento honesto de nuestras propias debilidades e imperfecciones, y un consecuente sentido de completa dependencia del poder protector de la gracia divina. Y he superado la segunda, reconciliando mi mente con el hecho de que, puesto que tengo que ganar el sustento de alguna manera, puedo tratar de hacerlo escribiendo sobre el tema que amo, puesto que esto me ayudará a mantener mi mente inmersa en las enseñanzas de Sri Ramana, más bien que permitirle devenir inmersa en cualquier otra ocupación más mundana. Por lo tanto, después de mucha vacilación, finalmente he decidido lanzarme y publicar este primer volumen.

Cuando comencé a integrar mis escritos como un libro, planeé dividirlo en dos partes en un único volumen. De acuerdo al boceto inicial que tenía en mente, la primera parte iba a llamarse «The Essentials» y en su mayor parte atañería a nosotros, tanto a nuestro sí mismo verdadero como al sí mismo falso, mientras que la segunda parte iba a llamarse «The Peripherals» y concerniría mayormente a cosas que imaginamos como otras que nosotros, tales como el mundo y Dios. Al desarrollar esta idea, mi boceto propuesto llegó a constar de esta introducción, diez capítulos en la primera parte, dieciocho capítulos en la segunda parte y un apéndice.

Sin embargo, cuando había escrito casi doscientas mil palabras, pero aún no había completado ni siquiera la mitad de lo que esperaba escribir, comprendí que sería demasiado para ajustarse a un único volumen. Por lo tanto, decidí constituir esta introducción y la primera parte propuesta en este presente libro, *La Felicidad y el Arte de Ser*, para constituir la segunda parte propuesta en un libro separado, que he titulado provisionalmente *La Verdad de la Otredad*, y constituir el apéndice propuesto en un tercer libro titulado *Yoga y el Arte de Ser*.

Cuando decidí dividir el libro entonces parcialmente escrito en estos tres volúmenes, ya había escrito muchas porciones de cada uno de estos volúmenes, pero ninguno de ellos estaba completo. Aunque el material que había escrito para este presente libro llegaba casi a cien mil palabras, la mayoría de los capítulos estaban todavía incompletos y algunos ni siquiera habían sido comenzados. Por consiguiente, puesto que este libro era lógicamente el primer volumen de la serie de los libros entonces parcialmente desarrollados, y puesto que constituiría el fundamento de los volúmenes subsecuentes, decidí que trataría de completarlo primero. Para completar los dos volúmenes siguientes, todavía tengo mucho que escribir, y cuando haya acabado, puede que necesite dividirlos en más volúmenes.

Debido a que este libro ha sido constituido por una colección de material escrito en diferentes tiempos, algunos capítulos contienen una cierta suma de material que no es direc-

tamente pertinente al título de ese capítulo, pero, sin embargo, está conectado con el resto del material dentro de ese capítulo. Por la misma razón, en algunos capítulos el flujo global de ideas no es enteramente secuencial, y a veces puede parecer que se dan unos cuantos pasos hacia atrás. Aunque me he tomado el trabajo de editar el material de una manera fluida y lógicamente coherente, en muchos lugares decidí no sacrificar algunas ideas valiosas solo por el bien de un discurso perfectamente fluido. Soy consciente, por lo tanto, de que algunas de las ideas de este libro están presentadas en un estilo ligeramente vago, pero creo que el valor global de tales ideas justificará su inclusión.

Además, algunas ideas de este libro están repetidas en varios contextos diferentes. He permitido que semejante repetición tuviese lugar debido a que cada vez que se repite una idea particular, es examinada desde un ángulo fresco, y por lo tanto su repetición nos ayudará a comprenderla más profundamente y desde una perspectiva más amplia. Así mismo, al reiterar una idea particular en un contexto nuevo, no solo somos capaces de examinarla desde un ángulo nuevo, sino que también somos capaces de usarla para aclarar cualquier tema que esté entonces en discusión.

En un libro tal como éste, la repetición de ciertas ideas centrales es de hecho inevitable. Aunque el material del libro y de los subsecuentes volúmenes cubre un amplio rango de temas, todos estos temas, de una manera u otra están relacionados con el tema central, que es la búsqueda de felicidad verdadera y absoluta, una felicidad que puede ser experimentada solo en el estado de no-acción, libre de pensamiento y por lo tanto perfectamente apacible, que es el estado del auto-conocimiento verdadero, el estado en el que permanecemos solo como nuestro sí mismo real, sin conocer nada otro que nuestro ser esencial. Debido a que examinamos todos estos temas desde la perspectiva de la búsqueda del auto-conocimiento verdadero, ciertos temas centrales se repiten necesariamente a lo largo de este libro, y también se repiten en los volúmenes subsecuentes.

De todos los asuntos centrales que se repiten a lo largo de este libro, el más central de todos es la consciencia fundamental, esencial y no-dual de nuestro ser, «yo soy», que no es solo nuestro sí mismo verdadero, sino también la única y sola realidad absoluta, la fuente y sustancia de todas las cosas, y la morada de felicidad perfecta, eterna e infinita. Esta consciencia «yo soy» es la única cosa que experimentamos permanentemente, y es el centro y el fundamento de todo nuestro conocimiento y experiencia. Como tal, tiene que ser el asunto principal de toda investigación filosófica o científica seria. A no ser que conozcamos la naturaleza verdadera de esta consciencia fundamental, sin la cual no conoceríamos nada más, la verdad de cualquier conocimiento que podamos tener sobre cualquier otra cosa es dudosa y cuestionable.

Todos los demás temas que se repiten en este libro, están estrechamente relacionados con este único tema centralísimo, la consciencia fundamental «yo soy», y cuanto más frecuentemente se repiten, más importantes son para nuestra búsqueda del auto-conocimiento verdadero. Su repetición sirve a un propósito importante, debido a que nos capacita para explorar los fundamentos de esta filosofía y ciencia del auto-

conocimiento desde varias perspectivas diferentes, y desarrollar con ello una comprensión más profunda y más comprensiva de ella.

Cuanto más amplia y más inteligible crezca nuestra comprensión, más firme devendrá la convicción de que solo podemos experimentar felicidad infinita si conocemos la naturaleza verdadera de nuestro sí mismo, y que la cosa más importante y esencial de la vida es por lo tanto buscar y obtener el auto-conocimiento verdadero. Cuanto más firme deviene esta convicción, más fuertemente estaremos motivados para retirar la atención de todas las otras cosas, y fijarla entera y exclusivamente en el núcleo de nuestro ser — en la auto-consciencia esencial «yo soy».

Aunque la filosofía presentada en este libro se basa en su mayor parte en el testimonio de Sri Ramana y otros sabios, no podemos obtener conocimiento verdadero con solo comprender esta filosofía intelectualmente. La razón por la que los sabios han expresado su experiencia de la realidad absoluta en palabras, es solo para impulsarnos y guiarnos a obtener esa misma experiencia. Por consiguiente, la filosofía presentada aquí no es un fin en sí misma, sino solo un medio para un fin mucho más grande, la experiencia del auto-conocimiento verdadero. Esta filosofía no es solo una filosofía teórica, sino también una ciencia práctica, y por lo tanto el único propósito de toda su teoría es motivarnos y guiarnos en su práctica, el método empírico de auto-investigación y consecuente auto-entrega.

Cuando comenzamos a estudiar una ciencia, ya sea una de las muchas ciencias interesadas en conocer algún aspecto del mundo objetivo, o ya sea esta ciencia del auto-conocimiento, que no está interesada en conocer ningún objeto sino solo en conocer la consciencia por la cual todos los objetos son conocidos, es necesario que tengamos una confianza provisoria en la experiencia y testimonio de aquellos que ya han adquirido el conocimiento práctico de esa ciencia. Cuando estudiamos física, por ejemplo, inicialmente tenemos que aceptar con confianza muchos de sus descubrimientos avanzados, tales como la teoría de la relatividad. Solo más tarde, cuando devenimos personalmente implicados en la física experimental, estaremos en posición de probar la verdad de tales teorías por nosotros. Si desde el comienzo nos negáramos a creer cualquiera de las verdades descubiertas por los físicos hasta que nosotros hubiéramos probado y verificado cada una de ellas, bloquearíamos innecesariamente nuestra velocidad de aprendizaje, y nunca tendríamos tiempo para adquirir el conocimiento requerido para emplearnos en la física experimental avanzada.

Todo aprendizaje requiere una mente aguda, inquisitiva e interrogativa, pero lo mismo que una duda honesta juega un papel importante en el proceso de aprendizaje, así también lo juega la confianza provisoria. El conocimiento es adquirido más eficiente y efectivamente por un uso inteligente tanto de la duda como de la confianza. Un estudiante discriminativo sabe lo que debe ser dudado, y en lo que debe confiarse provisoriamente.

Más que en cualquier otra ciencia, en esta ciencia del auto-conocimiento la duda es esencial, debido a que para conocer la verdad que subyace a todas las apariencias, debemos dudar de la realidad de todo —no solo de la realidad de los objetos conocidos por la mente, sino de la realidad de la mente cognitiva misma. Sin embargo, aunque la duda juega un papel tan vital en el proceso de adquirir el auto-conocimiento, la confianza provisoria en el testimonio de los sabios, que ya han obtenido la experiencia del auto-conocimiento verdadero, es extremadamente útil.

Puesto que el testimonio de los sabios nos reta a cuestionar y dudar de todas las creencias que hemos atesorado durante mucho tiempo sobre lo que somos y sobre la realidad de la vida en este mundo, inicialmente podemos encontrar difícil confiar en sus palabras. Por eso es por lo que, más que pedirnos creer en algo que todavía no conocemos, Sri Ramana basaba sus enseñanzas en un análisis de la experiencia cotidiana. Cuando analizamos críticamente nuestra experiencia de los tres estados de consciencia que sufrimos cada día, no podemos evitar dudar razonablemente de la mayor parte de lo que damos por hecho normalmente sobre quiénes somos y sobre la realidad de todo lo que experimentamos en estos estados.

Para adquirir conocimiento del que no podamos dudar razonablemente, primero debemos desenredarnos de todo el conocimiento confuso e incierto que tenemos ahora sobre nosotros. Este desenredo solo puede ser obtenido retirando la atención de todos los objetos de conocimiento y dirigiéndola hacia nosotros, la consciencia por la que todo es conocido. Este proceso de desenredo es el viaje del auto-descubrimiento que todos los sabios nos apremian a emprender.

Como se explicó más arriba, este libro presenta un análisis filosófico de nuestra experiencia cotidiana, y el propósito de este análisis es solo capacitarnos para obtener una comprensión teórica clara de quién somos realmente, y verificar con ello el medio práctico por el que podemos obtener experiencia directa de nuestra naturaleza real. Aunque en este viaje de auto-descubrimiento seremos guiados por las revelaciones de Sri Ramana y otros sabios, no obstante contaremos principalmente con nuestra experiencia personal de ser o consciencia, y así evitaremos hasta donde sea posible la necesidad de confiar en la creencia en lo que no sabemos realmente. Si emprendemos este viaje dependiendo siempre de nuestra experiencia como guía, seremos capaces de verificar la verdad de todo lo que ha sido revelado a través de las palabras de los sabios, que han emprendido este viaje antes que nosotros.

Sin embargo, mientras procedemos en este viaje de auto-descubrimiento, y antes de que lo completemos, probablemente descubriremos que el análisis racional de la experiencia ya existente de nuestro ser y consciencia, junto con la experiencia de practicar el arte de ser auto-consciente, inspirará en la mente una confianza crecientemente firme en las palabras de los sabios. Tal confianza no debe ser confundida con una mera «creencia ciega», debido a que es una confianza nacida no de una ceguera intelectual sino de una

profunda claridad interna de la mente obtenida permaneciendo repetidamente en la verdadera luz de la auto-consciencia, que brilla siempre en el núcleo de nuestro ser, como el núcleo de nuestro ser, pero que hasta ahora habíamos ignorado siempre habitualmente debido al enamoramiento ciego del mundo externo de las percepciones sensoriales.

Aunque es posible para nosotros retirar la atención del mundo externo y volverla hacia la consciencia esencial «yo soy» para descubrir nuestra verdadera naturaleza incluso sin poner la confianza en las palabras de nadie, en la práctica mientras seguimos el viaje del auto-descubrimiento, y mientras nos enfrentamos a todos los obstáculos que surgen inevitablemente en la vía, podemos obtener mucho beneficio confiando y aprendiendo del testimonio de aquellos que han emprendido y completado este viaje antes que nosotros. Por lo tanto, en la futura segunda parte de este libro, al investigar algunos temas periféricos que, aunque no son esenciales, sin embargo están estrechamente relacionados con el viaje del auto-descubrimiento, nos encontraremos con algunas explicaciones que han sido dadas por Sri Ramana y otros sabios que han completado ese viaje, pero que no podemos verificar desde nuestra experiencia hasta que completemos el viaje y descubramos por nosotros mismos la verdad que ellos han experimentado. Cada uno de nosotros es libre para decidir si quiere confiar o no en tales explicaciones.

No obstante, aunque no podamos ser capaces de verificar la verdad de tales explicaciones hasta que obtengamos la experiencia del auto-conocimiento verdadero, al menos podemos comprender que son todas implicaciones lógicas, o al menos implicaciones razonablemente posibles, de las conclusiones y verdades a las que llegamos por análisis y deducción en este presente libro. Por lo tanto, si hemos sido convencidos por las conclusiones que deducimos de este libro por el análisis de nuestra experiencia cotidiana de los tres estados de consciencia, a saber, vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, no debe resultarnos demasiado difícil confiar al menos provisoriamente en la mayor parte de las explicaciones que se dan en la secuela de este libro.

Si confiamos en ellas, o las aceptamos al menos como hipótesis provisionarias que deben ser probadas por medio de la auto-investigación, las encontraremos útiles en nuestros intentos de retirar la atención del mundo externo y volverla hacia la consciencia «yo soy» para permanecer meramente como esta consciencia fundamental de nuestro ser esencial. Sin embargo, incluso si somos renuentes a confiar en nada que no conozcamos ya con certeza, aún podemos proseguir este viaje de auto-descubrimiento llevando todas nuestras dudas a su conclusión lógica —dudando de la realidad de la mente dudadora, y, por lo tanto, volviendo la atención hacia la consciencia que le subyace para conocer la fuente última de la que ha surgido junto con todas sus dudas.

El propósito de este libro o de cualquier libro subsecuente, no es persuadir a nadie para que crea nada, sino solo empujarnos a todos aquellos de nosotros que tenemos una mente verdaderamente inquisitiva a cuestionar nuestra perspectiva habitual de nosotros, del mundo y de Dios, y animarnos a embarcarnos en el viaje del auto-descubrimiento

investigando la consciencia «yo soy», que es la base central y fundamental de toda nuestra experiencia y conocimiento.

Embarquémonos ahora en este viaje de auto-descubrimiento, y verifiquemos por nosotros la verdad revelada en las palabras de Sri Ramana y otros sabios.

CAPÍTULO 1

¿Qué es Felicidad?

¿Cuál es la única cosa que desean todos los seres sencientes? ¿No es la felicidad? En el análisis final, ¿no son todos nuestros deseos solo distintas formas del único deseo fundamental de ser felices? ¿No es el deseo fundamental de felicidad, la esencia de cada forma de deseo que podamos tener nunca?

Nuestro deseo de felicidad es la fuerza impulsora detrás de todas las formas incontables de esfuerzo que estamos haciendo siempre. No hacemos nada —bien sea con la mente, el habla o el cuerpo— que no esté impulsado por el deseo fundamental de ser felices. Todas y cada una de nuestras acciones está motivada por el deseo de ser perfectamente felices.

¿Para quién deseamos felicidad? ¿No desea cada uno de nosotros felicidad para sí mismo? Lo primero y más importante, cada uno de nosotros queremos ser felices. Aunque también podamos querer que otras gentes sean felices, queremos que sean felices debido a que ver su felicidad nos hace sentir felices. Todas las acciones de mente, habla y cuerpo están impelidas por el deseo de felicidad.

Por muy altruistas que podamos pensar que son nuestras acciones, todas ellas están motivadas por el deseo de felicidad. Incluso si sacrificamos nuestro tiempo, dinero, comodidades y conveniencias, o cualquier otra cosa que sea valiosa para nosotros, a fin de hacer alguna acción altruista, bien sea para ayudar a alguna otra persona o para apoyar alguna causa noble, la fuerza impulsora última detrás de tal sacrificio, es nuestro deseo de ser felices. Hacemos acciones altruistas solo porque hacer eso nos hace sentir felices.

Debido a que nos sentimos infelices cuando vemos a otras gentes sufrir, estamos dispuestos a hacer algo para aliviar su sufrimiento, incluso si al hacerlo parecemos causar nos algún sufrimiento a nosotros. Nos sentimos más felices sufriendo al ayudar a otras gentes de lo que nos sentiríamos si no hacemos nada para ayudarlas. De hecho, podemos obtener felicidad positiva de nuestro sufrimiento, debido a que sabemos que estamos padeciéndolo por el bien de otros.

Llevando esto a un extremo, algunas gentes eligen de hecho sufrir por sufrir, debido a que no pueden sentirse felices a no ser que sientan que están sufriendo. Obtienen placer padeciendo lo que parece ser sufrimiento, debido a que para ellos ese aparente sufrimiento no es realmente sufrimiento sino solo una forma de placer. Por extrema que sea la forma que nuestro deseo pueda tomar, bien sea alguna forma altruista verdaderamente noble o alguna forma masoquista profundamente perversa, en esencia sigue siendo solo un deseo de felicidad.

¿Por qué es el deseo de felicidad la causa fundamental y última del deseo de felicidad de otras gentes? ¿Por qué deseamos su felicidad?, ante todo porque contribuye a la nuestra. ¿Por qué, en otras palabras, deseamos finalmente nuestra felicidad más de lo que deseamos la felicidad de otros?

Ante todo estamos interesados en nuestra felicidad debido a que nos amamos más de lo que amamos a ninguna otra persona o cosa. Amamos a otras gentes y cosas debido a que creemos que pueden contribuir a nuestra felicidad. Amamos a cada uno de ellos solo hasta el punto en que creemos que son capaces de hacernos felices, y si pensáramos que no contribuyen o no pueden contribuir de una manera u otra a nuestra felicidad, no sentiríamos ningún amor particular por ellos.

El amor más grande es solo para nosotros, y es por nuestro bien que amamos a otras personas y cosas. Amamos a nuestra familia, amigos y posesiones debido a que sentimos que son *nuestros*, y debido a que amarlos *nos* hace sentir felices. El amor por nuestra felicidad es inseparable del amor por nuestro sí mismo.

Debido a que amamos nuestro sí mismo sobre todas las demás cosas, deseamos nuestra felicidad sobre todas las otras cosas. Amamos y deseamos todo lo que nos hace felices, y aborrecemos y tenemos miedo de todo lo que nos hace infelices. Todas nuestras preferencias y aversiones, todos nuestros deseos y miedos, están arraigados en el amor por nuestra felicidad, que a su vez está arraigado en el amor por nuestro sí mismo.

¿Por qué amamos nuestro sí mismo más de lo que amamos a cualquier otra persona o cosa? La razón por la que amamos a ciertas personas y a ciertas cosas es porque sentimos que nos hacen felices, o que al menos pueden hacernos felices. Es decir, amamos todo lo que creemos que puede darnos felicidad. Si sabemos que algo no nos hace felices, y que no puede hacernos felices, no sentimos ningún amor particular por ello. Así pues, ¿no es la felicidad la causa fundamental de todas las formas de amor? ¿No es todo el amor que sentimos por diversas personas y cosas en esencia solo amor por nuestra felicidad? ¿No amamos solo esas cosas que son fuentes potenciales de felicidad para nosotros? Por lo tanto, puesto que amamos nuestro sí mismo sobre todas las otras cosas, ¿no está claro que somos lo primero entre todas las fuentes potenciales de felicidad?

De hecho, somos la única fuente verdadera de toda felicidad, debido a que cualquiera que sea la felicidad que parezcamos obtener de otras gentes o cosas, surge solo de dentro de nosotros. Puesto que toda felicidad finalmente viene solo de dentro de nosotros, ¿no está claro que la felicidad es algo inherente en nosotros? De hecho, la felicidad es nuestra naturaleza verdadera y esencial. Por lo tanto, la razón por la que amamos nuestro sí mismo más que a cualquier otra persona o cosa, es simplemente que somos felicidad —la plenitud de felicidad perfecta, y la única fuente final de todas las diversas formas de felicidad que obtenemos aparentemente de otras gentes y cosas.

El amor por nuestro sí mismo y por la felicidad no es malo. Es perfectamente natural, y por lo tanto inevitable. Deviene malo solo cuando, debido a nuestra falta de compren-

sión correcta sobre dónde está la verdadera felicidad, nos impele a realizar acciones que causan daño a otras gentes. Por lo tanto, para evitar hacer daño a alguien —para evitar hacer a algún otro infeliz— es esencial que comprendamos qué es la verdadera felicidad y dónde está nuestra verdadera felicidad.

Para comprender esto, primero debemos comprender más sobre nosotros. Puesto que el amor y la felicidad son sentimientos subjetivos que son experimentados por nosotros, no podemos comprender la naturaleza verdadera de ninguno de ellos sin comprender primero la naturaleza verdadera de nosotros. Solo si comprendemos nuestra naturaleza verdadera seremos capaces de comprender cómo surge dentro de nosotros el deseo de felicidad, y por qué amamos nuestro sí mismo y nuestra felicidad sobre todas las otras cosas.

La cara opuesta de nuestro deseo de ser felices es el deseo de estar libres de dolor, sufrimiento, miseria o cualquier otra forma de infelicidad. Lo que todos deseamos es ser perfectamente felices, libres de la más mínima forma de infelicidad. De hecho, lo que llamamos felicidad es solo el estado en el que estamos libres de infelicidad.

Nuestro estado natural es ser felices. El deseo de felicidad es el deseo de nuestro estado natural. Consciente o inconscientemente, todos estamos buscando lo que es natural para nosotros. Por ejemplo, cuando tenemos un dolor de cabeza, ¿por qué deseamos librarnos de él? Debido a que un dolor de cabeza no es natural a nosotros, cuando experimentamos uno, deseamos estar libres de él. Es el mismo caso con las demás cosas que no son naturales a nosotros. No podemos sentirnos completamente cómodos o felices con algo que no es verdaderamente natural a nosotros. Por eso es por lo que nunca nos sentimos totalmente felices, a pesar de todos los placeres materiales, mentales y emocionales que podamos estar gozando. Todos esos placeres vienen y se van, y, por consiguiente, no son naturales a nosotros.

Todo lo que es verdaderamente natural a nosotros —todo lo que es inherente a nuestra naturaleza esencial —debe estar con nosotros siempre. Puesto que el cuerpo físico que ahora tomamos como nosotros es experimentado solo en el presente estado de vigilia, y no en el sueño con sueños o en el sueño profundo, no es nuestra naturaleza esencial. De la misma manera, puesto que la mente es experimentada solo en los estados de vigilia y sueño con sueños, y no en el estado de sueño profundo, ella no es tampoco nuestra naturaleza esencial. Debido a que en el sueño profundo permanecemos apacible y felizmente sin la mente ni el cuerpo, ninguno de ellos es natural a nosotros.

Aunque este aserto de que existimos en la ausencia de la mente y cuerpo en el sueño profundo pueda parecernos inicialmente extraño, y, por lo tanto, pueda parecer cuestionable a una observación superficial, si lo consideramos cuidadosamente, comprendemos claramente que no es meramente una suposición dudosa, sino que es de hecho la verdad obvia que cada uno de nosotros experimenta realmente en el sueño profundo, como veremos más claramente cuando examinemos nuestros tres estados de consciencia con más detalle en el siguiente capítulo. Por lo tanto, puesto que la mente y cuerpo no

son naturales a nosotros, nunca podemos sentirnos completamente cómodos o felices con ninguno de ellos, o con ninguno de los placeres materiales, sensuales, mentales, intelectuales o emocionales que podamos gozar a través de ellos.

¿Por qué debemos pensar que la felicidad es nuestro estado natural, y que la infelicidad es algo innatural a nosotros? Si nuestra naturaleza verdadera es realmente felicidad, ¿por qué no nos sentimos perfectamente felices siempre? ¿Cómo surge la infelicidad?

Podemos comprender esto analizando la experiencia de los tres estados de consciencia, a saber, vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. En los estados de vigilia y sueño con sueños, experimentamos una mezcla de placer y dolor, o felicidad e infelicidad. Pero, ¿qué experimentamos en el sueño profundo, cuando esta mezcla de placer y dolor es eliminada? En la ausencia de esta mezcla, ¿experimentamos felicidad o infelicidad? En el estado de sueño profundo, ¿no nos sentimos perfectamente felices, y libres de toda miseria o infelicidad? Así pues, ¿no está claro que ni la infelicidad, ni una mezcla de felicidad e infelicidad, es natural a nosotros? Puesto que podemos existir en la ausencia de infelicidad, ella no puede ser nuestra naturaleza real. La infelicidad es meramente una negación de la felicidad, que es natural a nosotros.

Si la infelicidad no puede ser nuestra naturaleza real debido a que podemos existir en su ausencia, ¿no podemos decir lo mismo sobre la felicidad? Cuando somos infelices, ¿no estamos existiendo en ausencia de la felicidad? No, la felicidad es algo que nunca está enteramente ausente.

La infelicidad es un estado relativo, un estado que existe solo en relación a la felicidad. Sin la existencia subyacente de la felicidad, no habría tal cosa como la infelicidad. Nos sentimos infelices debido solo a que deseamos ser felices. Si la felicidad fuera a devenir alguna vez absolutamente no-existente, no sentiríamos ningún deseo de ella, y, por consiguiente, no nos sentiríamos infelices. Incluso en un estado de la más intensa infelicidad, sigue existiendo la felicidad como algo por lo que sentimos deseo. Por consiguiente, no hay ninguna cosa tal como la infelicidad absoluta.

Si la infelicidad es algo que es meramente relativo, ¿no podemos decir lo mismo de la felicidad? ¿No es felicidad también un estado relativo, un estado que existe solo en relación a la infelicidad? La felicidad que experimentamos en la vigilia y el sueño con sueños es ciertamente relativa, y, por lo tanto, es siempre incompleta o imperfecta. Pero, ¿podemos decir lo mismo sobre la felicidad que experimentamos en el sueño profundo? ¿La felicidad del sueño profundo existe solo en relación con la infelicidad?

No, en el sueño profundo la infelicidad está totalmente ausente. Cuando estamos en sueño profundo, la infelicidad no existe ni como un pensamiento, ni como algo que temamos o deseemos evitar. Por consiguiente, puesto que la infelicidad no puede existir sin un deseo de felicidad, y puesto que la felicidad puede existir sin la más leve noción de infelicidad, la infelicidad es enteramente relativa, mientras que la felicidad puede ser o relativa o absoluta.

La felicidad y la infelicidad relativas que experimentamos en los estados de vigilia y sueño con sueños son un reflejo distorsionado de la felicidad absoluta que es nuestra naturaleza verdadera, y que subyace a los tres estados de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. Experimentamos felicidad e infelicidad relativas en los estados de vigilia y sueño con sueños debido a que en ese tiempo nuestra naturaleza real de felicidad absoluta está de algún modo velada y oscurecida.

¿Qué es lo que en los estados de vigilia y sueño con sueños oscurece nuestro estado natural de felicidad absoluta? ¿Por qué en el sueño profundo experimentamos felicidad perfecta, no tocada por el menor rastro de infelicidad, mientras que en los estados de vigilia y sueño con sueños experimentamos solo una mezcla de felicidad e infelicidad relativas? ¿Cuál es la diferencia entre el sueño profundo y los otros dos estados que nos permite experimentar felicidad absoluta en el primero, pero solo felicidad e infelicidad relativas en los últimos?

En el sueño profundo la mente está ausente, y junto con ella están ausentes todas las formas de pensamiento, mientras que en los estados de vigilia y sueño con sueños la mente ha surgido y está activa, pensando pensamientos de innumerables cosas diferentes. Cuando la mente y todos sus pensamientos están ausentes, como en el sueño profundo, experimentamos felicidad perfecta, mientras que cuando la mente está activa, pensando un pensamiento tras otro, como en la vigilia y el sueño con sueños, experimentamos solo una mezcla de felicidad parcial e infelicidad parcial. Así pues, ¿no está claro que el surgimiento de la mente y sus pensamientos es lo que oscurece nuestro estado natural de felicidad absoluta?

Incluso ahora, en este estado de vigilia, nuestra naturaleza verdadera y esencial es felicidad absoluta, pero esa felicidad absoluta está nublada y oscurecida por la persistente actividad de la mente. Por lo tanto, puesto que la actividad mental es la nube o el velo que oscurece nuestra experiencia de felicidad inherente y natural, todo lo que necesitamos hacer para experimentar esa felicidad en plenitud, es poner fin a toda nuestra actividad mental —cesar de surgir como una mente que piensa algo. Puesto que experimentamos felicidad perfecta en el sueño profundo debido a la cesación de la actividad mental, podemos experimentar la misma felicidad ahora en el estado de vigilia, a condición de que detengamos todo el pensamiento o actividad mental.

Puesto que nuestra felicidad natural y absoluta es así oscurecida por el constante flujo de pensamientos de la mente, que surgen uno tras otro en rápida sucesión, ¿cómo en medio de ese flujo podemos experimentar diversos grados de felicidad e infelicidad relativa? Puesto que la actividad del pensamiento es la nube que oscurece nuestra felicidad natural, cuanto más intensa deviene esa actividad, tanto más densamente oscurece nuestra felicidad inherente.

Cuando la mente está extremadamente agitada, es decir, cuando su actividad de pensamiento deviene muy intensa, somos incapaces de experimentar más allá de un vislumbre de nuestra felicidad inherente, y, por consiguiente, nos sentimos inquietos e infelices. Pero cuando la mente deviene relativamente calma, es decir, cuando su actividad de pensamiento disminuye, somos capaces de experimentar nuestra felicidad inherente más plenamente, y, por lo tanto, nos sentimos comparativamente apacibles y felices.

Así pues, la calma y paz de la mente nos hace sentir relativamente felices, mientras que la inquietud y agitación de la mente nos hace sentir relativamente infelices. ¿No es ésta la experiencia de todos nosotros? ¿No nos sentimos todos apacibles y felices cuando la mente está calma y en paz? ¿Y no nos sentimos todos inquietos e infelices cuando la mente está agitada y perturbada?

La razón por la que experimentamos felicidad perfecta en el sueño profundo es que la mente ha devenido entonces perfectamente calma y apacible, al haberse sumergido retirándose de toda su actividad. Puesto que ningún pensamiento surge en el sueño profundo para perturbar nuestro estado natural de ser apacibles, en ese estado experimentamos nuestra felicidad inherente sin la menor obstrucción.

Así pues, ¿no está claro que la felicidad es un estado de ser, y la infelicidad es un estado de hacer? Mientras la mente está activa o haciendo algo, pensando un pensamiento u otro, experimentamos solo una mezcla de felicidad e infelicidad, y cualquier felicidad que experimentemos en medio de esa mezcla es imperfecta, limitada y relativa. Experimentamos felicidad perfecta, ilimitada y absoluta solo cuando la mente deviene perfectamente quieta.

Nuestro ser esencial es por lo tanto felicidad. Cuando permanecemos meramente como ser, sin surgir para pensar o hacer algo, como en el sueño profundo, experimentamos felicidad perfecta, no tocada por la más leve aflicción, infelicidad o descontento. Pero tan pronto como surgimos como esta mente pensante, experimentamos agitación, descontento e infelicidad.

Puesto que experimentamos así felicidad perfecta en la ausencia de toda actividad mental, como en el sueño profundo, ¿no está claro que tal felicidad es algo que es inherente dentro de nosotros, y que la actividad mental es el único obstáculo que nos impide experimentarla en plenitud en los estados de vigilia y sueño con sueños? Por lo tanto, toda felicidad limitada que podamos experimentar en los estados de vigilia y sueño con sueños cuando la mente deviene comparativamente calma y apacible, es solo una fracción de la felicidad que es ya inherente dentro de nosotros.

La felicidad es algo que surge de dentro de nosotros, y no algo que viene de fuera. ¿Por qué entonces pensamos que obtenemos placer o felicidad de objetos materiales y circunstancias externas? ¿Está la felicidad en realidad en algún objeto material o alguna

circunstancia externa? No, la felicidad no es obviamente algo que exista en ningún objeto o circunstancia fuera de nosotros.

¿Entonces cómo parece que obtenemos felicidad de ciertos objetos y circunstancias? Toda felicidad relativa que podamos parecer obtener de ellos es de hecho un estado de la mente. La felicidad es algo que está latente dentro de nosotros, y algunas veces deviene manifiesta cuando experimentamos ciertos objetos materiales o circunstancias externas. ¿Cómo acontece esto?

Siempre que obtenemos algo que nos gusta, y siempre que evitamos o nos deshacemos de algo que nos desagrada, nos sentimos felices. E inversamente, siempre que perdemos o somos incapaces de obtener algo que nos gusta, y siempre que no podemos deshacernos o evitar algo que nos desagrada, nos sentimos infelices. En otras palabras, nos sentimos felices cuando nuestros deseos son cumplidos, e infelices cuando no son cumplidos.

Así pues, la causa real de la felicidad que parecemos obtener de objetos y circunstancias externos, no es esos objetos o circunstancias mismos, sino que es solo el cumplimiento de nuestro deseo de ellos. Siempre que experimentamos un deseo, ya sea en la forma de una preferencia o de una aversión por una cierta cosa, la mente es agitada por él. Mientras ese deseo persiste en la mente, persiste la agitación causada por él, y esa agitación nos hace sentir infelices. Pero cuando nuestro deseo es cumplido, esa agitación se sumerge y en la calma pasajera que resulta de su submersión, nos sentimos felices.

La felicidad que experimentamos así cuando uno de nuestros deseos es cumplido, es una fracción de la felicidad que existe siempre dentro de nosotros. Cuando surge un deseo y agita la mente, nuestra felicidad inherente es oscurecida, y, por consiguiente, nos sentimos inquietos e infelices hasta que ese deseo es cumplido. Tan pronto como es cumplido, la agitación de la mente se sumerge por un corto período, y debido a que nuestra felicidad inherente es así menos densamente oscurecida, nos sentimos relativamente felices.

Por lo tanto, aunque la felicidad es nuestra naturaleza verdadera, y aunque en realidad no hay ninguna felicidad en nada fuera de nosotros, sin embargo, nos sentimos felices siempre que nuestro deseo de algo es cumplido, y, por consiguiente, creemos erróneamente que obtenemos felicidad de los objetos de nuestro deseo. Sentimos amor o deseo por otras gentes y por objetos y circunstancias externos debido solo a que creemos que podemos obtener felicidad de ellos. Y creemos esto debido solo a que experimentamos felicidad siempre que algunos de nuestros deseos por esas cosas externas son satisfechos.

Nuestro engaño de que la felicidad viene de las cosas que deseamos, y que, por lo tanto, deseando y adquiriendo más cosas devendremos más felices, es así un círculo vicioso. Debido a que deseamos algo, nos sentimos felices cuando lo obtenemos, y de-

bido a que nos sentimos felices cuando lo obtenemos, deseamos más de ello. De esta manera, nuestros deseos están siempre aumentando y multiplicándose continuamente.

El fuego rugiente de los deseos no puede ser apagado nunca por los objetos de deseo. Cuanto más adquirimos esos objetos, tanto más intensamente ruge el deseo de ellos y de otros objetos semejantes. Tratar de apagar el fuego de los deseos cumpliéndolos es como tratar de apagar un fuego vertiendo petróleo sobre él.

Los objetos de deseo son el combustible que mantiene el fuego de los deseos ardiendo. La única manera de que podamos extinguir este fuego de los deseos es conociendo la verdad de que toda la felicidad que parecemos obtener de los objetos de deseo, de hecho no viene de esos objetos sino solo de dentro de nosotros.

Sin embargo, no debemos pensar que comprender esta verdad por medio del intelecto o poder de razonar es lo mismo que conocerla efectivamente. No podemos conocer esta verdad efectivamente sin experimentarnos como felicidad. Mientras nos sentimos como una consciencia individual limitada que experimenta grados relativos de felicidad e infelicidad, claramente no experimentamos la verdad de que somos felicidad absoluta.

Ninguna suma de comprensión intelectual puede darnos el verdadero conocimiento experimental de que la felicidad es nuestra naturaleza verdadera, y no es algo que obtenemos de los objetos de deseo. Podemos comprender algo intelectualmente, y, sin embargo, experimentar de hecho algo que es completamente contrario a lo que comprendemos. Por ejemplo, si vemos agua en un desierto, podemos comprender que es solo un espejismo, y, sin embargo, continuar viéndola como algo que parece completamente real, y cuya mera visión continúa haciéndonos sentir sedientos. Similarmente, aunque podamos comprender intelectualmente que la felicidad es nuestra verdadera naturaleza y que no obtenemos de hecho felicidad de nada fuera de nosotros, no obstante continuamos sintiéndonos de alguna manera como carentes de felicidad, y, por lo tanto, continuamos experimentando deseo por cosas de fuera, como si la felicidad pudiera ser obtenida realmente de ellas.

El conocimiento intelectual es solo una forma de conocimiento superficial y somero, debido a que el intelecto es solo una función de la mente, que es ella misma solo una forma de consciencia superficial y somera. Nuestro engaño, que nos hace sentir que la felicidad viene de cosas de fuera y no de dentro, está, por otra parte, profundamente arraigado en la identificación errónea con un cuerpo físico, que está arraigada a su vez en nuestra falta de claro auto-conocimiento.

De hecho, el engaño que nos hace sentir que la felicidad viene de cosas fuera es el mismo engaño que nos hace sentir que somos algo que no somos. Este engaño fundamental surge debido solo a que no sabemos claramente qué somos realmente, y, por consiguiente, solo puede ser destruido por un conocimiento claro y correcto de nuestra naturaleza real. Por lo tanto, ningún conocimiento intelectual puede destruir este engaño

nuestro profundamente arraigado. El único conocimiento que puede destruirlo es el conocimiento experimental verdadero de qué somos realmente.

Cuando por el verdadero auto-conocimiento experimental destruyamos así el engaño de que somos otro que la plenitud de felicidad absoluta, el fuego de nuestros deseos será extinguido automáticamente.

Aunque ninguna suma de comprensión intelectual puede destruir nuestro engaño profundamente arraigado, sin embargo, una clara comprensión intelectual de la verdad es necesaria, debido a que sin una comprensión tal no sabríamos cómo descubrir qué es la felicidad verdadera. Una comprensión clara y correcta de la naturaleza verdadera de la felicidad nos capacitará para saber no solo dónde debemos buscar la felicidad, sino también cómo debemos esforzarnos de hecho para buscarla. Por lo tanto, analicemos más profundamente cómo surge nuestro engaño de que obtenemos felicidad de los objetos y circunstancias externos.

Supongamos que nos gusta el chocolate. En la mente asociamos el sabor agridulce del chocolate con la sensación de placer que estamos acostumbrados a experimentar siempre que lo saboreamos. ¿Pero crea necesariamente el sabor del chocolate una sensación de placer? No, crea una sensación tal en nosotros debido a que nos gusta mucho, pero no creará una sensación tal en una persona que es indiferente a él, y creará una sensación de disgusto en una persona a quien le disgusta. Además, si comemos demasiado chocolate y con ello enfermamos, comenzaremos a sentir una aversión por él, al menos temporalmente, de modo que si comemos más en ese tiempo, no creará ninguna sensación de placer sino solo una sensación de disgusto. Por lo tanto, está claro que la felicidad que pensamos que obtenemos de comer chocolate no está determinada por el sabor propio del chocolate, sino solo por nuestro gusto por ese sabor.

Lo mismo es el caso con cualquiera de los placeres que experimentamos a través de nuestros cinco sentidos. Nuestros sentidos solo pueden decirnos las impresiones creadas por una cosa, por ejemplo el sabor, el aroma, la textura y el color del chocolate, y el sonido crujiente del papel de plata en el que está envuelto, pero es la mente la que determina si nos gustan o no esas impresiones. Si nos gustan, ni siquiera tenemos que saborear el chocolate para sentir placer de él. Incluso la visión o el olor del chocolate, o el sonido de su papel de plata al ser abierto, nos dará placer.

De hecho, a menudo parecemos obtener más placer de la anticipación de gozar de algo, que el que obtenemos cuando lo experimentamos efectivamente. Por lo tanto, incluso el pensamiento de algún objeto de nuestro deseo puede darnos placer, aunque ese placer estará siempre mezclado con una inquietud por experimentarlo efectivamente. Solo cuando lo experimentemos efectivamente, nuestro deseo de él será plenamente satisfecho. Sin embargo, puesto que esa satisfacción es experimentada usualmente solo momentáneamente, a veces puede parecer que gozamos más placer de la construcción

acumulativa de nuestra anticipación de él, que el que gozamos efectivamente cuando lo experimentamos.

Además, si la mente es distraída por otros pensamientos, podemos no sentir ningún placer particular cuando comemos chocolate, aunque nos guste mucho. Solo cuando la mente es relativamente libre de otros pensamientos podemos gozar propiamente el sabor del chocolate, o el placer de satisfacer cualquiera de nuestros demás deseos.

Una clara ilustración de esto es algo que la mayoría de nosotros probablemente hemos experimentado. Si estamos viendo una buena película o un programa de entretenimiento en la televisión mientras tomamos una comida, no importa cuán sabrosa y de nuestro gusto pueda ser esa comida, difícilmente notaremos su sabor y no experimentaremos ningún placer particular al comerla. Después de que el programa y la comida hayan terminado, podemos notar que no hemos gozado esa sabrosa comida, y podemos desear haberla comido cuando no estábamos distraídos viendo la televisión. Debido a que estábamos más interesados en el programa o en la película que estábamos viendo, que en la comida que estábamos comiendo, no hemos gozado la comida. Y la razón por la que teníamos más interés en gozar la película que en gozar nuestra comida, era que en ese tiempo nuestro deseo del gozo de la película era más grande que nuestro deseo del gozo de la comida.

Sin embargo, si hubiéramos estado realmente hambrientos antes de sentarnos a comer esa comida y ver esa película, probablemente habríamos gozado la comida con gran deleite, y, por lo tanto, difícilmente habríamos reparado en la película que estábamos viendo. Incluso si la comida no hubiera sido particularmente sabrosa, si hubiéramos estado realmente hambrientos, la habríamos gozado igualmente. Cuando estamos realmente hambrientos, es decir, cuando nuestro deseo de alimento es muy intenso, podemos saborear y gozar incluso la comida más sosa.

Nuestra hambre o deseo real de alimento es el mejor de todos los condimentos. La especia de hambre real dará el sabor más delicioso incluso al alimento más soso, e incluso al alimento que normalmente sabría efectivamente desagradable. Por el contrario, si la especia del hambre real está ausente, podemos comer incluso el alimento más sabroso sin saborearlo particularmente.

¿No está claro, por lo tanto, que los grados relativos de felicidad que obtenemos del goce de los objetos de los deseos no son solo enteramente subjetivos y dependientes del grado de gusto relativo por esos objetos, sino que están determinados principalmente por las fluctuaciones de la mente y de las sucesivas oleadas de excitación de los deseos, nuestras anticipaciones y satisfacciones últimas?

En medio de toda esta excitada actividad de la mente, ¿cómo aparecen los fragmentos de felicidad que experimentamos? Estas sucesivas oleadas de excitación mental tienen sus cimas y sus valles. Se elevan a sus cimas cuando la mente está más agitada por sus deseos, y se sumergen en sus valles cuando la mente experimenta la satisfacción de la anticipación o el goce efectivo de los objetos de sus deseos. Durante los breves valles

entre dos cimas sucesivas de deseos, la mente está en calma momentáneamente, y en esa calma la felicidad que es siempre inherente a nosotros está menos densamente oscurecida y por lo tanto se manifiesta más claramente.

Mientras la mente está activa, está fluctuando constantemente entre las cimas de su deseo o insatisfacción y los valles de su contento o satisfacción. Nuestros deseos y miedos, gustos y disgustos, ansias y aversiones, todos agitan y empujan la actividad de la mente a las cimas de su intensidad, y tales cumbres de actividad intensa oscurecen nuestra felicidad inherente y con ello nos hacen sentir insatisfechos, descontentos e infelices.

Cuanto más intensa y agitada deviene la actividad de la mente, tanto más rápidamente sube de una cima a la otra, y, por consiguiente, tanto más breves y superficiales devienen los valles entre esas cimas. Sin embargo, si somos capaces de controlar nuestros deseos, miedos, gustos, disgustos, ansias, aversiones y demás pasiones semejantes, la actividad de la mente devendrá menos intensa, es decir, sus cimas serán menos frecuentes y subirán menos alto, y los valles entre esas cimas serán más amplios y más profundos. Así pues, cuando la actividad agitada y apasionada de la mente deviene menos intensa, nos sentimos más calmos y más contentos, y, por consiguiente, somos capaces de experimentar más claramente la felicidad que está siempre dentro de nosotros.

La felicidad que obtenemos de comer un pedazo de chocolate no viene de ese pedazo de chocolate mismo, sino solo de la satisfacción que sentimos como un resultado de la gratificación de nuestro deseo por él. Cuando tal deseo es gratificado, ¿de dónde viene realmente la sensación resultante de satisfacción o felicidad? Claramente no viene del objeto de nuestro deseo, ni de nada de fuera, sino solo de dentro. Si observamos cuidadosamente la sensación de felicidad que experimentamos cuando comemos un pedazo de chocolate, o cuando gozamos cualquier otro objeto de deseo, veremos claramente que ella surge de dentro de nosotros, y como un resultado de la submersión pasajera de la agitación mental causada por ese deseo.

Nuestra satisfacción y la felicidad que parece resultar de ella son ambos sentimientos subjetivos que surgen de nuestro ser más íntimo, y que experimentamos acordemente solo dentro de nosotros. Puesto que toda felicidad viene así solo de nuestro sí mismo más íntimo, ¿no está claro que la felicidad existe ya dentro de nosotros, al menos en una forma latente? ¿Por qué debemos perder entonces el tiempo y la energía tratando de experimentar esa felicidad de una manera indirecta gratificándonos con los deseos de objetos y circunstancias externos? ¿Por qué no debemos tratar en lugar de ello experimentarla de una manera directa volviendo la atención dentro para descubrir la fuente de la que surge toda felicidad?

El deseo surge dentro de nosotros de diversas formas —como gustos o disgustos, como anhelos o aversiones, como esperanzas o miedos— pero en cualquier forma que surja, perturba la paz natural de la mente, y de ese modo oscurece la felicidad que está siempre dentro. Toda la miseria o infelicidad que experimentamos, está causada solo por

nuestros deseos. Por lo tanto, si deseamos experimentar la felicidad perfecta, no tocada por la menor miseria, debemos librarnos de todos los deseos.

¿Pero cómo podemos hacer esto? Los deseos están profundamente engranados dentro de nosotros y no pueden ser cambiados fácilmente. Aunque podamos ser capaces de modificarlos hasta un cierto punto, nuestra capacidad para hacer eso es no obstante limitada. Los deseos, o gustos y disgustos presentes, han sido formados por experiencias previas, no solo en la vida del cuerpo físico que ahora identificamos como nosotros, sino también en las vidas de todos los cuerpos físicos que anteriormente hemos identificado como nosotros, ya sea en sueños o ya sea en otros estados de consciencia similares al supuesto estado de vigilia presente.

Uno de los deseos más fuertes es el deseo de placer sexual. Aunque la intensidad de este deseo pueda variar con la edad y las circunstancias, existe siempre dentro de nosotros, al menos en la forma de una semilla durmiente. Como cualquiera que haya tratado de «conquistar» la lujuria sabe muy bien, no podemos superarlo nunca enteramente.

Como todos los demás deseos, la lujuria o deseo de placer carnal está arraigado en nuestra errónea identificación con un cuerpo físico. Debido a que tomamos erróneamente un cuerpo físico como nosotros, tomamos erróneamente los impulsos biológicos naturales de ese cuerpo por nuestros impulsos naturales. Por lo tanto, todos los deseos permanecerán, al menos en forma de semilla, mientras continuemos teniendo el hábito de identificarnos con un cuerpo físico, ya sea el cuerpo físico presente en este estado de vigilia, o ya sea en algún otro cuerpo físico en el sueño con sueños.

Por lo tanto, la única manera de poner fin a todos los deseos es poner fin a su raíz, que es la mente, la consciencia limitada que siente «Yo soy este cuerpo». A no ser que, y hasta que sepamos qué somos realmente, no podemos librarnos de nuestros deseos, que surgen solo debido a que nos tomamos erróneamente por lo que no somos.

Combatir los deseos nunca puede librarnos de ellos, debido a que nosotros, que tratamos de combatirlos, somos de hecho la causa, la fuente y la raíz de ellos. Eso que busca combatir los deseos es la mente, que es ella misma la raíz de la que surgen todos los deseos. La naturaleza misma de la mente es tener deseos. Sin deseos que la impulsen, la mente se aplacaría y sumergiría en la fuente de la que surgió originalmente. Por lo tanto, la única manera de conquistar los deseos es puentear la mente buscando la fuente de la que ha surgido. Esa fuente es nuestro sí mismo real, el núcleo más íntimo de nuestro ser, la consciencia fundamental y esencial «yo soy».

La mente es una forma limitada de consciencia que surge dentro de nosotros, y que toma erróneamente un cuerpo particular por ella misma, y todos los demás objetos que conoce como otros que ella misma. De hecho, todo lo que la mente conoce, incluyendo el cuerpo que ella toma erróneamente como «yo» son solo sus pensamientos, productos de su poder de imaginación. Por consiguiente, nada que sea conocido por la mente es de hecho otro que ella misma. Sin embargo, debido a que ella toma erróneamente objetos

de su imaginación como otros que ella misma, siente deseo por aquellos objetos que piensa que contribuirán a su felicidad, y aversión por aquellos objetos que piensa que menoscaban su felicidad.

Mientras experimentemos otredad o dualidad, no podemos evitar sentir deseo por algunas de las cosas que vemos como otras que nosotros, y aversión por algunas de las otras cosas. Debido a que tomamos erróneamente un cuerpo particular por nosotros, ciertas cosas son necesarias para la supervivencia y confort en ese cuerpo, y ciertas cosas son una amenaza para la supervivencia y confort en él. Por lo tanto, como una regla general, sentimos deseo por esas cosas que contribuyen a la supervivencia y confort corporal, y aversión por esas cosas que amenazan nuestra supervivencia o menoscaban nuestro confort.

Sin embargo, incluso después de que hayamos asegurado todas las cosas que requerimos para nuestra supervivencia y confort corporal, seguimos sin sentirnos satisfechos. Debido a que tenemos miedo por el futuro, nos afanamos en adquirir más de lo que en realidad necesitamos en el presente. Debido a la inquietud causada por la preocupación por nuestra felicidad y bienestar futuros, rara vez gozamos el momento presente en su plenitud, sino que, en lugar de ello, pensamos constantemente sobre qué podemos o no podemos gozar en el futuro.

La mayoría de nuestros pensamientos no están relacionados con el momento presente, sino solo con lo que ya es pasado, o con lo que puede o no puede acontecer en el futuro. Vivimos gran parte de nuestra vida en grados de ansiedad variables, la mayoría relacionados con lo que puede acontecer en el futuro, pero también a veces con lo que hicimos o nos aconteció en el pasado. Deseamos que el pasado hubiera sido otro que el que fue, y esperamos que el futuro sea mejor de lo que será probablemente.

Debido a que la mente está llena de pensamientos sobre el pasado, y de aspiraciones o ansiedad sobre el futuro, rara vez nos sentimos completamente satisfechos con el momento presente, y con todo lo que gozamos y poseemos ahora. Toda nuestra falta de satisfacción o contento con el momento presente está causada solo por los deseos, y por sus inevitables consecuencias, los miedos.

El deseo y el miedo no son de hecho dos cosas diferentes, sino solo dos aspectos de la misma cosa. Mientras deseemos cualesquiera cosas que parezcan contribuir a nuestra felicidad, inevitablemente tendremos miedo de las cosas que parezcan menoscabarla. Por lo tanto, el miedo es simplemente el lado opuesto del deseo. Todo miedo es de hecho una forma de deseo, debido a que el miedo de una cosa particular es simplemente el deseo de evitar o ser libre de esa cosa. Sin embargo, cualquier forma que el deseo pueda tomar —ya sea que se manifieste como una esperanza o como un miedo, como un gusto o un disgusto, un anhelo o una aversión— nos priva siempre de nuestra paz o contento natural. Por lo tanto, mientras tengamos alguna forma de deseo, no podemos estar nunca perfectamente satisfechos.

Por muy favorables y agradables que puedan ser nuestras circunstancias presentes — por mucha riqueza material que podamos tener, por muchas posesiones que podamos haber acumulado, por mucha seguridad de la que podamos habernos rodeado, por muchos amigos y admiradores que podamos tener, por muy afectuosos y buenos que nuestros familiares y asociados puedan ser— seguimos sin sentirnos perfectamente satisfechos, y buscamos sin descanso algo más. Incluso si no damos mucha importancia a las riquezas y posesiones materiales, continuamos buscando satisfacción y felicidad fuera de nosotros, en alguna forma de ocupación o entretenimiento externo tal como una actividad social, una implicación en política, un pasatiempo intelectual, una religión, una filosofía, una ciencia, un arte, una profesión, un deporte o una afición. A través de todas nuestras actividades mentales y físicas, de cualquier tipo que sean, estamos buscando obtener felicidad y evitar la miseria, y nuestras actividades no cesarán permanentemente hasta que experimentemos felicidad en plenitud, no tocada por la más mínima miseria, aflicción o infelicidad.

Todos nuestros esfuerzos por obtener felicidad continuarán hasta que el omniconsumiente deseo de felicidad perfecta sea satisfecho permanentemente. Sabemos por experiencia que este deseo fundamental nuestro nunca está completamente satisfecho a pesar de todos los esfuerzos por obtener felicidad de objetos y circunstancias externos. Nada ni nadie en este mundo material puede hacernos nunca perfectamente felices. Por muy felices que a veces podamos sentirnos ser, nuestra felicidad es sin embargo imperfecta y de corta duración, y, por consiguiente, continuamos buscando sin descanso más felicidad.

Todo esfuerzo que hacemos a través de la mente, habla y cuerpo —cada pensamiento, palabra y obra— es impelido solo por el deseo de felicidad y el miedo de la infelicidad. Debido a nuestra errónea convicción de que la felicidad y la infelicidad vienen ambas de los objetos y circunstancias externos —una convicción que está tan fuerte y profundamente arraigada que persiste a pesar de toda nuestra comprensión intelectual de que la felicidad viene en realidad solo de dentro de nosotros, y que la infelicidad es causada solo por la agitada actividad de la mente— dirigimos incesantemente la atención y esfuerzos hacia esos objetos y circunstancias externos.

Siempre que experimentamos algo que deseamos, la agitación de la mente causada por ese deseo se sumerge pasajera y profundamente, permitiéndonos experimentar por un corto período la felicidad que existe siempre dentro de nosotros. Sin embargo, debido a que no alcanzamos a reconocer que la felicidad que experimentamos así existe ya dentro de nosotros, siempre la asociamos erróneamente con los objetos de deseo, y así hemos desarrollado una convicción fuerte y profundamente arraigada de que obtenemos felicidad de las gentes, objetos y circunstancias fuera de nosotros. Debido a esta convicción errónea, continuamos deseando esas cosas que creemos que son fuentes potenciales de felicidad para nosotros. Por lo tanto, los deseos no pueden ser nunca plenamente satisfechos, debido a que siempre que experimentamos una pequeña felicidad de la satisfac-

ción de uno de nuestros deseos, el deseo fundamental de felicidad perfecta y completa nos impele a buscar una felicidad más grande tratando de satisfacer más deseos.

Por lo tanto, la felicidad que experimentamos cuando uno de nuestros deseos se cumple es de muy corta duración, debido a que algún otro deseo surge inmediatamente en la mente. Es decir, experimentamos tal felicidad solo en el período pasajero de calma que resulta de la satisfacción de uno de nuestros deseos, y un tal período de calma crea una oportunidad para que surja algún otro deseo. Innumerables deseos existen en la mente en una forma durmiente o latente, y cada uno de ellos está esperando una oportunidad adecuada para salir a la superficie de la mente.

En un único momento la mente solo puede prestar atención a un único pensamiento. Por lo tanto, cada uno de nuestros pensamientos solo puede surgir cuando el pensamiento previo se ha sumergido. Sin embargo, puesto que nuestros pensamientos surgen y se sumergen en rápida sucesión, sentimos que estamos pensando en varias cosas simultáneamente. Es decir, lo mismo que la velocidad a la que las imágenes de una película son proyectadas en una pantalla de cine es tan rápida que somos incapaces de percibir el intervalo entre dos imágenes consecutivas, y, por consiguiente, vemos una imagen móvil continua, así también la velocidad a la que nuestros pensamientos surgen y se sumergen es tan rápida que somos incapaces de percibir el intervalo extremadamente breve entre dos pensamientos consecutivos, y, por consiguiente, experimentamos un flujo de pensamientos continuo e ininterrumpido.

Sin embargo, aunque nuestros pensamientos surgen y se sumergen tan rápidamente, no obstante hay un límite al número de pensamientos que pueden surgir en la mente durante cada fracción de segundo, debido a que en un momento preciso solo un pensamiento puede estar activo. Por consiguiente, para salir a la superficie de la mente, cada uno de los muchos pensamientos latentes o deseos durmientes debe esperar un adecuado intervalo entre la submersión y el surgimiento de otros deseos o pensamientos. Por lo tanto, tan pronto como una quiescencia relativa tiene lugar en la actividad mental debido a la satisfacción de uno de nuestros deseos, muchos otros deseos demandarán surgir en su lugar.

Este proceso del surgimiento de un pensamiento u otro, tan pronto como una relativa quiescencia tiene lugar en nuestra actividad mental, puede ser percibido claramente por nosotros si tratamos de aquietar deliberadamente la actividad de la mente con alguna forma de meditación. Siempre que tratemos de evitar pensar en una cosa, el pensamiento de alguna otra cosa surgirá en la mente. Cuanto más tratemos de aquietar nuestra actividad mental, tanto más vigorosamente surgirán otros pensamientos para ocupar el lugar de los pensamientos que estamos tratando de evitar. Todos esos pensamientos que surgen en la mente relativamente quiescente son impelidos por el deseo de obtener felicidad de otras cosas que nuestro sí mismo esencial.

Mientras nos tomemos erróneamente como esta forma de consciencia limitada que llamamos «mente», experimentaremos deseo de obtener esas otras cosas aparte de noso-

tros que creemos que nos harán felices, y evitaremos esas cosas que creemos que nos harán infelices, y mientras persistan tales deseos, la mente continuará pensando un pensamiento tras otro. Siempre que la mente deviene fatigada de esta actividad sin descanso de pensar innumerables pensamientos, se sumerge pasajeraamente en el sueño profundo. Pero de tal sueño profundo pronto será sacada una vez más por sus deseos durmientes, y con ello experimentará ya sea un sueño con sueños o ya sea un estado tal como nuestro estado presente, que tomamos como un estado de vigilia. Por consiguiente, hasta que no pongamos fin a la errónea identificación de nosotros con la mente, que es la raíz de todos los deseos, no podremos poner fin nunca a todos los deseos, y, por consiguiente, no podremos permanecer nunca sin pensar en otras cosas que nuestro sí mismo esencial, o, en lugar de ello, no podremos dejar de caer pasajeraamente en el estado de sueño profundo.

En nuestros estados de vigilia y sueño con sueños, la mente experimenta un incesante torbellino de deseos. Un deseo u otro está siempre clamando en la mente. Toda nuestra actividad mental es conducida solo por el deseo. Cada pensamiento que surge en la mente es impelido por algún deseo, y cada deseo es una forma de pensamiento. Deseo y pensamiento son por tanto inseparables. En la ausencia de deseo, como en el sueño profundo, no hay ningún pensamiento o actividad mental, y, en la ausencia de actividad mental, no hay ningún deseo. Cuanto más intensamente experimentamos un deseo, tanto más activa y agitada deviene la mente.

Siempre que la mente está activa, esa actividad oscurece en un grado mayor o menor la felicidad que existe siempre dentro de nosotros. Cuanto más intensa deviene la actividad mental, tanto más densamente es oscurecida nuestra felicidad natural. Por consiguiente, puesto que toda la actividad mental es causada solo por los deseos, ¿no está claro que el deseo es la única causa de toda nuestra infelicidad? Sea cual sea la forma de infelicidad que podamos experimentar, siempre podemos rastrear su origen hasta algún deseo que existe en la mente.

El clamor de incontables pequeños deseos en la mente es usualmente tan intenso que no advertimos cómo oscurecen nuestro sentido natural de apacible felicidad, y cómo los fragmentos de felicidad que experimentamos en medio de toda nuestra incansable actividad mental resultan solo de ciertos momentos de relajación pasajera en la intensidad de esa actividad. A menudo hay tantos deseos activos en la mente que no somos plenamente conscientes de la mayoría de ellos. Es decir, debido a que la mente está usualmente tan ocupada pensando tantos pensamientos diferentes en una sucesión tan rápida, a menudo no advierte todos los deseos que están molestando dentro de ella. Solo cuando un cierto deseo inadvertido es cumplido y experimentamos el sentimiento de alivio o placer resultante, devenimos efectivamente conscientes de cuán fuerte era ese deseo y cuánto estaba irritando la mente.

Por ejemplo, cuando la mente está ocupada con alguna actividad que compromete toda su atención, no podemos advertir que tenemos una fuerte necesidad de ir al retrete.

Solo cuando vamos al retrete y experimentamos el alivio resultante, devenimos efectivamente conscientes de cuán fuerte era nuestra necesidad de hacerlo. La satisfacción del deseo inadvertido de aliviarnos puede ser tan intensa que por un momento sentimos conscientemente un positivo placer que surge de nuestro sentido de gran alivio. De esta manera, algunas veces devenimos conscientes de uno de nuestros deseos, y descubrimos cuán fuerte es y cuánta incomodidad o agitación causa en la mente, solo cuando experimentamos la felicidad que resulta de su satisfacción quizás completamente accidental.

Cuando surge un deseo, la mente deviene agitada, y esa agitación oscurece la felicidad que es nuestra verdadera naturaleza. Cuando no surge ningún deseo, como en el sueño profundo, la mente permanece perfectamente inactiva, y, por consiguiente, no experimentamos la más mínima infelicidad. Por lo tanto, si estuviéramos perfectamente contentos —libres de todos los deseos y miedos— la mente permanecería perfectamente calma, y, por consiguiente, experimentaríamos en plenitud la felicidad absoluta que existe siempre en el núcleo mismo de nuestro ser.

En realidad, en el núcleo más íntimo o profundo de nuestro ser, estamos siempre perfectamente calmos y felices, no importa cuán agitada pueda estar la superficie de la mente. Toda la agitación e infelicidad es experimentada solo por la mente, y no por nuestro sí mismo real —nuestra consciencia fundamental de ser esencial, «yo soy».

Nuestro ser esencial permanece siempre calmo y apacible, lo mismo que el ojo de una tormenta. Ninguna agitación de la mente puede perturbarlo nunca en lo más mínimo, debido a que es auto-consciencia perfectamente no-dual, y, por consiguiente, no conoce nada otro que «yo soy». No importa lo que la mente pueda estar haciendo, nosotros somos —es decir, existimos, y permanecemos esencialmente como nuestro ser auto-consciente, «yo soy». Ninguna suma de hacer puede impedirnos nunca ser.

Ser es lo que subyace a todas las formas de hacer, lo mismo que la consciencia subyace a todas las formas de conocimiento, y la felicidad subyace a todas las formas de amor o deseo. Nuestro ser esencial es consciencia, y la consciencia esencial de nuestro ser es felicidad. Así pues, nuestro ser, consciencia y felicidad esencial son todos una y la misma realidad —la única realidad absoluta, que es nuestro sí mismo verdadero y esencial.

La existencia y la no-existencia relativas, la consciencia y la inconsciencia relativas, y la felicidad y la infelicidad relativas, son todas solo un reflejo distorsionado de nuestro ser, consciencia y felicidad absoluta. Debido a que somos distraídos por toda la actividad superficial de la mente, no prestamos atención al ser, consciencia y felicidad esenciales, que son nuestro sí mismo verdadero o naturaleza fundamental. Y debido a que no prestamos atención a esta naturaleza esencial y fundamental del sí mismo verdadero, nos tomamos erróneamente por la consciencia limitada que llamamos «mente», a cuyo través experimentamos el ser, consciencia y felicidad absolutos solo en sus formas rela-

tivas como los pares de opuestos: existencia y no-existencia, consciencia e inconsciencia, y felicidad e infelicidad.

Por lo tanto, si deseamos experimentar felicidad completa y perfecta, libre del más mínimo toque de infelicidad, todo lo que necesitamos hacer es conocer nuestro sí mismo verdadero como realmente es. Mientras nos experimentemos como otro que ser, consciencia y felicidad absolutos, no podemos experimentar felicidad perfecta y verdadera. Mientras continuemos buscando felicidad fuera de nuestro sí mismo esencial, continuaremos experimentando solo felicidad e infelicidad relativas.

Puesto que la actividad de la mente es lo que oscurece aparentemente nuestra naturaleza esencial como ser, consciencia y felicidad absolutos, para experimentar la naturaleza esencial debemos poner fin a toda la actividad mental —a todos los pensamientos que están surgiendo y rugiendo constantemente en la mente. Todas las formas de pensamiento o actividad mental no son nada sino la atención que prestamos a los objetos —a cosas que son aparentemente otras que nosotros. En los estados de vigilia y sueño con sueños, estamos pensando constantemente solo en otras cosas que nuestro ser esencial o consciencia fundamental.

Mientras prestamos atención a algo otro que la mera consciencia de ser, «yo soy», la mente está activa. Sin embargo, si tratamos de volver la atención hacia nosotros para conocer nuestro ser auto-consciente esencial, la actividad de la mente comenzará a sumergirse. Si somos capaces de concentrar la atención entera y exclusivamente en la consciencia de ser «yo soy», entonces todos los pensamientos o actividad mental se sumergirán completamente, y conoceremos claramente la verdadera naturaleza de nuestro sí mismo real, que es ser, consciencia y felicidad perfecto y absoluto.

¿No vimos anteriormente que la felicidad es un estado de ser, y la infelicidad es un estado de hacer? En el sueño profundo permanecemos como mero ser, sin surgir para hacer nada, y, por consiguiente, experimentamos felicidad perfecta. En la vigilia y el sueño con sueños, por otra parte, abandonamos el estado esencial y natural de mero ser surgiendo como la mente, cuya naturaleza es estar haciendo constantemente, y, por consiguiente, experimentamos felicidad mezclada con infelicidad. Mientras el sueño profundo es un estado de mero ser, y por tanto un estado de felicidad perfecta, la vigilia y el sueño con sueños son estados en los que el ser esencial está mezclado y oscurecido por todo nuestro hacer, y por lo tanto son estados en los que nuestra felicidad esencial está mezclada y oscurecida por grados de infelicidad variables.

Puesto que ser es permanente y hacer es impermanente, ser es natural y todo hacer es innatural. Por consiguiente, la felicidad es natural, debido a que es nuestro ser esencial, y toda la infelicidad es innatural, debido a que es un resultado de hacer o pensar.

La raíz de todo hacer, y, por consiguiente, la raíz de toda la infelicidad, es solo el surgimiento de la mente. Siempre que la mente surge, está activa, pensando pensamientos diferentes de innumerables tipos. La mente no puede permanecer por un momento sin actividad —sin pensar en algo otro que nuestro ser esencial. Tan pronto como la

mente deja de pensar en algo otro que ser, se calma y se sumerge sin movimiento en nuestro estado natural de mero ser, que es la fuente de la que surgió. Así pues, siempre que la mente deviene inactiva, deja de ser la entidad pensante que llamamos «mente», y en lugar de ello permanece como nuestro ser esencial auto-consciente, que es su propia naturaleza verdadera.

Aunque en el sueño profundo la mente se sumerge y permanece meramente como nuestro ser esencial, la felicidad perfecta que experimentamos en ese estado parece ser de corta duración, debido a que la mente, llevada por sus deseos durmientes, finalmente surge de nuevo para experimentar un estado de vigilia o de sueño con sueños. Por lo tanto, en el sueño profundo la mente y sus deseos inherentes no son completamente destruidos, sino que meramente se han sumergido en un estado de espera, dormición o quiescencia pasajera.

Por consiguiente, si deseamos experimentar la felicidad natural y perfecta permanentemente, no debemos hacer solo que la mente se sumerja pasajeramente en un estado de dormición como el sueño profundo, sino que debemos destruirla completamente. Puesto que el surgimiento de la mente es el surgimiento de toda infelicidad, la quiescencia pasajera de la mente es la quiescencia pasajera de toda infelicidad, y la destrucción de la mente es la destrucción de toda infelicidad.

¿Por qué la mente, que es la raíz de todos los deseos y por lo tanto la causa de toda la infelicidad, no es destruida en el sueño profundo? ¿Por qué surge de nuevo de ese estado? Para responder esto, debemos comprender por qué surgió en primer lugar.

Como vimos antes, esta entidad individual que llamamos nuestra «mente» es una forma de consciencia limitada que siempre identifica un cuerpo físico como ella misma. En nuestro presente estado de vigilia, la mente toma erróneamente este cuerpo particular por ella misma, mientras que en cada sueño toma erróneamente algún otro cuerpo igualmente como ella misma. Debido a que toma un cuerpo como ella misma en el estado de vigilia, y otro cuerpo como ella misma en el sueño con sueños, la mente no sabe claramente qué es su sí mismo real.

Por consiguiente, mientras nos tomemos erróneamente por la mente, y por el cuerpo particular que la mente en un momento dado toma erróneamente por ella misma, no sabemos quién o qué somos realmente. En el sueño profundo no nos tomamos erróneamente por la mente ni por ningún cuerpo particular, mientras que en la vigilia nos tomamos erróneamente por la mente y este cuerpo particular, y en el sueño con sueños nos tomamos erróneamente por la mente y algún otro cuerpo particular.

En el sueño profundo, cuando no nos tomamos por la mente ni ningún cuerpo, ¿por qué nos tomamos a nosotros? Como veremos cuando tratemos esta pregunta con más detalle en capítulos posteriores, todo lo que sabemos de nosotros en el sueño profundo es «yo soy». Sin embargo, aunque en el sueño profundo sabemos *que nosotros somos*, no sabemos claramente *qué somos*.

Por alguna razón inexplicable, en el sueño profundo el conocimiento de nosotros es de alguna manera oscurecido y vago. Sabemos ciertamente que somos, debido a que si no lo supiéramos, no seríamos capaces de recordar tan claramente en el estado de vigilia «dormí feliz y apaciblemente, y no sabía nada en ese tiempo». Lo que conocíamos en el sueño profundo no es otro que la consciencia esencial de nuestro ser, «yo soy». Sin embargo, lo mismo que en la vigilia y el sueño con sueños parecemos identificar la consciencia fundamental y esencial «yo soy» con la mente y algún cuerpo particular, en el sueño profundo parecemos identificarla con una aparente falta de claridad de autoconocimiento.

Debido a que no conocemos claramente nuestro sí mismo real en la vigilia, el sueño con sueños o el sueño profundo, podemos tomarnos erróneamente por la mente y algún cuerpo particular en la vigilia y en el sueño con sueños. Así pues, nuestra falta de autoconocimiento claro es la causa raíz del surgimiento de la mente, y el consecuente surgimiento de todos los deseos, pensamientos e infelicidad. Si supiéramos claramente qué somos realmente, no podríamos tomarnos erróneamente por nada otro que eso. Por lo tanto, la única manera de poner fin permanentemente a todos los deseos, pensamientos e infelicidad consecuente es conocer qué somos realmente.

Puesto que la mente es una forma de conocimiento falso o erróneo, un conocimiento o consciencia que se conoce a sí mismo erróneamente como «yo soy este cuerpo» y que conoce erróneamente todos sus demás pensamientos como objetos otros que sí misma, solo puede ser destruida por la experiencia de un conocimiento verdadero o correcto de nuestro ser esencial, «yo soy». Hasta que, y a no ser que, conozcamos la verdadera naturaleza de nuestro sí mismo real, no podemos liberarnos de la garra auto-engañososa de la mente, y por lo tanto no podemos experimentar permanentemente la felicidad natural y absoluta que es nuestra naturaleza real.

Todo lo que hemos examinado y descubierto en este capítulo sobre la naturaleza de la felicidad es expresado sucintamente por Sri Ramana en la sentencia de apertura de su introducción a su traducción tamil del gran poema filosófico de Sri Adi Sankara, *Vivekachudamani*:

Puesto que todos los seres vivos en el mundo desean ser siempre felices [y] exentos de miseria, lo mismo que [desean] ser felices siempre librándose de esas [experiencias] tales como la enfermedad que no son su propia naturaleza, puesto que todos [los seres vivos] tienen amor completo solo por su propio sí mismo, puesto que el amor no surge excepto por la felicidad, y puesto que en el sueño profundo [todos los seres vivos tienen] la experiencia de ser felices sin nada, cuando lo que es llamado felicidad es [así] solo [su propio] sí mismo [real], solo debido a [su] ignorancia de no conocer [su] sí mismo [real], surgen y se enredan en *pravritti* [actividad extrovertida], vagando errantes en el *samsara* sin límites [el estado de inquietud e incesante vagar errante de la mente], abandonando la vía [del auto-descubrimiento] que

otorga felicidad [verdadera], [creyendo] que solo obtener los placeres de este mundo y el otro es la vía a la felicidad.

Sri Ramana expresa la misma verdad aún más concisamente en el párrafo de apertura de *Nan Yar?* (¿Quién soy yo?), un breve tratado de veinte párrafos que escribió sobre nuestra necesidad de obtener auto-conocimiento verdadero, y los medios por los que podemos obtenerlo:

Puesto que todos los seres vivos desean ser siempre felices [y] exentos de miseria, puesto que todos [ellos] tienen el amor más grande solo por su propio sí mismo, y puesto que solo la felicidad es la causa del amor, [para] obtener esa felicidad, que es su propia naturaleza [verdadera] que ellos experimentan diariamente en el sueño profundo [sin sueños], el cual es carente de la mente, es necesario conocer [su propio] sí mismo [real]. Para eso, **solo *jñana-vichara*** [escudriñar la consciencia para saber] «¿quién soy yo?» es el medio principal.

La conclusión práctica crucial con la que Sri Ramana termina este párrafo, «solo *jñana-vichara* “¿Quién soy yo?” es el medio principal», fue acentuada por él en negrita en el original tamil. El término *jñana-vichara* significa literalmente «conocimiento-investigación», y es el proceso de investigar la auto-consciencia esencial «yo soy», que es el conocimiento primario y la base de todo conocimiento restante, para obtener el conocimiento verdadero de nuestro sí mismo real.

Por lo tanto, lo que Sri Ramana quiere decir aquí con el término «conocimiento-investigación “¿Quién soy yo?”» no es un mero análisis intelectual del conocimiento «yo soy», sino un examen efectivo o escrutinio profundo de nuestro conocimiento o consciencia fundamental «yo soy» para conocer por experiencia directa lo que es realmente. Una investigación o escrutinio tal no puede ser hecho pensando, sino solo volviendo la atención a nosotros para conocer la consciencia esencial de ser. Cuando la atención o poder de conocer está vuelto hacia fuera para conocer otras cosas que nosotros, deviene la mente pensante, pero cuando se vuelve hacia dentro para conocer nuestro sí mismo esencial, permanece en su estado natural como nuestro sí mismo esencial —es decir, como nuestro verdadero ser auto-consciente no-dual.

Además, en el párrafo catorce del mismo tratado, Sri Ramana explica más sobre la verdadera naturaleza de la felicidad:

Lo que es llamado felicidad es solo *svarupa* [la naturaleza esencial] de *atma* [nuestro sí mismo real]; felicidad y *atma-svarupa* [nuestra auto-naturaleza esencial] no son diferentes. Solo existe *atma-sukha* [la felicidad del sí mismo]; solo eso es real. La felicidad no es obtenida de ninguno de los objetos del mundo. Pensamos que la felicidad es obtenida de ellos debido a la falta de discriminación. Cuando [nuestra] mente surge, experimenta infelicidad. En verdad, siempre que los pensamientos [o

deseos] son cumplidos, ella [la mente] vuelve a su lugar propio [el núcleo de ser, nuestro sí mismo real, que es la fuente de la que surgió] y experimenta solo la felicidad de [nuestro] sí mismo [real]. De la misma manera, en los tiempos del sueño profundo, del *samadhi* [un estado de intensa contemplación o absorción de la mente] y del desvanecimiento, y cuando una cosa deseada es obtenida, y cuando llega a su fin una cosa que desagrada [es decir, cuando la mente evita o es aliviada de alguna experiencia que le desagrada], [nuestra] mente deviene introvertida y experimenta solo la felicidad del sí mismo. De esta manera [nuestra] mente fluctúa sin descanso, yendo hacia fuera dejando [nuestro] sí mismo [esencial], y volviendo [después hacia] dentro. Al pie de un árbol, la sombra es deliciosa. Fuera el calor del sol es severo. Una persona que está vagando errante fuera es refrescada cuando se pone a la sombra. Al salir fuera tras un corto período, es incapaz de soportar el calor, de modo que vuelve de nuevo al pie del árbol. De esta manera continúa, yendo de la sombra a la luz del sol, y volviendo de la luz del sol a la sombra. Una persona que actúa de esta manera es alguien carente de discriminación. Pero una persona de discriminación no dejará la sombra. Similarmente, la mente de un *jñani* [una persona de auto-conocimiento verdadero] no deja el *brahman* [la realidad fundamental y absoluta, que es nuestro ser o sí mismo esencial]. Pero la mente de un *ajñani* [una persona carente de verdadero auto-conocimiento] continúa sufriendo miseria vagando errante en el mundo, y obtiene felicidad volviendo al *brahman* por un corto período. Lo que es llamado el mundo es solo pensamiento [debido a que todo lo que conocemos como el mundo no es nada sino una serie de imágenes mentales o pensamientos que hemos formado en la mente por nuestro poder de imaginación]. Cuando el mundo desaparece, es decir, cuando el pensamiento cesa, [nuestra] mente experimenta felicidad; cuando el mundo aparece, experimenta infelicidad.

Lo que Sri Ramana describe aquí como la incansable errancia u oscilación de la mente, fluctuando repetidamente entre salir hacia fuera y volver hacia dentro, es el mismo proceso que hemos descrito anteriormente como el surgimiento y submersión de nuestros pensamientos. Cada momento de nuestras vidas de vigilia y sueño con sueños, innumerables pensamientos surgen y se sumergen en la mente en rápida sucesión. Con el surgimiento de cada pensamiento, la mente o poder de atención va hacia fuera, dejando nuestro sí mismo real o ser esencial y olvidando con ello la felicidad que está siempre dentro de nosotros, mientras que con la submersión de cada pensamiento la mente vuelve hacia nosotros para experimentar momentáneamente la felicidad de solo ser.

Sin embargo, debido a que este surgimiento de la mente o pensamientos es impelido por innumerables deseos fuertes, tan pronto como se sumerge un pensamiento otro surge en su lugar, y, por consiguiente, el intervalo entre la submersión y el surgimiento de dos pensamientos consecutivos es tan extremadamente breve que difícilmente somos conscientes del ser apacible o la felicidad que experimentamos en ese intervalo. Ésta es la razón por la que en nuestros estados de vigilia y sueño con sueños la atención está tan

absorbida pensando en otras cosas que apenas advertimos nuestro ser apaciblemente auto-consciente, y la felicidad que es inherente a él. Generalmente, la única ocasión en la que somos claramente conscientes de la apacible felicidad de ser que experimentamos entre dos pensamientos consecutivos es durante el sueño profundo, debido a que el sueño profundo es un intervalo comparativamente largo entre dos pensamientos consecutivos, provocado por el total agotamiento de la mente.

No obstante, aunque apenas lo notemos, incluso durante la vigilia y el sueño con sueños, en el momento extremadamente breve entre la submersión de cada pensamiento y el surgimiento del siguiente, de hecho experimentamos nuestro ser esencial auto-consciente o *brahman* en su forma verdadera y perfectamente pura, no contaminada por el pensamiento o la acción. Además, siempre que uno de nuestros deseos —ya sea un deseo de experimentar algo que nos gusta o un deseo de evitar experimentar algo que nos desagrada— es cumplido, el ímpetu con el que los pensamientos surgen en la mente decrece pasajera y momentáneamente, de modo que no solo cada pensamiento surge con menos vigor, sino que también el intervalo pasajero entre dos pensamientos consecutivos deviene ligeramente más largo. Así pues, por un corto período, somos capaces de experimentar la apacible felicidad de nuestro ser más claramente, hasta que algún otro deseo se apodera de la mente, reanimando con ello el ímpetu y vigor con el que surgen nuestros pensamientos, y oscureciendo así una vez más nuestra felicidad de ser más densamente.

La forma verdadera, inmutable, inadulterada y libre de pensamiento de nuestro ser esencial o *brahman*, que experimentamos momentáneamente entre cada dos pensamientos consecutivos, es tanto la consciencia de ser fundamental, «yo soy», como la felicidad perfecta de nuestro ser así conscientes solo de ser. Por lo tanto, si queremos experimentar felicidad perfecta y natural constantemente, la atención debe penetrar por debajo de la fluctuación u oscilación de pensamientos sobre la superficie de la mente para experimentar en su pureza la consciencia esencial y fundamental de ser, «yo soy», que subyace siempre a nuestra fluctuante mente.

Así pues, podemos experimentar permanentemente felicidad perfecta y absoluta solo en el estado del auto-conocimiento verdadero —el estado en el que permanecemos siempre meramente como nuestro ser esencial, la auto-consciencia fundamental «yo soy», sin surgir para pensar o hacer nada. Por lo tanto, examinemos ahora el conocimiento que tenemos sobre nosotros al presente para comprender no solo cómo es un conocimiento erróneo, sino también qué es realmente el conocimiento correcto de nosotros, y cómo podemos obtener experiencia inmediata de ese conocimiento correcto.

CAPÍTULO 2

¿Quién soy yo?

Para que determinemos el medio por el que podemos descubrir quién o qué somos realmente, es necesario que obtengamos primero una comprensión teórica clara de qué somos y qué no somos. Podemos obtener una comprensión tal solo analizando cuidadosa y críticamente la experiencia de nosotros. Para que un análisis tal sea completo y minucioso, debemos considerar la experiencia de nosotros no solo en el presente estado de vigilia, sino también en cada uno de los otros dos estados de consciencia, a saber, sueño con sueños y sueño profundo.

Esta aproximación es similar al método bien establecido de investigación adoptado en todas las ciencias objetivas. En esas ciencias, los investigadores consideran primero cuidadosamente todos los hechos ya conocidos sobre el tema de investigación para formular una hipótesis razonable que pueda explicar esos hechos, y después proceden a probar esa hipótesis por experimentos conducidos rigurosamente.

La hipótesis formulada por los científicos espirituales, o los sabios, como son llamados más comúnmente, es que no somos el cuerpo compuesto de materia inconsciente, ni la mente que consiste en pensamientos, sentimientos y percepciones, sino que somos la consciencia esencial subyacente por la que el cuerpo y la mente son ambos conocidos. Esta hipótesis ha sido probada y verificada independientemente por muchos sabios antes que nosotros, pero a diferencia de los descubrimientos de las ciencias objetivas, los hallazgos de esta ciencia espiritual no pueden ser demostrados objetivamente. Por lo tanto, para ser beneficiados verdaderamente por esta ciencia del auto-conocimiento, cada uno de nosotros tiene que probar y verificar esta hipótesis por sí mismo.

Para hacerlo, cada uno de nosotros debe experimentar para ver si la consciencia que experimentamos como «yo», puede permanecer o no sola sin nuestro cuerpo o mente. Si somos capaces de permanecer como consciencia en la ausencia de cualquier tipo de cuerpo o mente, nos probaremos que no somos ninguno de esos dos objetos conocidos por nosotros.

Para permanecer como la mera consciencia «yo soy», sin ninguna consciencia de cuerpo o mente, es necesario que conozcamos la consciencia en su forma pura, exenta de todo contenido —exenta de todo objeto de conocimiento. Estamos tan acostumbrados a identificar la consciencia «yo soy» con el cuerpo y mente que inicialmente puede parecernos difícil distinguir entre la consciencia y estos objetos conocidos por ella. Debido a esta identificación de la consciencia con sus objetos o contenidos, el conocimiento de ella parecer estar oscurecido y sin claridad. Por lo tanto, para distinguir entre la

consciencia y sus objetos, debemos obtener un conocimiento claro de ella como realmente es.

Tanto si somos un científico o solo una persona ordinaria, cuando buscamos obtener conocimiento sobre algo, el instrumento primario y esencial que usamos es nuestro poder de atención. Sin prestar atención a algo, no podemos conocerlo.

En sus experimentos, los científicos a menudo usan ayudas mecánicas para observar cosas que no pueden percibir directamente a través de sus cinco sentidos, pero, sin embargo, es solo a través de sus cinco sentidos como son capaces de leer e interpretar la información proporcionada por esas ayudas mecánicas. Es solo por medio de uno o más de nuestros cinco sentidos como podemos obtener conocimiento sobre algo en el mundo externo.

No obstante, aunque los cinco sentidos nos proporcionen información sobre el mundo externo, solo podemos conocer esa información prestándole atención. Si no prestamos atención a la información proporcionada por los sentidos, podemos no ver algo que tiene lugar justo frente a nuestros ojos, o no escuchar una conversación entre dos personas sentadas justo al lado. Por lo tanto, todo conocimiento es obtenido finalmente solo por medio del poder de atención.

Puesto que la consciencia no es un objeto, no puede ser observada por medio de ninguna ayuda mecánica, ni tampoco puede ser observada por medio de ninguno de los cinco sentidos. El único instrumento por el que podemos observar y conocer la consciencia es nuestro poder de atención, sin ayuda de nada más. Puesto que somos consciencia, y puesto que la consciencia se conoce a sí misma sin ningún tipo de ayuda, todo lo que necesitamos hacer para obtener un conocimiento claro de la consciencia como realmente es, es retirar la atención de todos los objetos conocidos por la consciencia y concentrarla solo en la consciencia misma.

Puesto que nuestro poder de atención es el poder de conocimiento o consciencia, que somos libres de dirigir hacia lo que quiera que deseemos conocer, concentrar la atención en la consciencia significa concentrarla en sí misma, o concentrar la consciencia en sí misma. Puesto que experimentamos la consciencia o poder de conocer como «yo», como nuestro sí mismo esencial, prestarle atención no es una forma de atención objetiva, sino que es una atención puramente subjetiva —una auto-atención perfectamente no dual, una atención a nuestro sí mismo esencial o «yo».

Solo prestando así atención a la consciencia esencial, que experimentamos como «yo», seremos capaces de distinguir entre esta consciencia y todos los objetos conocidos por ella, incluyendo el cuerpo y la mente que ahora tomamos erróneamente como «yo». Prestando así atención a la consciencia y distinguiéndola con ello de sus contenidos, podemos experimentar y conocer con certeza si podemos permanecer o no como mera consciencia, enteramente separados de nuestro cuerpo, la mente y todos sus pensamientos, sentimientos y percepciones. Si somos capaces de hacerlo, nos probaremos que en

esencia somos solo consciencia, y que no somos ni el cuerpo ni la mente que ahora tomamos erróneamente como «yo».

Por lo tanto, analicemos ahora nuestra experiencia a fondo, examinando cómo nos experimentamos exactamente en cada uno de los tres estados de consciencia, a saber, vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, para obtener una clara comprensión teórica de qué somos y qué no somos. Al hacerlo, seremos capaces de verificar por nosotros si podemos llegar razonablemente o no a la hipótesis mencionada anteriormente.

Cuando analizamos nuestra experiencia en el presente estado de vigilia, podemos ver que el conocimiento de quién o qué somos es confuso y sin claridad. Si se nos pregunta, «¿Quién eres tú?», contestamos, «Yo soy Michael James», «yo soy Smith», o yo cualquiera que sea nuestro nombre. Este nombre es el nombre dado al cuerpo, y nos identificamos con este nombre debido a que tomamos el cuerpo como «yo». Sentimos «estoy sentado aquí, leyendo este libro» debido a que nos identificamos con el cuerpo.

Este sentido de identificación, «yo soy este cuerpo», es tan fuerte que permanece con nosotros a lo largo de todo el estado de vigilia. De hecho, es la base de todo lo que experimentamos en este estado de vigilia. Sin sentir primero este cuerpo como «yo», y sin limitarnos con ello dentro de sus confines, no conoceríamos ni experimentaríamos ninguna de las cosas que experimentamos en este estado de vigilia.

No solo el mundo externo es conocido por nosotros solo a través de los cinco sentidos de este cuerpo, sino que incluso los pensamientos y sentimientos que experimentamos dentro de la mente son sentidos por nosotros como ocurriendo solo dentro de este cuerpo. Toda la vida perceptiva, emocional, mental e intelectual en el estado de vigilia está centrada en este cuerpo. Todo lo que tomamos como nosotros, y todo lo que tomamos como nuestro, está centrado en y en torno de este cuerpo. Para nosotros este cuerpo no es solo el centro de nuestra vida, es el centro del mundo entero que percibimos en torno a nosotros.

Sin embargo, nos identificamos no solo con el cuerpo, sino también con la mente, y aunque el cuerpo y la mente están obviamente conectados muy estrechamente, hablamos de ellos como de dos cosas diferentes. Puesto que nos identificamos simultáneamente con dos cosas que tomamos como diferentes, ¿no está claro que en el presente estado de vigilia el conocimiento de quién o qué somos realmente es confuso e incierto?

Además, aunque el sentido de identificación con este cuerpo es el fundamento de todo lo que experimentamos en el presente estado de vigilia, dejamos de identificar este cuerpo como «yo» tan pronto como nos dormimos, o entramos en coma o en cualquier estado semejante. En el sueño, o bien permanecemos en el estado de sueño profundo sin sueños, en el que no somos conscientes de ningún cuerpo ni de ninguna otra cosa, o bien soñamos algunas experiencias imaginarias. En el sueño con sueños, como en la vigilia, nos identificamos con un cuerpo, y a través de los cinco sentidos de ese cuerpo percibi-

mos un mundo aparentemente externo compuesto tanto de objetos inanimados como de gentes y otros seres sencientes como nosotros.

Mientras estamos en un estado de sueño con sueños, identificamos un cuerpo soñado como «yo» exactamente de la misma manera en que identificamos nuestro cuerpo presente como «yo» en este estado de vigilia, y tomamos el mundo soñado que vemos como real exactamente de la misma manera en que tomamos el mundo que vemos en este estado de vigilia como real. Pero tan pronto como despertamos de un sueño, comprendemos sin la más mínima duda que todo lo que experimentábamos en ese sueño era solo un producto de nuestra imaginación, y que, por lo tanto, era irreal. Así pues, el estado de sueño con sueños nos demuestra claramente que por el poder de su imaginación, la mente tiene la capacidad no solo de crear un cuerpo y un mundo, sino también de engañarse a sí misma simultáneamente con que ese cuerpo imaginario es «yo» y con que ese mundo imaginario es real.

Sabiendo que la mente posee este formidable poder de creación y auto-engaño, ¿podemos evitar dudar razonablemente que el cuerpo que tomamos como «yo» y el mundo que tomamos como real en el estado de vigilia presente, sean de hecho más reales que el cuerpo y el mundo que experimentamos en un sueño? ¿No tenemos una buena razón para sospechar que el cuerpo y este mundo que experimentamos en el estado de vigilia presente son meramente creaciones imaginarias de la mente, lo mismo que lo eran el cuerpo y el mundo que experimentábamos en el sueño? ¿Qué evidencia tenemos de que el cuerpo en este estado de vigilia y el mundo que percibimos a través de los sentidos de este cuerpo son otra cosa que una creación de la mente?

En este estado de vigilia comprendemos que los cuerpos y los mundos que experimentamos en los sueños son meramente productos de nuestra imaginación, y existen solo dentro de la mente, y, sin embargo, generalmente asumimos sin cuestionarlo que el cuerpo y el mundo que experimentamos ahora no son meros productos de nuestra imaginación, sino que existen independientemente, fuera de la mente. Creemos que este cuerpo y este mundo existen incluso cuando no somos conscientes de ellos, como en el sueño con sueños y en el sueño profundo, pero ¿cómo podemos probarnos que esto es así?

«Otras gentes que estaban despiertas cuando nosotros estábamos dormidos pueden testificar que nuestro cuerpo y este mundo continuaban existiendo aunque nosotros no éramos conscientes de ellos» es la respuesta que viene inmediatamente a la mente. Sin embargo, esas otras gentes y su testimonio son ellos mismos parte del mundo cuya existencia en el sueño profundo queremos probar. Confiar en su testimonio para probar que el mundo existe cuando nosotros no lo percibimos, es como confiar en el testimonio de un confidente embustero para probar que él no estafó nuestro dinero.

Las gentes que encontramos en un sueño pueden atestiguarnos que el mundo que percibimos entonces existía antes de que lo percibiéramos, pero cuando despertamos, nos damos cuenta de que su testimonio no prueba nada, porque ellos eran solo una parte

del mundo que la mente había creado temporalmente y con el que se había engañado a sí misma creyéndolo real. No hay ninguna manera de que podamos probarnos que el mundo existe independientemente de nuestra percepción de él, debido a que cualquier prueba en la que podamos desear confiar, solo puede venir del mundo cuya realidad estamos dudando.

«Pero el cuerpo y el mundo que experimentamos en el sueño con sueños son efímeros e insustanciales. Aparecen un minuto, y desaparecen al siguiente. Incluso dentro de un mismo sueño, pasamos rápidamente de una escena a otra —en un momento estamos en un cierto lugar, y al siguiente momento ha devenido otro lugar; en un momento estamos hablando con una cierta persona, y al siguiente momento esa persona ha devenido alguien distinto. En contraste, el mundo que experimentamos en la vigilia es consistente. Cada vez que nos despertamos del sueño profundo o de un sueño, nos encontramos en el mismo mundo en el que estábamos antes de dormir. Aunque el mundo que vemos en el estado de vigilia está cambiando constantemente, esos cambios están ocurriendo todos de una manera razonable y comprensible. Si estamos en un lugar ahora, no nos encontramos de repente en otro lugar al momento siguiente. Si estamos hablando con una cierta persona, esa persona no deviene de repente alguna otra persona. Por lo tanto, lo que experimentamos en la vigilia es definitivamente más real que lo que experimentamos en el sueño con sueños». De esta manera razonamos y nos convencemos de que para nosotros es razonable creer que el cuerpo y el mundo que experimentamos en la vigilia no son meramente un producto de nuestra imaginación, lo mismo que el cuerpo y el mundo que experimentamos en el sueño con sueños, sino que existen realmente independientes de nuestra imaginación.

Sin embargo, ninguna de estas diferencias superficiales que podemos señalar entre nuestra experiencia en la vigilia y nuestra experiencia en el sueño con sueños pueden probar efectivamente que lo que experimentamos en la vigilia es más real que lo que experimentamos en el sueño con sueños. Estas diferencias superficiales no son diferencias en sustancia, sino solo en cualidad. Solo porque el mundo que percibimos en la vigilia parezca ser más duradero e internamente consistente que el mundo que percibimos en el sueño con sueños, por ello no podemos concluir razonablemente que no es meramente un producto de nuestro formidable poder de imaginación y auto-engaño.

Las diferencias que podemos señalar entre nuestra experiencia en la vigilia y nuestra experiencia en el sueño con sueños, pueden ser explicadas razonablemente de otra manera. La razón por la que el mundo que percibimos en la vigilia parece ser más duradero e internamente consistente que el mundo que percibimos en el sueño con sueños, es que estamos más fuertemente apegados a nuestro cuerpo de vigilia de lo que lo estamos normalmente a cualquier cuerpo que identifiquemos como nosotros en un sueño.

Si experimentamos cualquier conmoción, dolor, miedo o excitación severos en un sueño, normalmente nos despertamos inmediatamente de ese sueño, debido a que no nos sentimos fuertemente apegados al cuerpo que identificamos entonces como «yo». En

contraste, normalmente podemos soportar un grado mucho mayor de conmoción, dolor, miedo o excitación en el estado de vigilia sin desmayarnos, debido a que nos sentimos muy fuertemente apegados a este cuerpo que ahora identificamos como «yo». Así pues, debido a que el apego al cuerpo que identificamos como «yo» en un sueño, normalmente es bastante tenue, la experiencia del mundo que vemos en ese sueño es efímera, fluida y a menudo inconsistente. En contraste, debido a que el apego a este cuerpo que ahora identificamos como «yo» en este estado de vigilia es muy fuerte, la experiencia del mundo que percibimos ahora en torno nuestro, generalmente parece ser más duradera, sustancial y consistente.

Sin embargo, incluso en el estado de vigilia hay veces que este mundo parece ser como de sueño e irreal, por ejemplo después de haber estado profundamente absortos en una fantasía o ensoñación, o leyendo un libro o viendo una película, o después de haber experimentado una conmoción, alegría o duelo intensos. La realidad que atribuimos al cuerpo y a este mundo es por lo tanto subjetiva y relativa. Todo lo que sabemos de este mundo es lo que experimentamos en la mente, y, por lo tanto, está coloreado por la mente.

En este estado de vigilia la mente nos dice que el mundo que estamos experimentando ahora es real y que el mundo que experimentábamos en el sueño con sueños es irreal, pero en el sueño con sueños nuestra misma mente nos decía que el mundo que estábamos experimentando entonces era real. Las diferencias que imaginamos ahora que existen entre ese estado y el estado presente, no parecían existir entonces. De hecho, mientras soñamos, generalmente pensamos que estamos en el estado de vigilia. Si tuviéramos que discutir la realidad de la vigilia y el sueño con sueños con alguien en un sueño, probablemente estaríamos de acuerdo en que este «estado de vigilia» —como tomaríamos entonces el sueño— es más real que un sueño.

La experiencia del cuerpo y de este mundo es enteramente subjetiva, debido a que existe solo en la mente. Así mismo, la realidad que atribuimos a la experiencia de ellos es totalmente subjetiva. Lo que sabemos del cuerpo y de este mundo es solo las percepciones sensoriales. Sin los cinco sentidos, no conoceríamos ni el cuerpo ni este mundo. Cada percepción sensorial es una imagen o pensamiento que hemos formado en la mente por nuestro poder de imaginación, y sin embargo imaginamos que cada uno de ellos corresponde a algo que existe efectivamente fuera de la mente. Puesto que no podemos conocer nada acerca de nuestro cuerpo o de este mundo excepto las imágenes o pensamientos que la mente se forma sobre ellos dentro de sí misma, no tenemos ninguna manera de saber con certeza que alguno de ellos existe efectivamente fuera de la mente.

Por lo tanto, puesto que conocemos por nuestra experiencia en el sueño con sueños que la mente no solo tiene el poder de crear un cuerpo aparentemente real por sí misma, y percibir un mundo aparentemente real a través de los cinco sentidos de ese cuerpo, sino que también tiene el poder de engañarse a sí misma tomando erróneamente sus creaciones imaginarias como reales, y puesto que no tenemos ninguna manera de saber

con certeza que el cuerpo y este mundo que experimentamos ahora en este estado de vigilia no son solo creaciones imaginarias de la mente, como el cuerpo y el mundo que experimentábamos en el sueño con sueños, tenemos buenas razones para sospechar que ni el cuerpo ni el mundo existen efectivamente fuera de la mente. Si ellos no existen fuera de la mente, entonces no existen cuando no los conocemos, como en el sueño con sueños y el sueño profundo.

Puesto que podemos estar seguros de que el cuerpo existe solo cuando lo conocemos, y puesto que conocemos el cuerpo presente solo en uno de los tres estados de consciencia, la noción de que este cuerpo es nosotros está abierta a serias dudas. Puesto que sabemos que existimos en el sueño con sueños, cuando no conocemos la existencia de este cuerpo presente, ¿no es razonable que infiramos que somos la consciencia que conoce este cuerpo, más bien que este cuerpo mismo?

Si somos consciencia, es decir, si la consciencia es nuestra naturaleza real y esencial, debemos ser consciencia en todos los estados en los que existimos. Puesto que la consciencia no puede conocer nada más sin conocerse primero a sí misma —sin conocer «yo soy», «yo sé»— la naturaleza esencial de la consciencia es auto-consciencia, la consciencia de su propio ser o existencia. Cualquier otra cosa que conozca, la consciencia conoce siempre «yo soy», «yo existo», «yo sé».

Puesto que siempre se conoce a sí misma como «yo soy», la consciencia no puede ser algo que conoce en un tiempo y que no conoce en otro tiempo. Por lo tanto, si somos consciencia, debemos ser algo que conocemos en todos los estados en los que existimos, algo que conocemos siempre que existimos.

Puesto que ahora nos sentimos ser no solo este cuerpo, sino también la consciencia que conoce este cuerpo, y puesto que nos sentimos ser la misma consciencia en el sueño con sueños, aunque en ese tiempo nos sintamos también ser algún otro cuerpo, ¿no está claro que esta consciencia que conoce estos cuerpos es más real que cualquiera de ellos? Puesto que somos la misma consciencia tanto en la vigilia como en el sueño con sueños, y puesto que somos conscientes de un cuerpo en la vigilia, y de algún otro cuerpo en el sueño con sueños, ¿no está claro que nuestra identificación con cualquiera de estos cuerpos es una ilusión —una mera imaginación?

¿Podemos decir entonces que somos la consciencia que conoce el cuerpo y este mundo en el estado de vigilia, y que conoce algún otro cuerpo y mundo en el sueño con sueños? No, no podemos, debido a que la consciencia que conoce estos cuerpos y mundos es una forma de consciencia transitoria, que parece existir solo en la vigilia y en el sueño con sueños, y que desaparece en el sueño profundo sin sueños. Si existimos en el sueño profundo sin sueños, no podemos ser esta forma de consciencia que conoce un cuerpo y el mundo, debido a que esta forma de consciencia que conoce objetos no existe como tal en el sueño profundo.

¿Existimos en el sueño profundo? Sí, obviamente existimos, debido a que cuando despertamos, sabemos claramente y sin ninguna duda «he dormido profundamente». Si no existiéramos en el sueño profundo, no podríamos saber ahora que hemos dormido profundamente. Puesto que el sueño profundo es un estado que experimentamos efectivamente, no es solo un estado en el que existimos, sino también es un estado en el que somos conscientes de nuestra existencia. Si no fuéramos conscientes en el sueño profundo, no podríamos conocer nuestra experiencia en el sueño profundo —no podríamos saber con tal certeza que hemos dormido profundamente y que no conocíamos nada en ese tiempo. De lo que somos inconscientes en el sueño profundo es de todo lo que es otro que nuestro ser o existencia, «yo soy», pero no somos inconscientes de nuestro ser.

Imaginemos una conversación que podría tener lugar entre dos personas, a quienes llamaremos A y B, justo después de que B haya despertado de un sueño profundo sin sueños.

A: ¿Entró en tu habitación alguien hace diez minutos?

B: No sé, estaba dormido.

A: ¿Estás seguro de que estabas dormido?

B: Sí, por supuesto, sé muy bien que estaba dormido.

A: ¿Cómo sabes que estabas dormido?

B: Debido a que no sabía nada.

Si alguien nos preguntara como A preguntaba a B, ¿no responderíamos normalmente con palabras similares a las usadas por B? ¿Qué podemos inferir de tales respuestas?

Cuando decimos que no sabíamos nada en el sueño profundo, lo que queremos decir es que no conocíamos ningún objeto ni ningún acontecimiento externos en ese tiempo. Pero ¿qué hay sobre nuestro ser —sabíamos que existíamos en el sueño profundo? Si alguien nos preguntara si estamos seguros de que estábamos dormidos, responderíamos como B, «sé muy bien que estaba dormido». Es decir, no tenemos duda de que existíamos, aunque estuviéramos en un estado que llamamos «sueño profundo».

Cuando decimos, «sé que estaba dormido», ¿qué queremos decir exactamente? Estas palabras expresan una certeza que todos sentimos cuando despertamos del sueño profundo. Por esta certeza que todos sentimos, está claro no solo que existíamos en el sueño profundo, sino también que sabíamos que existíamos en el sueño profundo, aunque no supiéramos nada más en ese tiempo. Además, lo mismo que sentimos con certeza, «sé que estaba dormido», así también sentimos con igual certeza, «sé que no sabía nada en el sueño profundo». Puesto que sabemos esto con tal certeza, está claro que existíamos en el sueño como la consciencia que conocía ese estado de nada.

Después de despertar de un sueño profundo, no necesitamos a nadie que nos diga que hemos estado dormidos, debido a que el sueño profundo era un estado que experimentábamos conscientemente. Lo que experimentábamos en el sueño profundo era un estado en el que no éramos conscientes de nada más. Pero aunque no fuéramos conscientes de nada más en ese estado, sin embargo éramos conscientes de que éramos en

ese estado en el que no sabíamos nada. La supuesta «inconsciencia» del sueño profundo era una experiencia consciente para nosotros en ese tiempo.

En otras palabras, aunque no somos conscientes de nada más en el sueño profundo, sin embargo somos conscientes de ser en ese estado aparentemente inconsciente. Por lo tanto, puesto que la supuesta «inconsciencia» del sueño profundo es un estado claramente conocido por nosotros, el sueño profundo es de hecho un estado de ser consciente. Por consiguiente, más bien que describir el sueño profundo en términos negativos como un estado de «inconsciencia» —un estado de ser inconsciente de todo— sería más acertado describirlo en términos positivos como un estado de «consciencia» —un estado de ser consciente de nada otro que nuestro ser.

¿Cómo llegamos a estar tan seguros de que no conocemos nada en el sueño profundo? ¿Cómo surge exactamente este conocimiento de no conocer nada en el sueño profundo? En la vigilia este conocimiento toma la forma de un pensamiento, «no sabía nada en el sueño profundo», pero en el sueño profundo no existe tal pensamiento. La ausencia de conocimiento en el sueño profundo es conocida por nosotros debido solo a que en ese tiempo sabemos que existimos. Es decir, debido a que sabemos que existimos, somos capaces de saber que existimos sin saber ninguna otra cosa. En la vigilia somos capaces de decir que no sabíamos nada cuando estábamos dormidos, debido a que en el sueño profundo no solo existíamos en la ausencia de todo otro conocimiento, sino que también sabíamos que existíamos así.

Sin embargo, es importante recordar que aunque en el presente estado de vigilia decimos, «no sabía nada en el sueño profundo», el conocimiento que experimentamos de hecho mientras dormimos no es «no sé nada», sino solo «yo soy». En el sueño profundo lo que conocemos efectivamente es «yo soy», y nada más que «yo soy». Puesto que este conocimiento o consciencia «yo soy» existe en los tres estados de consciencia, y puesto que no existe nada más en los tres estados, ¿no está claro que somos en realidad solo esta consciencia esencial «yo soy» —o para ser más precisos, esta auto-consciencia esencial «yo soy»?

Así pues, al analizar críticamente nuestra experiencia en cada uno de los tres estados de consciencia, llegamos a comprender que en esencia somos solo auto-consciencia —la consciencia fundamental de nuestro ser, «yo soy». A no ser que analicemos la experiencia de los tres estados de consciencia de esta manera, no podemos llegar a una comprensión clara, cierta y correcta de quién o qué somos realmente. Este análisis crítico es así el fundamento esencial sobre el que está construida toda la filosofía y ciencia del auto-conocimiento verdadero.

Por lo tanto, puesto que este análisis es tan esencial para nuestra comprensión correcta, exploremos con él más profundamente, examinando la experiencia de los tres estados de consciencia desde varios ángulos alternativos. Aunque ciertas ideas parezcan repetirse cuando lo hagamos, sin embargo es útil explorar el mismo terreno de nuevo

desde varias perspectivas diferentes, porque a no ser que obtengamos no solo una comprensión clara, sino también una convicción firme, sobre nuestra naturaleza real, del análisis crítico de los tres estados de consciencia, careceremos de la motivación requerida para proseguir la búsqueda o investigación empírica, rigurosa y extremadamente exigente de nuestro ser esencial auto-consciente, «yo soy», sin la cual no podemos obtener experiencia directa e inmediata del auto-conocimiento verdadero.

¿No nos sentimos todos ser un cuerpo humano particular? Cuando decimos, «nacé en tal fecha y en tal lugar. Soy el hijo o la hija de fulano. He viajado a muchos lugares diferentes. Ahora estoy sentado aquí, leyendo este libro», y cosas similares, ¿no está claro que nos identificamos con nuestro cuerpo tan fuertemente que habitualmente nos referimos a él como «yo»? ¿Pero no nos sentimos al mismo tiempo también ser la consciencia dentro de este cuerpo, y por lo tanto nos referimos a este cuerpo no solo subjetivamente como «yo», sino también objetivamente como «mi cuerpo»?

¿Somos entonces dos cosas diferentes, este cuerpo físico que llamamos «yo», y la consciencia que se siente a sí misma estar dentro de este cuerpo, y que al mismo tiempo considera este cuerpo como un objeto que llama «mi cuerpo»? No, obviamente no podemos ser dos cosas diferentes, debido a que todos conocemos muy claramente «yo soy uno». Es decir, cada uno de nosotros siente que tiene solo un sí mismo o «yo», y no dos o más «yos» diferentes. Cuando decimos «yo», nos referimos al sentido de personalidad que es intrínsecamente único, completo e indivisible.

¿Significa eso entonces que este cuerpo físico y la consciencia dentro de él que lo siente ser «mi cuerpo» no son dos cosas diferentes, sino una y la misma? No, ellas son muy claramente dos cosas completamente diferentes, debido a que todos sabemos que el cuerpo no es inherentemente consciente. Aunque no podemos conocer el cuerpo cuando la consciencia está separada de él, sabemos que cuando el cuerpo de alguna otra persona muere, permanece solo como una masa de materia insenciente, carente de cualquier consciencia. Puesto que un cuerpo físico puede permanecer así sin ser consciente, la consciencia que parece estar unida con él cuando está vivo y despierto es claramente algo diferente de él.

Aún más, y más importante, lo mismo que sabemos que un cuerpo puede permanecer sin ninguna consciencia por sí solo, también sabemos por nuestra experiencia en el sueño con sueños que la consciencia puede permanecer sin este cuerpo que ahora tomamos erróneamente como «yo». En el sueño con sueños somos conscientes de nosotros como un cuerpo y de un mundo alrededor nuestro, pero no somos conscientes de este cuerpo, que en ese tiempo está supuestamente yaciendo dormido sobre una cama, inconsciente del mundo alrededor de él. ¿No está claro, por lo tanto, que la consciencia y el cuerpo son dos cosas diferentes?

Puesto que conocemos así por nuestra experiencia que la consciencia y este cuerpo son dos cosas separadas y distintas, y puesto que en el estado de vigilia nos sentimos ser

tanto la consciencia como este cuerpo, ¿podemos decir que no somos solo una u otra de estas dos cosas separadas, sino un compuesto formado por la unión de las dos? Si en verdad somos solo un compuesto de estas dos cosas separadas, debemos dejar de existir cuando están separadas. La consciencia está unida con este cuerpo solo en el estado de vigilia, y separada de él tanto en el sueño con sueños como en el sueño profundo. Puesto que continuamos existiendo tanto en el sueño con sueños como en el sueño profundo, debemos ser algo más que un simple compuesto de la consciencia y este cuerpo.

Cuando la consciencia y este cuerpo están separados, ¿cuál de estas dos cosas somos? Puesto que somos conscientes de nuestra existencia no solo en el estado de vigilia, sino también en el sueño con sueños y en el sueño profundo, ¿no es evidente que no podemos ser ni este cuerpo ni un compuesto de la consciencia y este cuerpo, sino que debemos ser alguna forma de consciencia que puede separarse de este cuerpo, y que persiste en todos estos tres estados pasajeros y diferentes?

¿No está claro, por lo tanto, que el conocimiento que tenemos en el presente sobre quién o qué somos, es confuso e incierto? ¿Somos este cuerpo, que está compuesto de materia inconsciente, o somos la consciencia, que conoce este cuerpo como un objeto distinto de sí misma? Puesto que nos sentimos ser ambos, y nos referimos a ambos como «yo», es evidente que no tenemos conocimiento claro de lo que nuestro «yo» es realmente.

Cuando decimos, «sé que estoy sentado aquí», estamos igualando y con ello confundiendo el «yo» que conoce, que es la consciencia, con el «yo» sentado, que es este cuerpo. De esta manera, a todo lo largo de nuestros estados de vigilia y sueño con sueños, confundimos persistentemente la consciencia con cualquier cuerpo dentro del cual ella parezca estar confinada en ese momento.

La confusión sobre nuestra identidad verdadera, que es suficientemente obvia en la experiencia en la vigilia, se hace aún más clara en la experiencia en el sueño con sueños. En ese estado, este cuerpo que ahora identificamos como «yo» está yaciendo supuestamente inconsciente de sí mismo y del mundo alrededor de él, pero, sin embargo, somos conscientes de otro cuerpo, que tomamos erróneamente como «yo», y de otro mundo, que tomamos erróneamente como real. ¿No nos demuestra claramente esta experiencia que tenemos en cada sueño, que tenemos la capacidad de engañarnos creyendo que somos un cuerpo cuando en realidad no es nada sino una ficción de la imaginación?

¿Cómo somos capaces de engañarnos de esta manera? Si conociéramos con claridad exacta qué somos, no podríamos tomarnos erróneamente como algo que no somos. ¿No está claro, por lo tanto, que todas nuestras nociones confusas y erróneas sobre lo que somos, surgen solo de nuestra falta de auto-conocimiento verdadero y claro? Hasta que y a no ser que obtengamos un conocimiento claro y correcto sobre qué somos realmente, continuaremos estando confusos y engañándonos creyendo que somos un cuerpo, una mente, una persona, o alguna otra cosa que no somos.

Mientras el conocimiento de nuestro sí mismo real permanezca así confuso, incierto y sin claridad, ¿podemos estar realmente seguros de ninguna otra cosa que podamos conocer? Todo el supuesto conocimiento sobre otras cosas que ahora pensamos que poseemos se apoya únicamente sobre el fundamento inestable de nuestro conocimiento confuso e incierto sobre nosotros. ¿Cómo podemos apoyarnos o confiar sobre un conocimiento semejante?

¿Qué es verdaderamente real, el cuerpo y el mundo que experimentamos en el estado de vigilia, o el cuerpo y el mundo que experimentamos en el sueño con sueños? ¿O no son reales ninguno de ellos? Hasta donde sabemos, cuando estamos soñando, el cuerpo y el mundo de este estado de vigilia son no-existentes. Incluso ahora, cuando estamos en el estado de vigilia, la idea de que ellos existían cuando éramos inconscientes de ellos, como en los estados de sueño con sueños y sueño profundo, es meramente una asunción para la que no tenemos ninguna evidencia concreta.

Lo mismo que el resto de nuestras asunciones, esta asunción está basada en la asunción primera y más fundamental —la asunción errónea de que somos de alguna manera una mezcla de un cuerpo físico y la consciencia que conoce ese cuerpo, no solo subjetivamente como «yo», sino también objetivamente como «mi cuerpo». Antes de buscar adquirir ningún conocimiento sobre otras cosas, todas las cuales meramente asumimos que son reales, pero que es completamente posible que no sean nada más que ficciones de nuestra imaginación, ¿no es necesario cuestionarnos primero esta asunción fundamental sobre quién o qué somos?

Puesto que en el sueño con sueños y en el sueño profundo estamos separados conscientemente de este cuerpo que ahora en el estado de vigilia identificamos como «yo», ¿no está claro que este cuerpo no puede ser efectivamente nuestro sí mismo real? En el sueño con sueños identificamos otro cuerpo como «yo», y, a través de los cinco sentidos de ese cuerpo, vemos un mundo de objetos y gentes alrededor nuestro, de la misma manera que en la vigilia identificamos este cuerpo como «yo», y, a través de los cinco sentidos de este cuerpo, vemos un mundo de objetos y gentes alrededor nuestro. Por consiguiente, ¿no nos demuestra claramente el sueño con sueños que la mente tiene un poder de imaginación que es tan fuerte y auto-engañoso que puede no solo crear para nosotros un cuerpo y un mundo entero, sino que también puede engañarnos haciéndonos creer que ese cuerpo es «yo» y que ese mundo es real?

¿No nos da esto una razón muy perentoria para dudar de la realidad de este cuerpo y este mundo en el estado de vigilia? ¿No es completamente posible que este cuerpo y el mundo lleno de objetos y gentes que ve alrededor, sean solo otra creación del mismo poder de imaginación auto-engañoso que creó un cuerpo y un mundo muy similares en el sueño con sueños —un cuerpo y mundo que en ese tiempo parecían tan reales como este cuerpo y mundo que ahora parecen ser?

Tanto en la vigilia como en el sueño con sueños parecemos ser una mezcla confusa de consciencia y un cuerpo físico. Esta mezcla o compuesto confuso que se forma por nuestra identificación de la consciencia con un cuerpo físico, es lo que llamamos nuestra «mente». Puesto que esta mente es una forma de consciencia confusa y transitoria que parece existir solo cuando se identifica con un cuerpo en la vigilia o en el sueño con sueños, y deja de existir cuando abandona su identificación con un cuerpo en el sueño profundo, ¿puede ser ella algo más que una mera ilusión —una apariencia irreal, un fantasma producto de nuestro poder de imaginación auto-engañoso?

Puesto que todas las otras cosas aparte de la consciencia fundamental «yo soy» son conocidas por nosotros solo a través del medio no fiable de esta forma de consciencia confusa, auto-engañosa y transitoria llamada «mente», ¿podemos decir con seguridad que alguna de ellas es real? ¿No es razonable para nosotros en lugar de ello sospechar que todas ellas no son nada más que una aparición ilusoria e irreal, lo mismo que todas las cosas que vemos en un sueño?

Puesto que el cuerpo que tomamos erróneamente como «yo» en el estado de vigilia, y el cuerpo que tomamos erróneamente como «yo» en un sueño, son ambas apariencias transitorias, que aparecen como lo hacen cada uno en un estado y no en el otro, ¿no está claro que no podemos ser ninguno de estos dos cuerpos? Si no somos ninguno de ellos, ¿entonces qué somos en realidad?

Debemos ser algo que existe tanto en la vigilia como en el sueño con sueños. Aunque el cuerpo y el mundo que conocemos ahora en el estado de vigilia y el cuerpo y el mundo que conocíamos en el sueño con sueños pueden ser muy similares entre sí, claramente no son el mismo cuerpo y el mismo mundo. ¿Hay algo que exista y permanezca lo mismo en estos dos estados, y si es así, qué es? Para una observación superficial, la única cosa que es común a estos dos estados es la mente, la consciencia que los conoce. ¿Somos entonces esta consciencia que conoce ambos, la vigilia y el sueño, y que identifica un cuerpo como «yo» en la vigilia y otro cuerpo como «yo» en el sueño con sueños?

No podemos responder a esta pregunta sin hacer primero otra. ¿Somos esta misma consciencia no solo en la vigilia y en el sueño con sueños, sino también en el sueño profundo? No, esta consciencia que conoce un cuerpo y un mundo en los estados de vigilia y sueño con sueños, deja de existir en el sueño profundo. Pero ¿dejamos de existir también en el sueño profundo? No, aunque dejamos de ser conscientes de todo cuerpo o mundo en el estado de sueño profundo, sin embargo existimos en ese estado, y conocemos también nuestra existencia en ese tiempo.

Cuando despertamos del sueño profundo, somos capaces de decir con certeza, «he dormido apacible y felizmente. No sabía nada en ese tiempo, y no he sido perturbado por ningún sueño». ¿No indica claramente este conocimiento cierto que tenemos sobre

nuestra experiencia en el sueño profundo, no solo que existíamos en ese tiempo, sino también que sabíamos que existíamos?

Generalmente pensamos en el sueño profundo como un estado de «inconsciencia». Pero de lo que éramos inconscientes en el sueño profundo era solo de otras cosas aparte de «yo», tales como un cuerpo o un mundo. Sin embargo, no éramos inconscientes de nuestra existencia. Necesitamos que otras gentes nos digan que nuestro cuerpo y el mundo existían mientras estábamos dormidos, pero no necesitamos que nadie nos diga que existíamos en ese tiempo. Sin la ayuda o testimonio de ninguna otra persona o cosa, sabemos claramente y sin ninguna duda «he dormido».

En el sueño profundo podemos no haber sabido exactamente qué éramos, pero sabíamos muy claramente que éramos. El conocimiento claro que poseemos sobre nuestra experiencia en el sueño profundo, y que expresamos cuando decimos «he dormido apaciblemente, y no sabía nada en ese tiempo», no sería posible si en el sueño profundo no hubiéramos sido conscientes de esa experiencia —o para ser más precisos, si no hubiéramos sido conscientes de nosotros como la consciencia que era inconsciente de todo otro que nuestro ser apacible y feliz.

Si no hubiéramos sabido «yo soy» mientras estábamos en sueño profundo, ahora, después de haber despertado del sueño profundo, no podríamos saber tan claramente «he dormido». Es decir, no podríamos saber ahora tan claramente que estábamos entonces en el estado que ahora llamamos «sueño profundo» —en otras palabras, que ciertamente existimos en ese estado. Sabemos que existíamos en el sueño profundo debido a que en ese estado experimentábamos efectivamente nuestra existencia —nuestro ser auto-consciente esencial, «yo soy».

Puesto que en el estado de vigilia sabemos claramente no solo que hemos dormido profundamente, sino también que en el sueño profundo no sabíamos nada, ¿no está claro que el sueño profundo era un estado que hemos experimentado efectivamente? La «inconsciencia» del sueño profundo —la ausencia en ese tiempo de todo conocimiento de algo otro que «yo soy»— era nuestra experiencia, algo que experimentábamos y sabíamos en ese tiempo.

Podemos emplear otra línea de razonamiento paralelo para demostrar el hecho de que éramos conscientes de nuestra existencia en el sueño profundo. Después de despertar del sueño profundo, ¿no tenemos una memoria clara de haber dormido profundamente, y de no haber conocido nada mientras dormíamos? Puesto que no tenemos ninguna memoria de algo a no ser que lo hayamos experimentado efectivamente, nuestra memoria de haber dormido profundamente y de no haber conocido nada mientras dormíamos, es una prueba clara del hecho de que nos experimentamos al dormir profundamente y no conocer nada en ese tiempo.

Si no recordáramos verdaderamente nuestra experiencia en el sueño profundo, no podríamos saber con tal certeza que éramos inconscientes de todo en ese tiempo. Lo que

sabríamos sobre el sueño profundo no es el conocimiento positivo de que hemos dormido profundamente y no sabíamos nada en ese tiempo, sino meramente un conocimiento negativo de que no recordamos ningún estado tal en absoluto.

En lugar de recordar un intervalo claro entre un período de vigilia y el siguiente — un intervalo libre de pensamiento en el que éramos claramente inconscientes de toda otra cosa que nuestro ser— no recordaríamos ninguna pausa en absoluto entre esos dos períodos de vigilia consecutivos. En nuestra experiencia, el final de un período de vigilia se fundiría simplemente sin ninguna ruptura perceptible con el comienzo del siguiente período de vigilia, y todos los muchos períodos de vigilia consecutivos, nos parecerían ser un único período de vigilia continuo e ininterrumpido, lo mismo que las muchas imágenes de una película, cuando se proyectan en sucesión rápida sobre una pantalla, parecen ser una única imagen móvil continua e indivisa. Si no hubiera continuidad de la consciencia durante el sueño profundo, el intervalo que existe entre un período de vigilia y el siguiente sería imperceptible para nosotros, lo mismo que es imperceptible el intervalo entre cada imagen de la película.

El sueño profundo es así un estado del que tenemos una experiencia directa y de primera mano. Puesto que no puede haber ninguna experiencia sin consciencia, el hecho de que experimentemos el sueño profundo, prueba con claridad que ciertamente tenemos algún nivel de consciencia incluso en ese estado. Ese nivel de consciencia que experimentamos en el sueño profundo es el nivel de consciencia más profundo y más fundamental —la simple consciencia no-dual de nuestro ser esencial, que es la verdadera auto-consciencia «yo soy».

Estamos tan acostumbrados a asociar la consciencia solo con la mente, la consciencia que conoce otras cosas que sí misma, que con respecto al sueño profundo pasamos por alto lo evidente. Pasamos por alto el hecho de que la «inconsciencia» del sueño profundo es algo que hemos experimentado nosotros, y que para haber experimentado esa su-puesta «inconsciencia» en el sueño profundo, debemos haber sido conscientes.

Por lo tanto, hasta donde posiblemente podamos saber nunca, no hay ninguna cosa tal como un estado de inconsciencia absoluta. Un estado tal de inconsciencia absoluta sería un estado que no podría ser conocido o experimentado nunca. El único tipo de inconsciencia que podemos experimentar y conocer no es un estado de inconsciencia absoluta, sino meramente un estado de inconsciencia relativa —un estado en el que la consciencia de la dualidad con la que estamos familiarizados en los estados de vigilia y sueño con sueños se ha sumergido, un estado en el que no somos conscientes de nada otro que nuestro mero ser, la consciencia fundamental no-dual «yo soy».

Si fuéramos realmente inconscientes en el sueño profundo, o en cualquier otro tiempo, no podríamos ser consciencia, debido a que la consciencia no puede ser nunca inconsciente. Sin embargo, puesto que somos conscientes del sueño profundo y de otros

estados semejantes de inconsciencia relativa, somos la consciencia absoluta que subyace y soporta, aunque trasciende, todos los estados de consciencia e inconsciencia relativas.

El hecho de que experimentemos la vigilia, el sueño con sueños y el sueño profundo como tres estados distintos, ¿no prueba claramente que existimos y somos conscientes de nuestra existencia en estos tres estados? Hay así una continuidad de nuestra existencia y la consciencia a través de los tres estados de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo.

Sin embargo, la consciencia de nuestra existencia o mero ser que continúa indivisa en los tres estados, es distinta de la consciencia que conoce un cuerpo y el mundo en solo dos de ellos, a saber, la vigilia y el sueño con sueños. La consciencia simple y fundamental de mero ser, que continúa en los tres estados, es nuestra pura consciencia incontaminada «yo soy», mientras que la consciencia que se identifica con un cuerpo particular, y que conoce un mundo a través de los cinco sentidos de ese cuerpo, es la consciencia mezclada y contaminada «yo soy este cuerpo».

Esta consciencia mezclada que se identifica con un cuerpo, es una forma limitada y distorsionada de la consciencia original y fundamental «yo soy». Puesto que esta consciencia distorsionada, que llamamos «mente», aparece solo en los estados de vigilia y sueño con sueños, y desaparece en el sueño profundo, no puede ser nuestra naturaleza real, nuestro sí mismo verdadero y esencial. Nuestra naturaleza real es solo la consciencia «yo soy» pura, incontaminada e ilimitada, que subyace y soporta la apariencia pasajera de los tres estados.

Así pues, del análisis crítico de nuestra experiencia en los tres estados de consciencia ordinarios, podemos concluir que somos la consciencia subyacente que conoce tanto los estados conscientes de vigilia y sueño con sueños como el estado aparentemente inconsciente de sueño profundo. O para ser más precisos, somos esa consciencia fundamental que sabe siempre «yo soy», y que en el sueño profundo no conoce nada sino «yo soy», pero que en la vigilia y sueño con sueños parece conocer otras cosas además de «yo soy».

Ni la consciencia de otras cosas que «yo» que experimentamos en la vigilia y en el sueño con sueños, ni la inconsciencia de otras cosas que experimentamos en el sueño profundo, son nunca capaces de ocultar completamente la consciencia fundamental «yo soy». Sin embargo, ellas parecen nublar y oscurecer esta consciencia «yo soy», haciéndonos sentir en la vigilia y el sueño con sueños «yo soy este cuerpo» y en el sueño profundo «yo soy inconsciente», y con ello nos privan del claro conocimiento de nuestro estado verdadero de mero ser auto-consciente. Por consiguiente, para conocer claramente la verdadera naturaleza de nuestro ser, debemos usar el poder de conocimiento para prestar atención a la consciencia fundamental y esencial «yo soy», penetrando con ello más allá de las apariencias transitorias tanto de la consciencia objetiva de la vigilia y el sueño con sueños, como de la inconsciencia aparente del sueño profundo.

Pensamos normalmente en el sueño profundo como un estado de inconsciencia debido a que estamos acostumbrados a asociar la consciencia con el estado de conocer otras cosas aparte de nosotros en la vigilia y el sueño con sueños. Cuando el conocimiento de otras cosas se sumerge en el sueño profundo, experimentamos un estado de oscuridad o vacuidad aparente que tomamos erróneamente como inconsciencia. Hemos devenido tan acostumbrados a asociar la consciencia con el conocimiento de otras cosas que nuestro ser, que pasamos por alto el hecho de que en el sueño profundo somos claramente conscientes de nuestro ser. La razón por la que pasamos así por alto la clara consciencia de nuestro ser en el sueño profundo es porque nos hemos habituado a pasarla por alto en la vigilia y en el sueño con sueños.

Tanto en la vigilia como en el sueño con sueños, usualmente gastamos todo el tiempo prestando atención solo a los pensamientos y sentimientos en la mente, y a los objetos y acontecimientos en el mundo aparentemente externo, y rara vez, si es que ocurre alguna vez, prestamos alguna atención a nuestro mero ser, la auto-consciencia «yo soy». Debido a que ignoramos habitualmente la consciencia de nuestro ser, creemos erróneamente que la consciencia dualista —la consciencia que conoce cosas que son aparentemente otras que nosotros— es la única consciencia que hay. Puesto que esta consciencia dualista se sumerge en el sueño profundo, ese estado nos parece ser un estado de inconsciencia.

La consciencia que conoce otras cosas es un fenómeno transitorio que existe solo en la vigilia y en el sueño con sueños, pero no es la única forma de consciencia que existe. Incluso en la vigilia y en el sueño con sueños, existe una forma de consciencia más sutil, que subyace y soporta la apariencia transitoria de la consciencia dualista. Esta forma de consciencia más sutil es la consciencia no-dual de nuestro ser, la consciencia por la que cada uno de nosotros sabe «yo soy». Así pues, la consciencia en la vigilia y en el sueño con sueños tiene dos formas distintas: nuestra «consciencia ser» fundamental, por la que sabemos «yo soy», y nuestra «consciencia conocer» superficial, por la que conocemos todo lo demás.

Aunque podemos distinguir así dos formas de la consciencia, éstas no son dos consciencias diferentes, sino solo dos formas de una y la misma consciencia —la única y sola consciencia que existe. La relación entre estas dos formas de consciencia es similar a la relación entre la apariencia ilusoria de una serpiente y la cuerda que subyace y soporta esa apariencia ilusoria. Cuando caminamos bajo una luz débil, podemos tomar erróneamente una cuerda que yace en el suelo por una serpiente. Debido a que vemos la cuerda como una serpiente, fallamos en ver la cuerda como ella es, y, por consiguiente, pensamos erróneamente que lo que yace en el suelo es solo una serpiente. Similarmente, debido a que experimentamos nuestra «consciencia ser» como una «consciencia conocer», fallamos en conocer nuestra «consciencia ser» como ella es, y, por consiguiente,

pensamos erróneamente que la única forma de consciencia que existe es nuestra «consciencia conocer».

Lo mismo que la cuerda subyace y soporta la apariencia ilusoria de la serpiente, así también la «consciencia ser» subyace y soporta la apariencia transitoria de la «consciencia conocer». Mientras la «consciencia conocer» es una apariencia transitoria e ilusoria, lo mismo que la serpiente, la «consciencia ser» no es una apariencia transitoria e irreal, sino nuestro sí mismo verdadero, ser esencial, que existe y conocemos en todos los tiempos, en todos los lugares, y en todos los estados.

Puesto que la «consciencia conocer», que es lo que comúnmente se llama «mente», aparece en la vigilia y en el sueño con sueños pero desaparece en el sueño profundo, es impermanente, y, por consiguiente, no puede ser nuestro sí mismo real —la forma de ser y consciencia verdadera y natural. Puesto que la «consciencia ser», por otra parte, existe en los tres estados de consciencia, a saber, vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, es permanente, y, por consiguiente, es nuestro sí mismo real, el núcleo y esencia mismo de nuestro ser —la forma de consciencia verdadera y natural.

Puesto que tanto la forma «ser» como la forma «conocer» de la consciencia son experimentadas en el estado de vigilia, tenemos una posibilidad de prestar atención ya sea a los pensamientos, sentimientos, objetos y acontecimientos que son conocidos por la forma conocer de la consciencia, o ya sea al «yo soy» que es conocido por la forma ser de la consciencia. Cuando prestamos atención a otras cosas aparte de nuestro ser, devenimos aparentemente la forma falsa de «consciencia conocer», que es la mente, mientras que cuando prestamos atención solo a ser, «yo soy», permanecemos como la forma esencial de «consciencia ser» no-dual, que es nuestro sí mismo real.

La naturaleza de nuestra «consciencia ser» esencial es solo ser, y no conoce nada otro que sí misma. Puesto que es consciencia, se conoce a sí misma meramente siendo ella misma. Por lo tanto, su conocimiento de sí misma no es una acción, un «hacer» de ningún tipo, sino solo ser.

Por lo tanto, para conocer nuestro sí mismo real, todo lo que necesitamos hacer es solo ser. Lo que aparentemente nos impide conocer nuestro sí mismo real, la mera «consciencia ser», es el «hacer», el surgimiento para conocer cosas que imaginamos que son otras que nosotros. Mientras que conocernos no es un «hacer» sino solo «ser», conocer otras cosas es un «hacer» o acción. La naturaleza misma de la «consciencia conocer» o mente es, por lo tanto, estar haciendo constantemente.

Nuestra «consciencia conocer» viene a la existencia solo por un acto de imaginación —imaginándose a sí misma ser un cuerpo, que ella crea por su poder de imaginación. Así pues, ella no es nada sino una forma de imaginación. Puesto que ella misma es una imaginación, todo lo que conoce es igualmente una imaginación. Puesto que imaginar es un hacer o acción, la formación misma de la «consciencia conocer» en la imaginación es un hacer, y de todos los haceres es el primero.

Puesto que el surgimiento de la «consciencia conocer» desde el sueño profundo es un hacer o un acto de imaginación, todo a lo que ella da surgimiento —todo el conocimiento dualista, que surge en la forma de pensamientos, algunos de los cuales parecen existir externamente como el cuerpo y los demás objetos de este mundo— es solo un producto de hacer, un resultado de los actos de imaginación repetidos. Así pues, desde el momento en que surge desde el sueño profundo hasta el momento en que se sumerge de nuevo en el sueño profundo, la mente o «consciencia conocer» está en un estado de actividad o hacer constante. Sin hacer, sin pensar ni conocer algo otro que ella misma, la mente no puede permanecer. Tan pronto como deja de hacer, se sumerge en el sueño profundo, que es un estado de mero ser.

Sin embargo, aunque en el sueño profundo permanecemos como nuestra mera «consciencia ser», de alguna manera parecemos carecer de una perfecta claridad de auto-conocimiento en ese estado. Si conociéramos claramente nuestra naturaleza verdadera en el sueño profundo, no podríamos tomarnos de nuevo erróneamente por un cuerpo ni por ninguna otra cosa que no somos, y, por consiguiente, no surgiríamos nunca de nuevo como nuestra «consciencia conocer» o mente.

A todo lo largo de los tres estados de consciencia normales, experimentamos nuestra «consciencia ser» como «yo soy», y sin embargo de alguna manera imaginamos que está oscurecida por una falta de claridad de auto-conocimiento. Esta falta de claridad de auto-conocimiento verdadero es solo imaginaria, pero, debido a que en nuestra imaginación parece ser real, nos hace imaginar que somos una «consciencia conocer» en la vigilia y el sueño con sueños, y que no nos conocemos claramente en el sueño profundo, cuando esa «consciencia conocer» se ha sumergido temporalmente.

Cómo somos capaces exactamente de sostener esta falta imaginaria de claridad de auto-conocimiento incluso en el sueño profundo, no puede ser comprendido por la mente o «consciencia conocer». Sin embargo, si somos capaces ahora, en el estado de vigilia presente, de escudriñar la «consciencia ser» de forma suficientemente aguda, descubriremos que esta falta imaginaria de claridad de auto-conocimiento nunca ha existido realmente.

Es decir, si retiramos la atención de la «consciencia conocer» de todas las formas de dualidad y la enfocamos agudamente en la «consciencia ser» no-dual, que experimentamos siempre como «yo soy», comenzaremos a experimentar la «consciencia ser» más claramente. Cuanto más claramente la experimentemos, tanto más agudamente seremos capaces de enfocar la atención en ella. Por lo tanto, practicando constantemente la auto-atención, finalmente seremos capaces de enfocar la atención tan agudamente en la «consciencia ser» que la experimentaremos con total y perfecta claridad. Cuando lleguemos así a experimentar la «consciencia ser» con perfecta claridad, descubriremos que nunca hemos experimentado realmente ninguna falta de claridad de auto-conocimiento.

Nuestra «consciencia ser» se conoce siempre a sí misma con perfecta claridad, y no experimenta nunca ninguna falta de claridad de auto-conocimiento. La aparente falta de claridad de auto-conocimiento es meramente una ilusión, un producto irreal del poder de imaginación auto-engañoso, y es experimentada solo por la mente o «consciencia conocer». Por lo tanto, tan pronto como experimentemos nuestra «consciencia ser» con perfecta claridad, descubriremos que en realidad la imaginaria falta de claridad de auto-conocimiento es siempre no-existente, y así la ilusión de ella será destruida para siempre.

Puesto que la totalidad de nuestra experiencia de dualidad o multiplicidad surge solo en la mente, y puesto que la mente está construida sobre el frágil fundamento de nuestra imaginaria falta de claridad de auto-conocimiento, cuando esta brumosa e imaginaria falta de claridad es disuelta bajo la clara luz de la auto-consciencia inadulterada, la mente y toda la dualidad que experimenta ahora, desaparecerá para siempre, lo mismo que desaparece un sueño tan pronto como despertamos. Por lo tanto, en el verso 1 de *Ekatma Panchakam*, Sri Ramana dice:

Habiéndonos olvidado de nosotros [nuestro sí mismo real, la pura e inadulterada consciencia «yo soy»], habiendo pensado «[este] cuerpo en verdad es mí mismo», [y] habiendo tomado [con ello] innumerables nacimientos, finalmente conocernos [y] ser nosotros es solo [como] despertar de un sueño de vagar errantes por el mundo. Ved [así].

El presente estado de vigilia es de hecho solo un sueño que está ocurriendo en nuestro largo sueño profundo del auto-olvido o falta de claridad del auto-conocimiento verdadero. Mientras este sueño profundo persista, continuaremos soñando un sueño tras otro. Entre nuestros sueños podemos descansar un rato en el sueño profundo sin sueños, pero tal descanso nunca puede ser permanente.

Nuestro sueño profundo de auto-olvido es imaginario, pero desde la perspectiva de la mente, que es un producto de él, parece ser completamente real. Es decir, mientras nos sintamos ser esta mente, no podemos negar el hecho de que parecemos carecer del conocimiento claro de nuestro sí mismo real, como resultado de lo cual el conocimiento de nosotros que ahora parecemos experimentar, es confuso e incierto.

Esta falta de claridad del verdadero auto-conocimiento es lo que Sri Ramana describe como «auto-olvido». Él también lo describe como un «sueño profundo», debido a que el sueño profundo es un estado en el que olvidamos nuestro sí mismo normal de vigilia. Lo mismo que en el sueño profundo de cada día, olvidamos el estado de vigilia presente, así también en el sueño profundo primario de auto-olvido imaginario, parecemos haber olvidado nuestro sí mismo real, que es la consciencia siempre-despierta de nuestro ser esencial e infinito.

Mientras experimentamos este estado de auto-olvido imaginario, no nos experimentamos como realmente somos —es decir, como ser infinito y absoluto, consciencia infinita y absoluta, y felicidad infinita y absoluta. En lugar de ello, nos experimentamos como un ser finito y relativo —una persona que parece existir ahora pero que aparentemente no existía antes de su nacimiento, y que aparentemente no existirá después de su muerte, una persona que a veces surge como esta consciencia finita y relativa que llamamos la mente, y otras veces se sumerge en el estado de inconsciencia relativa que llamamos sueño profundo, una persona que experimenta solo felicidad finita y relativa, mezclada con infelicidad igualmente finita y relativa.

En el estado de inconsciencia relativa que llamamos sueño profundo, no nos experimentamos como una persona, sino simplemente como nuestro ser auto-consciente. Aunque en el sueño profundo no experimentamos efectivamente ninguna forma de relatividad o finitud, desde la perspectiva de la mente de vigilia presente, tenemos que decir que el sueño profundo es solo un estado relativo y por lo tanto finito, debido a que es un estado en el que parecemos entrar y del que parecemos surgir repetidamente. Por lo tanto, aunque el sueño profundo no es finito en sí mismo, en relación a nuestros otros dos estados, vigilia y sueño con sueños, parece ser finito.

Puesto que el sueño profundo es un estado en el que la mente se ha sumergido, trasciende la mente, y por lo tanto no puede ser definido categóricamente como finito o infinito, ni como relativo o absoluto. Desde la perspectiva de la mente, el sueño profundo es un estado finito y relativo, pero desde la perspectiva de nuestra verdadera auto-consciencia no-dual, «yo soy», es nuestro estado real y natural de ser infinito y absoluto, consciencia infinita y absoluta, y felicidad infinita y absoluta.

Lo que experimentamos efectivamente en el sueño profundo es solo la consciencia no-dual de nuestro ser esencial, «yo soy», de modo que, como tal, el sueño profundo es un estado carente de toda forma de relatividad o finitud. Lo que hace que el sueño profundo parezca ser un estado relativo y por lo tanto finito, es el surgimiento de la mente en los dos estados verdaderamente relativos y finitos de vigilia y sueño con sueños.

Como Sri Sadhu Om solía decir, si levantamos dos paredes en un vasto espacio abierto, ese único espacio abierto parecerá estar dividido en tres espacios confinados. Similarmente, cuando la mente imagina la existencia de dos tipos de cuerpo diferentes —el cuerpo que imagina ser ella misma en su estado actual, que considera como vigilia, y el cuerpo que imaginaba ser en otro estado, que ahora considera como sueño con sueños— el espacio infinito de nuestro ser auto-consciente verdadero y absoluto, parece estar dividido en tres estados separados, y, por lo tanto, finitos, que llamamos vigilia, sueño con sueños y sueño profundo.

En realidad, el estado que ahora llamamos «sueño profundo» es nuestro estado verdadero, natural, infinito y absoluto de auto-consciencia inadulterada. Sin embargo, mientras nos sentimos ser esta consciencia relativa y finita que llamamos la mente, no

podemos conocer el sueño profundo como realmente es. Es decir, puesto que no experimentamos la auto-consciencia esencial «yo soy» en su verdadera forma inadulterada en nuestro estado de vigilia presente, desde la perspectiva de este estado de vigilia no podemos reconocer el hecho de que experimentábamos la auto-consciencia «yo soy» en su verdadera forma inadulterada en el sueño profundo. Por lo tanto, para descubrir qué experimentábamos realmente en el sueño profundo, debemos experimentar la auto-consciencia fundamental «yo soy» en su verdadera forma inadulterada en nuestro estado de vigilia presente.

En la perspectiva de nuestro sí mismo real, que es la consciencia no-dual que no conoce nada otro que sí misma, el estado que llamamos sueño profundo, es un estado de auto-consciencia infinita, absoluta e inadulterada. Sin embargo, en la perspectiva de nuestro sí mismo real, los otros dos estados, que llamamos vigilia y sueño con sueños, son igualmente estados de auto-consciencia infinita, absoluta e inadulterada. Es decir, en la perspectiva infinita de nuestro sí mismo real, solo hay un único estado, y ese estado es el único estado no-dual, verdadero y natural de consciencia absoluta de nuestro ser esencial, «yo soy».

Sin embargo, en la perspectiva limitada y distorsionada de la mente, nuestro único estado verdadero de auto-consciencia no-dual parece ser tres estados distintos, que llamamos vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. Puesto que en la perspectiva de la mente de vigilia y sueño con sueños, el sueño profundo parece ser un estado separado, que existe en relación a la vigilia y al sueño con sueños, nos parece ahora que es un estado limitado de inconsciencia relativa —un estado que resulta de un olvido temporal de nuestro sí mismo de vigilia y sueño con sueños, el cual es la consciencia que conoce objetos que llamamos la mente.

La mayoría de las formas de filosofía y ciencia están interesadas solo, o al menos principalmente, en lo que experimentamos en el estado de vigilia presente. Incluso cuando estudian nuestros otros dos estados, el sueño y el sueño profundo, lo hacen solo desde la perspectiva de la mente de vigilia. Por consiguiente, puesto que todas estas formas de filosofía y ciencia están centradas en torno a la experiencia de la mente de vigilia, tienden a considerar nuestra experiencia en los otros dos estados solo como de importancia secundaria.

Sin embargo, en nuestra búsqueda de la realidad absoluta, el sueño con sueños y el sueño profundo son ambos estados de consciencia crucialmente importantes, puesto que cada uno de ellos nos da indicios esenciales relativos a la naturaleza verdadera de nuestro sí mismo real. El sueño con sueños es importante para nosotros debido a que demuestra claramente el hecho de que la mente tiene un poder de imaginación formidable por el cual no es solo capaz de crear un cuerpo y un mundo entero, sino que también es capaz de engañarse a sí misma creyendo que su propia creación imaginaria es real. El sueño profundo es importante para nosotros debido a que demuestra claramente el

hecho de que podemos existir y ser conscientes de nuestra existencia en la ausencia de la mente.

En nuestra búsqueda de la realidad absoluta, que trasciende todas las limitaciones creadas por la mente, el sueño profundo es de hecho el más importante de nuestros tres estados de consciencia, debido a que es el único estado en el que experimentamos nuestro conocimiento fundamental —la auto-consciencia esencial, «yo soy»— exento de cualquier otro conocimiento. El sueño profundo no solo nos proporciona evidencia incontrovertible del hecho de que nuestra naturaleza esencial es solo la auto-consciencia no-dual —la consciencia inadulterada de nuestro ser, «yo soy»— sino que también nos proporciona el indicio vital que requerimos para practicar la auto-investigación eficazmente.

Es decir, la auto-investigación o auto-escrutinio, que es la búsqueda práctica que debemos cumplir para experimentar el auto-conocimiento verdadero, es un estado de auto-consciencia no-dual —un estado en el que permanecemos expresamente como nada otro que nuestro ser esencial auto-consciente. Si no tuviéramos ya un sabor de esta auto-consciencia no-dual en el sueño profundo, sería difícil para la mente (que está siempre acostumbrada a experimentar solo dualidad u otredad a todo lo largo de sus dos estados de actividad, a saber, vigilia y sueño con sueños) comprender qué es efectivamente este estado de auto-consciencia no-dual, y, por consiguiente, cuando tratáramos de practicar la auto-investigación, que Sri Ramana nos reveló como el único medio por el que podemos experimentar el auto-conocimiento verdadero, no sería fácil para nosotros permanecer expresamente como nuestro ser esencial auto-consciente, «yo soy».

Sri Ramana describió a veces el sueño profundo como un ejemplo de nuestro verdadero estado de auto-consciencia no-dual, y otras veces lo describió como un estado de auto-olvido imaginario. ¿Por qué se refirió al sueño profundo de estas dos maneras diferentes, que son aparentemente contradictorias?

El sueño profundo parece ser un estado de auto-olvido solo desde la perspectiva de la mente, que es ella misma un producto imaginario de nuestro aparente auto-olvido. Si no hubiéramos olvidado aparentemente nuestro sí mismo real, no podríamos imaginarnos ahora como esta mente, que parece ser algo otro que nuestro sí mismo real —la verdadera consciencia no-dual de ser esencial o «soy»-dad. Por tanto, aunque nuestro auto-olvido es verdaderamente imaginario, desde la perspectiva de la mente es un hecho que es innegablemente real.

Nuestro auto-olvido imaginario es como un sueño profundo. Lo mismo que el sueño profundo es la aparente oscuridad o falta de claridad sin la cual ningún sueño podría aparecer, así también nuestro auto-olvido es la aparente oscuridad o falta de claridad sin la cual no podríamos imaginarnos experimentando los estados de conocimiento dualista que llamamos vigilia y sueño con sueños.

Aunque la mente desaparece en el sueño profundo cada día, reaparece desde el sueño profundo tan pronto como ha recuperado con ello suficiente energía para enredarse en otro período de actividad. Parece, por lo tanto, que en el sueño profundo de alguna manera la mente continúa existiendo en una forma de semilla —una forma durmiente e inmanifiesta, que devendrá de nuevo manifiesta tan pronto como las condiciones devengan favorables, siendo en este caso las condiciones favorables un suficiente acopio interno de energía para devenir activa de nuevo.

Puesto que la mente reaparece después de un período de reposo en el sueño profundo, desde la perspectiva de esta mente, la idea de que en el sueño profundo continuamos siendo inconscientes u olvidados de nuestro sí mismo real —la verdadera consciencia no-dual de nuestro ser esencial, «yo soy»— parece ser completamente verdadera. Por lo tanto, al hablar desde la perspectiva de la mente, Sri Ramana solía describir el sueño profundo como un estado de auto-olvido imaginario.

Sin embargo, cuando analizamos nuestra experiencia en el sueño profundo más profundamente, como hemos hecho en este capítulo, deviene claro para que aunque ahora imaginamos que no experimentábamos ninguna consciencia en el sueño profundo, de hecho experimentábamos la consciencia fundamental de nuestro ser esencial, «yo soy». Por consiguiente, aunque el sueño profundo parezca ser a la mente de vigilia un estado de auto-olvido, en una consideración más cuidadosa, no podemos negar el hecho de que en verdad experimentábamos la auto-consciencia natural y eterna en el sueño profundo. Por consiguiente, al hablar desde la perspectiva de la realidad absoluta, que es la auto-consciencia infinita, «yo soy», Sri Ramana solía describir el sueño profundo como nuestro verdadero estado de auto-consciencia no-dual.

La verdad es que ciertamente sabemos que somos en el sueño profundo. Sin embargo, aunque en el sueño profundo *sabemos que somos*, parecemos no saber *qué somos*. No obstante, aunque parezcamos no saber qué somos en el sueño profundo, debemos recordar que esta aparente ignorancia u olvido de nuestro sí mismo real en el sueño profundo, es imaginario, y, por lo tanto, irreal, lo mismo que la presente ignorancia u olvido de nuestro sí mismo real es imaginario e irreal.

No hemos olvidado nunca verdaderamente nuestro sí mismo real, ni hemos sido ignorantes de él. Meramente imaginamos que no nos conocemos como realmente somos. Sin embargo, como Sri Ramana nos señaló repetidamente, esta auto-ignorancia o auto-olvido imaginario, es experimentado solo por la mente, y no por nuestro sí mismo real, que se experimenta siempre a sí mismo como consciencia de solo ser infinito y eternamente feliz.

Puesto que en el sueño profundo no experimentamos la mente, que es la única que imagina la existencia del auto-olvido, el sueño profundo no puede ser realmente un estado de auto-olvido. En verdad, en el sueño profundo no existe ninguna consciencia individual que experimente el auto-olvido. Todo lo que existe en el sueño profundo es la consciencia inadulterada de nuestro sí mismo real o ser esencial, «yo soy». Por lo tanto,

aunque la verdad relativa sobre el sueño profundo es que es un estado de auto-olvido, la verdad absoluta sobre el sueño profundo es que es un estado de auto-consciencia o auto-conocimiento perfecto.

No obstante, aunque la verdad absoluta es que el sueño profundo es un estado de infinita auto-consciencia no-dual, que es la única realidad existente, mientras nos imaginemos ser esta mente, para todos los propósitos prácticos tenemos que conceder que el sueño profundo efectivamente parece ser un estado relativo de auto-olvido. Solo si reconocemos el hecho de que la única causa de la aparición de la mente es nuestro auto-olvido o auto-ignorancia imaginario, seremos capaces de comprender que el único medio por el que podemos trascender las limitaciones que aparentemente nos son impuestas por la mente, es destruir esta ilusión del auto-olvido.

Para destruir esta ilusión, debemos conocernos como realmente somos, y para conocernos como realmente somos, debemos prestarnos atención —a la consciencia fundamental de nuestro ser esencial, «yo soy». Por lo tanto, aunque Sri Ramana experimentó la verdad absoluta —la verdad que realmente no hemos olvidado nunca, debido a que somos la auto-consciencia perfectamente no-dual, que no conoce nunca otro que sí misma— en sus enseñanzas, él aceptó la realidad relativa de nuestro presente auto-olvido o auto-ignorancia imaginario. Ésta es la razón por la que él comenzó el verso anterior de *Ekatma Panchakam* con las palabras, «Habiéndonos olvidado de nosotros».

Después de decir, «Habiéndonos olvidado de nosotros», Sri Ramana dice, «habiendo pensado “[este] cuerpo en verdad es mí mismo”», debido a que nuestra imaginación presente de que somos este cuerpo surge como un resultado de nuestro auto-olvido. Si supiéramos claramente qué somos realmente, no podríamos imaginarnos ser algo que no somos. Por lo tanto, no podríamos imaginarnos ser este cuerpo si no imagináramos primero nuestro aparente auto-olvido o falta de claridad de auto-consciencia.

Siempre que la mente deviene activa, ya sea en la vigilia o en el sueño con sueños, primero se imagina ser un cuerpo, y después a través de los cinco sentidos de ese cuerpo imaginario, percibe un mundo imaginario. La mente no puede funcionar sin limitarse primero a sí misma dentro de los confines de un cuerpo imaginario, que toma erróneamente como «yo». Por consiguiente, la mente es una forma de consciencia intrínsecamente limitada y por lo tanto distorsionada.

Sin imaginarse a sí misma como algo finito, la mente no podría imaginar nada que sea otro que sí misma. Toda otredad o dualidad es una imaginación que solo puede venir a la existencia cuando nos imaginamos ser una consciencia separada y por lo tanto finita. Aunque en realidad somos la consciencia infinita de solo ser —la auto-consciencia esencial no-dual «yo soy»— nos imaginamos ser esta consciencia finita que conoce objetos que llamamos la mente.

Todo lo que conocemos como distinto de nosotros —todos nuestros pensamientos, sentimientos y percepciones— son meramente productos de nuestra imaginación, y solo parecen existir debido a que nos imaginamos como algo separado de ellos. En el sueño profundo experimentamos la auto-consciencia no-dual «yo soy», pero no experimentamos ninguna otredad, separación o dualidad. Incluso en la vigilia y en el sueño con sueños experimentamos esta misma auto-consciencia no-dual «yo soy», pero junto con ella experimentamos también la ilusión de la otredad, la separación o la dualidad.

Nada que experimentamos es de hecho otro que la consciencia esencial. La consciencia es la sustancia fundamental que aparece como todas las otras cosas. Las otras cosas son todas productos de nuestra imaginación. Lo que llamamos imaginación es un poder o facultad que posee la consciencia para modificarse aparentemente en la forma de pensamientos, sentimientos y percepciones.

Cuando imaginamos nuestra experiencia de pensamientos, sentimientos y percepciones, creamos una aparente separación entre nosotros y estos objetos de la consciencia. Por lo tanto, si no nos imagináramos primero como algo separado —algo limitado o finito— no podríamos experimentar nada como otro que nosotros. De manera que, para imaginar la existencia de otras cosas aparte, debemos comenzar por imaginarnos como una entre las muchas cosas finitas que así imaginamos.

Así pues, para experimentar un mundo, ya sea este mundo que percibimos en el estado de vigilia presente o el mundo que percibimos en cualquiera de los sueños, debemos imaginarnos simultáneamente como un cuerpo particular en ese mundo. Podemos reconocer claramente este hecho cuando consideramos nuestra experiencia en el sueño con sueños.

No experimentamos un sueño de la misma manera que experimentamos una película. Cuando vemos una película o un programa de televisión, nos experimentamos como un espectador que existe fuera de la imagen que estamos viendo, pero cuando experimentamos un sueño, nos experimentamos como una persona —un cuerpo y mente— que es una parte del mundo de sueño que estamos experimentando. Similarmente, cuando experimentamos nuestro estado de vigilia presente, nos experimentamos como una persona —un cuerpo y mente— que es una parte de este mundo de vigilia que estamos experimentando ahora.

La consciencia que experimenta tanto la vigilia como el sueño con sueños es la mente, y la mente siempre se experimenta a sí misma como un cuerpo particular, que es una parte del mundo que ella está experimentado actualmente. Si no nos limitáramos como un cuerpo y como una mente limitada por el cuerpo, no podríamos experimentar nada como otro que nosotros, debido a que en realidad somos la consciencia ilimitada en la que aparece la totalidad de este sueño de dualidad.

Puesto que somos la consciencia infinita en la que aparecen y desaparecen todas las cosas, solo existimos realmente, y nada que parezca existir puede realmente ser otro que nosotros. Por consiguiente, la consciencia real no puede conocer nunca nada otro que sí

misma —nuestro sí mismo real o ser esencial, «yo soy». Toda otredad es experimentada solo por la mente, que es una forma limitada y distorsionada de la consciencia real.

De hecho, un sueño aparece dentro de la mente, pero la mente se experimenta a sí misma como un cuerpo que existe dentro de ese sueño. Tal es el poder auto-engañoso de nuestra imaginación. Por lo tanto, en el verso 3 de *Ekatma Panchakam* Sri Ramana dice:

Cuando [nuestro] cuerpo existe dentro de nosotros [que somos la consciencia básica en la que aparecen todas las cosas], una persona que se piensa como existiendo dentro de ese cuerpo [material] inconsciente, es como alguien que piensa que la pantalla, [que es] el *adhara* [el soporte o base subyacente] de una imagen [de cine], existe en esa imagen.

En la versión *kalivenba* de *Ekatma Panchakam*, Sri Ramana agregó la palabra compuesta *sat-chit-ananda*, que significa «ser-consciencia-felicidad», antes de la palabra inicial de este verso, *tannul* o «dentro de [nuestro] sí mismo», recordándonos de ese modo que lo que somos en esencia es solo la consciencia de ser perfectamente apacible, «yo soy». Otro que la consciencia básica de nuestro ser, todo lo que conocemos, aparece dentro de la forma distorsionada y conocedora de objetos de la consciencia que llamamos la mente, la cual surge dentro de nosotros durante la vigilia y el sueño con sueños, y se sumerge dentro durante el sueño profundo. Nuestra verdadera consciencia de ser — la auto-consciencia «yo soy» esencial— es por lo tanto como la pantalla sobre la que es proyectada una película, debido a que ella es el único *adhara* fundamental o base subyacente que soporta la aparición y desaparición de la mente y todo lo que es conocido por ella.

Lo mismo que un sueño aparece dentro de la mente, así también todo lo que experimentamos en este estado de vigilia aparece dentro de la mente. Sin embargo, aunque el mundo que percibimos ahora es experimentado por nosotros dentro de la mente, nos imaginamos como un cuerpo particular, que es uno entre los muchos objetos que existen en este mundo.

Por lo tanto, si queremos conocer la verdad sobre nosotros y este mundo, ¿no debemos determinar cuál de estas dos experiencias contradictorias es real y cuál es una ilusión? ¿Existe este mundo realmente solo en la mente, o es la mente realmente algo que existe solo dentro de un cuerpo particular en este mundo? ¿Es este universo entero, que parece ser tan vasto, extendiéndose sin ningún límite conocido en el tiempo o el espacio, meramente una serie de pensamientos en la mente, o somos meramente una persona insignificante que vive por un breve período de años en una pequeña esquina de este universo? En otras palabras, ¿está este mundo entero realmente en nosotros, o estamos nosotros realmente en él?

Si este cuerpo y este mundo existen efectivamente solo en la mente, como lo hacen el cuerpo y el mundo que experimentamos en un sueño, nuestra experiencia de que estamos confinados dentro de los límites de este cuerpo no puede ser real, y, por lo tanto, debe ser una ilusión. Nosotros podríamos saber que es real, y no una ilusión, solo si pudiéramos probarnos que este cuerpo y mundo existen realmente fuera e independientes de la mente.

¿Podemos probarnos de alguna manera que algo que conocemos existe independiente de la mente? No, excepto la auto-consciencia esencial, «yo soy», que experimentamos en el sueño profundo en la ausencia de la mente, no podemos probarnos que algo es más que una mera imaginación que es creada y experimentada solo en y por la mente. Todo lo que conocemos del cuerpo y de este mundo es solo los pensamientos o las imágenes mentales de ellos que nos hemos formado en la mente por nuestro poder de imaginación. Excepto la consciencia fundamental de nuestro ser, «yo soy», todo lo que conocemos puede ser conocido solo dentro de la mente.

Nuestra creencia de que el cuerpo y este mundo existen realmente fuera de la mente es solo pensamiento deseoso. Es una creencia ciega, debido a que no está basada en ninguna evidencia adecuada, y, por lo tanto, es sin ningún fundamento real. Cuando sabemos en este estado de vigilia que el mundo que percibíamos y el cuerpo que tomábamos erróneamente por nosotros en un sueño, eran de hecho solo ficciones de nuestra imaginación, y, por lo tanto, existirían solo en la mente, ¿qué bases razonables tenemos para creer que el presente cuerpo y el mundo que percibimos ahora son algo más que meras ficciones de nuestra imaginación?

En el párrafo dieciocho de *¿Quién soy yo?* Sri Ramana dice:

Excepto que la vigilia es *dirgha* [de larga duración] y el sueño es *kshanika* [momentáneo o duradero solo por un corto período], no hay ninguna otra diferencia [entre estos dos estados de actividad mental imaginarios]. En la medida en que todas las *vyavahara* [actividades y eventos] que acontecen en la vigilia parecen ser reales [en este momento presente], en esa [misma] medida las *vyavahara* [actividades y eventos] que acontecen en el sueño con sueños parecen ser reales en ese tiempo. En el sueño con sueños [nuestra] mente toma otro cuerpo [como ella misma]. Tanto en la vigilia como en el sueño con sueños, los pensamientos y nombres-y-formas [los objetos del mundo aparentemente externo] acontecen en un único tiempo [es decir, simultáneamente].

Aunque en la primera sentencia de este párrafo Sri Ramana dice que la única diferencia entre la vigilia y el sueño con sueños es que en su relativa duración la vigilia es larga y el sueño con sueños es corto, en el verso 560 de *Guru Vachaka Kovai* él señala que incluso esta diferencia es meramente una ilusión:

La respuesta que declaraba que el sueño con sueños aparece y desaparece momentáneamente, [mientras] la vigilia dura un tiempo largo, fue dada como una respuesta consoladora a la pregunta planteada [es decir, fue una concesión hecha de acuerdo con el nivel de comprensión del preguntador en ese momento]. [En verdad, sin embargo, el tiempo es meramente un producto de la imaginación de la mente, y, por consiguiente, la ilusión de que la vigilia dura por un tiempo largo mientras que el sueño con sueños es momentáneo] es un truco engañoso que acontece debido a la adherencia de la mente-*maya* [nuestro poder de *maya* o auto-engaño, que se manifiesta en la forma de la mente].

Puesto que el tiempo es una ficción de nuestra imaginación, no podemos medir la duración de un estado por el patrón del tiempo que experimentamos en otro estado. Podemos experimentar un sueño que parece durar un tiempo largo, pero cuando despertamos podemos encontrar que de acuerdo al tiempo experimentado en este estado de vigilia hemos dormido solo unos pocos minutos.

Aunque ahora pueda parecernos que el estado de vigilia presente dura muchas horas cada día, y continúa cada día durante muchos años, y que en contraste, cada uno de los sueños dura solo un corto período de tiempo, esta distinción aparente parece ser real solo en la perspectiva de la mente en este estado de vigilia. En el sueño con sueños la misma mente experimenta ese sueño como si fuera un estado de vigilia, e imagina que es un estado que dura muchas horas cada día, y continúa cada día durante muchos años.

El tiempo es una imaginación que no experimentamos en el sueño profundo, pero es una parte de cada uno de los mundos que experimentamos en la vigilia y en el sueño con sueños. Puesto que el mundo que experimentábamos en un sueño no es el mismo mundo que experimentamos ahora en este estado de vigilia presente, el tiempo que experimentábamos como parte de ese mundo de sueño no es el mismo tiempo que estamos experimentando ahora. Por lo tanto, si tratamos de juzgar la duración del sueño con sueños por el patrón de tiempo que experimentamos ahora, nuestro juicio será inevitablemente distorsionado y por lo tanto inválido.

La realidad relativa de todo lo que experimentamos en la vigilia y el sueño con sueños, no puede ser juzgada correctamente desde ninguno de estos dos estados. Cuando estamos soñando, tomamos erróneamente todo lo que experimentamos en ese sueño como real, pero cuando estamos en nuestro estado de vigilia presente, comprendemos que todo lo que experimentábamos en ese sueño es de hecho una ficción de la imaginación. De la misma manera que podemos juzgar correctamente la realidad de todo lo que experimentábamos en el sueño solo cuando salimos de ese sueño a nuestro estado de vigilia presente, así también seremos capaces de juzgar correctamente la realidad de todo lo que experimentamos ahora en este supuesto estado de vigilia solo cuando salgamos de él a algún otro estado que lo trascienda.

Desde la perspectiva del estado omni-trascendente del auto-conocimiento verdadero, que es el estado de auto-consciencia no-dual y por lo tanto absoluta, Sri Ramana y otros sabios han sido capaces de juzgar correctamente la realidad relativa de todo lo que experimentamos en la vigilia y el sueño con sueños, y han testificado el hecho de que estos dos estados son igualmente irreales, debido a que ambos son meras ficciones de nuestra imaginación.

En la segunda sentencia del párrafo dieciocho de *¿Quién soy yo?* Sri Ramana dice, «En la medida en que todos los eventos que acontecen en la vigilia parecen ser reales, en esa medida los eventos que acontecen en el sueño con sueños parecen ser reales en ese tiempo». Éste es un hecho que todos conocemos por experiencia propia, pero ¿qué inferencia debemos sacar de él? Puesto que sabemos ahora que todo lo que experimentábamos en un sueño eran solo nuestros propios pensamientos, aunque en ese tiempo parecía ser tan real como todo lo que experimentamos en este estado de vigilia parece ser ahora, ¿no es razonable que infiramos que todo lo que experimentemos en este estado de vigilia es muy probablemente de igual modo solo nuestros propios pensamientos?

Aunque es lógico que saquemos esta inferencia, solo podemos verificarla con certeza cuando verifiquemos la verdad sobre nosotros. A menos que sepamos por nuestra experiencia lo que somos realmente, no podemos estar seguros de la realidad de nada más que conozcamos.

Para conocernos, debemos escudriñarnos agudamente —es decir, debemos focalizar la atención completa y exclusivamente en la consciencia esencial de ser, «yo soy». Mientras tengamos cualquier deseo, apego, miedo o aversión por algo otro que la auto-consciencia esencial, siempre que tratemos de focalizar la atención en nosotros, seremos distraídos por nuestros pensamientos de cualquier otra cosa que deseemos, temamos o por la que sintamos aversión. Y mientras creamos que esas otras cosas existen fuera de nuestra imaginación y que por lo tanto son reales por sí mismas, no seremos capaces de librarnos de nuestro deseo, apego, miedo o aversión por ellas.

Por lo tanto, para ayudarnos a librarnos de nuestros deseos, apegos, miedos y aversiones, Sri Ramana y otros sabios nos enseñan la verdad de que toda otra cosa que la auto-consciencia, «yo soy», es irreal, siendo una mera ficción de nuestra imaginación. Por eso es por lo que en el verso 559 de *Guru Vachaka Kovai*, él confirma la inferencia que podemos sacar del hecho de que todo lo que experimentábamos en un sueño parecía entonces ser tan real como todo lo que experimentamos en este estado de vigilia parece ser ahora, declarando explícitamente:

Si el sueño, que apareció [y fue experimentado por nosotros como si fuera real], es un mero remolino de [nuestros propios] pensamientos, la vigilia, que ha acontecido [ahora] [y está siendo experimentada por nosotros como si fuera real], es también de esa [misma] naturaleza [es decir, es igualmente un mero remolino de nuestros propios pensamientos]. Tan reales como [parecen ser en este momento presente] los

eventos en la vigilia, que ha acontecido [ahora], igualmente reales en verdad [parecen ser] [los eventos en] el sueño con sueños en ese tiempo.

Sri Ramana afirma enfáticamente que la vigilia y el sueño con sueños son ambos un «mero remolino de pensamientos». Es decir, cada uno de ellos es una serie de imágenes mentales que formamos en la mente por nuestro poder de imaginación. En otras palabras, excepto la auto-consciencia fundamental «yo soy», todo lo que experimentamos tanto en la vigilia como en el sueño con sueños es solo una ficción de nuestra imaginación.

El estado que experimentamos ahora como vigilia es de hecho solo otro sueño. Lo mismo que ahora tomamos erróneamente el estado presente por la vigilia, en un sueño con sueños igualmente tomamos erróneamente el estado en vigor entonces por la vigilia. Siempre tomamos erróneamente cualquier estado que estemos experimentando en ese momento por el estado de vigilia, y consideramos todos los demás estados como sueños.

Lo que distingue un estado de sueño de otro, es que en cada estado tal o en cada serie de estados tales, tomamos erróneamente un cuerpo diferente como nosotros. Puesto que recordamos una serie de estados consecutivos en los que nos hemos tomado erróneamente por el mismo cuerpo que ahora tomamos erróneamente como nosotros, consideramos cada uno de esos estados como una reasumición de este mismo estado de vigilia. Sin embargo, recordamos también otros estados en los que nos hemos tomado erróneamente como otros cuerpos diferentes, de modo que consideramos esos otros estados como sueños.

Puesto que el hecho de que tomemos diferentes cuerpos como nosotros, es lo que nos hace imaginar que hay una distinción básica entre el supuesto estado de vigilia presente y los demás estados de sueño, en la tercera sentencia del párrafo dieciocho de *¿Quién soy yo?* Sri Ramana dice, «En el sueño con sueños [nuestra] mente toma otro cuerpo». En el estado de sueño con sueños presente, consideramos ciertos otros estados de sueño como reales, debido a que en ellos hemos tomado este mismo cuerpo como nosotros, pero, sin embargo, consideramos otros estados de sueño con sueños como irreales, debido a que en ellos hemos tomado erróneamente otros cuerpos como nosotros.

¿Cómo exactamente «tomamos otro cuerpo» en cada uno de nuestros sueños? En un sueño imaginamos la existencia de algún otro cuerpo, y simultáneamente imaginamos que ese cuerpo es nosotros. Similarmente, en el supuesto estado de vigilia presente, imaginamos la existencia de este cuerpo y simultáneamente imaginamos que es nosotros. Lo mismo que el cuerpo que hemos tomado erróneamente como nosotros en un sueño era meramente un producto de nuestra imaginación, así este cuerpo que ahora tomamos erróneamente como nosotros es meramente un producto de nuestra imaginación.

La relación entre nosotros y nuestro cuerpo es similar a la relación entre el oro y un ornamento de oro. Lo mismo que el oro es la única sustancia de la que el ornamento está hecho, así también somos la única sustancia de la que nuestro cuerpo y todos los demás objetos de este mundo están hechos. Por lo tanto, en el verso 4 de *Ekatma Panchakam* Sri Ramana dice:

¿Es [un] ornamento otro que [el] oro [del cual está hecho]? Habiéndonos separado [liberado o desenredado], ¿qué [o cómo] es [nuestro] cuerpo? El que piensa que él mismo [o ella misma] es [meramente] un cuerpo [finito], es un *ajñani* [una persona que es ignorante de nuestro único sí mismo real, infinito y no-dual], [mientras que] el que se toma [a sí mismo o a sí misma] como [nada otro que nuestro único] sí mismo [real], es un *jñani*, [un sabio] que ha conocido [este único] sí mismo [real]. Conócete [a ti mismo así como este único sí mismo infinito].

En la versión *kalivenba* de *Ekatma Panchakam* Sri Ramana añadió la palabra *vattuvam*, que significa «que es la sustancia», antes de la palabra inicial de este verso, *pon* u «oro». La palabra *vattu* es una forma tamil de la palabra sánscrita *vastu*, que significa «sustancia», «esencia» o «realidad», y que es una palabra que se usa a menudo en filosofía para denotar la realidad absoluta, nuestro ser auto-consciente, que es la única sustancia esencial de la que todas las cosas están formadas. Puesto que Sri Ramana está usando aquí el oro como una analogía para nuestro sí mismo real, al describir el oro como el *vastu* o «sustancia», él implica que somos la única sustancia real de la que nuestro cuerpo y todas las demás cosas son meramente formas imaginarias.

La pregunta retórica «Habiéndonos separado nosotros, ¿qué es [nuestro] cuerpo?» expresa dos verdades estrechamente relacionadas. En primer lugar, expresa la verdad de que el cuerpo presente no existe cuando nos separamos de él, como hacemos tanto en el sueño profundo como en el sueño con sueños. En segundo lugar, y en este contexto es más importante, esta pregunta es una manera lingüística de expresar la verdad de que lo mismo que un ornamento no puede ser otro que el oro del que está hecho, así también el cuerpo no puede ser otro que nuestro sí mismo real, que es la única sustancia de la que todas las cosas están hechas.

Es decir, somos consciencia, y todo lo que conocemos es meramente una forma o imagen que aparece en la consciencia —es decir, en nosotros— como las olas que aparecen en la superficie del océano. Lo mismo que el agua del océano es la única sustancia de la que están formadas todas las olas, así también la consciencia es la única sustancia de la que están formados todos los pensamientos —es decir, todos los objetos conocidos por nosotros, incluyendo nuestro cuerpo.

Nuestro cuerpo y todo lo demás que conocemos son solo una serie de pensamientos o imágenes mentales, que formamos en la mente por nuestro poder de imaginación. Puesto que toda otra cosa que la consciencia es solo una ficción de nuestra imaginación,

solo la consciencia es real, y, por consiguiente, es la única sustancia verdadera de la que están formadas todas las demás cosas.

En la sentencia final del párrafo dieciocho de *¿Quién soy yo?* Sri Ramana dice, «Tanto en la vigilia como en el sueño con sueños, los pensamientos y nombres-y-formas acontecen simultáneamente». En este contexto la forma plural de la palabra compuesta *nama-rupa*, que significa literalmente «nombre-formas» y que he traducido como «nombres-y-formas», denota todos los objetos del mundo, que imaginamos que existen fuera de nosotros. En cada uno de nuestros estados de actividad mental, ya sea que imagine-mos que ese estado es la vigilia o ya sea el sueño con sueños, experimentamos el hecho de que los objetos que reconocemos como meramente pensamientos que hemos formado en la mente, y los objetos que parecen existir fuera de nosotros, ambos aparecen simultáneamente.

Por lo tanto, en el verso 555 de *Guru Vachaka Kovai* Sri Ramana dice:

Los sabios dicen que esos [dos estados aparentemente diferentes] que son llamados vigilia y sueño con sueños son [ambos] creaciones de nuestra confusa [agitada y engañada] mente, [debido a que] en ambos [estados] llamados vigilia y sueño con sueños, los pensamientos y nombres-y-formas vienen a la existencia simultáneamente [y] en conjunción. Sabe con certeza que [esto es así].

Como Sri Ramana señalaba a menudo, todos los objetos del mundo aparentemente externo, son de hecho experimentados por nosotros solo como imágenes que formamos en la mente por nuestro poder de imaginación, y, por consiguiente, son solo nuestros propios pensamientos. Ésta es la razón por la cual en la ausencia de todos los pensamientos, como en el sueño profundo, no se experimenta conocimiento de ningún objeto, mientras que tan pronto como la mente deviene activa, como en la vigilia y en el sueño con sueños, nuestro conocimiento de los objetos externos aparece junto con nuestros otros pensamientos.

Incluso ahora en nuestro estado de vigilia presente, si retiramos la atención de todos los pensamientos hacia la auto-consciencia esencial, «yo soy», todo nuestro conocimiento de objetos externos desaparecerá. ¿No está claro, por lo tanto, que todo nuestro conocimiento objetivo depende de nuestros pensamientos sobre los objetos que conocemos? Parecemos conocer un objeto solo cuando formamos una imagen de él en la mente. Puesto que las imágenes mentales son lo que de otro modo llamamos pensamientos, todo lo que conocemos de objetos externos es solo los pensamientos de ellos que formamos en la mente por nuestro poder de imaginación.

Excepto la auto-consciencia esencial, «yo soy», todo lo que conocemos o experimentamos es solo un pensamiento —uno entre las muchas imágenes mentales que formamos en la mente. Lo mismo que comprendemos que todo lo que experimentamos en

un sueño es meramente nuestra imaginación, por un análisis imparcial y completo podemos comprender que todo lo que experimentamos en nuestro estado de vigilia presente es igualmente solo nuestra imaginación.

La creencia de que nuestro conocimiento de este mundo aparentemente externo corresponde a algo que existe efectivamente fuera de nosotros, es meramente una imaginación —uno entre los muchos pensamientos que formamos en la mente. No hay absolutamente ninguna evidencia —y nunca puede haber ninguna evidencia— de que el mundo que experimentamos ahora, existe efectivamente fuera de nosotros, lo mismo que no hay ninguna evidencia de que el mundo que hemos experimentado en un sueño exista efectivamente fuera de nosotros.

En el verso 1 de *Ekatma Panchakam* después de las dos primeras declaraciones, «Habiéndonos olvidado de nosotros» y «habiendo pensado “[este] cuerpo ciertamente es mí mismo”», Sri Ramana añade una tercera declaración, «habiendo tomado [con ello] innumerables nacimientos». ¿Qué quiere decir él exactamente con esto? ¿Cómo de hecho «tomamos innumerables nacimientos»?

Como hemos discutido anteriormente, nuestra vida de vigilia presente es de hecho solo un sueño que está ocurriendo en nuestro imaginario sueño profundo de auto-olvido o auto-ignorancia. Cuando ignoramos u olvidamos imaginariamente nuestro sí mismo real, que es ser, consciencia y felicidad infinitos, aparentemente nos separamos de la felicidad perfecta que es nuestro sí mismo. Por lo tanto, hasta que nos reunamos con nuestra realidad, que es felicidad absoluta, no podemos reposar, excepto durante los interludios breves pero necesarios que experimentamos en el sueño profundo, la muerte y otros estados semejantes, en los que la mente se sumerge en un estado de espera o inactividad temporal.

Debido a que nos hemos separado imaginariamente de nuestra felicidad infinita, nos sentimos perpetuamente insatisfechos, y, por consiguiente, el amor innato por la felicidad nos impele a buscar incansablemente la felicidad que hemos perdido. Así el amor natural por la felicidad, que es nuestro ser verdadero, es aparentemente distorsionado, manifestándose en la forma de deseo, el cual nos empuja a estar activos, alejándonos con ello más del estado de ser verdadero. Mientras el amor verdadero es nuestro estado natural de solo ser, el deseo da surgimiento al «hacer» o la actividad, que nos distrae de nuestro ser esencial.

¿Cómo el amor por la felicidad deviene distorsionado como deseo? Al habernos separado imaginariamente de nuestro sí mismo real infinito, sentimos ahora felicidad en ser algún otro que nosotros, y, por lo tanto, la buscamos fuera en objetos y experiencias que imaginamos que son distintos. En el estado natural de verdadero auto-conocimiento, experimentamos felicidad como nuestro sí mismo, y, por lo tanto, el amor por la felicidad nos impele simplemente a ser nosotros. En nuestro estado de auto-ignorancia imaginaria, por otra parte, experimentamos felicidad como si fuéramos algún otro que noso-

tros, y, por consiguiente, nuestro simple amor por la felicidad es distorsionado como innumerables deseos por otras cosas distintas —por objetos y experiencias que imaginamos que nos darán la felicidad que anhelamos.

Debido a que nuestra auto-ignorancia nubla nuestra claridad de discriminación natural, nos engaña, haciéndonos imaginar que para ser felices debemos obtener otras cosas que nosotros —ya sean objetos materiales, experiencias sensoriales o conocimiento intelectual. Imaginamos que ciertas experiencias nos harán felices, y que otras ciertas experiencias nos harán infelices, y, por consiguiente, deseamos esas experiencias que imaginamos que nos harán felices, y tenemos miedo o sentimos aversión hacia esas que imaginamos que nos harán infelices.

Así pues, nuestra auto-ignorancia inevitablemente da surgimiento a nuestros deseos y miedos, los cuales nos impelen a estar constantemente activos, esforzándonos con la mente, el habla y el cuerpo para experimentar la felicidad que ansiamos tan intensamente. Hasta que no obtengamos la experiencia no-dual del auto-conocimiento verdadero, disolviendo con ello la ilusión de la auto-ignorancia y toda su progenie, no seremos capaces de librarnos del aflictivo vicio del deseo y el miedo.

Incluso cuando la mente se sumerge temporalmente en un estado de espera, tal como el sueño profundo o la muerte, nuestros profundamente arraigados deseos y miedos no son disueltos, debido a que nuestra auto-ignorancia básica persiste en una forma durmiente. Por lo tanto, tan pronto como estamos suficientemente reposados, nuestros deseos y miedos durmientes nos levantan del sueño profundo, dando surgimiento a la experiencia de este estado de vigilia o a la experiencia de un sueño.

Todos los sueños son causados por deseos y miedos latentes, y el estado de vigilia presente es solo uno de nuestros sueños. Lo mismo que todo lo que experimentamos en un sueño son nuestros propios pensamientos, que están formados por los deseos y miedos latentes, así también todo lo que experimentamos en el estado de vigilia presente son nuestros propios pensamientos, que están formados igualmente por los deseos y miedos latentes.

Puesto que el estado de vigilia presente es de hecho solo un sueño en nuestro imaginario sueño profundo de auto-olvido o auto-ignorancia, el estado que llamamos muerte es meramente el término final de este sueño particular. La vida entera del cuerpo presente es un único sueño continuo, que es interrumpido cada día por un breve período de reposo en el sueño profundo, pero que se reanuda tan pronto como hemos recuperado suficiente energía para enredarnos en otros períodos de actividad mental. Una característica de este sueño es que el cuerpo imaginario que ahora tomamos erróneamente como nosotros, parece devenir gradualmente cada vez más viejo y más gastado, hasta que finalmente lo abandonamos permanentemente. El estado en el que dejamos así de imaginar permanentemente el cuerpo presente como nosotros, es lo que generalmente llamamos muerte.

Puesto que la muerte es solo el final de un extenso sueño, es meramente un estado de espera o submersión temporal de la mente, lo mismo que el sueño profundo que experimentamos cada día. Después de haber reposado un rato en el sueño profundo, nuestros deseos y miedos latentes impelen a la mente a surgir y devenir activa de nuevo en otro estado de sueño con sueños. Similarmente, después de haber reposado un rato en la muerte, los deseos y miedos latentes impelen a la mente a surgir de nuevo en otro estado de actividad, en el que imaginamos algún otro cuerpo como nosotros.

Por lo tanto, cuando Sri Ramana decía, «habiendo tomado innumerables nacimientos», él se estaba refiriendo a este proceso repetido de abandonar un cuerpo de sueño e imaginar otro cuerpo de sueño como nosotros. El renacimiento o la reencarnación por lo tanto no es real, sino solo un sueño —un acontecimiento imaginario que ocurre repetidamente en nuestro aparentemente largo sueño de auto-ignorancia imaginaria.

Aunque el renacimiento es meramente una ficción de nuestra imaginación —un sueño creado por nuestros deseos y miedos— es tan real como nuestra vida presente en este mundo, que es ella misma solo tan real como la mente, la forma limitada y distorsionada de consciencia que experimenta éste y muchos otros sueños. Hasta que no conozcamos qué somos realmente, poniendo fin con ello a nuestro imaginario sueño profundo de auto-olvido o auto-ignorancia, continuaremos experimentando un sueño tras otro, y en cada uno de esos sueños nos tomaremos erróneamente como un cuerpo que hemos creado por nuestra imaginación.

Puesto que la causa fundamental de todo el sufrimiento y la falta de felicidad perfecta que experimentamos en esta vida soñada y en muchas otras vidas soñadas, es nuestro imaginario auto-olvido o auto-ignorancia, solo podemos terminar con todo el sufrimiento y obtener felicidad perfecta experimentando la claridad absoluta del auto-conocimiento verdadero. Puesto que la ilusión de la dualidad está causada por el auto-olvido —el olvido de la consciencia no-dual fundamental de nuestro ser infinito y absoluto— solo será disuelta cuando experimentemos auto-conocimiento o auto-consciencia no-dual perfectamente claro.

Al olvidar aparentemente nuestro sí mismo real, nos ponemos en situación de imaginar que hemos devenido un cuerpo. Por lo tanto, aunque nunca hayamos dejado de ser realmente nuestro sí mismo real infinito, nos parece que hemos devenido otra cosa. Por consiguiente, en este primer verso de *Ekatma Panchakam*, Sri Ramana dice que habiendo olvidado nuestro sí mismo real, habiéndonos imaginado repetidamente ser un cuerpo, y habiendo tomado con ello aparentemente nacimiento en innumerables cuerpos diferentes, cuando finalmente nos conocemos devenimos nosotros de nuevo.

Aunque él dice, «...conociéndonos finalmente [y] deviniendo [con ello] nosotros...», él no quiere decir que la obtención del auto-conocimiento verdadero sea realmente un proceso de devenir. Con respecto al estado de auto-olvido presente, en el que parecemos haber devenido un cuerpo y mente, el estado de auto-conocimiento puede parecer ser un estado en el que devendremos de nuevo nuestro sí mismo real, pero en

realidad es solo nuestro estado de ser natural, en el que permanecemos como hemos sido siempre —es decir, como nuestro sí mismo real inmutable.

La palabra que Sri Ramana usa en este verso es *adal*, que es un gerundio que significa principalmente «devenir» pero que también puede significar «ser». Por consiguiente, aunque las palabras «*irudi tannai unarndu tan adal*», que forman el sujeto de este verso, podrían ser traducidas como «conociéndonos finalmente [y] deviniendo [con ello] nosotros», pueden ser traducidas más exactamente como «conociéndonos finalmente [y] siendo [con ello solo] nosotros».

El estado de auto-conocimiento verdadero es nuestro estado de ser auto-consciente natural, eterno, inmutable y no-dual. Puesto que es la realidad absoluta, que subyace a la apariencia de toda relatividad, no puede sufrir nunca ninguna forma de cambio o devenir. Nunca ha devenido nada, y nunca devendrá nada. Solo es.

Cuando imaginamos que conocemos algo otro que nosotros, parecemos devenir algo limitado. No obstante, tal devenir es solo imaginario. En realidad, permanecemos siempre como somos realmente —es decir, como ser, consciencia y felicidad infinita y absoluta. Por consiguiente, cuando nos conocemos como lo que realmente somos, no devenimos nada, sino simplemente permanecemos como la realidad infinita y absoluta que hemos sido siempre y siempre seremos. Por lo tanto, en el verso 26 de *Upadesa Undi-yar* Sri Ramana dice:

Ser [nuestro] sí mismo [real] es en verdad conocer [nuestro] sí mismo [real], debido a que [nuestro] sí mismo [real] es eso que es exento de dos...

Puesto que somos la realidad absoluta, en verdad somos exentos de cualquier forma de dualidad, y, por consiguiente, solo podemos conocernos siendo nosotros, que es lo que somos siempre. Por lo tanto, el estado que llamamos auto-conocimiento no es un estado en el que conozcamos algo nuevo, sino solo el estado en que nos despojamos de todo conocimiento de todo otro que nosotros.

Cuando despertamos de un sueño, no devenimos nada nuevo ni conocemos nada nuevo. Meramente nos despojamos de la experiencia imaginaria de nuestro sueño, y permanecemos como éramos anteriormente. Similarmente, cuando despertemos de nuestro imaginario sueño profundo de auto-olvido, en el que hemos experimentado innumerables sueños, no devendremos nada nuevo ni conoceremos nada nuevo. Meramente nos despojaremos de la experiencia imaginaria de nuestro auto-olvido y todos los sueños resultantes, y permaneceremos como la auto-consciencia infinita y absolutamente no-dual que hemos sido siempre.

Por lo tanto, Sri Ramana concluye este primer verso de *Ekatma Panchakam* diciendo:

...finalmente conocernos [y] ser nosotros es solo [como] despertar de un sueño de vagar errantes por el mundo. Ved [así].

Cuando despertamos de un sueño, sabemos que todo lo que experimentábamos en ese sueño era meramente nuestra imaginación, y, por lo tanto, enteramente irreal. Similarmen- te, cuando obtengamos la experiencia no-dual del auto-conocimiento verdadero, sabremos que todo lo que experimentamos en este estado de auto-olvido (incluyendo nuestro auto-olvido mismo) es meramente nuestra imaginación, y, por lo tanto, enteramente irreal.

En nuestra experiencia presente, la única cosa que es real es la auto-consciencia, «yo soy». Si no existiéramos, no podríamos conocer nuestra existencia, ni podríamos imaginar la existencia de nada más.

La única base real de todo nuestro conocimiento y toda nuestra experiencia es la consciencia. Cuando decimos «yo sé» o «yo experimento», implicamos que «yo soy consciente». Sin embargo, aunque a veces parecemos ser conscientes de otras cosas, la consciencia de esas otras cosas aparece y desaparece. Al ser impermanente, es solo relativamente real.

La única cosa de la que somos permanentemente conscientes es nosotros —nuestro ser, «yo soy». Incluso cuando no somos conscientes de nada más, como en el sueño profundo, continuamos siendo conscientes de nuestro ser, debido a que nuestro ser es inherentemente auto-consciente. En otras palabras, somos auto-consciencia, y, por consiguiente, nos experimentamos siempre como «yo soy».

Puesto que la consciencia de otras cosas aparece solo cuando la mente está activa, es meramente una imaginación. Pero puesto que somos la consciencia que experimenta tanto esa imaginación como la ausencia de ella en el sueño profundo, somos la consciencia real que subyace a la consciencia imaginaria de la otredad.

Puesto que la única forma de consciencia que experimentamos permanentemente es la auto-consciencia, podemos concluir definitivamente que ella es la forma de consciencia verdadera y esencial. En otras palabras, puesto que somos la auto-consciencia fundamental que subyace a la apariencia de todas las demás formas de consciencia, solo somos la forma de consciencia verdadera y esencial.

También podemos concluir que somos la realidad absoluta, debido a que somos la auto-consciencia fundamental no-dual «yo soy», que es esencialmente incualificada e incondicionada, siendo libre de todo límite y de toda forma de dependencia de ninguna otra cosa. Lo que quiera que pueda aparecer o desaparecer, y lo que quiera que cambie o cualquier otra acción que pueda parecer acontecer, la auto-consciencia esencial permanece siempre incambiada e inafectada. Por lo tanto, mientras todas las demás cosas son relativas, la auto-consciencia verdadera es absoluta.

Somos ser absoluto, consciencia absoluta y felicidad absoluta. Por lo tanto, si deseamos liberarnos de toda infelicidad y de todas las formas de limitación, debemos conocernos como realmente somos. Es decir, debemos experimentarnos efectivamente como la auto-consciencia no-dual absoluta que somos realmente, y que ahora comprendemos que somos.

Para conocernos así, debemos concentrar la atención entera en la auto-consciencia esencial «yo soy». Esta concentración de la atención en nosotros es la práctica de *atma-vichara* —auto-investigación, auto-examen, auto-escrutinio o auto-indagación— que Sri Ramana enseñó como el único medio por el que podemos experimentar el auto-conocimiento no-dual verdadero.

Antes de concluir este capítulo, en el que hemos tratado de encontrar una respuesta teórica satisfactoria a la pregunta crucial «¿Quién soy yo?», merece la pena narrar un evento importante en la vida temprana de Sri Ramana. La primera persona que le hizo preguntas verdaderamente pertinentes y útiles, fue un humilde y desapercibido devoto llamado Sri Sivaprakasam Pillai, que llegó por primera vez a él en 1901, cuando Sri Ramana tenía solo veintiún años. La primera pregunta que Sri Sivaprakasam Pillai le hizo fue «¿Quién soy yo?», a lo que él simplemente contestó, «Solo el conocimiento [o la consciencia] es yo».

Las palabras tamiles habladas por Sri Sivaprakasam Pillai fueron «*nan yar?*», que significa literalmente «¿yo [soy] quién?», y las palabras que Sri Ramana, que rara vez hablaba en aquellos primeros tiempos, escribió en respuesta con su dedo en el suelo arenoso, fueron «*arive nan*». La palabra tamil *arivu* significa «conocimiento» en el sentido más amplio, y, por lo tanto, es usada para denotar muchas formas diferentes de conocimiento, incluyendo consciencia, sabiduría, inteligencia, aprendizaje, sentido de percepción, cualquier cosa que es conocida, e incluso *atma*, nuestro sí mismo real, que es el conocimiento fundamental «yo soy». En este contexto, sin embargo, significa solo el conocimiento fundamental «yo soy» —la consciencia esencial de ser. La letra *e* que él añadió a *arivu* es un sufijo que se usa comúnmente en tamil para dar énfasis a una palabra, transmitiendo el sentido «ello mismo», «solamente», o «en verdad», y la palabra *nan* quiere decir «yo».

En estas dos simples palabras, «*arive nan*», Sri Ramana resumió la esencia de su experiencia del auto-conocimiento verdadero, que es la base de toda la filosofía y ciencia que él enseñó. Lo que él quería decir con estas simples palabras es que nuestra naturaleza verdadera y esencial es solo nuestro conocimiento o consciencia fundamental «yo soy», que es la conclusión a la que tenemos que llegar si analizamos críticamente nuestra experiencia en los tres estados de consciencia ordinarios, como hemos hecho en este capítulo.

La siguiente pregunta que Sri Sivaprakasam Pillai le hizo fue «¿Cuál es la naturaleza de [tal] conocimiento», a lo que él respondió «La naturaleza del conocimiento es *sat-*

chit-ananda» o más probablemente solo «*sat-chit-ananda*». La palabra compuesta *sat-chit-ananda*, que está de hecho fusionada en una sola palabra, transcrita correctamente como *saccidananda*, es un término filosófico bien conocido, de origen sánscrito, pero que es ampliamente comprendido y frecuentemente usado en tamil y en todas las demás lenguas indias. Es un término usado para describir la naturaleza de la realidad absoluta, y aunque está compuesto de tres palabras, no trata de dar a entender que la realidad absoluta está compuesta de tres elementos distintos, sino solo que la simple naturaleza no-dual de la única realidad absoluta puede ser descrita de tres maneras diferentes.

La palabra *sat* significa básicamente «ser» o «existir», pero por extensión significa también «eso que realmente es», «realidad», «verdad», «existencia», «esencia», «real», «verdadero», «bueno», «correcto», o «eso que es real, verdadero, bueno o correcto». La palabra *chit* significa «consciencia», de una raíz verbal que significa «conocer», «ser consciente de», «percibir», «observar», «prestar atención a» o «estar atento». Y la palabra *ananda* significa «felicidad», «gozo» o «dicha». Así *saccidananda* o como es deletreado más comúnmente en la escritura romana, *sat-chit-ananda*, significa «ser-consciencia-felicidad», es decir, ser que es a la vez consciencia y felicidad, o consciencia que es a la vez ser y felicidad, o felicidad que es a la vez ser y consciencia.

Ser verdadero y consciencia verdadera no son dos cosas diferentes. Si la consciencia no fuera la naturaleza esencial del ser, el ser tendría que depender de alguna consciencia otra que sí mismo para ser conocido, y, por consiguiente, no sería ser absoluto, sino solo ser relativo —ser que existiría solo bajo el punto de vista de alguna otra consciencia existente.

Si postulamos que hay un ser absoluto que no es consciente de su propia existencia, y que existe incluso aunque no sea conocido por sí mismo ni por ninguna consciencia otra que sí mismo, tal ser sería una mera suposición o imaginación —un ser que existe solo en la mente— y, por consiguiente, no sería un ser real. No tenemos ninguna razón válida para suponer que algún ser desconocido tal exista. El término «ser» o «existencia» tiene un significado válido solo si se aplica a algo que se sabe que existe, y no si se aplica a algo cuya existencia es meramente imaginaria. Por lo tanto, el ser verdadero y absoluto debe ser siempre consciente de su propio ser, y, por consiguiente, la consciencia debe ser su naturaleza misma.

Similarmente, la naturaleza misma de la consciencia debe ser «ser», debido a que si ser no fuera la naturaleza esencial de la consciencia, la consciencia no sería —no existiría. Una consciencia no-existente, una consciencia que no es, no tendría absolutamente ninguna realidad. No sería nada, y, por consiguiente, no sería consciente. Ser consciente significa ser, lo mismo que ser verdaderamente significa ser consciente —conocer que «yo soy».

Ser verdadero y absoluto, el ser que existe incondicionalmente e independiente de cualquier otra cosa, debe ser «ser auto-consciente», ser que conoce «yo soy». Aunque no conoce ninguna otra cosa, debido a que no hay nada otro que él para conocer-lo, de-

be conocerse siempre a sí mismo. Por lo tanto, la consciencia que conoce su propio ser como «yo soy» es el único ser verdadero, independiente, incondicional y absoluto. Cualquier otro ser, cualquier ser que no se conozca a sí mismo como «yo soy», es meramente una ficción de nuestra imaginación.

Puesto que en su naturaleza esencial el ser o la consciencia no tiene forma, es exento de límites, e incluye todo dentro de sí mismo. Puesto que puede decirse que una cosa es una cosa solo si ella es, no existe nada separado de u otro que el ser. Por lo tanto, todo lo que existe es en su naturaleza esencial solo ser.

Aunque puede decirse que una cosa es solo si se conoce que ella es, la mayoría de las cosas de hecho no conocen su propio ser. Una cosa que no conoce que ella es, y que es conocida solo por alguna consciencia que es aparentemente otra que ella misma, no existe independiente o absolutamente. Su existencia aparente como una «cosa» es solo relativa. Por lo tanto, no es real como la «cosa» que parece ser, sino solo como el mero «ser» que es su esencia.

La única «cosa» que es real como tal es la consciencia, debido a que solo la consciencia conoce su propio ser. Por lo tanto, puesto que el ser es la naturaleza esencial de todo, y puesto que el ser es siempre consciente de su propio ser, todo lo que no conoce «yo soy» es una mera imaginación —una ilusión, una aparición que, aunque irreal como la cosa que parece ser, no obstante es real en su naturaleza esencial como mero ser.

Aunque el ser no tiene forma suya propia, es la esencia indefinible de todas las formas. Siendo esencialmente sin-forma, el ser es exento de todas las formas de limitación, y, por consiguiente, es infinito. Puesto que lo infinito incluye todas las cosas dentro de sí mismo, es esencialmente único y no-dual. No puede haber más que una realidad infinita, debido a que si las hubiera, ninguna de esas «realidades infinitas» sería de hecho infinita. Por lo tanto, el ser es el todo infinito no-dual —la totalidad de todo lo que es.

No obstante, aunque el ser es infinito y no-dual en sí mismo, sin embargo incluye dentro de sí mismo todo lo que es finito y dual. Aunque la dualidad parece existir en el ser, no es la naturaleza esencial del ser, sino una mera ilusión. Es una forma ilusoria del ser, una imaginación que aparece y desaparece en el ser, aunque no afecta en lo más mínimo a la naturaleza esencial, sin forma, infinita y no-dual del ser. Sin embargo, aunque es una imaginación ilusoria, la dualidad no podría parecer existir sin el soporte subyacente del ser esencial, infinito y no-dual.

Lo mismo que el ser es no-dual, así también la consciencia del ser es no-dual, debido a que ella conoce solo su propio ser y nada más. La consciencia que parece conocer cosas que imagina ser otras que ella misma, no es la consciencia infinita, absoluta y por lo tanto real, sino solo una forma de consciencia finita, relativa y por lo tanto irreal.

Lo mismo que cualquier forma del ser finita, relativa o dual no es la naturaleza verdadera y esencial del ser, así también cualquier forma de consciencia finita, relativa o dual no es la naturaleza verdadera y esencial de la consciencia. Por lo tanto, la palabra

compuesta *sat-chit* denota solo el ser-consciencia real y esencial, que es completamente incondicional, independiente, no-dual, infinito y absoluto.

Lo mismo que la realidad esencial, absoluta e infinita es tanto el ser como la consciencia de ser, así es también la felicidad o dicha perfecta. La infelicidad no es una condición natural, como tampoco son naturales la no-existencia o la inconsciencia. La no-existencia, la inconsciencia y la infelicidad no son de ninguna manera absolutas, sino meramente condiciones relativas que parecen surgir solo cuando nos tomamos erróneamente por la forma finita de un cuerpo físico.

En el sueño profundo, cuando no nos tomamos erróneamente por un cuerpo ni por ninguna otra cosa finita, existimos felizmente conociendo solo nuestro ser. Nuestro ser, la consciencia de ser, y la felicidad que gozamos cuando somos conscientes solo de nuestro ser, son por lo tanto, nuestra naturaleza esencial. Cuando todo lo demás es quitado de nosotros, lo que permanece es solo nuestra naturaleza esencial, y eso es la consciencia perfectamente apacible y feliz de nuestro ser, «yo soy». La infelicidad es una condición innatural y por lo tanto irreal que parece surgir solo cuando por nuestro poder de imaginación sobreimponemos algún otro conocimiento sobre el conocimiento fundamental y esencial «yo soy».

Por consiguiente, como Sri Ramana declaraba en la respuesta a la segunda pregunta de Sri Sivaprakasam Pillai, la naturaleza de nuestro conocimiento fundamental «yo soy» es *sat-chit-ananda* o «ser-consciencia-felicidad». Esto no significa que nuestra naturaleza verdadera, que experimentamos siempre como «yo soy», sea alguna forma de ser, consciencia o felicidad relativa o finita, sino solo que es ser-consciencia-felicidad absoluta, infinita, eterna, inmutable, indivisa y no-dual, como Sri Ramana declara explícitamente en el verso 28 de *Upadesa Undiyar* y en el verso 18 de *Upadesa Tanippakkal*:

Si conocemos qué es nuestra naturaleza [real], entonces [descubrimos que es] *sat-chit-ananda* [ser-consciencia-felicidad] sin-comienzo, sin-fin [e] ininterrumpido.

Si conocemos nuestra forma real en [nuestro] corazón [en el núcleo o profundidad más íntimo de nuestro ser], [descubrimos que es] ser-consciencia-felicidad, que es plenitud [totalidad, completud o perfección infinita] sin comienzo [ni] fin.

Aunque estos dos versos expresan la verdad efectiva experimentada por Sri Ramana y todos los demás sabios reales, la idea de que somos la realidad infinita y absoluta, puede parecernos fantástica y artificiosa. Aunque al analizar críticamente nuestra experiencia en los tres estados de consciencia ordinarios, como hemos hecho anteriormente en este capítulo, podemos haber sido convencidos de que en esencia somos solo la consciencia fundamental de ser, «yo soy», todavía podemos encontrar difícil comprender el hecho de que la consciencia fundamental o conocimiento «yo soy», que es nuestro sí mismo real, es en verdad la realidad infinita y absoluta. Por consiguiente, exami-

nemos esta idea más detalladamente, para verificar si tenemos o no alguna base razonable para creer que eso es la verdad.

Debido a que los sabios experimentan esta verdad como su propia naturaleza real, ellos no necesitan ningún análisis filosófico ni argumento teórico para convencerlos de que eso es la verdad, pero para aquellos que nos tomamos erróneamente por un individuo finito, es necesaria una clara comprensión de la racionalidad de esta idea, para convencernos de que es la verdad, y de que es la única y sola experiencia que es verdaderamente digna de que hagamos un esfuerzo para obtenerla. Por consiguiente, veamos qué bases razonables podemos tener, si las hay, para concluir que en verdad somos la realidad infinita y absoluta.

Asumiendo que todos hemos sido convencidos por el análisis anterior de que nuestra naturaleza esencial es solo la auto-consciencia básica —la consciencia fundamental de nuestro ser, «yo soy»— tomemos esa conclusión como punto de partida. A diferencia de la mente, nuestra «consciencia que conoce» superficial, que siempre se toma erróneamente a sí misma por un cuerpo particular, nuestro sí mismo real, nuestra «consciencia de ser» fundamental, no se toma erróneamente a sí misma por ninguna cosa particular, y, por consiguiente, no tiene forma o dimensión particular. Por lo tanto, mientras la mente se ha limitado a sí misma dentro de las dimensiones del tiempo y el espacio identificándose con un cuerpo finito, la consciencia de ser real no está limitada de ninguna manera.

En el sueño profundo, cuando dejamos de tomarnos erróneamente por un cuerpo finito, no sentimos que existimos en ningún tiempo o lugar particular, sino que sentimos solo «yo soy». Los límites del tiempo y el espacio son ideas que surgen solo cuando nos imaginamos ser un cuerpo particular en la vigilia o en el sueño con sueños.

Incluso ahora, en este estado de vigilia, si tratamos de ignorar por un momento nuestro cuerpo y mente y ser solo conscientes de nuestro ser, «yo soy», estaremos en disposición de reconocer que la consciencia «yo soy» no es algo que está limitado dentro de las fronteras del cuerpo físico. Ella solo es, y no es algo que pueda ser localizado en ningún punto particular en el tiempo o el espacio.

Incluso cuando nos identificamos con un cuerpo y por lo tanto nos sentimos estar localizados en un punto particular en el tiempo y el espacio, sabemos siempre «yo soy». La consciencia o conocimiento «yo soy» no es por lo tanto afectado por ningún cambio en el tiempo y el espacio. Existe incondicionalmente, y puesto que existe en nuestros tres estados de consciencia, existe independiente de cualquier cuerpo, y por lo tanto independiente del tiempo y el espacio.

Lo mismo que el tiempo y el espacio que percibimos en un sueño son ambas ideas que existen solo en la mente, así también el tiempo y el espacio que percibimos en nuestro estado de vigilia presente son ambos igualmente ideas que existen solo en la mente. Cuando la mente se sumerge, como en el sueño profundo, el tiempo y el espacio dejan de existir, o al menos desaparecen y ya no son conocidos por nosotros. Por consiguiente

te, puesto que no tenemos ninguna razón para suponer que ellos existan de alguna manera independientes o separados de la idea o imagen mental que tenemos de ellos, podemos razonablemente plantear la hipótesis de que ambos son meros pensamientos, un hecho que es confirmado por Sri Ramana y otros sabios. Puesto que el tiempo y el espacio como los conocemos surgen solo en la mente, y puesto que la mente surge solo en nuestro ser-consciencia fundamental «yo soy», ¿no es razonable que infiramos que nuestro ser-consciencia trasciende tanto el tiempo como el espacio?

Lo mismo que trasciende el tiempo y el espacio, trasciende toda otra dimensión imaginable. Solo eso que tiene una forma particular definible, y que por lo tanto ocupa una extensión distinta y definible en una o más dimensiones, puede decirse que es limitado o finito. Pero puesto que nuestro ser-consciencia fundamental y esencial «yo soy» no tiene forma o extensión definible, no está limitado de ninguna manera, y por lo tanto es infinito. Puesto que todo lo que conocemos surge en la mente, y puesto que la mente surge en nuestro ser-consciencia, todas las cosas finitas están contenidas en nuestro ser-consciencia infinito, «yo soy».

Mientras no nos imaginemos ser un cuerpo ni ningún otro objeto que parezca aparecer en la consciencia, somos infinitos. Nuestro ser y la consciencia de ser son infinitos ambos, o para ser más precisos, son ambos la única realidad infinita y no-dual. Puesto que nuestro ser es infinito, nada puede ser separado de él, y, por consiguiente, solo él existe verdaderamente.

Sin embargo, cuando nos imaginamos ser un cuerpo, otros objetos innumerables parecen surgir en la consciencia, e imaginamos que cada uno de ellos existe verdaderamente. Así pues, por nuestro poder de imaginación, damos un ser o realidad aparente a muchas cosas, y con ello nos engañamos creyendo que cada cosa tiene su propio ser independiente y finito.

Sin embargo, en realidad nada tiene un ser separado o independiente. El ser no es una cosa finita que pueda ser dividida en partes, sino el único todo infinito y por lo tanto indivisible, otro que el cual nada puede ser. Puesto que es infinito, incluye todo dentro de sí mismo, y, por consiguiente, es el único ser esencial de todas y cada una de las cosas. Ninguna cosa particular es real como la cosa particular que parece ser —como su forma particular, o como el nombre, descripción o definición particular que damos a su forma— sino que es real solo como el ser que esencialmente es. Otro que el ser, nada es.

Puesto que siempre nos conocemos como «yo soy», nuestro ser esencial es él mismo la consciencia de ser. La consciencia de ser, el conocimiento «yo soy», es la única base fundamental de todo el resto de conocimiento. Si no supiésemos «yo soy», no podríamos conocer ninguna otra cosa. Lo que quiera que podamos conocer, lo conocemos debido solo a que conocemos primero nuestro ser como «yo soy». Por lo tanto, el conocimiento fundamental «yo soy» —la auto-consciencia o ser-consciencia real y esencial— es el verdadero fundamento que subyace y soporta la existencia aparente de todas las otras cosas.

Sin depender del soporte de nuestro ser, nada más podría parecer ser. Todas las otras cosas parecen ser debido solo a que somos. Por lo tanto, somos el único ser fundamental y absoluto, otro que el cual nada es. Puesto que nada es otro que nosotros, somos infinitos, e incluimos todas las cosas dentro —es decir, dentro de nuestro ser auto-consciente. Por lo tanto, somos el único ser no-dual e infinito.

Debido a que el único ser no-dual e infinito es nuestro sí mismo esencial, que experimentamos siempre como «yo soy», nos referimos a él como «nuestro» ser. Sin embargo, aunque no tenemos ningún ser real otro que la única realidad infinita, ¿es correcto considerarlo como «nuestro» ser? Puesto que es el único ser que realmente es, ¿no es el ser esencial de todas las cosas —de todo lo que parece existir?

Sí, en la medida en que las «cosas» existen, todas ellas participan en el único ser común de la realidad infinita. Sin embargo, hay una diferencia fundamental entre el ser que imaginamos ver en otras cosas y el ser que experimentamos en nosotros.

Todas las cosas que conocemos como otras que nosotros son solo pensamientos o imágenes mentales que existen en la mente, y por lo tanto son conocidas no por sí mismas sino solo por la mente. Pero mientras las otras cosas no son conscientes de su propio ser, somos conscientes de nuestro ser. Por lo tanto, aunque en otras cosas conocemos solo el ser, en nosotros conocemos tanto el ser como la consciencia.

La consciencia que imaginamos ver en otras gentes y en otras criaturas, de hecho no es experimentada por nosotros, sino solo inferida, lo mismo que inferimos que cada persona y cada criatura que vemos en un sueño tiene consciencia. La única consciencia que conocemos directamente, y no por mera inferencia es la consciencia. Puesto que sabemos que la consciencia es, y puesto que no existimos aparte de la consciencia, la consciencia es ella misma nuestro ser, y, por consiguiente, la experimentamos como «yo soy».

Lo mismo que la consciencia que vemos en todas las otras gentes y criaturas es solo inferida por nosotros, así también el ser que vemos en todas las otras cosas es solo inferido por nosotros. El único ser que conocemos directamente es nuestro ser. El ser o existencia de todas las otras cosas es conocido por nosotros no directamente sino solo a través del canal imperfecto de la mente, la consciencia limitada y distorsionada que siente «yo soy este cuerpo». El ser o existencia aparentemente separado de las demás cosas, nos engaña y refuerza en la mente la ilusión de que el ser o la realidad es dividido, mutable y relativo.

El ser aparentemente separado de las otras cosas depende del ser aparentemente separado de la mente, debido a que es conocido solo por la mente, y no por la consciencia de ser esencial y no-dual, que solo se conoce a sí misma y no conoce ninguna separatividad u otredad. El ser aparentemente separado de la mente depende del ser real de la consciencia esencial «yo soy», debido a que sin identificar esa consciencia real como

ella misma, la mente no parecería conocer ni su propio ser ni el ser de ninguna otra cosa.

Sin embargo, puesto que aparece y desaparece, el ser o existencia separado de la mente no es ser real, sino solo una apariencia de ser real. Una cosa que parece ser en un tiempo, y que deja de ser en otro tiempo, no es ser real, sino solo una forma de ser aparente —un ser que depende del tiempo, y que, por lo tanto, es condicional. Si una cosa es realmente, debe ser en todos los tiempos y en todas las condiciones.

El único ser que es en todos los tiempos y en todas las condiciones es nuestro ser esencial, que conocemos siempre como «yo soy». No solo existe en todos los tiempos y en todas las condiciones, sino que también existe inmutablemente, sin sufrir nunca ningún cambio. En contraste, el ser de todas las otras cosas aparece y desaparece, y constantemente sufre cambio. Además, a diferencia de todas las otras cosas, nuestro ser esencial siempre se conoce a sí mismo, y no depende de ninguna otra cosa para ser conocido. Por lo tanto es el único ser que realmente es.

Puesto que el ser de todas las otras cosas no es real sino solo una ilusión o aparición, y puesto que el único ser real es nuestro ser esencial, «yo soy», el ser real de hecho nunca está dividido, aunque parezca estar dividido como muchos «seres» separados —como el ser separado de cada una de las muchas cosas diferentes que parecen ser. Nuestro ser real y esencial es siempre único, no-dual e indivisible, y puesto que no existe nada aparte de él, es infinito e incluye todas las cosas dentro de sí mismo.

Por consiguiente, lo que Sri Ramana y otros sabios nos dicen sobre su experiencia del auto-conocimiento verdadero, a saber, que ellos se conocen a sí mismos ser la única realidad verdaderamente existente, cuya naturaleza es ser, consciencia y felicidad sin-comienzo, sin-fin, eterna, indivisa, no-dual e infinita, no es tan fantasioso e ilógico como puede parecer inicialmente.

Lo que ellos experimentan como la verdad de su propio sí mismo o ser real, es también la verdad de nuestro sí mismo o ser real, debido a que nuestro ser no es diferente de su ser. Parecemos estar separados de ellos debido solo a que nos tomamos erróneamente como un cuerpo finito, pero incluso cuando nos tomamos erróneamente como tal, continuamos conociendo nuestro ser esencial como «yo soy». Por lo tanto, en realidad lo que todos y cada uno de nosotros experimenta como «yo soy» es el único ser eterno, ininterrumpido, no-dual e infinito.

La diferencia fundamental entre la experiencia de sabios tales como Sri Ramana, que se conocen a sí mismos como el único ser auto-consciente infinito e ininterrumpido, y la experiencia de aquellos de nosotros que imaginamos ser otro que este único ser auto-consciente infinito e ininterrumpido, que es nuestro sí mismo verdadero y esencial, está solo en las limitaciones que sobreimponemos imaginariamente sobre nuestro ser verdaderamente infinito. Esta diferencia fundamental es expresada por Sri Ramana en los versos 17 y 18 de *Ulladu Narpadu*:

[Tanto] para aquellos que no se conocen a sí mismos [como] para aquellos que se han conocido a sí mismos, el cuerpo [es] en verdad «yo». [Sin embargo] para aquellos que no se conocen a sí mismos, «yo» [está limitado] solo [al] ámbito del cuerpo, [mientras que] para aquellos que se han conocido a sí mismos dentro del cuerpo, «yo» mismo brilla exento de límite [frontera o extensión]. Comprended que en verdad ésta es la diferencia entre ellos.

Tanto para aquellos que no tienen conocimiento [es decir, auto-conocimiento verdadero] [como] para aquellos que tienen [auto-conocimiento verdadero], el mundo es la realidad. [Sin embargo], para aquellos que no se conocen [a sí mismos], la realidad está [limitada a] la extensión del mundo, [mientras que] para aquellos que se han conocido [a sí mismos] la realidad permanece [o penetra] exenta de forma como el *adhara* [soporte, sustrato, fundamento o base] de [la apariencia imaginaria] del mundo. Comprended [que] ésta es la diferencia entre ellos.

Eso que limita una cosa finita es solo su forma, debido a que su forma define su extensión en el tiempo y el espacio, y con ello la separa de todas las otras formas. Si somos una forma definida, estamos limitados dentro de los confines o extensión de esa forma, pero si no tenemos forma definida, somos ilimitados o infinitos.

Debido a que nos imaginamos ser la forma de este cuerpo, nos hemos limitado aparentemente dentro de una cierta extensión de tiempo y espacio, y, por consiguiente, nos sentimos separados de todo lo que existe fuera de esta extensión limitada de tiempo y espacio. Además, debido a que imaginamos que la forma de este cuerpo es «yo», lo tomamos erróneamente como real, y, por consiguiente, tomamos erróneamente todas las otras formas que percibimos fuera de este cuerpo como reales.

Puesto que Sri Ramana y otros sabios nos enseñan que no somos el cuerpo que nos imaginamos ser, y que el mundo no es real como lo imaginamos ser, es razonable que infiramos que tales sabios no experimentan su cuerpo como «yo» o este mundo como real. ¿Por qué dice entonces Sri Ramana en estos dos versos que para los sabios, que son aquellos que se han conocido a sí mismos como realmente son, su cuerpo es «yo» y el mundo es real?

Para comprender por qué dice él esto, tenemos que comprender el significado exacto de lo que él dice en la segunda mitad de cada uno de estos dos versos. En el verso 17 él dice que para los sabios, «yo» brilla exento de cualquier límite, frontera o extensión, implicando con ello que en su experiencia «yo» es la realidad infinita que es la esencia o sustancia verdadera de todo, incluyendo este cuerpo. Similarmente, en el verso 18 él dice que para los sabios, la realidad es el sustrato, cimiento o base sin-forma que soporta el mundo, implicando con ello de nuevo que en su experiencia la realidad es la única esencia o sustancia verdadera que subyace a todo, incluyendo a todas las formas múltiples de este mundo.

Es decir, puesto que nuestro sí mismo verdadero o «yo» real es la realidad infinita, nada puede ser separado de él u otro que él. Por lo tanto, solo él existe verdaderamente, y todo lo demás que parece existir no es nada otro que él, sino solo una forma imaginaria que parece ser. Puesto que ni nuestro cuerpo ni este mundo pueden tener ninguna realidad otra que la consciencia, en la que aparecen como pensamientos o imágenes mentales, ellos no son en esencia nada sino la consciencia.

Puesto que los sabios experimentan solo la realidad absoluta, que es infinita, indivisible, y, por lo tanto, ser auto-consciente perfectamente no-dual, ellos no experimentan ninguna forma o limitación. Conocen solo la realidad sin-forma y sin-límites, que es su propio sí mismo verdadero.

Puesto que ellos saben que solo el único «yo» real es, saben que no hay nada que no sea «yo» o no sea real. Por consiguiente, desde su perspectiva no-dual absoluta, ellos dicen que todo es «yo», y, por consiguiente, real. Es decir, puesto que no experimentan este cuerpo o mundo como formas limitadas sino solo como su propia realidad sin-forma y por lo tanto ilimitada, dicen que este cuerpo es «yo» y que este mundo es real.

Por lo tanto, cuando Sri Ramana dice que para los sabios este cuerpo es «yo» y este mundo es real, él no quiere decir que nuestro cuerpo como tal es «yo» ni que este mundo como tal es real, sino solo que como nuestro sí mismo real sin-forma y sin-límites, que es su verdadera esencia y única realidad, ellos son ambos «yo» y real.

Por lo tanto, lo que Sri Ramana está afirmando en estos dos versos, no es la realidad de las formas limitadas de este cuerpo y mundo, sino solo la realidad de nuestro ser esencial sin-forma y por lo tanto infinito, que siempre se experimenta a sí mismo y nada otro que sí mismo.

Aunque somos ser infinito y absoluto, no nos conocemos como tal debido a que ignoramos nuestro ser esencial e imaginamos ser un cuerpo finito. Hemos devenido tan habituados a ignorar nuestro ser que incluso en el sueño profundo, cuando dejamos de imaginar ser un cuerpo, y por lo tanto dejamos de conocer otras cosas, parecemos ser ignorantes de la naturaleza real de nuestro ser esencial, «yo soy».

Sin embargo, aunque parezcamos ser ignorantes de nuestra naturaleza real en los tres estados de consciencia, en verdad nuestro ser esencial siempre se conoce a sí mismo claramente como la consciencia «yo soy» infinita, absoluta y no-dual. Nuestro ser esencial no ignora nunca o no es ignorante de nuestra naturaleza real. Eso que es ignorante de nuestra naturaleza real es solo la mente, y por lo tanto parecemos ser ignorantes de nuestra naturaleza real solo porque nos imaginamos ser la mente.

Puesto que nuestra auto-ignorancia no es por lo tanto real sino solo imaginaria, para ponerle fin todo lo que necesitamos hacer es cultivar el hábito de recordar o estar atentos a nuestro ser esencial, «yo soy». Como Sri Ramana dice en el párrafo once de *¿Quién soy yo?*:

...Si uno se aferra firmemente a *svarupa-smarana* ininterrumpida [recordación de la propia naturaleza o sí mismo real de uno, «yo soy»] hasta que uno obtiene *svarupa* [es decir, hasta que uno obtiene el verdadero conocimiento de la propia naturaleza real de uno], eso solo [es] suficiente...

En esta única sentencia, Sri Ramana encapsula el método empírico de *atma-vichara* o auto-investigación, que es el único medio por el que podemos obtener el auto-conocimiento verdadero —el conocimiento experimental verdadero de nuestra naturaleza real. Puesto que no parecemos conocer la naturaleza verdadera de nuestro ser esencial, nuestro sí mismo real, debido solo al hábito largamente establecido de ignorarlo, solo podemos conocerlo cultivando el hábito opuesto de recordarlo o estar atentos a él constantemente.

En la práctica, inicialmente podemos ser incapaces de recordar nuestro ser-consciencia «yo soy» ininterrumpidamente, pero recordándolo repetida y frecuentemente, podemos cultivar gradualmente el hábito de recordarlo incluso mientras estamos envueltos en otras actividades. Hagamos lo que hagamos o pensemos lo que pensemos, *somos*, y por lo tanto podemos recordar nuestro «ser» incluso mientras parecemos estar «haciendo». A medida que devengamos más acostumbrados a recordar nuestro ser, encontraremos que lo recordamos más frecuente y fácilmente, a pesar de cualquier suma de influencias externas distraedoras.

Al devenir así nuestro auto-recuerdo más firmemente establecido, la claridad de auto-consciencia crecerá gradualmente, hasta que finalmente seamos capaces de experimentar y conocer nuestro ser esencial con total y perfecta claridad. Cuando nos experimentemos una vez tal como somos realmente, nuestro engaño o auto-ignorancia será destruido, y descubriremos así que no somos nada sino nuestro ser esencial y real, que siempre se conoce a sí mismo con claridad perfecta y siempre imperecedera.

Puesto que hemos examinado con tanto detalle las respuestas de Sri Ramana a las dos primeras preguntas que Sri Sivaprakasam Pillai le formuló, es apropiado mencionar aquí otro hecho que está relacionado con ellas. A continuación de sus dos primeras preguntas, Sri Sivaprakasam Pillai preguntó a Sri Ramana muchas otras, y Sri Ramana respondió a la mayoría de ellas escribiendo en el suelo arenoso, o en una pizarra o pedazos de papel que Sri Sivaprakasam Pillai le dio. Sri Sivaprakasam Pillai copió muchas de estas preguntas y respuestas en un cuaderno, y más de veinte años después otros devotos le pidieron que las publicara como un pequeño folleto. La primera edición de este folleto fue publicada en 1923 con el título de *Nan Yar?*, que significa «¿Quién soy yo?», o más concretamente «¿Yo [soy] quién?».

Antes de su publicación, se le mostró a Sri Ramana un bosquejo de este cuadernillo para su aprobación, y cuando él lo leyó advirtió que Sri Sivaprakasam Pillai había expandido su respuesta original a la primera pregunta, añadiendo una lista detallada de

cosas por las que nos tomamos erróneamente, pero que de hecho no somos. Al ver esto, él señaló que no había respondido de una manera tan detallada, pero entonces explicó que, debido a que Sri Sivaprakasam Pillai estaba familiarizado con *neti, neti*, él había añadido tal detalle pensando que le ayudaría a comprender su respuesta más claramente.

Con el término *neti neti*, Sri Ramana quería decir el proceso racional de auto-análisis descrito en los antiguos textos del *vedanta*, un proceso que implica la eliminación o negación analítica de todo lo que no es «yo». La palabra *neti* es un compuesto de dos palabras, *na*, que significa «no», e *iti*, que quiere decir «así», y, por consiguiente, *neti neti* significa literalmente «no así, no así». Los antiguos textos del *vedanta* usan estas palabras *neti neti* cuando explican las bases racionales para la teoría de que nuestro cuerpo, nuestros sentidos, nuestra energía-vital, la mente e incluso la aparente ignorancia que experimentamos en el sueño profundo, no son «yo».

Durante los diez años más o menos que siguieron a la primera publicación de *Nan Yar?* se publicaron varias versiones de él, y existían otras varias versiones de él en forma manuscrita en los cuadernos de Sri Sivaprakasam Pillai. Cada una de estas versiones tiene un número diferente de preguntas y respuestas, con una ligera variación en su redacción, y con una suma variable de contenido en algunas respuestas particulares. Sin embargo, la versión estándar y más auténtica es la versión de ensayo que Sri Ramana mismo escribió unos pocos años después de que se publicase la primera versión.

Sri Ramana formó esta versión de ensayo, que se compone de veinte párrafos, reescribiendo la primera versión publicada de preguntas y respuestas, y posiblemente extrayendo algo de las otras versiones, y mientras hacía eso él realizó varias mejoras, eliminando todo excepto la primera pregunta, reorganizando el orden en el que se presentaban las ideas en sus respuestas, y haciendo algunos cambios a la redacción.

De todos los cambios que él hizo, el más significativo fue añadir un párrafo enteramente nuevo al comienzo del ensayo. Este párrafo de apertura, del cual se da una traducción en el capítulo anterior de este libro, sirve como una introducción adecuada al tema «¿Quién soy yo?», debido a que explica que la razón por la que necesitamos saber quién somos es que la felicidad es nuestra naturaleza real, y que por lo tanto solo podemos experimentar felicidad verdadera y perfecta conociéndonos como realmente somos.

Sin embargo, aunque él hizo tales cambios, por respeto a Sri Sivaprakasam Pillai, no eliminó la porción detallada de *neti neti* que éste había insertado, sino que en lugar de ello simplemente instruyó que la primera pregunta y las palabras de sus dos primeras respuestas debían ser impresas en tipo negrita para distinguirlas de la porción insertada. La primera pregunta, la porción insertada y las dos primeras respuestas de Sri Ramana juntas constituyen el segundo párrafo, cuyo significado es como sigue:

¿Quién soy yo? El *sthula deha* [el cuerpo «grosero» o físico], que está [compuesto] de los *sapta dhatus* [los siete constituyentes, a saber quilo, sangre, carne, grasa, médula, hueso y semen], no es «yo». Los cinco *jñanendriyas* [los órganos de los senti-

dos], a saber, los oídos, la piel, los ojos, la lengua y la nariz, que individualmente [y respectivamente] conocen los cinco *vishayas* [los «dominios» de los sentidos o los tipos de percepción de los sentidos], a saber, el sonido, el tacto [la textura y otras cualidades percibidas por el tacto], la forma [figura, color y otras cualidades percibidas por la vista], el gusto y el olfato, no son tampoco «yo». Los cinco *karmendriyas* [los órganos de acción], a saber, las cuerdas vocales, los pies [o piernas], las manos [o brazos], el ano y los genitales, que [respectivamente] hacen las cinco acciones, a saber, hablar, caminar, agarrar [o dar], defecar y gozar [sexualmente], no son tampoco «yo». Los *pancha vayus* [los cinco «vientos», «aires vitales» o fuerzas metabólicas], comenzando con *prana* [la respiración], que cumplen las cinco funciones [metabólicas], comenzando con la respiración, no son tampoco «yo». La mente, que piensa, no es tampoco «yo». La ignorancia [la ausencia de todo conocimiento dualista] que está combinada solo con los *vishaya-vasanas* [las inclinaciones, impulsos, deseos, propensiones o saboreaciones latentes de las percepciones de los sentidos o el goce de los sentidos] cuando todas las percepciones de los sentidos y todas las acciones han sido cortadas [como en el sueño profundo], no es tampoco «yo». Habiendo hecho *neti* [negación, eliminación o denegación de todo lo que no es nosotros pensando] que todas las cosas dichas anteriormente no son «yo», no «yo», **solo el conocimiento** que permanece [entonces] desapegado **es «yo»**. **La naturaleza de [este] conocimiento [«yo soy»] es *sat-chit-ananda*** [ser-consciencia-felicidad].

La calificación de la palabra «conocimiento» por la adición de la cláusula definitoria «que permanece desapegado [separado o solo] habiendo hecho *neti* [pensando] que todas las cosas mencionadas anteriormente no son yo, no yo», es potencialmente extraviatoria, debido a que crearía la impresión de que simplemente pensando *neti neti*, «no así, no así», o «esto no es yo, esto no es yo», podemos desapegar la consciencia o conocimiento esencial «yo soy» de todo aquello con lo que ahora lo confundimos. De hecho, muchos eruditos que tratan de explicar los antiguos textos del *vedanta*, que a menudo describen este proceso de *neti neti* o negación de todo lo que no es nuestro sí mismo real, lo interpretan como el medio efectivo por el que podemos obtener el auto-conocimiento. Sin embargo, los primeros sabios que enseñaron el proceso racional de auto-análisis llamado *neti neti* no tenían intención de que fuera comprendido como la técnica efectiva de búsqueda práctica o empírica, sino solo como la base teórica sobre la que debe estar basada la técnica empírica de *atma-vichara* o auto-investigación.

El proceso racional y analítico que se describe en los antiguos textos del *vedanta* como *neti neti* o «no así, no así», es esencialmente el mismo que el análisis lógico de la experiencia de nosotros que describimos anteriormente en este capítulo. Si no analizáramos primero críticamente la experiencia de nosotros de esta manera, no seríamos capaces de comprender ni la razón por la que debemos buscar el auto-conocimiento verdadero, ni qué debemos escudriñar exactamente para conocer nuestro sí mismo real.

Mientras imaginemos que somos realmente nuestro cuerpo físico, la mente pensante o cualquier otro objeto, imaginaremos que podemos conocernos prestando atención a tales cosas, y, por consiguiente, no seremos capaces de comprender lo que se entiende realmente por los términos *atma-vichara*, auto-investigación, auto-examinación, auto-escrutinio, auto-indagación, auto-atención, auto-consideración o auto-recordación. Solo cuando comprendemos la teoría esencial de que no somos otro que la auto-consciencia no-dual fundamental —la consciencia libre de adjuntos de nuestro mero ser, que experimentamos solo como «yo soy» y no como «yo soy esto» —seremos capaces de comprender qué es de hecho el «sí mismo» o «yo» que debemos escudriñar o al que debemos prestar atención.

Una vez que hemos comprendido que no somos verdaderamente nuestro cuerpo físico, la mente pensante ni ningún otro objeto conocido, no debemos continuar pensando, «este cuerpo no es yo», «esta mente no es yo», y demás, sino que debemos retirar la atención de tales cosas, y enfocarla entera y exclusivamente en nuestro ser real y esencial. No podemos conocer nuestro sí mismo real pensando en algo que no es «yo», sino solo investigando, escudriñando o prestando atención agudamente a eso que es realmente «yo» —a eso que somos realmente, a nuestro ser esencial. A no ser que retiremos la atención enteramente de toda otra cosa, no seremos capaces de enfocarla completa y exclusivamente en nuestro ser esencial, que experimentamos siempre como «yo soy», y a no ser que la enfoquemos así en nuestro ser esencial, no seremos capaces de obtener la experiencia no-dual del auto-conocimiento verdadero.

Para aquellos de nosotros que estén familiarizados con todos los conceptos y terminología de la antigua filosofía y ciencia India, la porción añadida por Sri Sivaprakasam Pillai puede parecer ser de alguna utilidad como una ayuda para comprender la respuesta simple de Sri Ramana, «Solo el conocimiento es yo». Sin embargo, la presentación y redacción de esta porción añadida no refleja verdaderamente el estilo natural de la enseñanza de Sri Ramana, o su elección habitual de las palabras.

Su estilo natural era siempre responder preguntas brevemente, simplemente y directo al grano. A no ser que estuviera hablando a alguien cuya mente ya estaba trabajada en los conceptos y terminología complejos y a menudo oscuros del *vedanta* tradicional, él evitaba generalmente usar tales conceptos y terminología, y en lugar de ello usaba solo palabras tamiles simples, o palabras tomadas del sánscrito cuyo significado era claro y directo. Puesto que muchas gentes que venían a él no estaban bien versadas en los conceptos *vedánticos* o *yogicos* tradicionales, él evitaba hasta donde era posible confundir y agobiar sus mentes con tales conceptos, excepto para los pocos que eran realmente útiles y pertinentes.

En particular, él evitaba todas las descripciones y clasificaciones detalladas del «no-sí mismo» —todo lo que no es nuestro sí mismo real— que son dadas en muchos textos tradicionales. Como él escribe en el párrafo diecisiete de *Nan Yar?*:

Lo mismo que una persona que debe barrer y tirar la basura, no [va a obtener] ningún beneficio escudriñándola, así también una persona que debe conocer [su] sí mismo [real], no [va a obtener] ningún beneficio calculando que los *tattvas*, que están ocultando [nuestro] sí mismo [real], son tantos y cuantos, y escudriñando sus cualidades, en lugar de recogerlos y rechazarlos a todos ellos. Es necesario [para nosotros] considerar el mundo [que está compuesto de estos *tattvas*] como un sueño.

Es decir, en un inglés más simple, lo mismo que no sacaremos ningún beneficio escudriñando un montón de basura, en lugar de barrerla y tirarla, así también no sacaremos ningún beneficio enumerando e investigando la naturaleza de los *tattvas*, que constituyen todo lo que es «no-sí mismo» y que, por lo tanto, oscurecen el conocimiento de nuestro sí mismo real, en lugar de rechazarlos todos y conocer de ese modo nuestro sí mismo real, que es el único ser verdadero o sustancia esencial que subyace a su apariencia imaginaria.

La palabra *tattva*, cuyo significado etimológico es «ello-idad» o «eso-idad», significa básicamente eso que es real, verdadero y esencial, la «realidad», «verdad» o «esencia», pero se usa comúnmente para significar cualquier elemento básico o cualidad constitutiva que es considerada como real. En este contexto, por lo tanto, el término plural *tattvas* denota todos los principios ontológicos —los elementos básicos, componentes esenciales o cualidades abstractas de los que supuestamente están hechas todas las cosas. Las diversas escuelas de filosofía india, dan cada una su propia clasificación de estos supuestos *tattvas*, y cada una de ellas calcula que hay un número diferente de ellos, un número que usualmente no excede de treinta y seis.

No obstante, aunque algunas de ellas pueden usar una palabra diferente para describirlo, la mayoría de estas escuelas están de acuerdo en que el *tattva* original y fundamental es el *paramatman*, el «sí mismo supremo» o «espíritu trascendente», que también es llamado *purusha*, la «persona» o «espíritu» primario. Este *purusha* o *paramatman* es de hecho nuestro sí mismo real, el espíritu o ser auto-consciente esencial, que experimentamos siempre como «yo soy». Ya que este espíritu primario «yo soy» es el único *tattva* que existe permanentemente, sin ninguna aparición ni desaparición, es el único *tattva* real.

Por eso en el verso 43 de *Sri Arunachala Aksharamanamalai*, Sri Ramana implora a Arunachala, que es nuestro sí mismo real en su función como *gurú*, el poder de la gracia que otorga el auto-conocimiento verdadero:

tane tane tattuvam idanai
tane kattuvay arunachala

La palabra tamil *tan* es un pronombre reflexivo singular que quiere decir «uno mismo», «mí mismo», «ello mismo», «tú mismo» y demás, y la letra *e* que se le añade es un sufijo asertivo que transmite el sentido «ello mismo», «solo» o «en verdad». Así pues, el significado de esta plegaria quintaesencial es:

Solo mí mismo es *tattva* [la realidad]. Muéstra[me] esto tú mismo, Arunachala.

Nuestro sí mismo real es el único *tattva* verdaderamente existente, la única realidad no-dual, infinita y absoluta, y podemos conocer esto solo cuando ello mismo se nos muestra, lo cual hace llevando la mente o poder de atención hacia dentro, hacia él mismo, disolviéndonos con ello y absorbiéndonos como uno con él mismo, nuestro ser esencial. Mientras prestemos la más mínima atención a otro que nuestro ser esencial, no podemos conocernos como realmente somos.

Puesto que todos los otros supuestos *tattvas* —que incluyen nuestro intelecto, ego, la mente, los cinco órganos de los sentidos, los cinco órganos de acción, los cinco *tanmatras*, que son las esencias sutiles de cada una de las cinco formas de los sentidos de percepción, a saber, sonido, tacto, forma, sabor y olor, y los cinco elementos, a saber, espacio, aire, agua, fuego y tierra —aparecen y desaparecen, son meramente apariciones o ilusiones efímeras, y, por consiguiente, no son *tattvas* reales. Puesto que el mundo está compuesto de estos *tattvas* efímeros e ilusorios, es él mismo una mera ilusión, y por lo tanto Sri Ramana concluye el párrafo diecisiete de *Nan Yar?* diciendo que debemos considerarlo como un mero sueño. Por consiguiente, puesto que nuestro cuerpo es una parte de este mundo ilusorio y semejante a un sueño, debemos considerarlo igualmente como una mera ilusión irreal, un producto de nuestro poder de imaginación.

Puesto que ninguno de estos otros *tattvas* son reales, ni ellos ni nada compuesto de ellos puede ser nuestro sí mismo verdadero, y por lo tanto no debemos perder el tiempo y energía pensando en ellos, enumerándolos, clasificándolos o examinando sus propiedades, sino que debemos ignorarlos enteramente y en lugar de ello prestar atención solo a nuestro «yo» real —la consciencia fundamental y esencial de nuestro ser verdadero. La única necesidad que tenemos de considerar el cuerpo, la mente, y todos los demás adjuntos, es para comprender el hecho de que ellos son irreales, y por lo tanto no son «yo».

Por consiguiente, en el verso 22 de *Upadesa Undiyar*, Sri Ramana declara brevemente la conclusión esencial a la que debemos llegar por medio del proceso racional del auto-análisis, que en los antiguos textos del *advaita vedanta* es llamado *neti neti* o «no así, no así»:

Puesto que [nuestro] cuerpo, mente, intelecto, vida y oscuridad [la aparente ausencia de conocimiento que experimentamos en el sueño profundo] son todos *jada* [in-

conscientes] y *asat* [irreales o no-existentes], [ellos] no [son] «yo», que es [*chit* o consciencia y] *sat* [ser o realidad].

Los cinco objetos que Sri Ramana declara en este verso como no «yo», a saber, nuestro cuerpo, mente, intelecto, vida y oscuridad, son conocidos generalmente en el *vedanta* como las *pancha-kosas* o «cinco envolturas», debido a que son los cinco adjuntos que aparentemente cubren y oscurecen la consciencia de nuestro sí mismo real. Estos cinco adjuntos o «envolturas» son la *annamaya kosa* o «envoltura compuesta de alimento», que es nuestro cuerpo físico, la *pranayama kosa* o «envoltura compuesta de *prana*, vida, vitalidad o respiración», que es la fuerza-vital que anima nuestro cuerpo físico, la *manomaya kosa* o «envoltura compuesta de mente», que es la mente o facultad de mentación y cognición, la *vijñanamaya kosa* o «envoltura compuesta de conocimiento discriminatorio», que es nuestro intelecto o facultad de discernimiento o juicio, y la *anandamaya kosa* o «envoltura compuesta de felicidad», que es la forma feliz pero aparentemente inconsciente en la que nos experimentamos en el sueño profundo.

Sin embargo, en lugar de usar estos términos técnicos sánscritos para denotar estos cinco adjuntos, Sri Ramana usó cinco simples palabras tamesas, que significan literalmente cuerpo, mente, intelecto, vida y oscuridad. La palabra *udal* o «cuerpo», denota aquí nuestro cuerpo físico o *annamaya kosa*, la palabra *pori*, que normalmente significa «órgano de los sentidos», denota aquí a la mente o *manomaya kosa*, la palabra *ullam*, que usualmente significa «corazón» o «mente», denota aquí nuestro intelecto o *vijñanamaya kosa*, la palabra *uyir* o «vida» denota nuestra fuerza-vital o *pranayama kosa*, y la palabra *irul* u «oscuridad» denota nuestra *anandamaya kosa*, la dichosa ausencia de conocimiento objetivo que experimentamos en el sueño profundo.

Sin embargo, lo que es importante en este verso no son los términos usados para denotar estos adjuntos que nos imaginamos ser, sino la conclusión de que ellos no son de hecho nuestro sí mismo real. Nuestro sí mismo real es *sat* y *chit*, ser y consciencia, mientras que nuestro cuerpo, fuerza-vital, mente, intelecto y la aparente oscuridad del sueño profundo, son todos *asat* y *jada*, es decir, no tienen ningún ser o consciencia real suyo propio. Parecen existir solo cuando los conocemos, y no conocemos alguno de ellos en los tres estados normales de consciencia.

De estos cinco adjuntos, experimentamos la mente e intelecto, que de hecho son solo dos funciones de la única consciencia individual que generalmente llamamos la mente o ego, tanto en la vigilia como en el sueño con sueños, pero no en el sueño profundo. Experimentamos nuestro cuerpo físico presente y la fuerza-vital dentro de él solo en este estado de vigilia, y en cada uno de los demás estados de sueño con sueños experimentamos algún otro cuerpo físico y su correspondiente fuerza-vital. Y experimentamos el quinto adjunto, la aparente oscuridad del sueño profundo, solo en el sueño profundo.

Por lo tanto, puesto que no experimentamos ninguno de estos cinco adjuntos en los tres estados de consciencia, no pueden ser nuestro sí mismo real. Ellos no son nuestro ser real, o la consciencia real. Son meramente impostores —fantasmas que nos imaginamos ser durante un breve período de tiempo, pero de los que somos capaces de separarnos en otros tiempos. Independientes de nuestro ser auto-consciente real, «yo soy», ellos no existen y no conocen tampoco su propia existencia.

Aunque la mente pueda parecer ser consciente de sí misma ahora, no es consciente de sí misma en todos los tiempos y en todos los estados. Su aparente auto-consciencia no es por lo tanto inherente a ella, y, por consiguiente, no es real. Ella toma su aparente auto-consciencia de la auto-consciencia real, la única que es consciente de sí misma en todos los tiempos y en todos los estados.

El ser y la consciencia de nuestro cuerpo, mente y demás adjuntos no son reales, son solo meras apariciones —ilusiones creadas por nuestro poder de imaginación. Su ser y su consciencia parecen ser reales solo cuando los tomamos erróneamente por nosotros. Por nuestro poder de imaginación, sobreimponemos estos atributos sobre nuestro ser y consciencia, y, por consiguiente, ellos parecen existir y ser conscientes.

Debido a que estos adjuntos no tienen ningún ser o consciencia inherente y permanente suyo propio, Sri Ramana concluye que ellos son todos *asat* —irreales o carentes de ser o existencia verdadero— y *jada* —inconscientes o carentes de consciencia verdadera. Por lo tanto, ellos no pueden ser «yo», nuestro sí mismo real, que es ser o *sat* absoluto y consciencia o *chit* absoluta.

Una vez que hemos comprendido así que nuestro cuerpo, mente y los demás adjuntos no son nuestro sí mismo real, debemos ignorarlos. En lugar de perder el tiempo y energía examinando o pensando en ellos o en alguna otra cosa que no es nuestro sí mismo real, debemos dirigir toda la energía y esfuerzo a escudriñarnos solo a nosotros —nuestro ser esencial auto-consciente, que experimentamos siempre como «yo soy»— debido a que solo podemos saber quién o qué somos realmente escudriñando o prestando atención agudamente a nuestro sí mismo real y esencial.

Como hemos visto en este capítulo, analizando nuestra experiencia en los tres estados de consciencia, somos capaces de obtener una comprensión teórica clara de lo que somos realmente. Sin embargo, esta comprensión teórica no es un fin en sí misma, sino meramente el medio para descubrir cómo podemos obtener conocimiento experimental verdadero de nuestra naturaleza real. Puesto que hemos aprendido por el análisis crítico que nuestra naturaleza verdadera, nuestro sí mismo real, es solo nuestro «ser consciencia» no-dual, que siempre experimentamos como «yo soy», todo lo que necesitamos hacer para obtener verdadero auto-conocimiento experimental es escudriñar nuestro «ser consciencia» con un poder de atención agudamente enfocado.

La consciencia real es solo nuestro «ser consciencia» —la auto-consciencia esencial «yo soy». La mente o «consciencia que conoce» es meramente una forma de consciencia

cia irreal, que existe solo en su propia imaginación, y que por lo tanto es experimentada solo por sí misma, y no por nuestro «ser consciencia» real. Puesto que el surgimiento imaginario de esta «consciencia que conoce» irreal es la nube que oscurece aparentemente nuestro «ser consciencia» real, impidiéndonos experimentarle como es realmente, procedamos ahora a examinar la naturaleza de esta «consciencia que conoce» irreal —la mente auto-engañososa.

Aunque nuestro objetivo último, como hemos discutido más arriba, es ignorar la mente y prestar atención solo a nuestro sí mismo verdadero, que es la realidad que la subyace, sacaremos no obstante un gran beneficio de examinar la naturaleza de la mente más profundamente, y de comprenderla con ello más claramente. Hay dos razones principales para esto:

La razón primera y más importante, es que es esencial que comprendamos y estemos firmemente convencidos del hecho de que la mente es irreal y que por lo tanto no es nuestro sí mismo o «yo» verdadero —nuestra forma de consciencia esencial y real. Puesto que la mente es un impostor que nos engaña a tomarla erróneamente por nosotros, debemos ser capaces de ver a través de su naturaleza auto-engañososa para reconocer nuestro sí mismo real, que subyace a su apariencia falsa, lo mismo que una cuerda subyace a la apariencia falsa de una serpiente imaginaria.

La segunda razón, es que cuando tratemos de escudriñar nuestro sí mismo real, el único obstáculo que habrá efectivamente en nuestra vía será la mente. Puesto que la mente es el enemigo primario que se opondrá y obstruirá todos nuestros esfuerzos para conocer nuestro sí mismo real, debemos comprender a este enemigo correctamente para usarlo en nuestro provecho y evitar caer presa de todos sus trucos sutiles y auto-engañosos. En particular, debemos comprender la irrealidad e insustancialidad de la mente, debido a que solo entonces estaremos verdaderamente convencidos del hecho de que el único medio para vencerla a ella y a todos sus trucos auto-engañosos, es ignorarla prestando atención solo a la consciencia real subyacente —la auto-consciencia esencial no-dual «yo soy».

Por consiguiente, antes de investigar la naturaleza de la consciencia real en el capítulo cuatro, investiguemos primero la naturaleza de esta consciencia irreal que llamamos nuestra «mente».

CAPÍTULO 3

La Naturaleza de Nuestra mente

En el capítulo anterior vimos que lo que llamamos nuestra «mente» es solo una forma limitada y distorsionada de la consciencia original y fundamental «yo soy» —una forma de consciencia espuria que se identifica con un cuerpo particular, y que parece existir solo en los estados de vigilia y sueño con sueños, y desaparece en el sueño profundo. Puesto que esta mente es el obstáculo primario que se levanta en la vía del conocimiento de nosotros tal como somos realmente, examinémosla ahora más estrechamente. ¿Cuál es la naturaleza de esta forma de consciencia limitada y distorsionada que llamamos «mente»?

La mente como la conocemos ahora, es solo un paquete de pensamientos —es decir, pensamientos en el sentido más amplio del término, a saber, cualquier cosa que la mente forma y experimenta dentro de sí misma, tal como cualquier percepción, concepción, idea, creencia, sensación, emoción, deseo, miedo o similares. Todos los pensamientos son solo imágenes que la mente se forma dentro de sí misma por su poder de imaginación. Excepto la consciencia fundamental «yo soy», todo lo que la mente conoce o experimenta, es solo un pensamiento que ella forma dentro de sí misma.

Incluso nuestras percepciones son solo pensamientos o imágenes mentales que la mente forma dentro de sí misma por su formidable poder de imaginación. Si las percepciones en el estado de vigilia son formadas solo por el poder de imaginación de la mente sin ningún estímulo externo, como en el sueño con sueños, o si son formadas por el poder de imaginación de la mente en respuesta a un estímulo externo efectivo, es algo que solo podemos conocer con certeza cuando descubrimos la verdad última sobre la mente.

Debido al hecho tan importante de que todas nuestras percepciones son solo pensamientos, examinémoslo un poco más estrechamente, usando el ejemplo de la vista. Acordemente a la explicación «científica» del proceso de ver, la luz del mundo exterior entra en los globos oculares y estimula las reacciones electroquímicas en las células fotosensibles en la parte trasera de ellos. Estas células estimulan entonces una cadena de más reacciones electroquímicas a lo largo de los nervios ópticos, y estos a su vez alcanzan el cerebro y causan que más actividad electroquímica tenga lugar ahí. Hasta aquí el proceso es muy claro y simple de comprender. Pero entonces acontece algo misterioso. La mente, que es una forma de consciencia que interactúa con el cerebro, interpreta entonces de alguna manera toda esta actividad electroquímica formando imágenes dentro de sí misma, que creemos que corresponden a la forma, color y tamaño de los objetos

externos, y a su distancia relativa del cuerpo. Pero todo lo que conocemos efectivamente cuando vemos algo es la imagen que la mente ha formado dentro de sí misma.

La creencia de que tales imágenes corresponden a objetos externos efectivos, y todas las explicaciones científicas del supuesto proceso por el que la luz de esos objetos estimula la mente para formar tales imágenes, son también solo imágenes o pensamientos que la mente ha formado dentro de sí misma. Lo mismo se aplica a todas las imágenes de sonido, olor, sabor y tacto que la mente forma dentro de sí misma, supuestamente en respuesta a estímulos externos.

Por lo tanto, todo lo que conocemos del mundo externo, es efectivamente solo las imágenes o pensamientos que la mente está formando constantemente dentro de sí misma. ¿No tenemos que aceptar, por lo tanto, que el mundo que pensamos que percibimos fuera de nosotros, puede no ser de hecho nada sino pensamientos que la mente ha formado dentro de sí misma, lo mismo que lo son los mundos que vemos en nuestros sueños? Incluso si no estamos dispuestos a aceptar el hecho de que el mundo pueda no ser efectivamente nada más que nuestros pensamientos, ¿no debemos al menos aceptar el hecho de que el mundo tal como lo conocemos, y como podemos conocerlo siempre, no es en verdad nada sino pensamientos?

De todos los pensamientos que son formados en la mente, el primero es el pensamiento «yo». La mente se forma primero a sí misma como el pensamiento «yo», y solo entonces forma otros pensamientos. Sin un «yo» para pensarlos o conocerlos, no podría ser formado ningún otro pensamiento.

Todos los otros pensamientos que son formados en la mente, están viniendo y yéndose, surgiendo y después sumergiéndose constantemente, pero el pensamiento «yo» persiste mientras persiste la mente misma. Así pues, el pensamiento «yo» es la raíz de todos los otros pensamientos, y es el único pensamiento esencial sin el cual no habría ninguna cosa tal como la «mente» ni ninguna acción tal como «pensar».

Por lo tanto, la mente consta de dos aspectos distintos, a saber, el sujeto que conoce, que es nuestro pensamiento raíz «yo», y los objetos conocidos, que son todos los otros pensamientos que son formados y experimentados por este «yo». Sin embargo, aunque consta de estos dos aspectos o elementos distintos, el único elemento fundamental y esencial de la mente es solo nuestro pensamiento causal «yo».

Por consiguiente, aunque usamos el término «mente» como un término colectivo para el pensador y sus pensamientos, la mente es en esencia solo el pensador, el pensamiento básico «yo» que piensa todos los otros pensamientos. Esta verdad simple pero importante es expresada sucintamente por Sri Ramana en el verso 18 de *Upadesa Undi-yar*:

[Nuestra] mente es solo [una multitud de] pensamientos. De todos [los incontables pensamientos que son formados en la mente], solo el pensamiento «yo» es la raíz

[base, fundamento u origen]. [Por lo tanto] lo que es llamado «mente» es [en esencia solo este pensamiento raíz] «yo».

Lo mismo que en un análisis puede resolverse que la mente es así en esencia solo este pensamiento fundamental «yo», así también en un análisis más estrecho puede resolverse a su vez que este pensamiento fundamental «yo» es en esencia solo consciencia. Debido a que conoce otros pensamientos, este pensamiento «yo» es una forma de consciencia, pero debido a que surge o está formado solo por la sensación «yo soy tal y tal persona», y debido a que se sumerge y pierde su forma separada en el sueño profundo, cuando deja de sentir así, este pensamiento «yo» no es nuestra forma de consciencia permanente y real, nuestra pura consciencia «yo soy». Debido a que solo puede surgir identificando un cuerpo físico como «yo», como hace tanto en la vigilia como en el sueño con sueños, este pensamiento «yo» es una forma de consciencia mezclada y contaminada, una consciencia que se confunde a sí misma con un cuerpo, sintiendo erróneamente «yo soy este cuerpo, una persona individual llamada fulano».

Lo que entendemos cuando decimos «yo soy tal y tal persona», es que somos una consciencia individual que se identifica con un adjunto —un cuerpo particular. Esta identificación de la consciencia con un cuerpo particular, es lo que nos define como una persona o individuo. La individualidad o existencia separada y distinta, no es así nada más que esta consciencia limitada por el adjunto que siente «yo soy este cuerpo».

Al tomarse erróneamente a sí misma por un cuerpo particular, esta consciencia se confina dentro de los límites de ese cuerpo, y se siente separada de todos los objetos y gentes que percibe fuera de ese cuerpo. Esta consciencia individual «yo soy este cuerpo» aparentemente separada, es lo que llamamos por diversos nombres tales como la mente, el ego, la psique o el alma, y es el primer pensamiento que da surgimiento a otros pensamientos y que los experimenta.

En la terminología religiosa, la consciencia individual limitada «yo soy este cuerpo», es lo que se llama «alma», mientras que la consciencia fundamental ilimitada «yo soy», es lo que se llama «espíritu», el «corazón», o el «núcleo del alma». La creencia popular de que nuestro sí mismo total es un compuesto de estos tres elementos, a saber, cuerpo, alma y espíritu, está enraizada en nuestra identificación errónea con un cuerpo particular. Aunque nos conocemos como uno, debido a nuestra identificación errónea con un cuerpo, nos imaginamos falsamente que somos estas tres cosas diferentes. Esta noción nuestra es lógicamente absurda, porque debido a que somos uno, ¿cómo pueden tres cosas completamente diferentes ser nosotros?

Cada día en el sueño profundo tanto el cuerpo como el alma (la mente o consciencia individual) desaparecen, y sin embargo continuamos existiendo, y sabemos que existimos. Por lo tanto, puesto que permanecemos en el sueño profundo sin cuerpo ni alma, ninguno de estos dos elementos puede ser el sí mismo real. En verdad, por lo tanto, es-

tos tres elementos constituyen solo el sí mismo individual falso, que es una mera ilusión, y no el sí mismo real. El sí mismo real, nuestro sí mismo total y completo, no consta de tres elementos, sino que es solo un elemento, el elemento fundamental y esencial que llamamos «espíritu», que es la única consciencia no-dual de ser —la autoconsciencia verdadera «yo soy».

Debido a que este espíritu no-dual es enteramente distinto del cuerpo y alma individual, no está limitado de ninguna manera, ni está dividido. Por lo tanto, el espíritu que existe como el corazón o núcleo de cada alma individual, es esencialmente la misma consciencia de ser única, indivisa, no-dual e infinita. Lo que cada uno de nosotros experimenta como la consciencia de ser esencial, «yo soy», es la misma consciencia no-dual real que existe en todo otro ser vivo.

Debido a que la mente o alma es una forma de consciencia que se ha limitado a sí misma dentro de los confines de un cuerpo particular, y debido a que ve muchos otros cuerpos, cada uno de los cuales parece tener una consciencia suya propia, en la perspectiva de la mente, parece haber muchas otras mentes o almas. Sin embargo, debido a que la consciencia fundamental «yo soy», que es experimentada por cada uno de nosotros como el núcleo esencial de nuestro ser, existe siempre tal como es, sin limitarse a sí misma de ninguna manera identificándose con un adjunto, hay en realidad solo una consciencia «yo soy», aunque debido a la consciencia individualizada y distorsionada, pensamos que el «yo soy» en cada persona es diferente al de todas las demás.

La mente o «yo» individual separado que vemos en cada persona es solo un reflejo diferente del único «yo» original que existe en la más íntima profundidad de cada uno de nosotros, lo mismo que la luz brillante que vemos en cada fragmento de un espejo roto que yace en el suelo es solo un reflejo diferente del único sol que brilla resplandeciente en el cielo. Por lo tanto, aunque se forma solo al imaginarse ser un cuerpo particular, la mente de cada uno de nosotros contiene no obstante dentro de sí misma la luz de la consciencia no-dual original «yo soy». Lo mismo que cada sol reflejado que yace en el suelo no podría formarse sin tomar tanto la luz del sol como la forma limitada de un fragmento de espejo, así también sin tomar la luz de la consciencia de su fuente original, «yo soy», y sin tomar al mismo tiempo todas las limitaciones de un cuerpo físico, la mente —nuestro pensamiento raíz «yo»— no podría formarse o surgir a la existencia.

Así pues, la mente es una mezcla compuesta de dos elementos contrarios y discordantes, el elemento esencial de consciencia y el elemento sobreimpuesto de limitaciones físicas. Como Sri Ramana dice en los versos 24 y 25 de *Ulladu Narpadu*:

El cuerpo inconsciente no dice «yo»; *sat-chit* [ser-consciencia, es decir, la consciencia fundamental de nuestro ser, «yo soy»] no surge. [Sin embargo] entre [estos dos], [una consciencia espuria que se llama a sí misma] «yo» surge deviniendo [confinada dentro de] la extensión [o límites] del cuerpo. Sabe que ésta [la consciencia espuria que se conoce a sí misma como «yo soy este cuerpo»] es *chit-jada-*

granthi [el «nudo entre la consciencia y la materia inconsciente»], la esclavitud, el alma, el cuerpo sutil [la semilla-forma sutil de todos los cuerpos físicos groseros que la mente crea para sí misma en la vigilia y el sueño con sueños], el ego, este *samsara* [el estado mundano de actividad persistente], y la mente.

Tomando forma [un cuerpo] él viene a la existencia. Tomando forma [ese cuerpo] persiste. Tomando y alimentando forma [pensamientos u objetos] florece abundantemente. Al abandonar la forma [un cuerpo], él toma [de nuevo] forma [de otro cuerpo]. Si [nosotros] [lo] examinamos, [este] fantasma del ego sin-forma desaparece. Sabe [es decir, sabe esta verdad, o experimenta esta desaparición del ego examinándolo].

Es decir, la mente o ego es una entidad espuria, un impostor que se presenta a la vez como consciencia y como un cuerpo compuesto de materia inconsciente. Parece venir a la existencia y durar solo tomando un cuerpo imaginario como sí mismo, y se alimenta y florece prestando atención constantemente a pensamientos u objetos imaginarios. Sin embargo, si lo escudriñamos estrechamente, desaparece, al no tener forma o existencia real suya propia.

Como Sri Ramana dice en los versos 17 y 20 de *Upadesa Undiyar*:

Cuando [nosotros] escudriñamos la forma de [nuestra] mente sin olvido [interrupción causada por el sueño profundo o por pensar otros pensamientos], [descubrimos que] no hay ninguna cosa tal como la «mente» [separada de o distinta de la consciencia fundamental «yo soy»]. Para todos, ésta es la vía directa [el medio directo para experimentar el auto-conocimiento verdadero].

En el lugar [el estado de auto-conocimiento claro] donde «yo» [la mente o consciencia individual espuria] se sumerge [al escudriñar así su propia forma], el uno [ser-consciencia real] aparece espontáneamente como «yo [soy] yo». Eso mismo es el todo [la realidad ilimitada e indivisa].

Es decir, cuando la mente o pensamiento raíz «yo» —esta consciencia mezclada y limitada que siente «yo soy este cuerpo»— vuelve su atención hacia dentro para escudriñarse a sí misma, pierde su adherencia a su cuerpo imaginario y a todos sus otros pensamientos, y puesto que no tiene ninguna forma separada suya propia, se sumerge y desaparece. Lo que queda entonces y es conocido en la ausencia de esta consciencia espuria y limitada «yo soy este cuerpo», es nuestra única consciencia no-dual, real e ilimitada «yo soy», que se experimenta a sí misma no como «yo soy esto» o como «yo soy eso», sino solo como «yo soy yo».

Mientras la consciencia limitada por los adjuntos, que siente «yo soy esto» o «yo soy eso», es una forma de consciencia dual, la consciencia libre de adjuntos, que siente

solo «yo soy yo», es el todo no-dual, ininterrumpido e infinito. Puesto que es infinita, nada puede ser verdaderamente separado u otro que ella. Todo lo que parece ser separado es meramente una apariencia falsa —una aparición o ilusión, una ficción de nuestra imaginación. Por consiguiente, la consciencia verdadera libre de adjuntos y por lo tanto no-dual «yo soy yo», es la única realidad verdaderamente existente —la una y sola realidad absoluta.

Sri Ramana también expresa la misma verdad en el verso 2 de *Anma-Viddai*:

Puesto que el pensamiento «este cuerpo compuesto de carne es yo», es el único hilo al que [todos nuestros] diversos pensamientos están atados, si [nosotros] vamos dentro [de nosotros escudriñando] «¿Quién soy yo? ¿cuál es el lugar [la fuente de la que surge este pensamiento fundamental “soy este cuerpo”]?»», [todos] los pensamientos desaparecen, y dentro de la caverna [el núcleo de nuestro ser] el autoconocimiento brilla espontáneamente como «yo [soy] yo». Solo esto es silencio [el estado silente o inmóvil de mero ser], el único espacio [de infinita consciencia no-dual], la única morada de felicidad [ilimitada verdadera].

Las palabras «*nan ar idam edu*», usadas aquí por Sri Ramana, pueden tomarse como significando una pregunta, «¿Cuál es el lugar donde moro?», o dos preguntas, «¿Quién soy yo? ¿cuál es el lugar?», dependiendo de si la palabra *ar* se toma como un pronombre interrogativo que significa «quién» o como un adjetivo verbal que significa «donde [yo] moro».

Como en muchos otros ejemplos en sus enseñanzas, Sri Ramana usa aquí la palabra *idam*, que significa literalmente «lugar» o «espacio», en un sentido figurativo para denotar nuestro ser o sí mismo real, debido a que nuestro sí mismo real es la fuente o «lugar de nacimiento» del que surge el sentido de «yo» individual, y debido a que es también el espacio de consciencia infinito en el que reside la mente. Puesto que todas las otras cosas son solo pensamientos que formamos en la mente por nuestro poder de imaginación, el espacio infinito de la consciencia de ser no-dual, «yo soy», es la fuente original y la única morada no solo de la mente, sino también de todas las otras cosas.

Cuando Sri Ramana dice, «El pensamiento “este cuerpo compuesto de carne es `yo`” es el único hilo al que [todos nuestros] diversos pensamientos están atados», ¿qué quiere decir exactamente con la palabra «pensamiento»? En este contexto, la palabra «pensamiento» no significa meramente un pensamiento verbalizado o conceptualizado. Significa algo que formamos en la mente por nuestro poder de imaginación. Todo lo que formamos y experimentamos dentro de la mente es un pensamiento o imaginación —ya sea que lo llamemos un pensamiento, un sentimiento, una emoción, un deseo, un miedo, una creencia, una memoria, una idea, una concepción o una percepción. En otras palabras, cualquier otra forma de conocimiento objetivo o experiencia dualista, es un pensamiento —una idea o imagen que hemos formado en la mente.

De todos los muchos pensamientos, Sri Ramana dice que el único pensamiento básico que soporta todos los demás pensamientos, es el pensamiento o imaginación de que un cuerpo particular es nosotros. Cada uno de nuestros otros pensamientos está vinculado directamente a este pensamiento básico «yo soy este cuerpo», y todos ellos son mantenidos juntos por él, lo mismo que las perlas en un collar son todas mantenidas juntas por un hilo. Es decir, puesto que el «yo» que piensa todos los otros pensamientos es la mente, que crea y sostiene ella misma imaginándose ser un cuerpo, este sentimiento fundamental de que somos un cuerpo subyace y soporta todos los pensamientos que pensamos.

Siempre que la mente está activa, ya sea en la vigilia o en el sueño con sueños, nos sentimos siempre ser un cuerpo. Incluso cuando ensoñamos, lo que quiera que imaginemos, está centrado alrededor de nuestra imaginación básica de que somos un cuerpo. Incluso si nos imaginamos estando en algún estado de existencia que esté más allá de este mundo material presente, tal como el cielo o el infierno, nos imaginamos siendo alguna forma de cuerpo sutil o etéreo en ese otro mundo.

Aunque ahora consideremos que el cuerpo que experimentábamos ser nosotros en un sueño, o el cuerpo que experimentaremos ser en algún otro estado tal como el cielo o el infierno, no es un cuerpo material, sino un cuerpo más sutil —un cuerpo hecho de mente o etéreo—, cuando experimentamos efectivamente un cuerpo tal, como en el sueño con sueños, no sentimos que sea un cuerpo sutil sino un cuerpo material sólido —un cuerpo de carne y sangre. Por eso Sri Ramana dice, «El pensamiento “este cuerpo compuesto de carne es `yo`” es el único hilo al que [todos nuestros] pensamientos están atados».

El sentimiento o imaginación de que un cuerpo particular es nosotros, es el fundamento sobre el que se basa la mente y toda su actividad. Tanto en la vigilia como en el sueño con sueños, nos sentimos siempre ser un cuerpo. La mente primero se forma a sí misma imaginándose ser un cuerpo físico, y solo después puede pensar en cualquier otra cosa.

Lo mismo que todos nuestros pensamientos, este sentimiento de que un cuerpo es nosotros es una imaginación. Es nuestra imaginación primera y fundamental —nuestro pensamiento original y más básico, al que Sri Ramana se refiere de otro modo como nuestro pensamiento raíz «yo». Siempre que la mente surge, ya sea en la vigilia o en el sueño con sueños, lo hace siempre imaginándose ser un cuerpo. Sin esta primera imaginación, no podemos imaginar ningún otro pensamiento. Por lo tanto, todos los otros pensamientos que pensamos dependen enteramente de este primer pensamiento «yo soy este cuerpo».

De hecho, la forma básica y esencial de la mente es solo este pensamiento raíz «yo» —nuestra imaginación profundamente enraizada de que somos un cuerpo material. Así pues, ¿por qué y cómo surge esta imaginación? Surge debido solo a nuestra auto-

ignorancia imaginaria. Debido a que imaginamos primero que no sabemos qué somos realmente, entonces somos capaces de imaginar que somos algo que no somos.

Puesto que la mente —la consciencia finita individual, que surge imaginándose ser un cuerpo— es una ilusión que viene a la existencia debido a nuestra auto-ignorancia imaginaria, solo será destruida cuando experimentemos el auto-conocimiento verdadero —es decir, solo cuando nos experimentemos como realmente somos. Para experimentarnos así, debemos dejar de prestar atención a todos nuestros pensamientos, y en lugar de ello debemos prestar atención agudamente a la auto-consciencia esencial «yo soy».

Cuando lo hagamos, la claridad de la auto-consciencia vigilante disolverá la ilusión de nuestra auto-ignorancia, y, por consiguiente, dejaremos de imaginarnos ser un cuerpo o alguna otra cosa que no somos. Puesto que con ello nuestra imaginación básica de que somos un cuerpo será disuelta, junto con ella serán destruidos también todos los demás pensamientos. Por eso es por lo que Sri Ramana dice en este verso, «...si [nosotros] vamos dentro [de nosotros escudriñando] “¿Quién soy yo? ¿cuál es el lugar [la fuente de la que surge este pensamiento fundamental ‘yo soy este cuerpo’]”»?, [todos] los pensamientos desaparecen, y dentro de la caverna [el núcleo de nuestro ser] el auto-conocimiento brilla espontáneamente como “yo [soy] yo”...».

Puesto que todos los demás pensamientos dependen para su existencia aparente de nuestro pensamiento primero y fundamental «yo soy este cuerpo», y puesto que todo lo que conocemos como otro que nosotros es solo uno de nuestros pensamientos —una imagen que hemos formado en la mente por nuestro poder de imaginación— cuando descubramos que no somos este cuerpo sino solo la auto-consciencia libre de adjuntos y por lo tanto infinita y no-dual «yo soy», todo lo que parece ser otro que esta auto-consciencia fundamental y esencial desaparecerá, lo mismo que desaparecerá una serpiente imaginaria cuando descubramos que lo que tomamos erróneamente como esa serpiente es de hecho solo una cuerda.

Por lo tanto, puesto que nuestro cuerpo y este mundo entero son solo una serie de pensamientos o imágenes que hemos formado en la mente por nuestro poder de imaginación, desaparecerán todos junto con la mente cuando obtengamos la experiencia no-dual del auto-conocimiento verdadero. Esta verdad es claramente insinuada por Sri Ramana en el verso 1 de *Anma-Viddai*:

Aunque [nuestro] sí mismo existe ininterrumpidamente [e] indudablemente [o imperecederamente] como real [es decir, aunque es la única realidad constante, indivisible, imperecedera e indudable], [este] cuerpo y el mundo, que son irreales, brotan y surgen como [si fueran] reales. Cuando el pensamiento [la mente], que está [compuesto de] la oscuridad irreal [de la auto-ignorancia], es disuelto [o destruido] sin revivir ni siquiera un ápice [es decir, de una manera tal que no puede revivir nunca ni siquiera en el más mínimo grado], en el espacio del corazón [el núcleo más íntimo de nuestro ser], que es [la única] realidad [infinita], [nuestro] sí mismo [real], [que es] el sol [del conocimiento o consciencia verdadero], en verdad brilla espon-

táneamente [es decir, por y de sí mismo]. [Con ello] desaparece la oscuridad [de la auto-ignorancia, que es la base para la aparición de la mente, al ser la oscuridad de fondo en la que la película de nuestros pensamientos como sombras es proyectada], cesa el sufrimiento [que experimentamos en esta oscuridad de la auto-ignorancia debido a la intensa actividad de nuestros pensamientos], [y] surge la felicidad [que es siempre nuestra naturaleza verdadera y esencial].

En este verso Sri Ramana declara enfáticamente que nuestro cuerpo y el mundo que parecemos percibir a través de él, son ambos irreales, y él da a entender que surgen como meros pensamientos en la mente. Puesto que la mente, que es la única causa para la existencia aparente tanto de nuestro cuerpo como de este mundo, está compuesta solo de pensamientos, en este contexto él usa la palabra *ninaivu* o «pensamiento» para denotarla, y la describe como *poy mai ar*, que significa «que está [compuesta de] oscuridad irreal», debido a que está formada de la oscuridad de la auto-ignorancia, que es ella misma irreal, al no ser nada sino una imaginación.

El cuerpo y este mundo son ambos meros pensamientos que formamos en la mente por nuestro poder de imaginación, y como todos los pensamientos, incluyendo nuestro pensamiento fundamental «yo soy este cuerpo», los imaginamos debido a la oscuridad de nuestra auto-ignorancia. Por lo tanto, cuando destruimos esta oscuridad de auto-ignorancia experimentando la claridad absoluta del auto-conocimiento no-dual verdadero, nuestro cuerpo, este mundo y todos nuestros otros pensamientos serán destruidos de una manera tal que nunca reaparecerán ni siquiera en el más mínimo grado.

Este estado de aniquilación absoluta de la mente y toda su progenie —todos nuestros pensamientos, incluyendo nuestro cuerpo, este universo entero y todo otro mundo que imaginemos— es el estado que Sri Ramana describe cuando dice, «*poy mai ar ninaivu anuvum uyyadu odukkidave*», que significa, «cuando el pensamiento, que está [compuesto de] oscuridad irreal, es disuelto [o destruido] sin revivir ni siquiera un ápice». Lo mismo que cuando el sol surge, la oscuridad de la noche es disuelta por su luz brillante, así también cuando el sol del auto-conocimiento verdadero amanezca en la mente, que está formada por la oscuridad irreal de la auto-ignorancia, será disuelta por la luz verdadera de la auto-consciencia absolutamente clara.

Aunque Sri Ramana dice en este verso, «cuando el pensamiento es destruido», él no especifica explícitamente de qué manera exacta podemos llevar a cabo esta destrucción de la mente. Por esto es por lo que en el siguiente verso de *Anma-Viddai*, que discutimos arriba, él explica primero que todos nuestros pensamientos dependen de nuestro pensamiento o imaginación básico de que un cuerpo es «yo», y entonces él dice que si penetramos en nosotros escudriñándonos agudamente para conocer «¿Quién soy yo?» o «¿cuál es la fuente en la que se origina este pensamiento de que un cuerpo es mí mismo?», todos nuestros pensamientos desaparecerán.

Es decir, puesto que la causa y fundamento de todos nuestros pensamientos es nuestra imaginación básica de que un cuerpo es nosotros, solo podemos destruir todos nuestros pensamientos destruyendo esta imaginación básica, y puesto que esta imaginación básica es una ilusión —un conocimiento erróneo sobre lo que somos— solo podemos destruirla escudriñándola agudamente para descubrir la realidad que la subyace. No podemos matar una serpiente imaginaria golpeándola con un palo, sino solo escudriñándola cuidadosamente para descubrir la realidad que la subyace. De la misma manera, no podemos destruir nuestro sentimiento imaginario de que somos un cuerpo por ningún otro medio que el auto-escrutinio o auto-atención agudo.

Cuando miremos cuidadosamente a una serpiente que imaginamos ver yaciendo en el suelo bajo la débil luz de la noche, descubriremos que no es realmente una serpiente sino solo una cuerda. Similarmente, cuando escudriñemos cuidadosamente la consciencia básica «yo soy», que experimentamos ahora como la mente, la consciencia limitada que se imagina ser un cuerpo, descubriremos que no somos realmente esta mente o cuerpo finito, sino solo la infinita consciencia no-dual de nuestro ser.

Cuando nos experimentemos así como no otro que la auto-consciencia absolutamente no-dual «yo soy», nuestra imaginación primaria de que un cuerpo es nosotros será destruida, y junto con ella todos nuestros otros pensamientos serán destruidos, puesto que son meramente sombras que solo pueden ser formadas bajo la luz oscura y por lo tanto limitada de la auto-ignorancia. Es decir, aunque permitamos que nuestra ilimitada claridad natural de auto-consciencia no-dual sea oscurecida por una auto-ignorancia imaginaria, nunca dejaremos enteramente de ser conscientes de nosotros, y, por consiguiente, bajo la débil luz de la auto-consciencia distorsionada, que experimentamos como la mente, el juego de sombras de nuestros pensamientos parece tener lugar. Sin embargo, puesto que este juego de sombras es irreal, solo puede acontecer bajo la débil luz de nuestra auto-ignorancia imaginaria, y, por consiguiente, desaparecerá bajo la clara luz del auto-conocimiento verdadero, en el que nos experimentamos como la consciencia de ser infinita que siempre somos realmente.

Así pues, en este segundo verso de *Anma Viddai* Sri Ramana nos enseña la verdad de que cuando volvamos la atención adentro, hacia el núcleo de nuestro ser, para conocer la naturaleza verdadera de nuestro «yo» real, que es la fuente de la que surge nuestro espurio sentido individual de «yo», descubriremos que no somos este cuerpo compuesto de carne, sino solo el espacio infinito de ser-consciencia no-dual, que es la morada silenciosa y apacible de la felicidad perfecta. Puesto que todos nuestros pensamientos dependen para su existencia aparente de la mente, que no es nada sino la consciencia espuria que imagina «yo soy este cuerpo compuesto de carne», todos ellos desaparecerán para siempre cuando descubramos así que no somos este cuerpo, sino solo el espíritu infinito no-dual —el único sí mismo o *atman* real, que es la única realidad absoluta.

Este espíritu no-dual infinito es la consciencia libre de adjuntos y por lo tanto inalterada de nuestro ser verdadero, que en verdad experimentamos eternamente como

«yo soy», «yo soy yo», «yo no soy nada sino yo», «yo solo soy lo que soy», o para citar las palabras de Dios en *Éxodo* 3.14, «YO SOY EL QUE SOY».

La misma verdad que Sri Ramana expresa en el segundo verso de *Anma-Viddai* es expresada por él en un lenguaje más místico en el verso 7 de *Sri Arunachala Ashtakam*:

Si el pensamiento «yo» no existe, ninguna otra cosa existirá. Hasta entonces, si [algún] otro pensamiento surge, si, [respondiendo a tal pensamiento se investiga] «¿A quién [acontece este pensamiento]? A mí [a este pensamiento fundamental «yo»]. ¿Cuál es el lugar del que [este pensamiento fundamental] «yo» surge y [en el que] se sumerge?», [entonces] nos sumergimos dentro de [nosotros] y alcanzamos [nuestra] morada-corazón [el núcleo más íntimo de nuestro ser, que es la fuente de la que surgen todos nuestros pensamientos], [nos fundimos y devenimos uno con] el Señor bajo la sombra del único paraguas [el espíritu no-dual infinito, que exteriormente se manifiesta como Dios, el Señor supremo de todo lo que es]. [En ese estado de ser no-dual] el sueño de [la dualidad con todos sus pares de opuestos imaginarios tales como] dentro y fuera, los dos *karmas* [los dos tipos de acción, buena y mala], muerte y nacimiento, felicidad y miseria, y luz y oscuridad, no existen. ¡Oh!, océano sin-límites de luz de gracia llamado Colina Aruna, que danza sin-movimiento dentro del patio de [nuestro] corazón.

El «océano sin-límites de luz de gracia llamado Colina Aruna», a quien Sri Ramana se dirige en este verso, es el espíritu no-dual infinito, que exteriormente se manifiesta como Dios, que es adorado en la forma de la colina sagrada Arunachala. Éste no es el lugar para responder a la pregunta de por qué el espíritu no-dual debe ser adorado dualísticamente como una forma externa, pero esta pregunta será respondida en la segunda parte de este presente libro. Baste decir aquí que Sri Ramana escribió este verso como parte de un himno escrito en el lenguaje alegórico y poético del amor místico.

El «océano sin-límites de luz de gracia llamado Colina Aruna» es por lo tanto una descripción alegórica de Dios, y se dice que él «danza sin-movimiento dentro del patio de nuestro corazón» debido a que él es nuestra ilimitada consciencia de ser, que brilla sin-movimiento, aunque vívidamente como «yo soy», en el núcleo más íntimo de nuestro ser. El «Señor bajo la sombra del único paraguas» es igualmente una descripción alegórica de Dios, el Señor supremo de todo lo que es, cuya realidad no es nada sino nuestra infinita consciencia de ser no-dual, «yo soy». Por lo tanto, aunque Sri Ramana lo describe alegóricamente en el lenguaje de la devoción dualista, lo que él está describiendo efectivamente en la última parte de este verso es solo el estado de no-dualidad perfecta, que solo podemos experimentar cuando ponemos fin a nuestro sueño de dualidad.

Nuestro sueño de dualidad es conocido solo por la mente, nuestro pensamiento fundamental «yo», que es la consciencia limitada que siente «yo soy este cuerpo». Si no

surgimos como esta consciencia limitada, no podemos conocer ninguna dualidad. Puesto que toda dualidad es solo una imaginación, no existe cuando no la conocemos. Por lo tanto, Sri Ramana comienza este verso declarando la verdad fundamental y sumamente importante, «Si el pensamiento “yo” no existe, ninguna otra cosa existirá».

Es decir, todas las cosas dependen para su existencia aparente de la existencia aparente de nuestro pensamiento fundamental «yo», que es una forma limitada y distorsionada de la consciencia de ser fundamental, «yo soy». Por lo tanto, para poner fin a la apariencia ilusoria de la dualidad, debemos poner fin a la apariencia ilusoria de nuestro pensamiento primero y fundamental «yo».

En este verso Sri Ramana explica en unas pocas palabras muy simples, cómo podemos poner fin a la apariencia ilusoria de este pensamiento primario «yo». Puesto que cada pensamiento que surge en la mente es formado y conocido solo por nuestro primer pensamiento «yo», y puesto que nuestro primer pensamiento «yo» surge de y siempre depende de la consciencia de ser esencial, «yo soy», cualquier pensamiento que surja, solo podemos conocerlo debido a que conocemos primero «yo soy». Así pues, cada pensamiento puede servirnos como un recordatorio de nuestro ser. Para mostrarnos cómo podemos hacer del surgimiento de cualquier pensamiento una oportunidad para recordar nuestro ser, Sri Ramana nos da la fórmula simple, «¿A quien? A mí. ¿Cuál es el lugar del que yo surge?».

Al darnos así esta fórmula, Sri Ramana no quiere decir que debemos preguntarnos constantemente, «¿A quién ha acontecido este pensamiento? Solo a mí. ¿Cuál es el lugar del que ha surgido este “mí”?». Lo que él quiere decir es que debemos usar cualquier pensamiento que surja para recordar la mente pensante, que sentimos ahora ser «yo», debido a que recordando este «yo» que piensa y conoce, cada pensamiento nos recordará a su vez la consciencia esencial de nuestro ser, «yo soy», que subyace al sentimiento de que estamos pensando y conociendo pensamientos, y que es así el «lugar» o fuente del que surge la mente pensante. Es decir, ante cualquier pensamiento que surja, debemos recordar, «Conozco este pensamiento debido a que soy», y con ello debemos retirar la atención del pensamiento y volverla hacia la consciencia esencial de ser —la auto-consciencia real «yo soy».

Cuando volvemos así la atención hacia la consciencia de ser, «yo soy», la mente, que ha surgido para pensar pensamientos, comenzará a sumergirse en nuestro ser auto-consciente verdadero, que es la fuente de la que ha surgido. Si somos capaces de focalizar la atención total y exclusivamente en la consciencia de ser, la mente se extinguirá completamente en el núcleo más íntimo de nuestro ser, y así experimentaremos nuestro ser verdadero con claridad de auto-consciencia no-dual absolutamente inadulterada.

Cuando experimentemos una vez nuestro ser verdadero con semejante claridad perfecta, descubriremos que somos el espíritu infinito no-dual, y así destruiremos para siempre la ilusión de que somos un cuerpo, una mente o algo distinto de ese espíritu.

Cuando esta ilusión sea así destruida, el sueño de la dualidad, que depende de ella, también llegará a su fin.

Esta técnica de usar el surgimiento de cada pensamiento para recordar nuestro ser esencial, que Sri Ramana explica muy concisamente en este verso, es explicada por él con más detalle en el párrafo sexto de *Nan Yar?*:

Solo por [medio de] la investigación «¿Quién soy yo?» [nuestra] mente se sumerge [se encoge, se aplaca, deviene calma, desaparece o deja de ser]; el pensamiento «¿Quién soy yo?» [es decir, el esfuerzo que hacemos para prestar atención a nuestro ser esencial], habiendo destruido todos los otros pensamientos, finalmente él mismo es destruido como un palo de cremar cadáveres [es decir, un palo que se usa para mover la pira funeraria a fin de asegurar que el cadáver está enteramente quemado]. Si surgen otros pensamientos, sin tratar de completarlos, [nosotros] debemos investigar a quién han acontecido. Por muchos pensamientos que surjan, ¿qué [más da]? Tan pronto como aparece cada pensamiento, si [nosotros] investigamos vigilantemente a quién ha acontecido, «a mí» será claro [es decir, estaremos acordándonos claramente de nosotros, a quien acontece cada pensamiento]. Si investigamos [así] «¿Quién soy yo?» [es decir, si volvemos la atención atrás hacia nosotros y la mantenemos fijada firme, aguda y vigilantemente sobre nuestro ser auto-consciente esencial para descubrir qué es realmente este «mí»], [nuestra] mente vuelve a su lugar de nacimiento [el núcleo más íntimo de nuestro ser, que es la fuente de la que surgió]; [y puesto que con ello nos abstendremos de prestarle atención] el pensamiento que había surgido se sumerge también. Cuando practicamos y practicamos de esta manera, para [nuestra] mente aumenta el poder de permanecer firmemente establecida en su lugar de nacimiento [es decir, al practicar repetidamente volviendo la atención hacia nuestro mero ser, que es el lugar de nacimiento de la mente, aumenta la capacidad de la mente para permanecer como mero ser]. Cuando [nuestra] mente sutil sale a través del portal de [nuestro] cerebro y órganos de los sentidos, los nombres y formas groseros [los pensamientos o imágenes mentales que constituyen la mente, y los objetos que constituyen este mundo] aparecen; cuando permanece en [nuestro] corazón [el núcleo de nuestro ser], los nombres y formas desaparecen. Solo a [este estado de] retener [nuestra] mente en [nuestro] corazón sin dejar[la] ir hacia fuera [es verdaderamente aplicable] el nombre «*ahamukham*» [«mirar –a– yo» o «auto-atención»] o «*antarmukham*» [«mirar–adentro» o introversión]. Solo [al estado de] dejar[le] ir hacia fuera [es verdaderamente aplicable] el nombre «*bahirmukham*» [«mirar–afuera» o extroversión]. Solo cuando [nuestra] mente permanece firmemente establecida en [nuestro] corazón de esta manera, [nuestro pensamiento primario] «yo», que es la raíz [la base, fundamento u origen] de todos los pensamientos, se va [desaparece o deja de ser], y solo brilla [nuestro] **sí mismo** [real] siempre existente. El lugar [es decir, el estado o realidad] exento incluso del menor [rastros] de [nuestro] pensamiento [primario] «yo», es *svarupa* [nuestra «pro-

pia forma» o sí mismo real]. Solo eso es llamado «*mauna*» [silencio]. Solo a [este estado de] solo ser es [es verdaderamente aplicable] el nombre «*jñana-drishti*» [«conocimiento-ver», es decir, la experiencia del conocimiento verdadero]. Ese [estado] que es solo ser, es solo [el estado de] hacer [que nuestra] mente se sumerja [se aplaque, se funda, se disuelva, desaparezca, sea absorbida, o perezca] en *atma-svarupa* [nuestro sí mismo real]. Aparte de [este estado de ser no-dual], estos [estados de conocimiento dualista] que son conocer los pensamientos de otros, conocer los tres tiempos [lo que aconteció en el pasado, lo que está aconteciendo ahora, y lo que acontecerá en el futuro], y conocer qué está aconteciendo en un lugar distante, no puede ser *jñana-drishti* [la experiencia del conocimiento verdadero].

Puesto que la mente solo surge al prestar atención a los pensamientos, que ella imagina ser otros que ella misma, solo se sumerge retirando su atención de todos los pensamientos. Aunque la mente se sumerge de esta manera cada día en el sueño profundo, y ocasionalmente en otros estados tales como el desvanecimiento, la anestesia general, el coma, la muerte corporal, o en un estado similar de submersión provocado artificialmente por ciertas formas de meditación o por la práctica *yógica* del control de la respiración, en todos estos estados se sumerge sin consciencia clara de su ser.

Por lo tanto, en todos estos estados, aunque conocemos «yo soy», la consciencia de ser no es perfectamente clara, de modo que aunque sabemos *que somos*, no sabemos exactamente *qué somos*. Debido a que no experimentamos una claridad perfecta de auto-conocimiento o auto-consciencia verdadero en tales estados de submersión, más pronto o más tarde la mente surge de nuevo de tales estados, prestando atención una vez más a sus propios pensamientos, que ella imagina ser otros que ella misma.

La razón por la que la consciencia de nuestro ser no es perfectamente clara en tales estados, es que la mente se sumerge en ellos retirando meramente su atención de sus pensamientos, pero sin focalizar su atención claramente en sí misma. Solo si focalizamos la atención entera y exclusivamente en la consciencia de ser, «yo soy», la mente se sumergirá con perfecta claridad de auto-consciencia. Si somos capaces de hacer que la mente se sumerja de esta manera, no solo sabremos *que somos*, sino también sabremos exactamente *qué somos*.

Puesto que experimentamos así una claridad perfecta de auto-conocimiento verdadero en ese estado, nunca podremos tomarnos erróneamente de nuevo por algo que no somos, y, por consiguiente, la mente nunca surgirá de nuevo. Así pues, la submersión de la mente que podemos obtener prestando atención a la consciencia de ser, será permanente.

La submersión de la mente que Sri Ramana discute en el párrafo de arriba de *Nan Yar?*, no es la forma de submersión habitual, opaca y pasajera que experimentamos en estados como el sueño profundo, que provocamos meramente retirando la atención voluntaria o involuntariamente de todos los pensamientos, sino que es la forma de submersión clara y permanente que podemos experimentar solo en el estado de auto-

conocimiento verdadero, que solo podemos efectuar focalizando la atención intencionalmente en la consciencia de nuestro ser, «yo soy». Por lo tanto, cuando él dice, «Solo por la investigación “¿Quién soy yo?” la mente se sumerge», él quiere decir que podemos hacer que la mente se sumerja permanentemente y con plena claridad de auto-consciencia solo investigando, examinando, inspeccionando o escudriñando la consciencia de ser, «yo soy».

Aunque nuestro ser esencial es eternamente auto-consciente —es decir, aunque somos siempre conscientes de nosotros como «yo soy»— mientras la mente esté activa, sentiremos que tenemos que hacer un esfuerzo para escudriñar o prestar atención a la auto-consciencia esencial, la consciencia de nuestro ser. Por lo tanto, puesto que la auto-atención implica un esfuerzo hecho por la mente, Sri Ramana se refiere a ese esfuerzo como «el pensamiento “¿Quién soy yo?”» y dice que, después de destruir todos los otros pensamientos, él será también destruido.

Todo pensamiento que formamos en la mente es una forma de esfuerzo, debido a que podemos formar y conocer cualquier pensamiento solo haciendo un esfuerzo para hacerlo. Debido a que pensamos con gran deseo y entusiasmo, y debido a que estamos completamente habituados a hacerlo, nos parece que pensamos sin esfuerzo. Sin embargo, pensar requiere esfuerzo, y por lo tanto como resultado de pensar devenimos fatigados.

Debido a que pensar es fatigoso, la mente necesita descansar y recuperar su energía cada día, lo que hace sumergiéndose y permaneciendo por un tiempo en el sueño profundo. En el sueño profundo la mente permanece sumergida temporalmente en nuestro sí mismo real —nuestro verdadero estado de ser auto-consciente— y debido a que nuestro sí mismo real es la fuente de todo poder, la mente es capaz de recargar su energía permaneciendo por un tiempo en el sueño profundo.

La energía o poder que impele a la mente a pensar, es nuestro deseo de hacerlo. El deseo es la fuerza impulsora detrás de todo pensamiento y de toda actividad. A no ser que seamos impelidos por algún deseo, no pensamos ni hacemos nada. Cuando hacemos el esfuerzo de prestar atención a la consciencia de ser, lo hacemos debido a nuestro deseo o amor por el auto-conocimiento verdadero.

Cuando practicamos repetidamente tal auto-atención, la claridad de la consciencia de nuestro mero ser aumenta, y debido a la felicidad que encontramos en tal claridad, nuestro amor de prestar atención a nuestro ser aumenta. Puesto que este amor de prestar atención a nuestro ser es el poder que nos capacita para hacerlo, Sri Ramana dice, «Cuando practicamos y practicamos de esta manera, para [nuestra] mente aumenta el poder de permanecer firmemente establecida en su lugar de nacimiento».

Cuanto más experimentemos el gozo de solo ser, menos deseo sentiremos de pensar o hacer nada, y así, por la práctica de la auto-atención, nuestra tendencia a pensar se debilitará gradualmente y finalmente será destruida. Cuando no tengamos deseo de pen-

sar nada, permaneceremos establecidos sin esfuerzo en nuestro ser esencial, y así, incluso nuestro esfuerzo de prestar atención a nuestro ser, se sumergirá. Esto es lo que Sri Ramana significa al decir que el pensamiento o esfuerzo de saber «¿Quién soy yo?», destruirá todos los otros pensamientos y finalmente él mismo será destruido.

Sri Ramana dice, «Si surgen otros pensamientos, sin tratar de completarlos, debemos investigar a quién han acontecido». Lo que él significa al decir que no debemos tratar de hacer ningún esfuerzo para completar un pensamiento, es que no debemos continuar prestándole atención.

Nuestros pensamientos surgen debido solo a que les prestamos atención, y cuanto más atención les prestamos, más florecen. Si, en lugar de permitir así que nuestro esfuerzo o atención fluya hacia fuera para pensar pensamientos, lo dirigimos hacia dentro para conocer la consciencia para quien esos pensamientos son conocidos, el vigor con el que formamos nuestros pensamientos comenzará a desvanecerse.

Por lo tanto, Sri Ramana dice, «Tan pronto como aparece cada pensamiento, si [nosotros] investigamos vigilantemente a quién ha acontecido, “a mí”, será claro». El verbo que él usa para significar «será claro» es *tondrum*, que significa también «será visible», «aparecerá», «brotará», «emergerá a la existencia», «vendrá a la mente» o «será conocido»; de modo que con las palabras «a mí, será claro», él quiere decir que nos acordaremos claramente de nosotros, el «mí» a quien acontece cada pensamiento. En otras palabras, la atención se volverá sobre sí misma, lejos del pensamiento que había comenzado a pensar.

Aunque el «mí» que conoce pensamientos no es nuestro sí mismo real, nuestra «consciencia de ser», sino solo la mente, la espuria «consciencia que conoce» o «consciencia que surge», cuando volvamos la atención hacia ella, ella se sumergirá automáticamente en y devendrá uno con nuestro «ser-consciencia». Esto es lo que Sri Ramana significa cuando dice después, «Si investigamos [así] “¿Quién soy yo?”, [nuestra] mente vuelve a su lugar de nacimiento».

Debido a que él dice primero, «si [nosotros] investigamos vigilantemente a quién ha acontecido este [pensamiento]», y después en la siguiente sentencia dice, «si [nosotros] investigamos quién soy yo», algunas gentes le interpretan erróneamente como queriendo decir que primero debemos preguntarnos a quién ha acontecido cada pensamiento, y que después de recordar que me ha acontecido a mí, entonces debemos preguntarnos quién es este «mí», o «¿quién soy yo?». De hecho, sin embargo, puesto que por el mero recuerdo de «mí» la atención se vuelve hacia nosotros, entonces no necesitamos hacer nada más excepto mantener la atención fijada en nosotros.

Puesto que solo podemos investigar «¿quién soy yo?» escudriñando o prestando atención a la consciencia de nuestro ser, que experimentamos siempre como «yo soy», el mero recuerdo del «mí» a quien acontece cada pensamiento, es él mismo el comienzo del proceso de investigar «¿quién soy yo?». Así pues, todo lo que necesitamos hacer

después de recordar que «este pensamiento ha acontecido a mí» es mantener la atención fijada en ese «mí».

Por lo tanto, podemos comprender mejor la conexión entre estas dos sentencias interpolando las palabras «así» o «continuamos así»: «si investigamos [así] quién soy yo», o, «si [continuamos así] investigando quién soy yo». Incluso si elegimos interpolar la palabra «entonces» en lugar de la palabra «así», continuaríamos comprendiendo este «entonces» en el sentido de «continuamos entonces»: «si [continuamos entonces] investigando quién soy yo». Es decir, no debemos comprender este inciso como significando, «si entonces iniciamos un proceso de investigación nuevo pensando “¿quién soy yo?”», sino que debemos comprender que ello significa «si continuamos entonces este estado de investigación (que iniciamos cuando recordamos el “mí”) manteniendo la atención firme y agudamente fijada en nuestro ser auto-consciente, “yo soy”».

Cuando Sri Ramana dice, «Si investigamos [así] “¿quién soy yo?”, [nuestra] mente vuelve a su lugar de nacimiento», ¿qué significa él exactamente al decir que nuestra «mente vuelve a su lugar de nacimiento»? En este contexto, el término «lugar de nacimiento» denota la fuente de la que la mente ha emergido, que es la consciencia fundamental de nuestro ser, «yo soy». Puesto que la mente surge o deja su lugar de nacimiento aparentemente solo prestando atención a los pensamientos —que ella crea por su poder de imaginación, pero que imagina ser otros que ella misma— ella vuelve a su lugar de nacimiento solo retirando su atención de todos sus pensamientos.

Sin embargo, si no solo vamos a volver a nuestro lugar de nacimiento, sino también a ser plenamente conscientes de ese «lugar» o estado natural de ser al que estamos así volviendo, no solo debemos retirar la atención de todos nuestros pensamientos, sino que también debemos volverla hacia nosotros, focalizándola agudamente en la consciencia esencial de nuestro ser. Así pues, cuando Sri Ramana dice que nuestra «mente vuelve a su lugar de nacimiento», él quiere decir que la atención volverá hacia la auto-consciencia natural, y así la mente se sumergirá en esa consciencia perfectamente clara de nuestro ser.

De hecho, la mente no es nada sino el poder de atención. Cuando dirigimos el poder de atención hacia los pensamientos y objetos, que imaginamos ser otros que nosotros, surtimos como la mente, dejando nuestro estado natural de mero ser. Pero cuando en lugar de ello dirigimos el poder de atención hacia nosotros, volvemos a nuestro estado natural de mero ser, y mientras mantenemos la atención fijada en nosotros, sin permitirle desviarse hacia nada más, permanecemos como nuestro mero ser —es decir, como nuestro sí mismo esencial. En otras palabras, la atención mirando hacia fuera es la mente, mientras que la atención mirando hacia dentro o hacia «yo», es nuestro sí mismo real — nuestro ser auto-consciente simple y esencial.

El poder de atención, que es el poder de consciencia o conocimiento, no es algo separado de nosotros. Es nosotros —nuestro ser esencial y verdadero. En otras palabras, somos el poder de atención o consciencia por el que todo es conocido.

Cuando hacemos mal uso del poder de consciencia imaginando que estamos conociendo otras cosas aparte de nosotros, devenimos aparentemente la consciencia individual separada y por lo tanto finita que llamamos «mente». Pero cuando no hacemos mal uso del poder de consciencia de esta manera, permanecemos como realmente somos siempre —como la consciencia verdadera de mero ser infinito y no-dual, «yo soy».

Cuando permanecemos así como la consciencia verdadera de nuestro mero ser, nos experimentamos como «simplemente soy», pero cuando nos imaginamos ser una consciencia individual separada o «mente», nos experimentamos como «yo soy esto» o «yo soy eso» —«yo soy este cuerpo», «yo soy una persona», «yo soy fulano», «yo soy tal y tal», «estoy conociendo», «estoy haciendo», y así sucesivamente. La mente, y todo lo que conoce o experimenta, es por lo tanto solo una forma imaginariamente distorsionada y limitada de la consciencia de ser no-dual natural, «yo soy», que es nuestro sí mismo verdadero.

Lo que llamamos «atención», es el poder que, como consciencia, tenemos para focalizarnos. Cuando focalizamos la consciencia en sí misma, es decir, cuando nos focalizamos —a nuestro mero ser auto-consciente— experimentamos el conocimiento verdadero «yo solo soy». Pero cuando nos focalizamos, nosotros o la consciencia, en algo otro que nuestro sí mismo esencial, experimentamos el conocimiento falso «estoy conociendo esta cosa otra que mí mismo».

Este focalizar la consciencia en algo otro que nosotros, es lo que llamamos «imaginación», debido a que toda otra cosa que nuestro ser auto-consciente esencial, «yo soy», es meramente un pensamiento o imagen que hemos formado en la mente por nuestro poder de imaginación. Puesto que esta «imaginación», que es otro nombre para la mente, hace que nos engañemos experimentando cosas que no existen verdaderamente, también es llamada *maya*, una palabra que significa «engaño» o «auto-engaño». Así pues, la mente o la atención que conoce objetos, es meramente un producto de nuestro poder de imaginación auto-engañoso, que es el uso distorsionado que hacemos de nuestro poder de consciencia cuando la usamos para imaginar que estamos experimentando algo otro que nosotros.

Debido a que la atención es la focalización de nuestro ser entero en algo, ella tiene un poder formidable. De hecho, es el único poder que existe verdaderamente, y es la fuente de la que surgen todas las demás formas de poder. De nuestra experiencia en el sueño con sueños, sabemos que al hacer un mal uso de nuestro poder de atención para imaginar y conocer otras cosas que nosotros, podemos crear un mundo entero y engañarnos tomando erróneamente ese mundo por real. Puesto que sabemos que podemos crear un mundo aparentemente real por nuestro mero poder de imaginación en el sueño con sueños, no tenemos ninguna razón válida para suponer que el mundo que experi-

mentamos ahora en este supuesto estado de vigilia sea otra cosa que una creación de nuestro mismo poder de imaginación.

Así pues, la atención tiene el poder de crear un mundo que no existe verdaderamente, y en el proceso de hacerlo, nos engaña a que tomemos erróneamente ese mundo como real. Todo el poder que vemos en el mundo que imaginamos que está fuera de nosotros, parece existir debido solo a nuestro poder de atención. Todo lo que experimentamos parece ser real debido solo a que le prestamos atención. Puesto que la atención es tan poderosa, es un arma peligrosa que debemos usar cuidadosa y sabiamente.

La manera sabia de usar nuestro poder de atención es conocernos. Hasta que conozcamos la verdad de nosotros, que conocemos todas las otras cosas, no podemos conocer la verdad de nada más. Para conocernos, debemos prestarnos atención —a nuestro ser auto-consciente esencial, «yo soy».

Las otras cosas parecen venir a la existencia solo cuando las prestamos atención, y desaparecen cuando dejamos de prestarles atención. Por esto es por lo que Sri Ramana dice, «Cuando [nuestra] mente sutil sale a través del portal de [nuestro] cerebro y órganos de los sentidos, los nombres y formas groseros aparecen; cuando permanece en [nuestro] corazón, los nombres y formas desaparecen».

¿Qué quiere decir él exactamente cuando dice esto? Cuando prestamos atención a o conocemos algo que es aparentemente otro que la consciencia de ser, sentimos que la mente o atención está yendo hacia fuera, lejos de nosotros. Cuando la atención va así hacia fuera, lo hace ya sea a través del portal o puerta del cerebro, o ya sea a través de los portales del cerebro y uno o más de los cinco órganos de los sentidos. Cuando la atención sale a través del portal del cerebro, experimentamos pensamientos que reconocemos como existentes solo dentro de la mente, pero cuando la atención sale aún más allá, no solo a través del cerebro sino también a través de los órganos de los sentidos, experimentamos objetos que imaginamos que existen fuera e independientes de la mente.

Sri Ramana describe tanto los pensamientos que reconocemos como existentes solo dentro de la mente, como los objetos que imaginamos que existen fuera de la mente, como «nombres y formas», debido a que todo pensamiento es solo una forma o imagen mental, y todo objeto externo es igualmente solo una forma o imagen que experimentamos en la mente, y debido a que damos o podemos dar un nombre a toda forma que conocemos. Así pues, en este contexto, la palabra «nombres» denota nuestros pensamientos verbalizados, mientras que la palabra «formas» denota nuestros pensamientos pre-verbalizados. Sin embargo, puesto que nuestros pensamientos verbalizados y pre-verbalizados están íntimamente asociados e interrelacionados, la distinción entre ellos no es clara, y, por consiguiente, en la filosofía india son considerados como un todo indistinguible, que es expresado por la palabra compuesta *nama-rupa*, que quiere decir «nombre-forma».

Debido a que todos los pensamientos que pensamos y todos los objetos que conocemos no son nada sino «nombres y formas», esta palabra compuesta *nama-rupa* o «nombre-forma» es usada frecuentemente en el *vedanta advaita* para denotar colectivamente a todos los pensamientos y a todos los objetos externos. Una razón importante por la que este término *nama-rupa* es usado así frecuentemente para denotar todos los pensamientos y objetos externos, es que los distingue así claramente de la consciencia esencial de ser, «yo soy», que es sin-nombre y sin-forma, debido a que no tiene ninguna forma definible y por lo tanto está más allá de toda concepción mental.

Puesto que la mente es en esencia mera consciencia, y puesto que por lo tanto no tiene forma propia, Sri Ramana la describe como «sutil», mientras que él describe todos los pensamientos y objetos externos como «groseros», debido a que todos ellos son meras formas —imágenes que formamos en la mente por nuestro poder de imaginación.

Formamos tales imágenes mentales solo permitiendo que la mente o la atención salga hacia fuera, lejos de nosotros. Por lo tanto, cuando retenemos la atención dentro de nosotros, sin permitir que la mente surja para conocer algo otro que «yo soy», todas esas imágenes mentales desaparecen. Esto es lo que Sri Ramana significa cuando él dice, «cuando ella permanece en [nuestro] corazón, los nombres y formas desaparecen». Con la palabra «corazón» él significa solo el núcleo de nuestro ser, que es la autoconsciencia fundamental y esencial «yo soy», y que es la fuente o «lugar de nacimiento» de la mente imaginaria.

Sri Ramana describe este estado de retener la atención en nuestro «corazón» o el núcleo de nuestro ser como «introversión», pero al hacerlo él usa significativamente no solo uno sino dos términos sánscritos para denotar «introversión». El segundo de estos dos términos es *antarmukham*, que es el término usado más comúnmente tanto en la literatura filosófica sánscrita como tamil para denotar introversión, y que es un compuesto de dos palabras, *antar* y *mukham*. La palabra *antar* significa «dentro», «adentro», «interno», «interior» o «hacia dentro», mientras que la palabra *mukham* quiere decir «cara», «dirección», «hacer cara», «volverse hacia», «vuelto hacia» o «mirar a». Así, la palabra compuesta *antarmukham* significa «hacer cara hacia dentro», «mirar hacia dentro», «vuelto hacia dentro» o «dirigir la atención hacia dentro».

El primero de los dos términos que él usa para describir el estado de introversión es *ahamukham*, que es un término usado muy raramente, pero que es efectivamente más significativo que *antarmukham*. Lo mismo que *antarmukham*, *ahamukham* es un compuesto de dos palabras, *aham* y *mukham*. En sánscrito, la palabra *aham* significa solo «yo», pero en tamil no solo significa «yo» o «sí mismo», sino que por otra raíz significa también «dentro», «mente», «corazón», «morada», «hogar», «casa», «lugar» o «espacio». Así, la palabra compuesta *ahamukham* no solo significa «introversión», sino también más específicamente «mirar hacia yo», «mirar hacia sí mismo», «verse», «volverse hacia sí mismo» o «dirigir la atención hacia yo».

Sri Ramana continúa entonces diciendo que cuando la mente o atención permanece así firmemente establecida en el corazón o *hridaya*, el núcleo más íntimo de nuestro ser, el pensamiento primero y fundamental «yo» se desvanecerá, y solo nuestro **sí mismo** real siempre-existente brillará o será conocido. Es decir, cuando somos capaces de mantener la atención fijada firmemente en la consciencia de ser, la claridad de auto-consciencia que experimentamos en ese estado —la claridad de auto-consciencia que existe siempre en nuestro corazón, pero que solo experimentamos cuando mantenemos la atención fijada firmemente en ella— destruirá para siempre nuestra tendencia a surgir como el pensamiento «yo», la consciencia individual espuria que se toma erróneamente por un cuerpo, y así nuestro **sí mismo** real y esencial permanecerá solo, brillando claramente como «yo soy» o «yo soy yo».

Para enfatizar el hecho de que la realidad no-dual que permanece después de que la consciencia individual «yo» ha cesado de existir no es algo nuevo para nosotros, sino que es solo nosotros, en el texto tamil original, en la cláusula final y principal de esta sentencia, «...y solo brilla [nuestro] **sí mismo** siempre-existente», Sri Ramana realzó en negrita el pronombre *tan*, que significa «sí mismo» o «nosotros». Aunque experimentamos siempre este **sí mismo** siempre-existente como «yo soy», él destruirá la mente o consciencia individual solo si fijamos la atención firmemente en él.

Sri Ramana describe entonces nuestro sí mismo real o *svarupa* como el «lugar» en el que no existe ni siquiera el más mínimo rastro del pensamiento «yo». Ese «lugar» es nuestro «corazón», el núcleo más íntimo de nuestro ser. Él se refiere a él figurativamente como un «lugar» por dos razones, primeramente debido a que es la fuente o lugar de nacimiento de la mente (y de toda la progenie de la mente, a saber, sus pensamientos y los objetos que constituyen este mundo), y en segundo lugar debido a que lo experimentamos como el núcleo de nuestro ser —el punto central en el espacio de la mente, el punto desde el que concebimos todos los pensamientos y percibimos todos los objetos externos. Además de ser descrito como un «lugar», también puede ser descrito como un «estado», debido a que es el estado de no-egoidad perfecta, el estado en el que experimentamos solo la consciencia de mero ser pura, incontaminada y sin-adjuntos, «yo soy».

Sri Ramana también describe este «lugar» o estado de no-egoidad como *mauna* o «silencio», debido a que es el estado de ser perfectamente silente o inmóvil. Puesto que nuestro sí mismo real es así el estado de silencio perfecto, solo podemos conocerlo permaneciendo silentes, es decir, solo siendo, sin surgir para pensar nada. Es decir, puesto que la actividad o parloteo incesante de la mente, es el ruido que nos impide conocer el silencio de ser puro, solo podemos experimentar ese silencio silenciando toda nuestra actividad mental. Por lo tanto, silencio en este contexto no significa mero silencio del habla, sino completo silencio de mente.

Sri Ramana describe además este estado de silencio o ser sin-ego como el estado de «solo ser». Las palabras tames que él usa para significar «solo ser» son *summa irup-*

padu. La palabra *summa*, es un adverbio que significa «solo», «meramente», «silente-mente», «calladamente», «apaciblemente», «reposadamente», «descansadamente», «sin hacer nada», «sin-movimiento», «libremente» o «continuamente», mientras *iruppadu* es un gerundio o nombre verbal que significa «ser», de la raíz *iru*, que es un imperativo que significa «sé».

Este término *summa iruppadu* es un concepto clave en la literatura filosófica tamil, y su forma imperativa, *summa iru*, que significa «solo sé», es considerada la forma última y más perfecta de instrucción espiritual. La razón de la pre-eminencia dada a este término, es que expresa tan perfectamente cómo las palabras pueden expresar el estado del auto-conocimiento verdadero, que es el estado de silencio perfecto. Sri Ramana lo define simplemente como «hacer [que nuestra] mente se sumerja [se aplaque, se funda, se disuelva, desaparezca, sea absorbida o perezca] en *atma-svarupa* [nuestro sí mismo real]».

La palabra sánscrita *atman*, que es usada en tamil en varias formas modificadas tales como *atma*, *attuma* y *anma*, significa «sí mismo», «espíritu», «vida», «alma», «mente», «espíritu supremo», «esencia» o «naturaleza», y es usada también como el pronombre reflexivo singular para las tres personas y los tres géneros, «uno mismo», «mí mismo», «tú mismo», «él mismo», «ella misma» o «ello mismo», o como la forma genitiva del pronombre reflexivo, en el sentido de «propio de uno», «mío propio» y demás. En un contexto espiritual, *atman* significa nuestro sí mismo real, nuestro espíritu o ser esencial, que también es llamado *brahman*, el espíritu supremo o realidad absoluta, la esencia o única sustancia de todas las cosas.

La palabra sánscrita *svarupa*, que en tamil es modificada usualmente como *sorupam*, es un nombre compuesto formado por dos partes, *sva*, que significa «propio», «propio de uno», «mío propio», «tuyo propio», «suyo propio», «suya propia», «suyo propio (de ello)», «nuestro» o «suyo propio (de ellos)», y *rupa*, que significa «forma», «aparición», «imagen» o «naturaleza». Así pues, la palabra compuesta *atma-svarupa*, significa literalmente «la propia naturaleza verdadera de uno mismo», es decir, la naturaleza verdadera de nuestro sí mismo real, que es nuestra mera consciencia de ser —la auto-consciencia esencial «yo soy».

Puesto que la mente es nuestro sí mismo falso, una forma de consciencia espuria que tomamos erróneamente como nosotros, solo podemos efectuar su disolución fijando la atención firmemente en nuestro sí mismo real, el núcleo más íntimo de nuestro ser, que experimentamos siempre como la consciencia fundamental y esencial «yo soy». Cuando disolvamos la mente así en nuestro sí mismo real, la naturaleza verdadera de nuestro sí mismo real se revelará como mero ser —ser que es silente, apacible y exento de todo movimiento o actividad. Este estado en el que disolvemos así la mente en nuestro sí mismo real, es descrito por lo tanto como *summa iruppadu*, el estado de «solo ser» —es decir, el estado en el que meramente somos como siempre somos verdaderamente, exentos incluso de la más mínima actividad o «hacer».

Sri Ramana dice que solo este estado de «solo ser» puede ser llamado *jñana-drishti* o la «experiencia del conocimiento verdadero». La palabra sánscrita *jñana*, que se deriva de la raíz verbal *jñā*, que quiere decir «conocer», «cognoscer» o «experimentar», significa «conocer» o «conocimiento», y en un contexto espiritual significa conocimiento verdadero —es decir, conocimiento de nuestro sí mismo real. La palabra sánscrita *drishti* significa el acto de «ver», «contemplar» o «mirar», o la facultad de la «vista», el «ojo», una «mirada», un «atisbo» o una «visión». Así pues, la palabra compuesta *jñana-drishti* significa la «visión» o experiencia del conocimiento verdadero. Por lo tanto, puesto que la experiencia del conocimiento verdadero no es otra que la experiencia de conocer nuestro sí mismo real, y puesto que solo podemos conocer nuestro sí mismo real no siendo nada otro que nuestro sí mismo real, el estado de solo ser lo que siempre somos realmente, es la experiencia del conocimiento verdadero o *jñana-drishti*.

Sin embargo, en la imaginación popular se cree erróneamente que el término *jñana-drishti* significa el poder o la capacidad de conocer ciertas cosas que normalmente no pueden ser conocidas por la mente humana, tales como qué están pensando otras gentes, qué acontecerá en el futuro, o qué está aconteciendo en algún lugar lejano. Pero tales poderes milagrosos o sobrenaturales, de hecho no tienen nada que ver con el conocimiento verdadero. Por el contrario, son formas de ignorancia, ilusión o auto-engaño meramente adicionales —formas de engaño que solo aumentan la densidad de nuestro engaño ya existente y profundamente enraizado sobre quién o qué somos realmente.

Puesto que la mente ha creado este universo entero por el poder de su imaginación, no habría nada que no pudiera hacer con solo que pudiera dominar el control completo sobre su imaginación. Sin embargo, puesto que nuestro poder de imaginación es un poder de ilusión y auto-engaño, no podemos dominarlo nunca perfectamente. Si tratamos de controlarlo de alguna manera, él nos engañará de alguna otra manera.

No obstante, puesto que la mente es tan poderosa, es posible para nosotros manipular nuestro poder de imaginación con ciertas técnicas (tales como ciertas formas de meditación, repetición concentrada de ciertos *mantras* o sonidos que están dotados supuestamente de algún poder místico, ciertas prácticas *yógicas*, ritos y rituales ocultos, uso cuidadosamente controlado de ciertas hierbas alucinógenas o supuestamente expansoras de la mente, hongos u otras drogas, ciertas otras formas de magia que supuestamente capacitan a una persona a invocar la ayuda de espíritus, *jinn*, demonios, ángeles, pequeñas deidades o *devas*, o algún otro medio artificial semejante) de tal manera que nos engañemos y a otros haciéndonos creer que poseemos ciertos poderes milagrosos, lo mismo que en el sueño con sueños somos capaces de manipular nuestro poder de imaginación de tal manera que nos engañamos haciéndonos creer que estamos volando efectivamente.

Sin embargo, puesto que el mundo que vemos en este estado de vigilia no es más real que el mundo que veíamos en un sueño, ningún poder milagroso que podamos ser

capaces de exhibir en este estado de vigilia, es más real que nuestra capacidad de volar en un sueño. Por lo tanto, en el verso 35 de *Ulladu Narpadu* Sri Ramana dice:

Conocer y ser la realidad [absoluta] [nuestro ser esencial], que es [eternamente] *siddha* [obtenido], es [el único] *siddhi* [obtención] [verdadero]. Todos los otros *siddhis* [logros tales como los poderes milagrosos] son meramente [como] los *siddhis* que experimentamos en un sueño. Si consideramos [tales *siddhis* después de haber despertado] al dejar el sueño, ¿[seguirán pareciéndonos] reales? Considerad [igualmente], ¿serán engañados esos que han dejado [o finalizado] la irrealidad [experimentando y] morando en el estado real [del auto-conocimiento verdadero] [por la ilusión engañosa de los poderes milagrosos]?

Lo que quiera que experimentemos en un sueño, nos parece ser real solo mientras estamos experimentando ese sueño. Cuando despertamos y consideramos lo que habíamos experimentado, comprendemos claramente y sin ninguna duda que todo era irreal, siendo meramente una ficción de nuestra imaginación.

De la misma manera, todo lo que experimentamos en este supuesto estado de vigilia nos parece ser real solo mientras estamos experimentando este estado. Cuando despertemos a nuestro estado de despertar real, que es el estado no-dual de auto-consciencia o auto-conocimiento perfectamente claro, descubriremos que toda la dualidad que estamos experimentando ahora en nuestro presente estado de auto-ignorancia, es tan irreal como toda la dualidad que experimentábamos en nuestro sueño con sueños, puesto que no es nada sino una mera ficción de nuestra imaginación.

Cuando sepamos claramente cómo somos realmente —es decir, la consciencia no-dual de nuestro ser esencial, «yo soy», que es la única y sola realidad absoluta— descubriremos que solo nosotros somos reales, y que todo lo que anteriormente parecía ser otro que nosotros, es por lo tanto enteramente irreal. Experimentar y permanecer firmemente en este estado de claridad absoluta es por lo tanto la única obtención o *siddhi* que es verdaderamente digno de obtener.

Al obtener esta auto-obtención o *atma-siddhi*, nos liberaremos del engaño de que somos esta mente, la forma de consciencia falsa y finita que se imagina estar experimentando la dualidad u otredad, y con ello trascenderemos todo nuestro presente conocimiento de otredad imaginario. Habiendo deshechado así la fabricación entera de la dualidad, ¿seremos engañados por alguna apariencia tal como la exhibición de poderes milagrosos?

Si comprendemos que este mundo entero es un mero sueño, no encontraremos ninguna maravilla y no tendremos ningún deleite en milagros ni en tales exhibiciones de poderes sobrenaturales. Los milagros acontecen acordemente a la fe que las gentes tienen en ellos, y tal fe no es nada sino un acto de imaginación.

Solo somos capaces de volar en un sueño debido a que en ese tiempo creemos que podemos volar. Si no creyéramos que podemos volar, ni siquiera trataríamos de hacerlo.

Similarmente, no buscaríamos milagros en este mundo, si no creyéramos que los milagros son posibles. Si vemos un milagro, debemos haber creído ya, consciente o inconscientemente, que tal milagro era posible. Podemos atribuir tales milagros a alguna forma de operación divina, pero de hecho no son nada sino un producto de nuestra imaginación, de la misma manera que este mundo entero es un producto de nuestra imaginación.

Por lo tanto, si hemos comprendido al menos teóricamente que todo conocimiento de dualidad u otredad es meramente una ficción de nuestra imaginación, lo mismo que todo el conocimiento que tenemos de otras cosas que nosotros en un sueño, no sentiremos ningún deseo de adquirir ninguna forma de poder sobrenatural o de hacer ningún milagro. Si fuéramos capaces de hacer milagros, podríamos ser capaces de engañar a otras gentes, pero al hacerlo, la primera persona a quien engañaríamos sería a nosotros. Por lo tanto, en el verso 8 de *Upadesa Tanippakkal* Sri Ramana dice:

Un prestidigitador engañará a las gentes de este mundo sin ser él mismo engañado, hijo [mío], pero un *siddha* [una persona que ha adquirido *siddhis* o poderes milagrosos] engaña a las gentes de este mundo y él mismo [también] es engañado [al creer que sus propios poderes y milagros son reales]. ¡Qué maravilla es ésta!

Cualesquiera poderes sobrenaturales de conocimiento que podamos tener, tanto si es el poder de conocer lo que otras personas están pensando, o el poder de conocer qué acontecerá en el futuro, o el poder de conocer qué está aconteciendo en lugares lejanos, tal poder es solo un poder de conocer algo otro que nosotros, y no puede ayudarnos a conocernos. Por lo tanto, todos esos poderes son solo un medio de auto-engañó y no pueden ser un medio de auto-descubrimiento verdadero.

Ningún conocimiento de algo aparte de nosotros puede ser conocimiento verdadero, debido a que tal conocimiento es adquirido por nosotros a través de la ilusoria consciencia auto-engañosa que llamamos «mente». El único conocimiento que es verdadero o real, es el conocimiento correcto e incontaminado de nuestro sí mismo real —la consciencia no-dual esencial de nuestro ser, «yo soy».

El conocimiento de algo otro que «yo soy», es meramente una forma de imaginación, y por lo tanto no es realmente conocimiento, sino solo ignorancia. Por lo tanto, si deseamos obtener conocimiento verdadero, sin el que no podemos experimentar felicidad perfecta y verdadera, no debemos perder nuestro tiempo y energía practicando meditación, *yoga* o cualquier otra técnica oculta con el objetivo de adquirir alguna forma de poder sobrenatural.

Puesto que sabemos por nuestra experiencia en el sueño con sueños que la mente tiene el poder de crear un mundo entero dentro de sí misma, y puesto que por lo tanto tenemos que sospechar que incluso este mundo que experimentamos en nuestro estado de vigilia presente es igualmente una mera creación de la mente, sabemos que la mente ya está dotada de un poder inmensurable. Sin embargo, todo el poder formidable de la

mente —todo su poder presente y todo su poder potencial— no es nada sino el poder de nuestra imaginación.

Además, todo este poder es solo un poder de extroversión, un poder que está dirigido hacia fuera, lejos de nosotros, y por lo tanto solo sirve para engañarnos y oscurecer nuestra experiencia de la claridad de auto-consciencia o auto-conocimiento verdadero, que existe siempre en el núcleo de nuestro ser. Es decir, puesto que el poder de ir hacia fuera de la mente, el poder de la mente para conocer algo otro que nosotros, es el poder de *maya*, es decir, el poder de decepción o auto-engaño, este poder es el obstáculo que bloquea la vía de conocer nuestro sí mismo real.

Por consiguiente, si tratamos de aumentar el poder de ir hacia fuera de la mente de alguna manera, solo lograremos aumentar la densidad de nuestra ignorancia —la densidad de la nube del conocimiento falso que oscurece nuestra claridad interior de auto-conocimiento verdadero siempre-existente. Por lo tanto, en el verso 16 de *Ulladu Narpadu Anubandham*, Sri Ramana pregunta:

Puesto que solo la paz [o calma absoluta] de la mente es *mukti* [liberación de las cadenas de la auto-ignorancia o engaño], que está [en verdad] obtenida [siempre], di[me], ¿cómo pueden aquellos cuyas mentes están atadas al [deseo de] *siddhis* [poderes sobrenaturales de la mente], que no pueden ser obtenidos sin la actividad de la mente, sumergirse en la felicidad de *mukti*, que es [completamente] exenta de movimiento [oscilación, fluctuación o actividad] de la mente?

Las palabras de apertura de este verso, *chittattin santi*, que significan literalmente «paz de mente», denotan el estado en el que la mente se ha sumergido y disuelto en la paz absoluta de solo ser, que es completamente exenta de todo tipo de movimiento o actividad. Solo en ese estado de paz y calma absoluta, podemos experimentar la claridad plena y perfecta del auto-conocimiento verdadero.

Este estado apacible del auto-conocimiento verdadero, es descrito a menudo como el estado de *mukti*, que significa «liberación» o «emancipación», debido a que solo el auto-conocimiento verdadero puede liberarnos de la esclavitud a la existencia finita, que está causada por la auto-ignorancia —nuestro engaño imaginario de que somos otro que la realidad infinita y absoluta, que es lo que realmente somos. Sri Ramana describe este estado de *mukti* como *siddha*, que significa «obtenido», debido a que es en verdad nuestro estado de ser natural siempre-existente o eternamente obtenido.

Sri Ramana expresa la idea central de este verso en la forma de una pregunta retórica, una pregunta cuya respuesta está claramente implícita en su redacción. Puesto que solo podemos experimentar felicidad infinita y absoluta en el estado perfectamente apacible de liberación o auto-conocimiento verdadero, el estado en el que toda actividad mental ha cesado, es obvio que no podemos experimentar tal felicidad si permitimos que la mente esté esclavizada por el deseo de alguna forma de *siddhi*, poder sobrenatu-

ral o milagroso de la mente, debido a que todos esos poderes mentales solo pueden ser obtenidos por la actividad mental.

Mientras la mente esté activa no podemos conocer nuestro sí mismo real, que es ser perfectamente apacible e inactivo, debido a que la mente deviene activa solo cuando nos imaginamos ser la forma limitada de un cuerpo particular. Cuando no nos imaginamos ser ningún cuerpo, como en el sueño profundo, toda la actividad incansable de la mente se sumerge, y permanecemos apacible y felizmente en el estado de mero ser.

Tan pronto como la mente surge, tanto en el estado de vigilia como en el estado de sueño con sueños, nos imaginamos ser un cuerpo, y a través de los cinco sentidos de ese cuerpo, vemos un mundo, que imaginamos que está separado de nosotros. Por lo tanto, puesto que todas las formas de conocimiento dualista, y todas las formas de actividad, vienen a la existencia solo cuando la mente surge, el surgimiento de la mente oscurece nuestro estado de ser natural; apacible, feliz e inactivo, en el que experimentamos solo el conocimiento no-dual de nuestro sí mismo real, «yo soy».

Puesto que la apariencia de este mundo en el estado de vigilia, o de cualquier otro mundo en un sueño, está causada solo por el surgimiento de la mente, no podemos experimentar el estado de auto-conocimiento verdadero, apacible y no-dual, mientras percibamos este mundo. Por lo tanto, en el párrafo tercero de *Nan Yar?* Sri Ramana dice:

Si [nuestra] mente, que es la causa de todo conocimiento [dualista, relativo u objetivo] y de toda actividad, se sumerge [deviene quieta, desaparece o cesa de existir], [nuestra] percepción del mundo cesa. Lo mismo que el conocimiento de la cuerda, que es la base [que subyace a y soporta la apariencia de la serpiente], no surge a no ser que el conocimiento de la serpiente imaginaria cese, *svarupa-darsana* [el verdadero conocimiento experimental de nuestra naturaleza esencial o sí mismo real], que es la base [que subyace a y soporta la apariencia del mundo], no surge a no ser que [nuestra] percepción del mundo, que es una imaginación [o fabricación] cese.

El mundo y todo lo demás que conocemos —excepto el sí mismo real, la consciencia no-dual de nuestro ser esencial «yo soy»— es meramente una ficción de nuestra imaginación, una fabricación o ilusión creada por la mente, que es el poder de *maya*, nuestro poder de imaginación ilusorio y auto-engañoso. Por lo tanto, en el párrafo siete de *Nan Yar?* Sri Ramana dice:

Eso que existe realmente es solo *atma-svarupa* [nuestro sí mismo real]. El mundo, el alma y Dios [que son los tres elementos básicos de la existencia finita] son imaginaciones [o fabricaciones] en él [en nuestro sí mismo real], lo mismo que la plata [imaginaria] [que vemos] en una concha. Estos tres [elementos básicos de relatividad o dualidad] aparecen al mismo tiempo [tal como cuando despertamos del sueño profundo] y desaparecen al mismo tiempo [tal como cuando nos sumergimos en el

sueño profundo]. Solo [nuestra] *svarupa* [nuestra «propia forma» o sí mismo real] es el mundo; solo [nuestra] *svarupa* es «yo» [la consciencia que aparece como nuestro sí mismo individual, la mente o alma]; solo [nuestra] *svarupa* es Dios; todo es *siva-svarupa* [nuestro sí mismo real, que es *siva*, la única realidad absoluta y verdaderamente existente].

Puesto que nuestro sí mismo individual o alma, y el mundo y Dios (es decir, Dios como una entidad separada) que aparecen junto con él, son todos meras imaginaciones sobreimpuestas en la única realidad fundamental, que es nuestro sí mismo real, su apariencia nos impide experimentar esa realidad como ella es, es decir, como nuestro ser absolutamente inactivo, no-dual y auto-consciente. Por lo tanto, no podemos experimentar la naturaleza verdadera de nuestro sí mismo real a no ser que dejemos de imaginar la existencia de una forma tal de dualidad o relatividad.

Cualquier mundo que podamos percibir no es nada sino una serie de imágenes mentales o pensamientos que formamos en la mente por nuestro poder de imaginación. Por lo tanto, puesto que el mundo no es nada sino nuestros propios pensamientos, y puesto que la raíz de todos los pensamientos es el pensamiento primario «yo soy este cuerpo», la apariencia del mundo, que incluye la apariencia del cuerpo que tomamos erróneamente por nosotros, oscurece el conocimiento verdadero de nosotros —la consciencia no-dual de nuestro ser esencial, «yo soy». Este proceso de oscurecimiento es explicado claramente por Sri Ramana en el párrafo cuarto de *Nan Yar?*:

Eso que es llamado «mente» es una *atisaya sakti* [un poder extraordinario o formidable] que existe en *atma-svarupa* [nuestro sí mismo real]. Ella proyecta todos los pensamientos [o causa que todos los pensamientos aparezcan]. Cuando [nosotros] vemos [lo que queda] habiendo eliminado [abandonado, descartado, disipado, borrado o destruido] todos [nuestros] pensamientos, [descubrimos que] solitariamente [separada de o independiente de los pensamientos] no hay ninguna cosa tal como la «mente»; por lo tanto, solo el pensamiento es la *svarupa* [la naturaleza o forma básica] de [nuestra] mente. Habiendo eliminado [todos nuestros] pensamientos, [descubrimos que] no hay ninguna cosa tal como el «mundo» [existiendo separada o independientemente] como [otro que nuestros pensamientos]. En el sueño profundo no hay pensamientos [y consecuentemente] no hay tampoco ningún mundo; en la vigilia y el sueño con sueños hay pensamientos, [y consecuentemente] también hay un mundo. Lo mismo que una araña saca [un] hilo de sí misma y de nuevo lo [retrae] dentro de sí misma, así también [nuestra] mente proyecta [este o algún] otro mundo desde dentro de sí misma y de nuevo lo disuelve [lo retrae] dentro de sí misma. Cuando [nuestra] mente sale de *atma-svarupa* [nuestro sí mismo real], el mundo aparece. Por lo tanto, cuando el mundo aparece, *svarupa* [nuestra «propia forma» o sí mismo real] no aparece [como es realmente, es decir, como la consciencia de solo ser no-dual, absoluta e infinita]; cuando *svarupa* aparece (brilla) [como

es realmente], el mundo no aparece. Solo si [nosotros] continuamos investigando la naturaleza de [nuestra] mente, «*tan*» aparece finalmente como [la única realidad subyacente que ahora tomamos erróneamente por nuestra] mente. Eso que [aquí] es llamado «*tan*» [un pronombre reflexivo tamil que significa «uno mismo» o «nosotros»] es solo *atma-svarupa* [nuestro sí mismo real]. [Nuestra] mente solo subsiste combinándose siempre con [literalmente, siguiendo o conformándose a] un objeto grosero [un cuerpo físico]; solitariamente no subsiste. De [nuestra] mente solo se habla como *sukshma sarira* [nuestro «cuerpo sutil», es decir, la forma o semilla sutil de todos los cuerpos físicos imaginarios que la mente crea y toma erróneamente como ella misma] y como *jiva* [nuestra «alma» o sí mismo individual].

El mundo que imaginamos percibir fuera de nosotros, de hecho no es nada sino nuestros propios pensamientos, una serie de imágenes mentales que la mente proyecta desde dentro de sí misma, y experimenta dentro de sí misma. Por lo tanto, es una creación y proyección de la mente, lo mismo que el mundo que experimentamos en un sueño.

Puesto que nuestros pensamientos son el velo que oscurece nuestra naturaleza verdadera, que es paz y felicidad perfecta, nuestra experiencia de pensamientos y el mundo creado por nuestros pensamientos es la causa real de toda nuestra infelicidad. Como Sri Ramana dice al final del párrafo catorce de *Nan Yar?* (que hemos citado completo en el primer capítulo):

... Lo que es llamado el mundo es solo pensamiento. Cuando el mundo desaparece, es decir, cuando el pensamiento cesa, [nuestra] mente experimenta felicidad; cuando el mundo aparece, experimenta infelicidad.

La felicidad que experimentamos cuando el mundo desaparece junto con todos los otros pensamientos, es nuestro sí mismo real, nuestro ser esencial. Aunque Sri Ramana dice que la mente experimenta felicidad cuando los pensamientos cesan, eso que experimenta efectivamente felicidad en ese tiempo no es la mente como tal, sino solo nuestro sí mismo verdadero, que es la única realidad que subyace a la falsa apariencia de la mente. La mente como tal es solo pensamientos. En la ausencia de pensamientos, lo que queda no es la mente sino solo nuestro ser esencial —la pura auto-consciencia «yo soy», que es siempre incontaminada por ningún pensamiento.

Mientras prestamos atención a nuestros pensamientos, la mente parece existir, pero cuando retiramos la atención de todos los pensamientos para escudriñar el aspecto esencial de consciencia de la mente, descubriremos que la mente no es verdaderamente una entidad separada sino solo nuestro sí mismo real, cuya naturaleza es consciencia de ser no-dual, «yo soy». Esto es lo que Sri Ramana significa en el párrafo cuarto de *Nan Yar?* cuando dice crípticamente, «Si continuamos investigando la naturaleza de [nuestra] mente, solo el “sí mismo” aparece finalmente como [nuestra] mente».

El verbo tamil *mudiyum*, que he traducido aquí como «aparece finalmente», significa literalmente «acaba», pero también tiene muchos otros significados tales como «es terminado», «es completo» o «aparece». Cuando él dice, «...solo el “sí mismo” acaba como la mente», significa que cuando escudriñamos persistentemente la naturaleza esencial de la mente, finalmente descubriremos que lo que ahora nos parece ser la mente, de hecho no es nada otro que nuestro sí mismo real, la consciencia fundamental de nuestro ser, «yo soy». Él expresa esta misma verdad en el verso 17 de *Upadesa Undiyar*:

Cuando [nosotros] escudriñamos la forma de [nuestra] mente sin olvido, [descubrimos que] no hay ninguna tal cosa como la «mente» [separada de u otra que nuestro sí mismo real]. Para todos, ésta es la vía directa [el medio directo de experimentar el auto-conocimiento verdadero].

No somos nada sino consciencia pura y absoluta —no consciencia de algo otro que nosotros, sino solo consciencia de nuestro ser esencial, que experimentamos siempre como «yo soy». Cuando imaginamos que somos conscientes de algo otro que «yo soy», parecemos ser la mente, una consciencia separada que conoce objetos. Pero cuando examinemos esta consciencia que parece conocer otras cosas que a sí misma, ella se disolverá y desaparecerá, y lo que queda es solo nuestra verdadera consciencia de ser no-dual, debido a que no hay verdaderamente ninguna cosa tal como la «mente» distinta de la auto-consciencia fundamental y esencial «yo soy».

Cuando la mente aparece, el mundo aparece junto con ella. La apariencia del mundo depende de la apariencia de la mente. Pero la mente no puede subsistir sola sin un mundo. Siempre que la mente aparece, lo hace aferrándose a un cuerpo físico, que toma erróneamente por ella misma. El cuerpo que tomamos erróneamente por nosotros es una parte del mundo, pero debido a nuestra identificación de ese cuerpo particular como «yo», creamos una distinción artificial entre lo que imaginamos ser nosotros y lo que imaginamos ser otro que nosotros.

Esta distinción falsa es creada por la mente, pero sin ella, la mente no puede subsistir. Aunque el mundo es su propia creación imaginaria, la mente no puede imaginar un mundo sin imaginarse a sí misma simultáneamente como un cuerpo particular en ese mundo.

Por esto es por lo que en el párrafo cuarto de *Nan Yar?* Sri Ramana dice, «[Nuestra] mente solo subsiste combinándose siempre con un objeto grosero [un cuerpo físico]; solitariamente no subsiste». Ésta es nuestra experiencia tanto en la vigilia como en el sueño con sueños. Nunca experimentamos la mente sin sentirnos como un cuerpo particular en un mundo aparentemente objetivo. Por lo tanto, Sri Ramana a menudo describía la mente como la consciencia «yo soy este cuerpo», para lo cual él usaba a veces el término tradicional sánscrito *dehatma buddhi*, que significa literalmente «sentido cuerpo-sí mismo», es decir, el sentido, el sentimiento, pensamiento o imaginación de que

nuestro cuerpo es nosotros. Él también dice que la mente es lo que es llamado el *sukshma sarira* o «cuerpo sutil», debido a que ella es la semilla o forma sutil de todos los cuerpos físicos imaginarios que crea por su poder de imaginación y toma erróneamente por ella misma.

Nuestro imaginar que un cuerpo particular es «yo», es el prerrequisito para nuestra percepción del mundo, debido a que es a través de los cinco sentidos del cuerpo, que imaginamos ser nosotros, como percibimos el mundo. Como dice Sri Ramana, este mundo es proyectado por la mente, y en el proceso de esta proyección, los cinco sentidos de nuestro cuerpo funcionan como las lentes en un proyector de cine. Aunque sentimos que percibimos el mundo a través de nuestros cinco sentidos, de hecho no solo lo percibimos sino que también lo proyectamos a través de nuestros sentidos.

Lo mismo que pensar es un proceso doble de formar y experimentar pensamientos en la mente, así también la percepción es un proceso doble de proyectar y experimentar el mundo. Formar un pensamiento y experimentarlo, no son dos acciones separadas, sino solo dos aspectos inseparables del único proceso de pensar. Similarmente, proyectar objetos externos y experimentarlos, no son dos acciones separadas, sino solo dos aspectos inseparables del único proceso de percepción.

El pensamiento y la percepción, son ambos procesos de la imaginación. La única diferencia entre ellos es que reconocemos que los pensamientos que pensamos existen solo en la mente, mientras que imaginamos que el mundo que percibimos existe fuera de la mente. Sin embargo, esta distinción no es real, sino que existe solo en nuestra imaginación.

En un sueño, imaginamos que el mundo que percibimos en ese tiempo existe fuera de la mente, pero cuando despertamos reconocemos que de hecho existía solo dentro de la mente. El mundo que percibimos ahora en este supuesto estado de vigilia, es experimentado por nosotros exactamente de la misma manera que experimentábamos ese otro mundo en nuestro sueño, de modo que no tenemos ninguna razón válida o adecuada para suponer que no es meramente una ficción de nuestra imaginación, lo mismo que lo era el otro mundo.

Tanto en la vigilia como en el sueño con sueños, experimentamos primero un cuerpo, que tomamos erróneamente por nosotros, y entonces, a través de los cinco sentidos de ese cuerpo, experimentamos un mundo que parece existir fuera de nosotros. Siempre que experimentamos un cuerpo como nosotros y un mundo como existente fuera de nosotros, ya sea en la vigilia o en el sueño con sueños, esa experiencia nos parece real. Solo después de despertar de un sueño, somos capaces de reconocer sin la más mínima duda que era solo una ficción de nuestra imaginación, una proyección de la mente.

En un sueño, el cuerpo que tomamos erróneamente como nosotros, es una proyección de la mente. Cuando comenzamos a soñar, la primera cosa que hacemos es imaginar simultáneamente un cuerpo y engañarnos experimentando ese cuerpo como nosotros. Sin este engaño auto-inducido de que un cuerpo imaginario es nosotros, no po-

dríamos experimentar el mundo imaginario que percibimos en ese tiempo. Toda vez que percibimos un mundo, siempre lo hacemos desde dentro de los confines de un cuerpo particular, que sentimos ser nosotros.

Por consiguiente, nuestra percepción de cualquier mundo, es dependiente de nuestro imaginarnos ser un cuerpo en ese mundo, que a su vez es dependiente de la mente, la consciencia finita que se imagina ser ese cuerpo. Por lo tanto, en los versos 5, 6 y 7 de *Ulladu Narpadu* Sri Ramana dice:

[Nuestro] cuerpo [es] una forma [compuesta] de cinco envolturas [las *pancha kosas* o cinco adjuntos que cubren y oscurecen aparentemente la consciencia de nuestro sí mismo real cuando imaginamos que cualquiera de ellos es nosotros]. Por lo tanto, las cinco [«envolturas» o adjuntos] están incluidas en el término «cuerpo». Sin [algún tipo de] cuerpo, ¿hay [alguna cosa tal como un] mundo? Di, habiendo dejado [todo tipo de] cuerpo, ¿hay [alguna] persona que haya visto [este o cualquier otro] mundo?

El mundo no [es] nada más que una forma [compuesta] de cinco [tipos de] percepción sensorial [visión, sonido, olor, sabor y tacto]. Esos cinco [tipos de] percepción sensorial son objetos [conocidos] por [nuestros] cinco órganos de los sentidos. Puesto que solo [nuestra] mente conoce el mundo a través de [estos] cinco órganos de los sentidos, di, sin [nuestra] mente, ¿hay [alguna cosa tal como un] mundo?

Aunque el mundo y [nuestra] mente surgen y se sumergen como uno, [es decir, juntos y simultáneamente], el mundo brilla [o es conocido solo] por [nuestra] mente. Solo eso [nuestro sí mismo real] que brilla sin aparecer ni desaparecer [nunca] como el espacio [o base] para la aparición y desaparición del mundo y de [nuestra] mente, [es] *porul* [la sustancia, esencia o realidad absoluta verdadera], que es el todo [la totalidad infinita de todo lo que es].

Sri Ramana comienza el verso 5 diciendo que nuestro cuerpo es una forma compuesta de cinco envolturas, y que por lo tanto estas cinco envolturas están incluidas en el término «cuerpo». Como vimos cuando discutíamos el significado del verso 22 de *Upadesa Undiyar* en las páginas finales del capítulo anterior, las *pancha-kosas* o «cinco envolturas» son el cuerpo físico, la fuerza-vital en el cuerpo, la mente, el intelecto y la oscuridad de la ignorancia relativa que experimentamos en el sueño profundo.

Estas cinco «envolturas» o adjuntos, parecen oscurecer la consciencia natural de nuestro sí mismo real debido a que nos imaginamos ser una o más de ellas en cada uno de los tres estados de consciencia habituales, a saber, vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. En la vigilia y el sueño con sueños nos experimentamos como una combinación de cuatro de las cinco envolturas —un cuerpo físico, la vida en ese cuerpo, la men-

te y el intelecto— y, por consiguiente, a través de los cinco sentidos del cuerpo físico, experimentamos un mundo de objetos materiales.

En el sueño profundo, por otra parte, dejamos de experimentarnos como cualquiera de esas cuatro primeras envolturas. En lugar de ello nos identificamos con nuestra quinta envoltura, que es una oscuridad o ignorancia aparente, debido a que nos imaginamos ser inconscientes de todo, y, por consiguiente, en ese tiempo no conocemos ningún mundo otro que esa oscuridad.

Percibimos un mundo físico solo cuando nos imaginamos ser un cuerpo físico en ese mundo. Por lo tanto, en el verso 5 de *Ulladu Narpadu* Sri Ramana pregunta, «...Sin [algún tipo de] cuerpo, ¿hay [alguna cosa tal como un] mundo? Di, habiendo dejado [todo tipo de] cuerpo, ¿hay [alguna] persona que haya visto [este o cualquier otro] mundo?».

En el verso 6, él señala la verdad obvia de que todo lo que llamamos el «mundo» es solo una combinación de los cinco tipos de percepción sensorial —visiones, sonidos, olores, sabores y sensaciones táctiles— que experimentamos a través del medio de nuestros cinco órganos de los sentidos. Sin embargo, eso que experimenta efectivamente estos cinco tipos de percepción sensorial, es solo la mente. Por lo tanto Sri Ramana pregunta, «...Puesto que solo [nuestra] mente conoce el mundo a través de [estos] cinco órganos de los sentidos, di, sin [nuestra] mente, ¿hay [alguna cosa tal como un] mundo?».

Es decir, la apariencia de cualquier mundo depende no solo de nuestro cuerpo, a través de cuyos cinco sentidos lo percibimos, sino también de la mente, que es la consciencia que lo conoce efectivamente. Esta dependencia de la apariencia de cualquier mundo de la mente, es aún más enfatizada por Sri Ramana en el verso 7, en el que dice, «Aunque el mundo y [nuestra] mente, surgen y se sumergen juntos, el mundo brilla por [nuestra] mente».

¿Qué significa él exactamente al decir que el mundo brilla por la mente? Aquí la palabra *olirum* o «brilla» significa «aparece», «deviene perceptible» o «es conocido». Es decir, el mundo aparece o es conocido solo debido a la mente, que es la consciencia que lo conoce.

Cualquier mundo aparece o es conocido solo cuando la mente le presta atención. En nuestro presente estado de vigilia, este mundo aparece debido a que la mente le presta atención, mientras que en el sueño con sueños aparece algún otro mundo debido a que en ese tiempo la mente le está prestando atención. Por lo tanto, la mente no depende de la apariencia de ningún mundo particular, mientras que la apariencia de cualquier mundo particular depende de la mente.

Aunque el mundo y la mente aparecen y desaparecen, subyacente a su aparición y desaparición hay una realidad que no aparece ni desaparece. Esa realidad es nuestro sí mismo real —la consciencia esencial no-dual de nuestro ser, que experimentamos siempre como «yo soy». Tanto en la vigilia como en el sueño con sueños, la mente aparece

junto con un mundo, mientras que en el sueño profundo, la mente y todos los mundos desaparecen. Sin embargo, en estos tres estados continuamos experimentándonos como «yo soy».

Puesto que la auto-consciencia esencial —nuestro conocimiento de que somos— persiste incluso en la ausencia de la mente, es claramente más real que la mente. Puesto que trasciende todas las limitaciones que son experimentadas por la mente, no está limitada de ninguna manera, y, por consiguiente, es a la vez infinita y absoluta. Es la única realidad permanente, y, por consiguiente, es la verdadera sustancia que aparece como la mente, nuestro cuerpo, este mundo y todas las otras cosas.

Por lo tanto, refiriéndose a la auto-consciencia básica «yo soy», que experimentamos continuamente, Sri Ramana concluye el verso 7 expresando su propia experiencia trascendental del auto-conocimiento verdadero:

... Solo eso que brilla sin aparecer ni desaparecer [nunca] como el espacio [o base] para la aparición y desaparición del mundo y de [nuestra] mente, [es] *porul* [la sustancia, esencia o realidad absoluta verdadera], que es el todo [la totalidad infinita de todo lo que es].

Lo mismo que una cuerda parece ser una serpiente sin dejar de ser nunca una cuerda, así la auto-consciencia no-dual «yo soy», que es la única realidad absoluta, aparece como la mente y toda la dualidad experimentada por la mente sin dejar de ser nunca lo que realmente es.

Sri Ramana resume la verdad que él expresa en los tres versos anteriores de *Ulladu Narpadu* en el verso 99 de *Guru Vachaka Kovai*:

[Este o cualquier otro] mundo, no existe sin [un] cuerpo [correspondiente] [que imaginamos ser nosotros], [ese] cuerpo no existe en ningún tiempo sin [nuestra] mente, [nuestra] mente no existe en ningún tiempo sin [nuestra] consciencia [esencial], y [nuestra] consciencia [esencial] no existe en ningún tiempo sin [nuestro] ser [verdadero] [nuestra realidad o «soy»-dad].

La existencia de cualquier mundo es dependiente del cuerpo a través del que lo percibimos. La existencia de ese cuerpo es dependiente de la mente, que lo experimenta como «yo». La existencia de la mente es dependiente de la consciencia esencial, sin la cual ella no podría conocer ni su existencia ni la existencia de ninguna otra cosa.

¿Cómo tiene lugar exactamente esta secuencia de dependencia? La consciencia real —es decir, la auto-consciencia básica «yo soy»— no depende de ninguna otra cosa, debido a que existe y conoce siempre su existencia. La mente, por otra parte, no existe siempre, o al menos no conoce siempre su existencia. Ella conoce su existencia solo en la vigilia y en el sueño con sueños, pero no en el sueño profundo. Ella parece conocer su existencia solo cuando sobreimpone un cuerpo imaginario en la auto-consciencia real

«yo soy», experimentando con ello ese cuerpo como «yo», y solo después de que se ha imaginado así ser ella misma un cuerpo, es capaz de experimentar un mundo a través de los cinco sentidos de ese cuerpo. Por lo tanto, la apariencia del mundo depende de nuestro cuerpo, la apariencia de nuestro cuerpo depende de la mente, y la apariencia de la mente depende de la auto-consciencia esencial «yo soy».

Después de expresar esta secuencia de dependencia, Sri Ramana concluye diciendo, «...la consciencia no existe en ningún tiempo en la ausencia de ser». Al decir esto, él no quiere dar a entender que la consciencia es alguna cosa separada que es dependiente de ser, sino solo que la consciencia misma es ser.

Si la consciencia fuera otra que el ser, ella no sería —es decir, no existiría— y, por consiguiente, no podría conocerse a sí misma ni a ninguna otra cosa. Similarmente, si el ser fuera otro que la consciencia, no podría conocerse a sí mismo, y, por consiguiente, tendría que depender de alguna consciencia otra que sí mismo para ser conocido. Por consiguiente, para ser independientemente y por lo tanto absolutamente real, el ser debe ser consciente de sí mismo, y la consciencia también.

El ser real es solo nuestro ser, debido a que nuestro ser es auto-consciente, mientras que el ser o existencia aparente de toda otra cosa, es conocido solo por nosotros, y es por lo tanto dependiente de nosotros. Puesto que nuestro ser es auto-consciente, es una consciencia perfectamente no-dual, y, por consiguiente, no es dependiente de ninguna otra cosa ni para ser ni para saberse ser. Al ser completamente independiente, es libre de toda forma de limitación, de toda condición y de toda relatividad. Él es por lo tanto la única realidad infinita y absoluta.

En este verso de *Guru Vachaka Kovai*, la palabra que he traducido como «ser» es *unmai*, que usualmente significa «verdad» o «realidad», pero que etimológicamente significa «es»-dad o «soy»-dad. Puesto que el ser real o «soy»-dad es auto-consciente, no es una forma de ser objetiva, sino la única realidad infinita que subyace a y soporta la apariencia de toda objetividad o dualidad. Él es la consciencia fundamental que hace posible la apariencia de todas las otras cosas.

Puesto que la mente, nuestro cuerpo, este mundo y toda otra cosa concebible dependen de nuestro ser auto-consciente no-dual, y puesto que todas ellas aparecen y desaparecen, son todas meras apariencias imaginarias, y la única realidad que las subyace y soporta su apariencia, es solo nuestro ser o consciencia. En otras palabras, la única sustancia que aparece como todo, es solo la consciencia esencial, «yo soy».

Mientras que toda otra cosa es solo relativamente real, al ser una mera imaginación, la consciencia es la única y sola realidad absoluta. En esencia, por lo tanto, todo es solo la consciencia. Por consiguiente, solo la consciencia es real. Otro que ella, nada existe verdaderamente. Ésta es la conclusión final a la que Sri Ramana nos lleva.

Sin embargo, comprender teóricamente que todo es solo la consciencia, no es un fin en sí mismo. Sri Ramana nos lleva a esta conclusión para convencernos de que el único medio por el que podemos experimentar la realidad absoluta, es experimentarnos como

la consciencia de ser no-dual infinita que realmente somos. Para experimentarnos así, debemos retirar la atención de toda otra cosa, y focalizarla total y exclusivamente en nosotros —es decir, en nuestro ser auto-consciente, que experimentamos siempre como «yo soy».

Nuestro conocimiento presente de dualidad u otredad, es lo que nos obstruye experimentar la consciencia como la auto-consciencia libre de adjuntos y absolutamente no-dual que verdaderamente es siempre. Puesto que nuestro conocimiento de dualidad surge solo cuando nos imaginamos ser un cuerpo, no podemos experimentarnos como la realidad infinita, indivisa, no-dual y absoluta mientras experimentamos la existencia aparente de alguna otra cosa.

Para eliminar nuestro conocimiento de dualidad imaginario, debemos dejar de imaginarnos como este o cualquier otro cuerpo, y para dejar de imaginarnos así, debemos conocernos como realmente somos. La mente surge, imaginándose a sí misma como un cuerpo y experimentando con ello cosas que parecen ser otras que ella misma, debido solo a nuestra auto-ignorancia, y, por consiguiente, solo será destruida por el auto-conocimiento verdadero.

Nuestra imaginación primaria de que somos un cuerpo físico, es el fundamento sobre el que la mente está construida. Siempre que la mente surge, ya sea en un sueño con sueños o en un supuesto estado de vigilia, siempre se imagina a sí misma como un cuerpo. Sin esta imaginación fundamental «yo soy este cuerpo», ella no podría surgir ni imaginar ninguna otra cosa.

Cuando la mente está activa, percibiendo el mundo o pensando pensamientos (todos los cuales incumben al mundo de una manera u otra), siempre sentimos, «yo soy una persona llamada fulano, soy distinto de este mundo alrededor mío, y de todas las otras gentes y criaturas que veo en este mundo», y estos sentimientos están todos enraizados en nuestra imaginación fundamental de que un cuerpo particular es nosotros. Cualquier otra cosa que podamos estar experimentando, esta imaginación fundamental «yo soy este cuerpo» está siempre ahí en el trasfondo, subyacente a todas nuestras experiencias.

En nuestra naturaleza esencial, somos solo consciencia sin-forma, y como tal no pensamos ningún pensamiento ni experimentamos nada otro que «yo soy». Experimentamos este estado natural de consciencia sin-forma en el sueño profundo, que es un estado en el que no conocemos nada otro que nuestro ser esencial, «yo soy». El hecho de que podamos ser y podamos conocer nuestro ser en el estado sin-forma de sueño profundo, indica claramente que en nuestra naturaleza esencial no somos ninguna forma, sino solo consciencia de ser sin-forma.

Aunque somos consciencia sin-forma, en los estados de vigilia y sueño con sueños, nos imaginamos ser la forma de un cuerpo particular. La consciencia limitada por la forma que aparentemente viene a la existencia cuando nos aferramos así a un cuerpo, es lo que llamamos nuestra «mente». La mente, que en realidad es solo consciencia sin-

forma, se forma a sí misma como una consciencia limitada por la forma al imaginarse ser la forma de un cuerpo particular.

La forma básica que la mente toma sobre sí misma es su imaginación fundamental «yo soy este cuerpo». Esta imaginación fundamental es ella misma la mente. Aparte de esta imaginación «yo soy este cuerpo», la mente no existe como una entidad separada. La mente surge solo cuando se forma a sí misma como esta imaginación fundamental, y solo después de formarse así, comienza a formar todas sus otras imaginaciones. Por lo tanto, la raíz de toda imaginación es nuestra imaginación primaria «yo soy este cuerpo».

En el párrafo quinto de *Nan Yar?* Sri Ramana describe más sobre esta imaginación primaria «yo soy este cuerpo», a la que él se refiere como el pensamiento «yo» que surge en este cuerpo:

Lo que surge en este cuerpo como «yo», solo eso es [nuestra] mente. Si [nosotros] investigamos en qué lugar el pensamiento «yo» surge primero en [nuestro] cuerpo, llegamos a saber que [surge primero] en [nuestro] corazón [el núcleo más íntimo de nuestro ser]. Solo eso es el lugar de nacimiento de [nuestra] mente. Si permanecemos pensando «yo, yo», ello [nos] lleva y [nos] deja en ese lugar. De todos los pensamientos que aparecen [o surgen] en [nuestra] mente, **solo el pensamiento «yo» es el primer pensamiento**. Solo después de que éste surge, otros pensamientos surgen. Solo después de que la primera persona aparece, la segunda y la tercera personas aparecen; sin la primera persona, la segunda y la tercera personas no existen.

Aunque el cuerpo es una imaginación, una imagen que la mente ha formado dentro de sí misma, la mente no puede surgir sin imaginar que esta imagen mental es ella misma. Tal es la naturaleza enigmática de *maya*, nuestro poder de imaginación auto-engañoso.

Al ser una imagen mental, el cuerpo existe efectivamente solo en la mente, pero nos engañamos imaginando que la mente existe solo dentro del cuerpo. Como resultado de este engaño, cuando la mente surge, sentimos que surge dentro de los confines del cuerpo.

El sentimiento limitado «yo» que surge dentro de este cuerpo, tomándolo erróneamente como él mismo, es la mente. Aunque este sentimiento «yo», que es un pensamiento o imagen mental, parece surgir u originarse dentro de este cuerpo, si lo escudriñamos agudamente para verificar en dónde se origina en este cuerpo, descubriremos que de hecho no se origina en ningún lugar dentro de este cuerpo, sino solo en el núcleo más íntimo de nuestro ser.

En la literatura espiritual, este núcleo más íntimo de nuestro ser, que es la consciencia fundamental y esencial «yo soy», es lo que se llama nuestro «corazón» o *hridaya*. Como Sri Ramana explicaba a menudo, la palabra «corazón» en este contexto no denota ningún órgano dentro del cuerpo, sino que es sinónimo de nuestro sí mismo real, el espí-

ritu infinito y sin-forma, que es la realidad absoluta y que experimentamos siempre como la consciencia fundamental de mero ser, «yo soy».

La consciencia fundamental «yo soy», es aludida como el «corazón» o el núcleo de nuestro ser, debido a que la experimentamos como el centro desde el que experimentamos todas las otras cosas. En cada experiencia y en cada conocimiento, la consciencia fundamental «yo soy» está presente a la vez como el centro y la base.

Todo nuestro conocimiento está basado y centrado en nuestro conocimiento primero y fundamental «yo soy». Todas nuestras otras formas de conocimiento aparecen y desaparecen, pero este conocimiento o consciencia «yo soy» permanece como nuestro único conocimiento constante y sin-cambio. Por lo tanto, es el «corazón» o núcleo de todo lo que consideramos ser nosotros, y de todo lo que como un individuo conocemos, experimentamos y hacemos.

Debido a que es la fuente de la que surge la mente y todo lo conocido por la mente, Sri Ramana dice que nuestro «corazón» o sí mismo real es el «lugar de nacimiento» de la mente. Aunque él usa la palabra «lugar» para denotar el núcleo o «corazón» de nuestro ser, él no la usa en el sentido literal de un lugar que existe dentro de las dimensiones limitadas de tiempo y espacio, sino solo en un sentido figurativo. Es decir, aunque el núcleo de nuestro ser no está confinado dentro de los límites del tiempo y el espacio, él se refiere a él figurativamente como un «lugar» debido a que lo experimentamos siempre como el punto central en el tiempo y el espacio, como el «ahora» y el «aquí», el único punto desde el que percibimos y concebimos todos los demás puntos en el tiempo y el espacio.

Algunas gentes parecen tener dificultad para comprender el hecho simple de que nuestro ser verdadero es consciencia sin-forma e infinita, debido presumiblemente a que o son incapaces o no están dispuestos a concebir ninguna consciencia más allá de su presente consciencia finita de sí mismos como un cuerpo físico. Debido a que ellos no pueden concebir que son algo más que su complejo mente-cuerpo limitado, y debido a que algunos de ellos están enamorados por lo tanto de la idea de los *chakras* o centros místicos localizados en ciertos puntos dentro del cuerpo físico, tales gentes a menudo solían preguntar a Sri Ramana en qué punto en el cuerpo físico está localizado el *hridaya* o «corazón» espiritual. Sabiendo que tales gentes eran incapaces o no estaban dispuestos a comprender la verdad simple de que la palabra «corazón» denota verdaderamente la realidad infinita, el espíritu o consciencia sin-forma, Sri Ramana solía aplacar su curiosidad diciendo que el «corazón» espiritual está localizado dos dedos a la derecha del centro del pecho.

La razón por la que él especificaba este punto particular como la localización del «corazón» en el cuerpo físico, es que éste es el punto en el cuerpo en el que el sentido de «yo» parece originarse y desde el que se extiende por todo el cuerpo. Sin embargo, esta localización del «corazón» no es absolutamente verdadera, sino que es verdadera solo en relación al cuerpo. Esta localización es solo tan real como el cuerpo, y el cuerpo

no es más real que la mente, de la que es una creación. Puesto que el cuerpo es una mera imaginación, lo mismo que el mundo entero del que es una parte, ¿cómo puede algún punto en él ser el «corazón» verdadero, el núcleo de nuestro ser, que es la realidad infinita y absoluta?

Por lo tanto, a todas las gentes que eran capaces de comprender la verdad simple de su enseñanza, a saber, que nuestro sí mismo esencial es la única realidad, y que la mente y todo lo conocido por ella excepto «yo soy», es una mera ficción de nuestra imaginación auto-engañosa, Sri Ramana a menudo enfatizaba la verdad de que el «corazón» espiritual no es ningún lugar en el cuerpo sino solo nuestro sí mismo real, la consciencia de ser fundamental y esencial, «yo soy».

No solo la localización del «corazón» espiritual en este cuerpo físico es meramente una verdad relativa, es también una verdad que no es de ningún valor práctico. Cuando alguien le preguntó una vez si debemos meditar en el lado derecho del pecho para meditar en el corazón espiritual, él respondió, «El “corazón” no es físico. La meditación no debe ser en el lado derecho o en el izquierdo. La meditación debe ser en nuestro sí mismo. Todos sabemos “yo soy”. ¿Qué es este “yo”? Él no está ni dentro ni fuera, ni a la derecha ni a la izquierda. “Yo soy” —eso es todo». Para los propósitos prácticos, todo lo que necesitamos saber sobre el «corazón» espiritual es que él es la consciencia básica «yo soy», que es el núcleo de nuestro ser, y el centro de todo lo que experimentamos.

En este párrafo quinto de *Nan Yar?* Sri Ramana enseña que el medio por el que podemos experimentar un conocimiento claro de este «corazón», que es la fuente o «lugar de nacimiento» de la mente, es escudriñar agudamente nuestro pensamiento primario «yo», para verificar desde «qué lugar» o desde qué se ha originado. Aunque él expresa este proceso de auto-investigación o *vichara* diciendo, «Si [nosotros] investigamos en qué lugar el pensamiento “yo” surge primero en [nuestro] cuerpo, llegamos a saber que [surge primero] en [nuestro] corazón. Solo eso es el lugar de nacimiento de [nuestra] mente», éste es esencialmente el mismo proceso que expresa más directamente en el párrafo sexto (que hemos citado completo anteriormente en este capítulo) diciendo, «Si investigamos “¿Quién soy yo?”, [nuestra] mente vuelve a su lugar de nacimiento».

La mente o atención vuelve a su fuente o «lugar de nacimiento», el núcleo más íntimo de nuestro ser, siempre que dejamos de pensar en algo otro que nuestro ser auto-consciente esencial, que experimentamos siempre como «yo soy». La mente surge de su fuente solo pensando, es decir, imaginando y prestando atención a algo otro que a sí misma, de modo que ella se aquieta y se sumerge naturalmente en su fuente siempre que deja de pensar. Este aquietado y submersión de la mente en nuestro ser esencial, acontece cada día cuando dormimos profundamente. Sin embargo, en el sueño profundo no experimentamos un conocimiento claro y despejado de nuestro ser verdadero, debido a que nos sumergimos en el sueño profundo solo retirando la atención de otras cosas, pero sin focalizarla agudamente en la consciencia de ser —la auto-consciencia esencial «yo soy».

La mente surge debido a la nube del auto-olvido o auto-ignorancia con la que hemos oscurecido aparentemente nuestra claridad natural de pura auto-consciencia. Nos tomamos erróneamente por esta consciencia finita limitada-por-el cuerpo llamada «mente», debido a que aparentemente hemos elegido ignorar nuestro ser verdadero, la consciencia infinita e incontaminada «yo soy». Esta auto-ignorancia o auto-olvido voluntario persiste hasta que elegimos recordar qué es realmente nuestro ser verdadero. Podemos recordar qué somos realmente solo focalizando la atención total y exclusivamente en nuestro ser esencial, la consciencia «yo soy», debido a que la naturaleza verdadera de nuestro ser esencial es pura auto-consciencia no-dual.

Puesto que nos aquietamos y sumergimos en el estado de sueño profundo sin focalizar la atención total y exclusivamente en la consciencia de ser esencial, «yo soy», la nube de nuestra auto-ignorancia o auto-olvido continúa existiendo en el sueño profundo. El sueño profundo ordinario que experimentamos cada día es solo un estado en el que la mente reposa de su incesante actividad y recupera su energía para enredarse en más actividad. Al sumergirse y devenir uno temporalmente con su fuente original, que es la fuente verdadera de todo poder, la mente es capaz de recargar su energía, que se gasta entonces en otro ataque de actividad ya sea en la vigilia o en el sueño con sueños. Habiendo gastado así su provisión de energía limitada, la mente debe sumergirse de nuevo en el sueño profundo para renovar esa provisión.

Ninguna máquina puede obtener energía dejando meramente de estar activa. No podemos recargar una batería simplemente dejando de usarla por un tiempo. Para recargarla, tenemos que conectarla a alguna fuente de energía, tal como la red de electricidad o un generador. De la misma manera, la mente no renueva su energía en el sueño profundo debido meramente a su inactividad. Lo hace así debido a que en el sueño profundo está conectada a una fuente de poder, que es nuestro ser esencial. El poder que la mente obtiene permaneciendo por un tiempo en el sueño profundo, no viene de ninguna parte fuera de nosotros. Viene solo de una fuente dentro de nosotros, y esa fuente es nuestro sí mismo o espíritu real, cuya naturaleza esencial es nuestra mera consciencia de ser —la auto-consciencia «yo soy».

En el sueño profundo, todo lo que experimentamos es «yo soy». Pero experimentando meramente esta consciencia «yo soy» por un tiempo, la mente es capaz de recargar su energía. Sin embargo, aunque experimentamos el conocimiento «yo soy» en el sueño profundo, no lo experimentamos con claridad perfecta. Aunque la mente se ha sumergido en el sueño profundo junto con todo su conocimiento de otras cosas, la influencia oscurecedora de nuestro auto-olvido básico persiste. Por lo tanto, aunque en el sueño profundo sabemos *que somos*, no sabemos claramente *qué somos*.

La razón por la que no sabemos claramente qué somos en el sueño profundo, es que nos sumergimos en ese estado retirando simplemente la atención de otras cosas, pero sin focalizarla en nosotros. Para saber qué somos, debemos focalizar la atención agudamente sobre nuestro ser esencial. Esta focalización de la atención total y exclusivamente en

nosotros, la consciencia de ser, «yo soy», es lo que Sri Ramana llama «auto-investigación» o *atma-vichara*.

Sri Ramana describe este simple proceso de «auto-investigación» de varias formas distintas, cada una de las cuales es apropiada para un contexto particular. En el párrafo sexto de *Nan Yar?*, en el contexto de cómo debemos tratar otros pensamientos, que tienden a distraernos siempre que tratamos de prestar atención a nuestro mero ser, él lo describe como un proceso de investigación, «¿A quién acontecen estos pensamientos? A mí. ¿Quién soy yo?». En el párrafo quinto, en el contexto de cómo la mente surge siempre como un sentido de «yo» limitado que aparentemente está confinado dentro de un cuerpo, él lo describe como un proceso de investigación de en qué lugar surge primero en el cuerpo el pensamiento «yo».

Debido a que la mente surge siempre en un cuerpo imaginando que ese cuerpo es «yo», Sri Ramana dice que debemos investigar en qué lugar surge en el cuerpo. Sin embargo, él explica que cuando lo hacemos, descubrimos que de hecho ella no surge de ningún lugar dentro del cuerpo físico, sino solo del «corazón», el núcleo no-físico de nuestro ser.

Para verificar de dónde surge la mente como «yo», debemos focalizar la atención agudamente en la consciencia esencial que experimentamos como «yo». Cuando lo hagamos así, la atención se retirará automáticamente del cuerpo y de todo lo demás, y se centrará enteramente en nuestro sentido de ser básico —la auto-consciencia fundamental, «yo soy». Por lo tanto, al sugerir que investiguemos de dónde surge en este cuerpo la mente como «yo», Sri Ramana está proporcionándonos un truco para apartar la atención del cuerpo hacia la consciencia esencial que, cuando está aparentemente contaminada con nuestra cognición de este cuerpo y el mundo que percibimos a través de él, nos permite sentir que este cuerpo es «yo».

De cualquier manera que él pueda describir este proceso de auto-investigación o auto-escrutinio, el único objetivo de Sri Ramana es proporcionarnos indicaciones que nos ayudarán a apartar la atención de los pensamientos, el cuerpo y todas las otras cosas, y a focalizarla total y exclusivamente en la consciencia de ser fundamental y esencial, que experimentamos siempre como «yo soy». En sus escritos y dichos, hay muchos ejemplos de cómo él hace esto. En este párrafo quinto de *Nan Yar?*, por ejemplo, después de sugerir primero que debemos investigar en qué lugar surge el pensamiento «yo» en el cuerpo, él continúa dándonos un medio todavía más simple por el que podemos volver conscientemente a la fuente de la que hemos surgido, diciendo, «si [nosotros] permanecemos pensando “yo, yo”, ello [nos] lleva y [nos] deja en ese lugar».

Él expresa esta misma verdad con palabras ligeramente diferentes en el verso 716 de *Guru Vachaka Kovai*:

Si [nosotros] contemplamos incesantemente ese nombre [divino] «yo, yo» [o «yo soy yo»], con [nuestra] atención [fijada con ello firmemente] en [nuestro] corazón

[es decir, en nuestro «yo» real, que es el núcleo de nuestro ser], ello [nos] salva, llevándole a uno [es decir, a nosotros] a la fuente de la que surge [nuestra] mente [o pensamiento] [de una manera tal que] destruye [nuestro] ego, [que es] el embrión sujeto-al-cuerpo [germen, causa o fundamento del que surgen todas las otras cosas].

En este verso, las palabras «ese nombre» se refieren al nombre «yo», «soy», «yo soy» o «yo [soy] yo», que él declaraba, en los versos precedentes del 712 al 715, que es el nombre original y más apropiado de Dios. Cuando contemplemos este nombre «yo», la atención será llevada a la auto-consciencia básica, que experimentamos siempre como «yo soy», y con ello la mente volverá a su fuente.

Cuando con ello la mente o ego se sumerja en nuestro sí mismo real, que es la fuente de la que había surgido, será destruido siendo consumido en la claridad infinita de auto-consciencia inadulterada. Puesto que la mente nos engaña, provocando que nos imaginemos estar esclavizados dentro de las limitaciones de un cuerpo físico, la destrucción de la mente en la clara luz del auto-conocimiento verdadero, es la única salvación real, y, por consiguiente, Sri Ramana dice que seremos salvados contemplando el nombre original de Dios, que es «yo», «yo soy» o «yo soy yo».

Sri Ramana describe la mente como *un ar karu ahandai*, que significa el «ego, [que es] el embrión sujeto-al-cuerpo», debido a que ella viene a la existencia solo imaginándose ser un cuerpo, y debido a que con ello da surgimiento a la apariencia de todas las otras cosas. La palabra tamil *karu*, que he traducido por «embrión», significa también «germen», «causa eficiente», «sustancia» o «fundamento», y se deriva de la palabra sánscrita *garbha*, que significa «matriz» o «el interior». En este contexto, por lo tanto, implica que nuestro ego o mente es el embrión o semilla del que nace toda dualidad u otredad, la sustancia de la que está formada, la causa activa o creador que trae todo al ser, el fundamento que soporta su apariencia, la matriz dentro de la que todo ello está contenido.

Puesto que nuestro cuerpo y todas las otras cosas son apéndices imaginarios que desvían la atención de la auto-consciencia esencial «yo soy», solo podemos liberarnos de ellos manteniendo la atención fijada firmemente en la auto-consciencia. Un medio simple y fácil por el que podemos llevar la atención hacia la auto-consciencia, y que nos ayudará hasta un cierto punto a mantenerla fijada ahí, es recordar el nombre «yo» o «yo soy» incesantemente.

Ésta es una indicación muy práctica que nos ha dado Sri Ramana, y es particularmente útil para aquellas gentes que inicialmente tienen dificultad para comprender qué se entiende exactamente por el término «auto-atención». Tales gentes están tan acostumbradas a la atención objetiva que no pueden comprender cómo podemos prestar atención a la consciencia no-objetiva y sin-forma «yo soy», y, por consiguiente, se quejan de que no pueden encontrar ninguna cosa tal como «yo» a la que prestar atención. Debido a que ellos imaginan que deben buscar un «yo» como si fuera algún tipo de ob-

jeto sutil, se quejan de que es demasiado difícil para ellos ser capaces de prestarle atención.

La causa real de su dificultad imaginada, sin embargo, es que la consciencia «yo» no es un objeto de ningún tipo, sino que es el sujeto que conoce todos los objetos. No podemos objetivar la consciencia de primera persona «yo», y si tratamos de hacerlo, estaremos desviando la atención del «yo» real al que debemos prestar atención. Aunque la consciencia «yo soy» no es un objeto, no obstante es algo que conocemos siempre. Ninguno de nosotros duda la verdad obvia «yo soy», aunque no tengamos un conocimiento perfectamente claro de qué es exactamente este «yo soy».

Puesto que muchas gentes experimentan tal dificultad para entender exactamente qué significa cuando Sri Ramana dice que debemos prestar atención a nuestra mera consciencia «yo soy», él a veces sugería que debían pensar continuamente «yo, yo, yo» o «yo soy, yo soy, soy». Si pensamos así, la atención será llevada naturalmente a la consciencia que es denotada por las palabras «yo» y «yo soy».

Siempre que pensamos en el nombre de una persona o un objeto, un recuerdo de esa persona u objeto viene naturalmente a la mente. El pensamiento de cualquier nombre traerá a la mente la forma o cosa denotada por ese nombre. De la misma manera, el pensamiento del nombre «yo» o «yo soy» llevará la atención al sujeto, la consciencia no-objetiva denotada por ese nombre. Por lo tanto, pensar «yo, yo, yo» es una ayuda útil para la práctica de la auto-atención, al menos hasta el tiempo en que devengamos familiarizados con la experiencia de prestar atención a nuestra mera consciencia de ser.

Sin embargo, puesto que incluso el pensamiento verbalizado «yo» o «yo soy» es un objeto conocido por nosotros, la práctica del pensamiento «yo, yo, yo» o «yo soy, yo soy, yo soy» puede devenir una distracción, impidiendo que la atención penetre profundamente en la consciencia que es efectivamente denotada por las palabras «yo» o «yo soy». Esta práctica de pensar continuamente «yo, yo», es por lo tanto beneficiosa solo hasta un cierto punto, pero caerá naturalmente cuando haya devenido innecesaria, es decir, cuando hayamos devenido suficientemente acostumbrados a la experiencia de la auto-atención verdadera. No obstante, aunque hayamos devenido acostumbrados a prestar atención a nuestro mero ser, algunas veces podemos encontrar que pensar «yo, yo» o «yo soy, yo soy» puede ser una ayuda para desviar la atención de otros pensamientos y centrarla exclusivamente en nuestro ser esencial auto-consciente.

En este pequeño tratado extremadamente valioso *Nan Yar?* Sri Ramana nos ha dado muchas otras indicaciones que pueden ayudarnos a practicar la auto-atención. Por ejemplo, en el párrafo once, cuando describe cómo debemos superar todos nuestros *vishayavasanas*, nuestros impulsos o deseos mentales profundamente enraizados de prestar atención a otras cosas aparte de nuestro sí mismo real, él dice:

...Si uno se aferra firmemente a *svarupa-smarana* ininterrumpida [la recordación de la propia naturaleza o sí mismo real de uno, «yo soy»] hasta que uno obtiene *svaru-*

pa [es decir, hasta que uno obtiene verdadero conocimiento de la propia naturaleza real de uno], eso solo [es] suficiente...

En lenguaje llano, el término sánscrito *svarupa-smarana* puede ser traducido mejor como «auto-recordación», que es solo otra manera de describir el estado de auto-atención. Sin embargo, cada palabra tiene su propio sabor particular, y al usar la palabra *smarana* o «recordación» en este contexto, Sri Ramana puede transmitir un matiz de significado que no habría sido transmitido si en su lugar él hubiera usado la palabra «atención». La palabra «recordación» sugiere algo que ya sabemos pero que hemos olvidado o pasado por alto.

Sabemos siempre «yo soy», pero de alguna manera lo pasamos por alto o ignoramos debido a que estamos demasiado dominados por la atracción engañosa de otras cosas. Si deseamos librarnos de la esclavitud del apego a toda otra cosa que nuestro sí mismo real, todo lo que necesitamos hacer es recordar ininterrumpidamente la consciencia de ser esencial, «yo soy». Puesto que el auto-olvido es la causa raíz de toda la infelicidad y de todos los demás problemas, la auto-recordación es el único antídoto que curará todos los problemas.

Además, mientras términos tales como «auto-investigación», «auto-examinación», «auto-indagación», «auto-escrutinio» y «auto-atención» tienden a sugerir un proceso activo de investigar, examinar, indagar, escudriñar o prestarnos atención, el término «auto-recordación» tiende a sugerir un proceso más pasivo simplemente de recordarnos. Todas estas palabras denotan por supuesto el mismo proceso, que no es efectivamente un proceso de hacer algo, sino un proceso de solo ser. Sin embargo, aunque todas ellas denotan el mismo estado de solo ser, cada una de ellas describe ese estado de una manera sutilmente diferente, de modo que Sri Ramana usaba cualquiera de tales términos que fuera el más apropiado al contexto en el que estaba hablando.

Otros dos términos que él usaba a menudo para denotar este mismo estado de solo ser, eran *atma-nishtha*, que significa «auto-permanencia», y *atma-chintana*, que significa literalmente «auto-pensamiento» o el «pensamiento de nosotros». El primero de estos dos términos, «auto-permanencia», es particularmente significativo, debido a que implica la verdad de que prestar atención y conocernos no es una acción, sino solo el estado de permanecer conscientemente como nuestro sí mismo real, o en otras palabras, ser simplemente lo que somos realmente. Sin embargo, el otro término, «auto-pensamiento», fácilmente podría ser tomado erróneamente como implicando que la auto-atención es un acto de «pensar» en nosotros.

Aunque estos dos términos parecen implicar significados contradictorios, Sri Ramana usa ambos en la primera sentencia del párrafo trece de *Nan Yar?* en el contexto de describir el estado de completa auto-entrega:

Estar completamente absorbidos en *atma-nishtha* [auto-permanencia], no dando el más mínimo espacio al surgimiento de ningún pensamiento excepto *atma-chintana* [el pensamiento de nuestro sí mismo real], es darnos a Dios...

La razón por la que él usa el término *atma-chintana* o «auto-pensamiento» en este contexto es enfatizar el hecho de que para permanecer en el estado de perfecta auto-entrega, no debemos prestar atención o «pensar en» nada más que nuestro ser esencial, «yo soy». Si pensamos en algo más, surgimos como la mente, una consciencia individual separada. Por lo tanto, pensar es lo que nos separa de Dios. Por consiguiente, si deseamos verdaderamente entregar nuestro sí mismo individual o mente enteramente a Dios, debemos abstenernos de pensar en nada.

¿Por qué entonces dice Sri Ramana «excepto *atma-chintana*» en esta sentencia? Él hace esta excepción debido a que *atma-chintana* o «auto-pensamiento» no es de hecho un pensamiento como cualquier otro pensamiento que pensemos. Pensar en algo otro que nuestro sí mismo verdadero es una acción, y como tal requiere el surgimiento de la mente o sí mismo individual para cumplir esa acción, mientras que «pensar en» nuestro sí mismo verdadero no es una acción. Cuando tratamos de «pensar en» nuestro sí mismo verdadero, la atención se vuelve hacia dentro, hacia la consciencia de ser esencial, y así la mente se sumerge en la fuente de la que se originó. Esta submersión de la mente en el núcleo más íntimo de nuestro ser, «yo soy», que es la verdadera forma de Dios, es el estado de auto-entrega verdadero y perfecto.

Por lo tanto, aunque *atma-chintana* significa literalmente «auto-pensamiento» o el «pensamiento de nosotros», no es verdaderamente un estado de pensamiento, sino simplemente el estado de solo ser. Siempre que Sri Ramana habla sobre «pensamiento de nosotros», «pensar en nosotros» o «pensar en yo», él no está usando las palabras «pensamiento» o «pensar» en un sentido preciso, sino que las está usando ampliamente para significar «atención» o «prestar atención».

Un pensamiento o el acto de pensar es efectivamente solo el acto de prestar atención a algo. Cuando prestamos atención a algo otro que nuestro ser esencial, la atención toma la forma de una acción, que llamamos «pensamiento», pero cuando prestamos atención solo a nuestro ser esencial, la atención permanece como ser. Por lo tanto, si tratamos de «pensar» en nosotros —en nuestro ser verdadero o «yo soy»— la mente devendrá sin movimiento, todo nuestro pensamiento cesará, y permaneceremos en el estado de solo ser.

En su sentido estricto, el pensamiento es el acto de formar y experimentar un pensamiento en la mente. El formar un pensamiento y experimentar ese pensamiento, no son dos acciones separadas, debido a que formamos un pensamiento por el acto mismo de experimentarlo o conocerlo. Como tal, el pensamiento es un proceso de imaginación, un proceso por el que evocamos la experiencia de imágenes, pensamientos o sentimientos en la mente.

Este proceso de pensar es lo que da a la mente una identidad o existencia separada aparente. Cuando pensamos, surgimos como la consciencia separada que llamamos «mente», y cuando no pensamos, esta mente se aplaca y se sumerge en su fuente, que es nuestro ser esencial o sí mismo verdadero.

La mente es la consciencia separada y finita en la que formamos y experimentamos todos los pensamientos o imaginaciones. Sin embargo, ella no es solo eso en lo que todos los pensamientos son formados y experimentados, sino también eso por lo que ellos son formados y experimentados. Además, puesto que la mente se forma ella misma por su acto de pensar, ella misma es un pensamiento, un producto de su propia imaginación. Por lo tanto, puesto que la mente se experimenta siempre a sí misma como el «yo» que piensa todos los otros pensamientos, Sri Ramana a menudo se refiere a ella como el pensamiento «yo».

En el párrafo quinto de *Nan Yar?*, después de explicar que este pensamiento «yo», que parece surgir en el cuerpo, de hecho surge en el «corazón», el núcleo más íntimo de nuestro ser, y que prestando atención a este pensamiento «yo», podemos volver a esa fuente, Sri Ramana continúa diciendo:

...De todos los pensamientos que aparecen en [nuestra] mente, **solo el pensamiento «yo» es el primer pensamiento**. Solo después de que surge éste, surgen otros pensamientos. Solo después de que aparece la primera persona, aparecen la segunda y tercera personas; sin la primera persona, la segunda y tercera personas no existen.

En la cláusula «solo el pensamiento “yo” es el primer pensamiento», que está puesta en negrita en el texto tamil original, la palabra que he traducido como «primer» es *mu-dal*, que tiene varios significados relacionados tales como primero, principal, primario, raíz, base, básico, origen y causa, todos los cuales son apropiados en este contexto. No solo este pensamiento «yo» es el primer pensamiento en surgir y el último en sumergirse, sino que es también el origen y la causa de todos los otros pensamientos. Sin él, ningún otro pensamiento puede surgir, debido a que este pensamiento primario «yo» es el pensador que piensa todos esos otros pensamientos.

Al ser no solo un pensamiento sino también el pensador, es fundamentalmente diferente de todos nuestros otros pensamientos, debido a que es el sujeto que conoce, mientras que ellos son todos solo objetos conocidos. Es decir, él es el único pensamiento que está dotado de un elemento de consciencia. Él es consciente a la vez de todos los otros pensamientos, y de sí mismo como «yo». Sin embargo, debido a que parece estar limitado dentro de los confines de un cuerpo físico, no es una forma de consciencia pura e incontaminada, sino una mezcla de consciencia y todas las limitaciones de este cuerpo que él imagina ser «yo».

Cuando Sri Ramana dice, «De todos los pensamientos que aparecen en [nuestra] mente...», él significa todo tipo de pensamiento, incluyendo todos los pensamientos

verbalizados, conceptos, creencias, memorias, sueños, sentimientos y percepciones. Excepto la consciencia esencial «yo soy», todo lo que conocemos es un pensamiento, una impresión o imagen que aparece en la mente.

Al describir la dependencia de todos los otros pensamientos del pensamiento primario «yo», Sri Ramana se refiere a éste como la «primera persona», y a los otros como la «segunda y tercera personas». ¿A cuáles de los otros pensamientos se refiere como «segundas personas», y a cuáles se refiere como «terceras personas»? Los pensamientos de «segunda persona» son todos aquellos pensamientos que reconocemos como existentes solo en la mente, y que por lo tanto sentimos que son más próximos e íntimos a nosotros, mientras que los pensamientos de «tercera persona» son todos aquellos pensamientos que imaginamos ser objetos externos que percibimos a través de uno o más de los cinco sentidos.

Todos los otros pensamientos —es decir, tanto los pensamientos de «segunda persona» como los pensamientos de «tercera persona»— surgen en la mente solo después de que ha surgido el pensamiento de «primera persona» «yo». En la ausencia del pensamiento de primera persona «yo», no pueden existir ni los pensamientos de segunda persona ni los pensamientos de tercera persona. Excepto la consciencia esencial «yo soy», todo lo que conocemos depende para su existencia aparente de la mente, del pensamiento de primera persona «yo», que es la consciencia que los conoce.

La mente, la consciencia compuesta «yo soy este cuerpo», es meramente una imaginación sobrepuesta en la consciencia real «yo soy», lo mismo que una serpiente imaginaria que es sobrepuesta en una cuerda. Bajo la débil luz del crepúsculo, cuando vemos una cuerda tendida en el suelo, podemos imaginar que es una serpiente. Pero si miramos atentamente a esa serpiente imaginaria, veremos que de hecho no es nada sino una cuerda. Similarmente, si miramos a la consciencia compuesta «yo soy este cuerpo» con suficiente atención y agudeza, descubriremos que en realidad no es nada sino la consciencia pura y simple «yo soy», y que el atributo «este cuerpo» es meramente una ilusión sobrepuesta en ella por nuestro poder de imaginación.

Este cuerpo ilusorio, y todos los otros objetos o pensamientos conocidos por la mente, continuarán pareciendo reales mientras les prestemos atención, lo mismo que un sueño continúa pareciendo real mientras lo experimentamos. Nuestro poder de atención es lo que da una realidad aparente a las cosas que conocemos. Por lo tanto, el engaño «yo soy este cuerpo» se mantendrá mientras continuemos prestando atención a este cuerpo o a cualquiera de los objetos que conocemos a través del medio de sus cinco sentidos. Para dispersar este engaño, debemos dejar de prestar atención a cualquier objeto conocido por la mente, y en lugar de ello debemos volver la atención hacia nosotros para conocer la consciencia subyacente «yo soy».

Por lo tanto, para experimentar la consciencia real «yo soy» como ella es, ilimitada y no tocada por la identificación con ninguna forma, debemos retirar la atención de todas

las formas —todos los pensamientos, sentimientos o imágenes mentales objetivos, tales como nuestro cuerpo y este mundo— y volverla hacia el único elemento esencial de la mente —la consciencia básica «yo soy». Mientras continuamos aferrándonos o prestando atención a alguna forma de pensamiento objetivo, no podemos experimentar nunca la consciencia «yo soy» como realmente es. En lugar de ello, continuaremos engañándonos creyendo que la mente y todo lo conocido por ella es real.

¿Puede ser efectivamente real algo conocido por la mente? O más bien, ¿puede ser real algo que *nosotros* conocemos a través del medio engañoso que llamamos nuestra «mente»? Excepto la auto-consciencia esencial «yo soy», todo lo que conocemos es solo un pensamiento con una forma u otra. Todos los pensamientos son una forma de conocimiento, e inversamente, todo conocimiento otro que la consciencia básica «yo soy» es una forma de pensamiento.

Todos los pensamientos son conocidos por nosotros solo a través del medio de la mente, que es nuestro primer pensamiento «yo», pero la consciencia esencial «yo soy» es conocida por nosotros directamente, no a través de la mente ni de ningún otro medio. Todo el conocimiento que tenemos de todo otro que «yo soy», depende para su realidad aparente de la realidad de la mente a través de la cual lo conocemos. Si la mente es irreal, todas las cosas conocidas por ella deben ser también irreales, puesto que son solo pensamientos que ella se ha formado dentro de sí misma.

La única cosa que parece ser conocida por la mente, y que sin embargo no depende de la mente para su realidad, es la consciencia fundamental «yo soy», debido a que ella no es meramente un pensamiento que la mente ha formado dentro de sí misma. Incluso en la ausencia de la mente, en los estados libres-de-pensamiento tales como el sueño profundo, experimentamos esta consciencia básica «yo soy». Además, lo que la mente conoce efectivamente, no es la consciencia «yo soy» como realmente es, sino solo la consciencia «yo soy» oscurecida por nuestra imaginación «yo soy este cuerpo». Al despertar del sueño profundo, la primera cosa que la mente conoce es «yo soy», pero tan pronto como conoce «yo soy», sobreimpone sobre sí misma esta falsa identificación «yo soy este cuerpo».

Así pues, desde su comienzo mismo, la mente es una mentira, una falsa mezcla de la consciencia fundamental «yo soy» con un cuerpo físico compuesto de materia inconsciente. Cuando su conocimiento más básico, el conocimiento que tiene de sí misma, es así una mentira o falsedad, ¿cómo podemos confiar en ningún otro conocimiento que la mente pueda adquirir? Todo lo que la mente conoce está basado en su primer conocimiento, su conocimiento erróneo «yo soy este cuerpo». Debido a que ella siempre sobreimpone esta identificación falsa «yo soy este cuerpo» sobre la consciencia pura, original y fundamental «yo soy», la mente no puede conocer nunca la consciencia pura e incontaminada como realmente es.

La única cualidad esencial de la consciencia, es que es siempre auto-consciente —ella conoce siempre su propia existencia o ser— y esa consciencia de su propia existencia es lo que llamamos «yo soy». Sin embargo, además de conocer su propia existencia, la consciencia a veces también parece conocer otras cosas. Cuando la consciencia conoce así otras cosas, la llamamos nuestra «mente».

La naturaleza de la mente es conocer la otredad o dualidad. La mente es así una consciencia mezclada, una consciencia en la que nuestro conocimiento fundamental «yo soy» está mezclado con el conocimiento de otras cosas. Sin embargo, mientras el conocimiento de otras cosas es algo que aparece y desaparece, y al aparecer sufre cambio constantemente, nuestro conocimiento básico «yo soy» no aparece ni desaparece, sino que existe permanentemente y sin sufrir ningún cambio. Además, mientras el conocimiento de la otredad depende de la consciencia para ser conocido, nuestro conocimiento básico «yo soy» no depende de nada más para ser conocido, debido a que él mismo es la consciencia por la que todas las cosas son conocidas.

Así pues, en la consciencia mezclada que llamamos nuestra «mente», lo que es real, es solo la consciencia fundamental «yo soy». Esta consciencia fundamental e incontaminada «yo soy» parece devenir la consciencia mezclada llamada «mente» solo cuando sobreimponemos en ella el conocimiento de otras cosas. Pero mientras la consciencia básica «yo soy» es permanente y por lo tanto real, todo nuestro conocimiento de otras cosas es meramente una apariencia temporal, y por lo tanto irreal. Solo la consciencia «yo soy» es real debido a que solo ella satisface las tres condiciones por las que podemos juzgar que algo es real. Es decir, es permanente, sin-cambio y no depende de ninguna otra cosa, ni para existir ni para saber que existe.

La mente es una forma de consciencia temporal que aparece y desaparece, y que sufre cambio constantemente durante el tiempo de su aparición. Aunque parece conocer su existencia como «yo soy», de hecho toma este conocimiento de la existencia de la consciencia real, que la subyace y la da una aparente existencia suya propia.

Nuestro conocimiento «yo soy» es experimentado por nosotros incluso en el sueño profundo, cuando la mente ha desaparecido, pero cuando la mente aparece en la vigilia o en el sueño con sueños, nos usurpa este conocimiento básico «yo soy», y lo toma como si este conocimiento fuera suyo. Nuestro conocimiento o consciencia «yo soy» es nuestro sí mismo real, y, por consiguiente, es la única cosa que experimentamos siempre, pero la mente no es nuestro sí mismo real, debido a que solo la experimentamos temporalmente.

Por lo tanto, hay una clara distinción entre nuestro conocimiento «yo soy» y la mente, que meramente asume este conocimiento en la vigilia y el sueño con sueños, como si fuera suyo, pero que está separada de él en el sueño profundo. Así pues, la unión aparente de la mente con nuestro conocimiento «yo soy» no es una unidad real, sino solo un apariencia transitoria. Por lo tanto, la mente no es independientemente consciente de su

propia existencia. Para conocer su propia existencia como «yo soy», depende enteramente de la consciencia real, sin cuyo soporte no podría parecer existir.

Siendo impermanente, constantemente sujeta a cambio y enteramente dependiente de la consciencia real, tanto para su existencia aparente como para su aparente conocimiento de su propia existencia, la mente no es real. Cualquier realidad que parezca tener es solo relativa, y no absoluta. Eso que es solo relativamente real, no es verdaderamente real, sino que meramente parece ser real. Solo eso que es absoluta e incondicionalmente real, puede ser llamado «real» en el sentido más verdadero de esta palabra.

En el capítulo anterior, describíamos la mente como nuestra «consciencia que conoce», debido a que su naturaleza es estar siempre conociendo cosas que imagina ser otras que ella misma. Puesto que surge y se sumerge, o aparece y desaparece, también podemos describirla como nuestra «consciencia que surge», en contraste con la consciencia real, que es nuestra «consciencia ser», la consciencia que solo es, y que nunca surge para conocer nada más que sí misma.

La mente o «consciencia que surge» no puede surgir o venir a la existencia sin imaginarse ser una entidad distinta y separada, y sin imaginar conocer simultáneamente algo más que ella misma. Ella se imagina ser una entidad separada imaginando un cuerpo físico e imaginando simultáneamente que ese cuerpo físico imaginario es ella misma. Así pues, la mente o «consciencia que surge», surge imaginando «yo soy este cuerpo», y simultáneamente imagina que conoce otras cosas que ella misma. Sin imaginar simultáneamente estas dos cosas, la mente no puede surgir.

Tan pronto como despertamos del sueño profundo, sentimos como si hubiéramos despertado o surgido en un cuerpo particular, que sentimos ser nosotros, y que simultáneamente sentimos como si hubiéramos devenido conscientes de un mundo alrededor nuestro, que sentimos ser otro. Esta sensación de surgir como un cuerpo y de conocer otras cosas, es todo una imaginación, pero mientras nos identificamos con nuestra «consciencia que surge» nos parece ser completamente real.

Somos capaces de conocer otras cosas solo a través del medio de la mente, nuestra limitada «consciencia que surge». Generalmente, dividimos todos los objetos que conocemos en dos amplias categorías: nuestros pensamientos y los objetos externos percibidos. En este contexto, el término «nuestros pensamientos» incluye todos los objetos de «segunda persona» conocidos, es decir, todos nuestros pensamientos, sentimientos y emociones, y todo lo demás que reconocemos como existiendo solo en la mente. El término «objetos externos», por otra parte, incluye todos los objetos de «tercera persona» conocidos, es decir, todo lo que percibimos a través de cualquiera de nuestros cinco sentidos, y que, por lo tanto, imaginamos que existe fuera de e independiente de la mente.

Si se nos pregunta si pensamos que nuestros pensamientos existen aparte de nuestro conocimiento de ellos, la mayoría de nosotros admitiría rápidamente que solo pueden

existir si los conocemos. Podemos pensar que somos solo vagamente conscientes de algunos de los pensamientos en el trasfondo de la mente, pero un pensamiento existe solo en la medida en que lo conocemos. Un pensamiento es esencialmente solo una imagen en la mente, un objeto que existe solo en la consciencia, y como tal existe solo debido a que lo conocemos.

Sin embargo, aunque reconocemos que para su existencia aparente nuestros pensamientos dependen del conocimiento de ellos, imaginamos que los objetos externos que percibimos a través de nuestros cinco sentidos existen de alguna manera independientes del conocimiento de ellos. Pero esta distinción que hacemos entre nuestros «pensamientos» y los «objetos externos», es falsa.

Todo lo que conocemos, lo conocemos solo en la mente. Incluso los «objetos externos» que pensamos que percibimos fuera, de hecho son experimentados solo como imágenes en la mente, y por lo tanto son también pensamientos que formamos y conocemos por nuestro poder de imaginación. Excepto la consciencia básica de nuestro ser, «yo soy», todo lo que conocemos es solo un pensamiento que hemos formado en la mente.

Conocer algo más que nosotros es por lo tanto sinónimo de pensar. Es un proceso de imaginación, y solo puede ocurrir cuando limitamos imaginariamente la consciencia como algo otro que los pensamientos y objetos que conocemos. Limitarnos como una mente, una forma de consciencia individual separada, es por lo tanto el factor fundamental y esencial en el proceso de pensar o conocer otras cosas.

Aunque imaginamos usualmente que la mente surge tan pronto como despertamos del sueño profundo, y no se sumerge hasta que caemos de nuevo en el sueño profundo, de hecho la mente surge y se sumerge incontables veces cada segundo. Con el surgimiento de cada pensamiento, la mente surge para pensarlo y conocerlo, y con la submersión de cada pensamiento, la mente se sumerge momentáneamente, antes de surgir casi instantáneamente para pensar y conocer algún otro pensamiento.

Pensar es esencialmente un proceso de formar y conocer simultáneamente pensamientos. Como discutíamos antes, formar un pensamiento y conocer ese pensamiento, no son de hecho dos acciones separadas, debido a que formamos pensamientos solo imaginándolos, e imaginar implica necesariamente conocer lo que imaginamos.

Puesto que la mente forma sus pensamientos solo imaginándolos, y puesto que imaginar algo implica esencialmente prestar atención a y conocer una imagen mental o pensamiento, finalmente todos los pensamientos son formados solo por la atención o poder de conocer. En otras palabras, nuestro poder de imaginación, que forma todos los pensamientos, es solo una facultad de nuestro poder de conocer o consciencia.

Puesto que en un único momento la mente puede prestar atención y conocer solo un pensamiento, no puede imaginar o formar más que un pensamiento al mismo tiempo. Por lo tanto, como discutíamos en el primer capítulo, nuestros pensamientos surgen y se sumergen en la consciencia de uno en uno. Cada pensamiento consecutivo puede surgir

o ser formado solo después de que el pensamiento anterior se ha sumergido o se ha disuelto.

Sin embargo, debido a que cada pensamiento individual surge y se sumerge en un período infinitamente pequeño de tiempo, durante cada segundo un número incontable de pensamientos consecutivos puede surgir y sumergirse en rápida sucesión. Por lo tanto, debido a la rapidez con la que los pensamientos surgen y se sumergen, la mente superficial es incapaz de discernir el surgimiento y la submersión de cada pensamiento individual, y por lo tanto solo conoce la impresión colectiva formada por una serie de tales pensamientos individuales.

Esto es similar al hecho de que nuestro ojo es incapaz de discernir cada punto de luz individual en una pantalla de televisión, como resultado de lo cual solo conoce la impresión colectiva formada por una serie de tales puntos que cubren la pantalla entera en rápida sucesión. La imagen que vemos en la pantalla de una televisión de tubo de rayos catódicos, está formada por muchas líneas de luz horizontales, cada una de las cuales está formada por muchos puntos de luz individuales de colores e intensidad variables. Estos puntos de luz individuales, que son conocidos como píxeles (la sílaba «pix» significa las imágenes, y «el» significa el elemento), son formados en la pantalla uno a uno por un rayo de electrones descargado desde el cátodo en la parte trasera del tubo. Controlado por la secuencia de oscilaciones estable del campo magnético o electrostático a través del cual se esparce el rayo de electrones, en una fracción de segundo la pantalla entera de la televisión se cubre con una serie de píxeles de colores e intensidad variables, formando con ello colectivamente una imagen completa.

Debido a que cada píxel individual es formado solo momentáneamente, y se disuelve casi inmediatamente, en una fracción de segundo el rayo de electrones oscilante es capaz de formar otro píxel de diferente color e intensidad sobre el mismo punto en la pantalla, y así en cada sucesiva fracción de segundo forma una imagen ligeramente diferente sobre la pantalla. Debido a que el poder cognitivo de nuestros ojos no es suficientemente sutil y refinado para que seamos capaces de percibir claramente la rápida formación y disolución de cada píxel individual, o incluso la formación y disolución ligeramente menos rápida de cada imagen entera que se forma sobre la pantalla con un solo barrido del rayo de electrones, lo que conocemos no es muchos puntos de luz individuales que cambian rápidamente, sino solo una imagen completa y continuamente cambiante.

Cada pensamiento individual que surge y se sumerge momentáneamente en la mente, es similar a un píxel que es formado y disuelto momentáneamente en una pantalla de televisión. Debido a que cada pensamiento individual surge o es formado solo momentáneamente, y se sumerge o disuelve casi inmediatamente, en una fracción de segundo infinitamente pequeña la mente puede formar otro pensamiento en su lugar. Debido a que el poder cognitivo de la mente usualmente no es suficientemente sutil y refinado para que seamos capaces de discernir claramente la formación y disolución extremada-

mente rápida de cada pensamiento individual, lo que conocemos usualmente no es muchos pensamientos individuales que surgen y se sumergen rápidamente, sino solo un único flujo de pensamientos continuamente cambiante.

Sin embargo, si practicamos estar atentos a la consciencia de ser infinitamente sutil, «yo soy», nuestro poder de atención o cognición devendrá gradualmente más sutil y refinado, y finalmente seremos capaces de conocer cada pensamiento individual cuando surge. Cuando, por la práctica de la cualidad de la auto-atención, nuestro poder de atención sea así refinado y hecho suficientemente sutil como para ser capaz de detectar claramente el surgimiento o formación de cada pensamiento individual, también será capaz de conocer claramente nuestro ser puro y esencial, que siempre subyace y soporta la formación de los pensamientos, y que momentáneamente permanece solo en el intervalo entre la disolución de un pensamiento y la formación del siguiente pensamiento.

Cuando nuestro poder de atención o cognición devenga así suficientemente refinado para capacitarnos a experimentar claramente la consciencia esencial de nuestro ser, «yo soy», en la claridad de esa pura auto-consciencia o auto-conocimiento, la mente será disuelta, al ser una mera aparición que había surgido solo debido a nuestra falta de auto-conocimiento claro. Es decir, puesto que la mente es meramente una forma de consciencia limitada que siente «yo soy este cuerpo», no puede surgir o ser formada en la luz brillante del auto-conocimiento verdadero, que brilla solo como la auto-consciencia «yo soy» libre de adjuntos y por lo tanto inadulterada. Y puesto que este sentimiento ilusorio «yo soy este cuerpo» es el pensamiento primero y fundamental, que es la raíz o base de todos los demás pensamientos, cuando este sentimiento sea disuelto por el auto-conocimiento verdadero, ningún otro pensamiento será capaz de surgir o formarse en la consciencia.

Como hemos visto anteriormente en este capítulo, la mente primero se forma a sí misma como el pensamiento raíz «yo», y solo entonces forma cualquier otro pensamiento. El pensamiento raíz «yo» es el pensador, el agente que piensa todos los otros pensamientos. Por lo tanto, subyacente a la formación de cada pensamiento individual, es la formación del pensamiento raíz «yo».

Ningún pensamiento puede ser formado sin que el pensamiento «yo» sea formado primero. Es decir, no podemos formar ningún otro pensamiento sin formarnos nosotros primero como el pensamiento «yo», que es el agente que piensa ese pensamiento. Sin embargo, el corolario obvio de esta verdad, es que no podemos formarnos como el pensador o primer pensamiento «yo» sin pensar o formar simultáneamente algún otro pensamiento.

Sin formar algún otro pensamiento al que aferrarse, no podemos surgir como el pensamiento que piensa «yo». La naturaleza de nuestro primer pensamiento «yo» es pensar otros pensamientos, y sin pensar otros pensamientos no puede parecer ser formado como una consciencia individual separada. Es decir, la consciencia de ser esencial, «yo

soy», se forma a sí misma aparentemente como el primer pensamiento «yo soy este cuerpo» solo pensando algún otro pensamiento.

Por lo tanto, junto con la formación y disolución de cada uno de los demás pensamientos, el pensamiento «yo» es formado y disuelto. En otras palabras, la formación y disolución repetida del pensamiento fundamental «yo», es parte de la formación y disolución de cada uno de los demás pensamientos. Por consiguiente, en el breve intervalo entre la disolución y formación de cada dos pensamientos consecutivos, la mente o pensamiento raíz «yo», es él mismo disuelto y re-formado.

Así pues, este intervalo entre cada dos pensamientos, es un ejemplo en miniatura del sueño profundo, y el surgimiento y submersión de cada pensamiento es un ejemplo en miniatura de la vigilia o el sueño con sueños. Por lo tanto, los estados de vigilia y sueño con sueños son un macrocosmos del que la formación y disolución de cada uno de los pensamientos individuales es el microcosmos.

Por lo tanto, si refinamos gradualmente nuestro poder de atención o cognición por la práctica persistente de la cualidad de la auto-atención, finalmente seremos capaces de conocer la realidad subyacente que permanece entre cada submersión y surgimiento sucesivos de la mente o pensamiento raíz «yo». Esa realidad subyacente es la auto-consciencia esencial, que experimentamos siempre como «yo soy».

Aunque experimentamos siempre la auto-consciencia verdadera «yo soy», en este momento no la experimentamos como realmente es, debido a que estamos experimentándola mezclada con la limitación distorsionante de la mente. Por lo tanto, si somos capaces de experimentarla claramente en el intervalo momentáneo libre de mente que existe entre la submersión de un pensamiento y el surgimiento del siguiente pensamiento, seremos capaces de conocerla como realmente es, no adulterada por la más mínima forma de dualidad u otredad.

Por consiguiente, cuando practicamos la cualidad de la auto-atención, nuestro objetivo es experimentar la auto-consciencia natural no adulterada por la más mínima apariencia de la mente ni de ningún objeto conocido por la mente. En lugar de experimentarnos como un cuerpo o como cualquier otro adjunto, debemos tratar de experimentarnos claramente como la auto-consciencia verdadera libre de adjuntos «yo soy».

El sustrato, trasfondo o pantalla inmediato en el que son formados y disueltos los estados de vigilia y sueño con sueños, y todos los pensamientos individuales dentro de esos estados, es el estado de sueño profundo, en el que experimentamos solo la consciencia de ser esencial, pero de una manera que de algún modo no es perfectamente clara o distinta. Sin embargo, el sustrato o espacio último en el que son formados y disueltos no solo la vigilia y el sueño con sueños, sino también el sueño profundo, es el verdadero estado de ser auto-consciente, «yo soy», en el que experimentamos la consciencia de ser fundamental y esencial en su claridad plena, natural y absoluta.

Por lo tanto, puesto que el universo entero y el espacio físico en el que está contenido no son nada más que pensamientos que hemos formado en la mente por nuestro po-

der de imaginación, en el *vedanta advaita* se dice que el espacio físico o *bhutakasa* está contenido en el espacio de la mente o *chittakasa*, y que el espacio de la mente está contenido en el espacio de la consciencia verdadera o *chidakasa*.

Si podemos conocer cómo dentro de la consciencia formamos y disolvemos nuestros pensamientos, habremos comprendido el secreto de cómo es creado y destruido el universo entero. Para obtener conocimiento directo e inmediato de este secreto, no necesitamos cargar a la mente reflexionando sobre ninguna de las diversas teorías religiosas o científicas sobre el origen del universo, sino que solo necesitamos escudriñar la consciencia, que es la fuente de la que y el espacio en el que todos los pensamientos y este universo entero surgen, permanecen momentáneamente, y después se sumergen de nuevo. Tanto el «Génesis» como el «Big Bang», que ciertos grupos de gentes creen que explican la aparición de este universo, acontecen en la mente a cada momento, con la formación de cada uno de los pensamientos.

CAPÍTULO 4

La Naturaleza de la Realidad

¿Qué es realidad? ¿Qué queremos decir cuando usamos los sustantivos «realidad» y «verdad», y sus correspondientes adjetivos «real» y «verdadero»? Consideramos muchas cosas como reales o verdaderas, ¿pero son algunas de esas cosas absolutamente reales, o su realidad es meramente relativa? Si la realidad de algo es solo relativa, ¿puede ello ser llamado real en el sentido más estricto del término?

Si algo es relativamente real, es también relativamente irreal. Ello puede parecer real en ciertos tiempos o en ciertas condiciones, pero deja de ser real en otros tiempos y en otras condiciones, de modo que su realidad es impermanente. Debido a que su realidad es dependiente de ciertas condiciones, no es real independientemente. Su supuesta realidad está limitada por y es relativa a la realidad de las condiciones de las que depende, y por lo tanto es imperfecta. Al ser relativo, condicional y dependiente, ello no es real por sí mismo, sino que meramente parece ser real en ciertas condiciones.

Eso que aparece en un tiempo, desaparecerá inevitablemente en algún otro tiempo. Puesto que ello no es real antes de que aparezca ni después de que desaparece, en verdad ello no es real ni siquiera cuando parece ser real. Su realidad aparente es solo una apariencia o aparición transitoria, y por lo tanto no es absolutamente verdadera. Eso que aparece en un tiempo y desaparece en otro tiempo, meramente parece existir, pero no existe realmente. Eso que existe realmente, eso que es realmente, debe ser en todos los tiempos. Por consiguiente, todas las formas de existencia temporal son meras apariencias, y por lo tanto no son reales.

Solo eso que es real absoluta, incondicional, independiente y permanentemente, es real en el sentido más estricto del término. Eso que es perfectamente real, debe ser real en todos los tiempos, en todas las circunstancias y en todas las condiciones. Su realidad no debe ser de ninguna manera dependiente de, limitada por o relativa a ninguna otra cosa. Además, no debe cambiar, o dejar de ser como ello era.

Esto que cambia, existe en una forma en un tiempo, y en alguna otra forma en algún otro tiempo, de modo que no tiene ninguna forma permanente suya propia. Al ser impermanente, ninguna de sus formas son absolutamente reales. Además, puesto que el cambio acontece dentro del tiempo, eso que cambia está limitado por el tiempo, y, por consiguiente, su realidad es dependiente del tiempo, limitada por el tiempo y así relativa al tiempo. Por lo tanto, solo eso que es sin-cambio e inmutable, es real en un sentido absoluto.

Así pues, una cosa puede ser considerada ser absolutamente real solo si es permanente, inmutable, inafectada por el paso del tiempo y el cambio de condiciones, independiente de cualquier otra cosa, no limitada por alguna otra cosa, y de ninguna manera relativa a alguna otra cosa.

Si estamos satisfechos con cosas que son impermanentes, imperfectas, cambiantes, relativas, condicionales y dependientes, podemos tomar tales cosas como reales. Pero, ¿está alguno de nosotros realmente satisfecho con tales cosas? ¿No buscamos todos consciente o inconscientemente felicidad que sea permanente, perfecta, inmutable, absoluta, incondicional e independiente?

No podemos obtener tal felicidad de algo que es impermanente, imperfecto, cambiante, relativo, condicional y dependiente, y por lo tanto no podemos estar nunca verdaderamente satisfechos con ninguna cosa semejante. Algo que es relativamente real, solo pueda dar felicidad relativa, y solo eso que es absolutamente real puede dar felicidad absoluta.

Por lo tanto, si somos serios en nuestro deseo de felicidad absoluta, debemos aceptar solo una definición absoluta de la realidad. Si en lugar de ello elegimos aceptar una definición relativa de la realidad, no hemos comprendido claramente que lo que deseamos realmente es solo felicidad absoluta. Debido a que pensamos erróneamente que podemos obtener la felicidad que deseamos de objetos y circunstancias en este mundo relativo y temporal, nos engañamos pensando que tales objetos y circunstancias relativos y transitorios, son reales. Sin embargo, mientras continuemos creyendo que tales cosas transitorias y relativas son reales, no podemos experimentar nunca la felicidad absoluta que todos deseamos, y que solo puede encontrarse en eso que es real absolutamente.

Todos somos libres de elegir ya sea aceptar lo relativo como real, o ya sea aceptar solo lo absoluto como real. Por lo tanto, la definición que damos a la realidad es dependiente de lo que queremos verdaderamente. Si pensamos que podemos estar satisfechos con cosas que son relativas, aceptaremos una definición relativa de la realidad. Pero si comprendemos que no podemos estar satisfechos nunca con ninguna forma de realidad relativa, no aceptaremos ninguna definición de la realidad que no sea absoluta.

Puesto que este libro atañe solo a la obtención de la felicidad absoluta y el conocimiento absolutamente verdadero, la definición de realidad sobre la que está basado el razonamiento en este libro, es una realidad absoluta. Por lo tanto, a no ser que el contexto indique claramente otra cosa, siempre que los sustantivos «realidad» o «verdad», o los adjetivos «real» o «verdadero» son usados en este libro, deben ser comprendidos como significando solo eso que es absoluta, incondicional, independiente, permanente e inmutablemente real.

Cuando decimos que la mente, nuestro cuerpo y este mundo, y el Dios que se cree que ha creado todas estas cosas, son todos irreales, no significamos la negación del hecho de que ellos son reales en un sentido relativo. Lo que queremos decir es que no

son absolutamente reales —permanente, inmutable, incondicional e independientemente reales. Todos ellos son apariencias transitorias que son concebidas o percibidas por la mente, y, por consiguiente, su realidad aparente depende de la mente, que es ella misma impermanente y siempre cambiante.

Aunque la mente, y todo lo que es conocido por la mente como otro que ella misma, es irreal, no podría parecer real si no hubiera alguna realidad que le sea subyacente. La realidad que subyace a toda la relatividad, es absoluta. ¿Cuál es la naturaleza de esa realidad absoluta?

Puesto que toda forma de dualidad es relativa, la realidad absoluta no puede ser más que una. Por lo tanto, ella es única y no-dual. No puede haber más que una realidad absoluta, debido a que si la hubiera, cada realidad tal estaría limitada, y sería relativa una con respecto a la otra, y, por consiguiente, ninguna de ellas sería el todo sin restricción.

Ser absoluto es ser libre de toda condición, restricción, limitación e influencias modificadoras —ser infinito, total, completo, incontaminado, perfecto e independiente. Por lo tanto, la realidad absoluta es por definición solo un único todo perfectamente no-dual, aparte del cual nada más puede existir.

Todo lo demás que parece existir, no es de hecho más que la única realidad no-dual absoluta. La realidad absoluta es como la cuerda, y todo lo demás es como la serpiente por la que esa cuerda se toma erróneamente. Lo mismo que solo la cuerda existe realmente, y la serpiente es meramente una apariencia imaginaria que es sobreimpuesta en ella, así también solo la realidad absoluta existe verdaderamente, y toda la dualidad y relatividad que aparece en ella, es meramente una imaginación que es sobreimpuesta en ella. La realidad absoluta no es solo el substrato subyacente a la apariencia de toda dualidad y relatividad, es también su única sustancia, debido a que no existe nada más que ella.

Mientras vemos la serpiente ilusoria, no podemos ver la cuerda real como ella es. Similarmente, mientras experimentamos la dualidad, no podemos conocer la realidad absoluta no-dual como ella es. Por lo tanto, si deseamos obtener verdadero conocimiento experimental de la realidad absoluta, debemos dejar de atribuir realidad a toda forma de dualidad y relatividad.

Mientras creamos que la dualidad y la relatividad son reales, la mente continuará prestándoles atención, creyendo que con ello puede obtener felicidad real. Solo si estamos firmemente convencidos de que todas las formas de dualidad y relatividad son apariencias ilusorias e irreales —meras ficciones de nuestra imaginación— estaremos dispuestos a retirar la mente de ellas para buscar la realidad absoluta que las subyace.

¿Existe realmente tal realidad absoluta, y si es así, podemos obtener verdadero conocimiento experimental de ella? Antes de decidir si existe realmente, debemos decidir primero cuál debe ser exactamente su naturaleza. Ya hemos visto que la realidad absoluta

debe ser permanente, sin-cambio, incondicional e independiente, pero hay otra cualidad necesaria de la realidad que todavía no hemos examinado.

Acordemente a Sri Ramana, la definición de la realidad, es que es eso que es eterno, sin-cambio y auto-brillante. Ser eterno es ser permanente, de modo que ya hemos examinado los dos primeros elementos de la definición de Sri Ramana, a saber, eterno y sin-cambio. Pero, ¿qué significa él por auto-brillante, y por qué debe ser auto-brillante una cualidad definitoria de la realidad absoluta?

Auto-brillante significa la cualidad de conocerse a uno mismo por la luz de la propia consciencia de uno. Si algo es conocido solo por alguna consciencia otra que ello mismo, o si no puede conocerse a sí mismo sin la ayuda de alguna «luz» otra que ello mismo, ello no puede ser real, debido a que debe depender de esa otra cosa para ser conocido. Puesto que ello no puede ser conocido sin la ayuda de esa otra cosa, su realidad aparente es dependiente de la realidad de esa otra cosa, y, por consiguiente, no es absolutamente real.

Si la realidad absoluta no fuera consciencia, no podría conocerse a sí misma, y, por consiguiente, tendría que depender de alguna consciencia otra que sí misma para ser conocida. Sin embargo, si tuviera que depender de algo más que ella misma por una razón cualquiera, no sería absoluta.

Por lo tanto, una cualidad necesaria de la realidad es que no solo debe existir permanentemente y sin sufrir nunca ninguna forma de cambio, sino que también debe conocer su propia existencia o ser. La realidad absoluta es, y sabe que ella es. Es decir, ella no es solo ser, sino que es también la consciencia de ser. Puesto que es no-dual, la realidad absoluta es a la vez ser y consciencia. Su ser y su consciencia no son dos cosas diferentes, sino que son una y la misma esencia.

¿Pero existe realmente una realidad tal, o es meramente un concepto hipotético? ¿Conocemos algo que existe siempre, que nunca sufre ningún cambio, y que siempre se conoce a sí mismo por su propia luz de consciencia auto-brillante?

Todos los objetos que conocemos, y la mente a través de la cual los conocemos, son impermanentes y están sujetos a cambio. Aunque la mente parece conocerse a sí misma, no puede ser la realidad absoluta, debido a que es impermanente y está cambiando constantemente. La mente parece existir y conocerse a sí misma en la vigilia y el sueño con sueños, pero en el sueño profundo deja de conocerse a sí misma, y deja de existir como la consciencia que piensa y que conoce objetos que llamamos «mente».

Sin embargo, como hemos visto antes, subyacente a la mente tenemos un nivel más profundo de consciencia que continúa conociéndose a sí misma en los tres estados de consciencia, a saber, vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. Este nivel más profundo de consciencia es la consciencia fundamental de nuestro ser —la auto-consciencia verdadera y esencial «yo soy».

Esta consciencia fundamental y esencial de nuestro ser existe permanentemente, no solo durante los tres estados de consciencia normales, sino más allá de los límites de la

vida del cuerpo físico que ahora imaginamos ser. Puesto que este cuerpo físico es meramente un producto imaginario de la mente, lo mismo que lo es cualquier otro cuerpo que tomamos erróneamente por nosotros en un sueño, la mente mantendrá su poder de crear cuerpos imaginarios para identificarlos como «yo» incluso después de que la vida de este cuerpo —el sueño que llamamos nuestra presente vida de vigilia— haya llegado a su fin. La existencia de la mente no está limitada a la vida de este cuerpo presente, debido a que esta vida es meramente uno de los muchos sueños que la mente imagina y experimenta en su largo sueño profundo de auto-olvido. Mientras la mente permanezca en este sueño profundo de auto-olvido o de falta de claridad de auto-conocimiento, continuará imaginando tales sueños, y así continuará reapareciendo después de cada ocasión en que desaparezca temporalmente ya sea en el sueño profundo o ya sea en la muerte. Puesto que el fundamento esencial que subyace y soporta la aparición y desaparición de la mente, es la consciencia fundamental de ser, «yo soy», ella persiste a todo lo largo del sueño profundo de auto-olvido, en el que tantos sueños o supuestas vidas aparecen y desaparecen.

Lo mismo que la mente, que aparece en él, el sueño profundo de auto-olvido es solo una apariencia temporal. Aunque parecemos carecer de un conocimiento claro de lo que somos realmente, esta falta de claridad afecta solo a la mente, a la consciencia superficial que conoce objetos. La consciencia real, que es la consciencia fundamental de nuestro ser esencial, se conoce siempre a sí misma claramente como «yo soy». Por lo tanto, no es afectada por la aparición y desaparición ilusoria de nuestro aparente auto-olvido.

El auto-olvido o falta de claridad de auto-conocimiento, existe solo en la visión de la mente, y no en la visión de la consciencia real «yo soy». Por lo tanto, la consciencia de ser no-dual real, existe y conoce su propia existencia eternamente, tanto si el sueño profundo de auto-olvido parece acontecer como si no.

La consciencia de ser fundamental y esencial no solo existe eternamente, sino que también permanece sin sufrir nunca ningún cambio. Todo cambio es una apariencia que es experimentada solo por la mente, que es una forma limitada y distorsionada de la consciencia de ser original, «yo soy», y no por la forma verdadera de esta consciencia. Es decir, la consciencia de ser original no conoce nada sino a sí misma, «yo soy», que es lo único que existe verdaderamente. Por lo tanto, ella no conoce nunca la apariencia ilusoria de la mente cambiante, ni ninguno de los conocimientos de dualidad siempre cambiantes que experimenta la mente.

Por lo tanto, la consciencia fundamental «yo soy», permanece inafectada por cualesquiera cambios que puedan parecer acontecer dentro de ella. Lo que quiera que podamos estar haciendo o pensando, o cualquier experiencia que podamos estar padeciendo, siempre conocemos nuestro ser, «yo soy», incluso si no le prestamos ninguna atención particular. Así pues, por nuestra experiencia, sabemos claramente que la consciencia esencial de ser permanece siempre sin-cambio.

Además, la consciencia fundamental y esencial de nuestro ser es auto-brillante, debido a que continuamos conociéndonos como «yo soy» tanto cuando la mente aparece como cuando desaparece. Requerimos la ayuda de la mente para conocer toda dualidad imaginaria que ella crea por su poder de imaginación, pero no requerimos la ayuda de nada para saber «yo soy». Incluso en el sueño profundo, cuando la mente y todo lo demás ha desaparecido, continuamos sabiendo «yo soy». En el sueño profundo no existe nada más, y sin embargo en esa ausencia de todas las otras cosas, la consciencia esencial continúa conociéndose a sí misma como «yo soy». Puesto que se conoce a sí misma sin ninguna ayuda externa, la consciencia de nuestro ser es eterna e inmutablemente auto-brillante.

Así pues, la consciencia de ser es la única cosa que experimentamos que tiene todas las cualificaciones esenciales requeridas para ser la realidad absoluta. Es eterna, sin-cambio y auto-brillante, es no-dual, no es afectada en lo más mínimo por el paso del tiempo ni por el cambio de condiciones, y es independiente de toda otra cosa, no limitada por ninguna otra cosa, y de ninguna manera relativa a ninguna otra cosa. Por lo tanto, ¿no está claro que la única y sola realidad absoluta es la consciencia esencial de nuestro ser —la auto-consciencia fundamental no-dual «yo soy»?

Cuando sabemos claramente que la auto-consciencia es absolutamente real, ¿cómo podemos aceptar que cualquier fenómeno transitorio y relativo como la mente o cualquiera de las cosas conocidas por ella son reales? Aunque puedan parecer reales desde un punto de vista relativo, desde un punto de vista absoluto son todos irreales. La única cosa que es real en un sentido absoluto es la consciencia no-dual de nuestro ser, «yo soy».

Como hemos visto, nuestro ser es, él mismo, la consciencia de ser. Nuestro ser esencial y la consciencia esencial son una y la misma realidad. Puesto que nuestro ser es consciencia, se conoce a sí mismo solo siendo él mismo. Y como hemos visto en el primer capítulo, la felicidad perfecta es solo el estado en el que permanecemos meramente como la consciencia esencial de ser. Es decir, ser conscientes como mero ser, es el estado de felicidad suprema.

¿Por qué experimentamos felicidad perfecta cuando permanecemos así como nuestra mera consciencia de ser? Ello es debido a que la felicidad es nuestra naturaleza esencial. Nuestro ser no es solo consciencia sino también felicidad. Nuestro ser esencial, la consciencia esencial y nuestra felicidad esencial no son tres cosas separadas, sino que son todos una y la misma realidad.

Ser, consciencia y felicidad parecen ser tres cosas separadas solo en la visión de la mente. Es decir, parecen estar separadas solo desde un punto de vista relativo. En la visión limitada y distorsionada de la mente, existimos a lo largo de la vida de nuestro cuerpo físico. Pero aunque reconocemos que existimos, ya sea que la mente esté en el estado de vigilia, en el sueño con sueños o en el sueño profundo, nos parece que solo

somos conscientes en la vigilia y el sueño con sueños, y que devenimos inconscientes en el sueño profundo. Y nos parece que nuestra felicidad es aún más efímera que la consciencia. Nuestra experiencia de felicidad, parece ser tan transitoria y relativa que incluso parece tener diferentes grados de intensidad, y estar fluctuando constantemente de un grado a otro.

Desde la perspectiva relativa de la mente, no solo el ser, la consciencia y la felicidad parecen ser tres cosas separadas, sino que cada una parece tener también un opuesto, y sus opuestos parecen ser tan reales como ellas. Imaginamos que existimos por un cierto período de tiempo, y que somos no-existentes en todos los otros tiempos —que hemos venido a la existencia cuando nació nuestro cuerpo, y que podemos o no continuar existiendo después de que nuestro cuerpo muera. También imaginamos que somos conscientes en algunos estados e inconscientes en otros estados, y que somos felices algunas veces e infelices otras. De la misma manera, imaginamos que todas las otras cosas vienen a la existencia en un tiempo, y devienen no-existentes en otros tiempos, que ellas son conscientes o inconscientes, y que si son conscientes pueden ser felices o infelices.

En la visión de la mente, la existencia y la no-existencia, la consciencia y la inconsciencia, y la felicidad y la infelicidad, son todas igualmente reales. Sin embargo, la realidad de cada uno de estos opuestos es solo relativa. Su realidad está sujeta al tiempo y es dependiente de las circunstancias, y el conocimiento de su realidad es dependiente de la mente. Por lo tanto, ninguno de estos opuestos es absolutamente real.

Puesto que todo lo que es conocido por la mente es solo relativamente real, ¿no hay ninguna cosa tal como la existencia o no-existencia absoluta, la consciencia o inconsciencia absoluta, o la felicidad o infelicidad absoluta? Consideremos primero las cualidades negativas. Una cualidad negativa tal como la no-existencia, la inconsciencia o la infelicidad nunca puede ser absoluta, debido a que una cualidad negativa solo puede «existir» relativa a su cualidad positiva correspondiente. De hecho, una cualidad negativa no «existe» realmente, sino que es solo la ausencia o no-existencia de la cualidad positiva correspondiente.

La no-existencia o el no-ser, nunca pueden existir realmente, debido a que es solo una ausencia o negación de la existencia o el ser. Verdaderamente no hay ninguna cosa tal como la no-existencia o el no-ser, debido a que si lo hubiera, sería una «no-existencia existente», que es una contradicción en los términos. Por lo tanto, la no-existencia o el no-ser es real solo como un concepto mental, y no existe excepto como una idea o un pensamiento en la mente. Como tal, la no-existencia es una cualidad esencialmente relativa, y por lo tanto no puede ser nunca absoluta.

Similarmente, no puede haber ninguna cosa tal como la inconsciencia absoluta. Lo que llamamos «inconsciencia» es solo una ausencia de consciencia, pero en una ausencia de consciencia completa, ninguna «inconsciencia» podría ser conocida o experimentada. Por lo tanto, lo mismo que la no-existencia, la inconsciencia es solo real como un

concepto mental. La consciencia o inconsciencia de otras gentes, criaturas y cosas, nunca puede ser conocida por nosotros directamente, sino que es solo inferida por la mente, y como tal es real solo como una idea o pensamiento en la mente. Además, aunque conocemos la consciencia, nunca podemos conocer nuestra inconsciencia. Por lo tanto, la inconsciencia es algo que nunca podemos conocer efectivamente, ni en nosotros ni en nada más, y, por consiguiente, es meramente una condición hipotética, y no una condición que sea experimentada realmente alguna vez.

Cuando despertamos del sueño profundo, pensamos que éramos inconscientes en el sueño profundo, pero de hecho no conocíamos ni experimentábamos ninguna inconsciencia completa en ese estado. Lo que experimentábamos de hecho en el sueño profundo, era meramente la ausencia de cualquier conocimiento o consciencia de algo más que nosotros. Cuando decimos, «Sé que era inconsciente en el sueño profundo», estamos describiendo nuestra experiencia efectiva en el sueño profundo, pero lo estamos haciendo en términos muy imprecisos, debido a que no hemos reflexionado profundamente sobre lo que hemos experimentado efectivamente en ese tiempo, o qué entendemos exactamente por el término «inconsciente». Para saber que éramos inconscientes en el sueño profundo, debemos haber sido conscientes de esa «inconsciencia» aparente. Es decir, éramos capaces de experimentar la «inconsciencia» relativa del sueño profundo debido solo a que éramos efectivamente conscientes en ese tiempo.

Cuando decimos, «era inconsciente», no queremos decir que éramos absolutamente inconscientes, sino solo que éramos inconscientes del cuerpo, del mundo y de todas las otras cosas que estamos acostumbrados a conocer en los estados de vigilia y sueño con sueños. Nuestra «inconsciencia» o falta de conocimiento objetivo en el sueño profundo es relativo solo a nuestro conocimiento objetivo en la vigilia y el sueño con sueños. La ausencia de todo conocimiento objetivo en el sueño profundo, que es lo que queremos describir cuando decimos, «era inconsciente», no es meramente inferida por la mente, sino que era experimentada efectivamente por nosotros en el sueño profundo.

Cuando decimos, «no sabía nada en el sueño profundo», lo hacemos con un fuerte sentido de certeza, debido a que recordamos lo que experimentábamos efectivamente en ese tiempo, que era una ausencia de conocimiento relativo. El hecho de que ahora recordemos haber experimentado en ese tiempo una ausencia de todo conocimiento objetivo, prueba claramente que éramos conscientes en el sueño profundo. Aunque llamamos a esa experiencia de ningún conocimiento objetivo, un estado de «inconsciencia», es solo una inconsciencia relativa, debido a que estábamos presentes como consciencia para conocer esa condición de inconsciencia aparente.

Por lo tanto, podemos decir definitivamente que esa no-existencia e inconsciencia son reales solo como conceptos mentales, y que nunca pueden existir o ser conocidas como cualidades absolutas, pero, ¿podemos decir lo mismo sobre la infelicidad? ¿No es la infelicidad algo que experimentamos efectivamente? Si expresamos con otras pala-

bras nuestra descripción de la infelicidad como «sufrimiento», «dolor» o «miseria», ¿no deviene ella una cualidad positiva?

Primeramente, no podemos igualar la palabra «dolor» con infelicidad. Dolor es una palabra que usualmente es usada para describir una sensación física, y una sensación física de dolor nos hace sentir infelices solo debido a que nos desagrada fuertemente y somos reacios a tolerarla. Como todos sabemos, una persona puede tener gran dolor físico y sin embargo sentirse completamente feliz y animosa. En la medida en que estamos dispuestos a tolerar el dolor, somos capaces de sentirnos felices a pesar de él.

Sin embargo, si usamos la palabra «dolor» en el sentido de angustia mental, entonces describe un estado de infelicidad efectiva. Podemos desapegarnos mentalmente del dolor físico, y permanecer con ello inafectados por él, pero no podemos desapegarnos tan fácilmente del dolor mental, y si somos capaces de hacerlo, entonces dejará de ser dolor mental.

Aunque podamos usar términos positivos tales como «sufrimiento», «miseria», «dolor» o «angustia» para describirla, la infelicidad sigue siendo solo un estado relativo, y es experimentado por nosotros como una falta o ausencia de algo que deseamos y sentimos que es legítimamente nuestro. Deseamos la felicidad debido a que sentimos que es natural a nosotros, y estamos incómodos con el sufrimiento o la miseria debido a que sentimos que es innatural y ajeno a nosotros.

Si no tuviéramos ningún deseo o anhelo de ser felices, ni ninguna aversión de sentirnos infelices, la felicidad no nos haría sentir felices, y el sufrimiento no nos haría sentir miserables. Lo que sugerimos en esta frase es por supuesto una absurdidad auto-contradictoria. Pero más que ser solo absurda, es de hecho una imposibilidad, debido a que nuestra experiencia de la felicidad es inseparable de nuestro amor por la felicidad, y nuestra experiencia de la infelicidad es inseparable de nuestra aversión por la infelicidad. La felicidad nos hace sentir felices debido a que la amamos, y la amamos debido a que nos hace sentir felices. De la misma manera, la infelicidad nos hace sentir infelices debido a que le tenemos aversión, y le tenemos aversión debido a que nos hace sentir infelices.

Aunque hablamos de ellos como si fueran dos cosas diferentes, nuestro amor por la felicidad y nuestra aversión por la infelicidad son de hecho una y la misma cosa. Estos dos términos, «amor por la felicidad» y «aversión por la infelicidad», son solo dos maneras de describir el mismo sentimiento único, un sentimiento que es inherente en nuestro ser mismo. Las palabras «aversión por la infelicidad» son solo una descripción negativa de nuestro sentimiento positivo de amor por la felicidad. Debido a que amamos la felicidad, y debido a que la infelicidad es un estado en el que estamos privados de la felicidad que amamos, cuando tenemos que vérnoslas con la infelicidad experimentamos nuestro amor por la felicidad como una aversión por esa infelicidad.

Incluso si usamos palabras aparentemente positivas tales como «sufrimiento» o «miseria» para describirla, la infelicidad es esencialmente solo una privación de la felicidad.

Lo consideremos como lo consideremos, no podemos evitar la conclusión de que la infelicidad, el sufrimiento o la miseria, es básicamente solo una negación, una ausencia de la felicidad que todos deseamos. Por lo tanto, puesto que la infelicidad existe solo en contraste con la felicidad, es esencialmente una cualidad relativa, y, por consiguiente, no puede haber ninguna cosa tal como la infelicidad absoluta.

Si la no-existencia, la inconsciencia y la infelicidad son cada una necesariamente solo cualidades relativas, cualidades que no pueden tener nunca ninguna realidad absoluta, ¿no podemos decir lo mismo de sus opuestos? ¿No son la existencia, la consciencia y la felicidad igualmente solo cualidades relativas?

Sí, cuando hablamos de cada una de estas cualidades como parte de un par de opuestos, ellas son ciertamente relativas, y no pueden ser absolutas. Por ejemplo, cuando hablamos de la existencia y la no-existencia, la existencia de la que estamos hablando es relativa a su opuesto, la no-existencia. Cuando consideramos que la existencia es una cualidad contraria a su opuesto, ella es solo una cualidad relativa.

Sin embargo, solo porque en la visión limitada y distorsionada de la mente, la existencia, la consciencia y la felicidad parecen ser todas solo cualidades relativas, ¿significa esto que no puede haber ninguna cosa tal como la existencia absoluta, la consciencia absoluta y la felicidad absoluta? Para responder a esta pregunta, debemos considerar de nuevo qué entendemos por la palabra «absoluto».

Etimológicamente, absoluto significa «libre de» o «liberado de», y, por consiguiente, ser absoluto es ser libre de toda condición, restricción y limitación, libre de todas las formas de confinamiento, libre de todas las dimensiones tales como el tiempo y el espacio, libre de todas las fronteras o límites, libre de todas las divisiones y partes, libre de todas las relaciones e influencias modificantes, libre de toda dependencia, libre de toda forma de imperfección o incompletud, libre de toda finitud, relatividad y dualidad. O para expresarlo en términos más positivos, absoluto significa completo, total, infinito y perfecto. Por lo tanto, nuestra pregunta es si hay o no hay una cosa tal como una existencia, consciencia o felicidad que es infinita, indivisa, independiente y libre de toda condición y relatividad.

La infinitud no permite la existencia de ningún otro. Para ser infinita, una cosa debe ser el único todo simple, aparte del cual nada más puede existir. Si algo existiera aparte, fuera o independiente de lo infinito, eso establecería un límite a lo infinito, y, por consiguiente, dejaría de ser infinito.

No solo no puede haber nada más que lo infinito, tampoco puede haber divisiones dentro de lo infinito, debido a que una división es una forma interna de restricción o limitación, y lo infinito es por definición exento de todo límite, tanto interno como externo. Por lo tanto, si hay una cosa tal como una realidad infinita o absoluta, ella debe ser la única realidad, la realidad total, y una realidad que es esencialmente simple, indivisa y no-dual.

No puede haber más que una realidad absoluta. Por consiguiente, si en verdad hay una existencia o ser absoluto, una consciencia absoluta y una felicidad absoluta, no pueden ser tres cosas separadas, sino que deben ser una y la misma realidad. ¿Hay una realidad tal, y si la hay, es existencia, consciencia y felicidad?

Para responder a esto, primero debemos considerar la consciencia, debido a que la consciencia es el punto de partida y el fundamento de todo, la base de todo lo que conocemos o podemos conocer. Si la realidad absoluta no fuera consciencia, no podría conocer su propia existencia o ser, y puesto que no puede haber nada más que lo absoluto para conocerlo, no podría ser conocido nunca, y, por lo tanto, sería meramente un concepto o suposición hipotético.

Todo dicho sobre el ser o la existencia presupone la consciencia, porque sin la consciencia para conocerlo, ¿quién podría decir que ello es? La palabra misma «existe» significa etimológicamente «estar», debido a que una cosa puede decirse que es o existe solo si «está» en la consciencia. Un ser o existencia desconocido es una mera imaginación, una suposición infundada, y como tal no puede ser real.

¿Hay por lo tanto una cosa tal como una consciencia absoluta, una consciencia que es libre de toda condición y limitación, libre de toda frontera externa y división interna, libre de toda influencia modificante, libre de toda dependencia, y libre de toda relatividad y dualidad? Puesto que no podemos conocer ninguna otra consciencia que la consciencia, solo podemos responder a esta pregunta aplicándola a la consciencia.

Al vérselas con esta pregunta, la mayoría de nosotros concluiría superficialmente que la mente es la única consciencia que conocemos, y que la mente no reúne ninguno de los criterios requeridos para ser llamada absoluta. Por supuesto es verdadero que la mente no es absoluta, ¿pero es la mente la única consciencia que conocemos? Puesto que somos conscientes de nuestro ser en el sueño profundo, cuando la mente está ausente, somos claramente una consciencia que trasciende la mente y todas sus limitaciones. La consciencia real por lo tanto no es la mente, sino alguna otra consciencia más básica que subyace a la mente. Esa consciencia básica subyacente es la auto-consciencia esencial, la consciencia no-dual de nuestro ser, que experimentamos siempre como «yo soy».

Al aplicar la pregunta de arriba a la auto-consciencia fundamental, «yo soy», encontraremos que ella reúne todos los criterios que distinguen a la realidad absoluta. Es libre de toda condición, restricción y limitación. Es libre de toda forma de confinamiento. Es libre de toda dimensión tal como el tiempo y el espacio. Es libre de toda frontera o límite. Es libre de toda división y parte. Es libre de toda relación e influencia modificante. Es libre de toda dependencia. Es libre de toda forma de imperfección o incompletud. Es libre de toda finitud, relatividad y dualidad. Es por lo tanto completa, total, infinita y perfecta.

Esta auto-consciencia fundamental es no-dual y exenta de toda relatividad debido a que no es una consciencia de alguna otra cosa, sino solo de sí misma —de su propio ser

esencial, que se experimenta como «yo soy». Puesto que ella es, y es consciente de su «es»-dad, o más bien de su «soy»-dad, no es solo consciencia sino también ser.

Sin embargo, aunque ella es ser, no es alguna forma de ser o existencia objetivo, debido a que el ser objetivo requiere de alguna otra consciencia otra que sí mismo para ser conocido. Mientras la existencia de cualquier otra cosa depende de la consciencia para ser conocida, la existencia de la consciencia no puede ser conocida por nada más que sí mismo.

La consciencia no es un objeto, y, por consiguiente, su existencia o ser no puede ser conocido nunca objetivamente. Aunque puede haber signos o indicaciones objetivos de la existencia de la consciencia finita que llamamos mente, la existencia efectiva de esa consciencia no puede ser conocida nunca por nada más que sí misma. Cuando incluso esa consciencia finita, que interactúa con los objetos conocidos por ella, no puede ser conocida objetivamente por nada más que sí misma, ¿cómo puede la consciencia real infinita ser conocida como un objeto?

El ser o existencia de la consciencia fundamental «yo soy» es ser perfectamente auto-consciente, y por lo tanto es no-dual, ininterrumpido y enteramente independiente de toda otra cosa. Toda otra cosa depende para su existencia aparente de esta consciencia fundamental, pero esta consciencia fundamental no depende de nada. Ella es, y conoce su «es»-dad o ser sin la ayuda de ninguna otra cosa. Su ser y su consciencia de su ser son por lo tanto una y la misma cosa —la única realidad no-dual, indivisa, ilimitada y absoluta.

Debido a que no está confinado dentro de ningún límite o frontera, nuestro ser auto-consciente esencial, «yo soy», es la plenitud de ser infinita. Él es verdaderamente el único ser que es. El ser de toda otra cosa es solo un reflejo limitado y distorsionado de este único ser real, que se experimenta a sí mismo eternamente como «yo soy». El ser verdadero no es un ser que es experimentado ni como «es»-dad ni como «eres»-dad, debido a que «es» y «eres» denotan ambos una experiencia de ser objetivada. El ser verdadero es solo ese ser que es experimentado como «soy»-dad, debido a que solo la primera persona del singular «soy» denota la experiencia de ser auto-consciente y no-dual como realmente es.

Así pues, hemos establecido el hecho de que la consciencia fundamental y esencial «yo soy» es la realidad absoluta, y que es también la plenitud de ser infinita. Sin embargo, no es solo consciencia absoluta y ser absoluto, sino que es también felicidad absoluta.

Experimentamos infelicidad solo en los estados de vigilia y sueño con sueños, en los que la mente ha surgido y está activa, pero en el estado de sueño profundo no experimentamos ninguna cosa tal. En el sueño profundo solo experimentamos felicidad, y mientras experimentamos esa felicidad, ella no es relativa a ninguna otra cosa. Aunque parece terminar cuando despertamos, la felicidad que experimentamos en el sueño pro-

fundo de hecho no deja de existir, sino que es meramente oscurecida cuando surge la mente.

En el sueño profundo no experimentamos ninguna dualidad, de modo que todo lo que experimentamos en ese tiempo, debe ser uno con nuestro ser esencial y la consciencia de ser. Por lo tanto, puesto que experimentamos felicidad en el sueño profundo, que es un estado perfectamente no-dual de puro ser auto-consciente, la felicidad debe ser la naturaleza misma de nuestro ser esencial. Por consiguiente, puesto que nuestro ser esencial es la realidad infinita y absoluta, y puesto que es también felicidad perfecta, la realidad absoluta no debe ser solo la plenitud de la consciencia y el ser, sino también la plenitud de la felicidad perfecta.

Por lo tanto, aunque no puede haber ninguna cosa tal como la no-existencia absoluta, la inconsciencia absoluta o la infelicidad absoluta, hay una única realidad que es ser o existencia absoluta, consciencia absoluta y felicidad absoluta. Sin embargo, no debemos confundir esta existencia, consciencia y felicidad absolutas con la existencia, la consciencia y la felicidad relativas, cada una de las cuales posee una cualidad opuesta correspondiente.

Lo mismo que todas las otras formas de dualidad, estos pares de opuestos, existencia y no-existencia, consciencia e inconsciencia, y felicidad e infelicidad, todos son relativos y por lo tanto mutuamente dependientes. Por otra parte, la existencia, consciencia y felicidad absolutas, son una única realidad, que es enteramente independiente y completamente libre de toda forma de dualidad y relatividad.

La realidad no-dual y absoluta, que es ser, consciencia y felicidad infinitas, trasciende estos pares de opuestos relativos, existencia y no-existencia, consciencia e inconsciencia, felicidad e infelicidad, y es enteramente inafectada por su aparición o por su desaparición. Sin embargo, aunque la realidad absoluta no está relacionada de ninguna manera con estos pares de opuestos, ellos están íntima e inevitablemente relacionados con ella. Ella es su substrato y soporte, y sin ella ni siquiera podrían parecer ser reales.

La realidad absoluta no está relacionada con ninguna forma de dualidad o relatividad, debido a que en verdad solo ella existe. En su visión, por lo tanto, no hay ninguna cosa tal como la dualidad o la relatividad, ni nada más que ella misma. Por consiguiente, ella trasciende y es inafectada por ninguna relación que otras cosas puedan parecer tener con ella.

En la visión de la mente, sin embargo, todas las otras cosas que parecen ser, son conocidas por la consciencia que se conoce a sí misma como «yo soy», y por lo tanto están inevitablemente relacionadas con ella. La verdad es, por lo tanto, que todas las cosas están relacionadas con la mente, debido a que es la consciencia que las conoce, y la mente está relacionada con la realidad absoluta, debido a que la realidad absoluta es la consciencia fundamental «yo soy» que la mente toma erróneamente como suya propia.

La mente existe solo en su propia visión, y no en la visión de la consciencia de ser verdadera, no-dual y absoluta, que no conoce nada más que ella misma. Por lo tanto, la relación entre la mente y la consciencia absoluta «yo soy» parece ser real solo desde el punto de vista de la mente, cuya visión de la consciencia real está distorsionada.

En la visión limitada y distorsionada de la mente, nuestro ser, la consciencia y la felicidad, que son la única realidad no-dual y absoluta, son tomados erróneamente como tres cosas separadas, y cada una de las cuales es experimentada como un miembro de un par de opuestos. Lo que la mente ve como existencia y no-existencia relativas, es meramente un reflejo limitado y distorsionado de nuestro ser verdadero y absoluto. Similarmente, lo que ve como consciencia e inconsciencia relativas, es meramente un reflejo distorsionado y limitado de la consciencia verdadera y absoluta, y lo que ve como felicidad e infelicidad relativas, es meramente un reflejo distorsionado y limitado de nuestra felicidad verdadera y absoluta.

¿Qué es lo que imparte una realidad aparente a la dualidad y a la relatividad? Es solo la mente. ¿Pero cómo es la mente capaz de impartir tal realidad a cosas que solo existen en su propia imaginación?

Debido a que la mente es una mezcla confusa de la consciencia real «yo soy» y un conjunto de limitaciones irreales, ella se toma erróneamente a sí misma junto con todas sus limitaciones como reales. Y debido a que toma erróneamente esta mezcla de sí misma y todas las limitaciones que ha impuesto sobre sí misma como reales, también toma erróneamente todo lo conocido por ella como real.

En un sueño, vemos y experimentamos muchas cosas, todas las cuales parecen ser reales, pero cuando despertamos, encontramos que todas esas cosas que experimentábamos eran de hecho irreales, meras ficciones de nuestra imaginación. Después de despertar, sentimos que la única cosa que era real en el sueño era nosotros, es decir, la mente, la consciencia que experimentó ese sueño. Sin embargo, la verdad es que la mente es tan irreal como el sueño que ella experimentó.

La mente estaba confusa sobre la realidad del sueño que experimentó debido a que ella estaba y está confusa sobre su propia realidad. Y de la misma manera que estaba confusa sobre la realidad de todo lo que experimentó en un sueño, también está confusa acerca de la realidad de todo lo que está experimentando ahora en este supuesto estado de vigilia.

En el sueño sentíamos, «estoy caminando, estoy hablando, estoy viendo todas estas cosas y oyendo todos estos sonidos», pero de hecho no estábamos caminando ni hablando, ni estábamos viendo ni oyendo nada. Solo estábamos imaginando todas estas cosas. Sentíamos que estábamos caminando y demás, debido a que nos tomábamos erróneamente por un cuerpo particular, pero ese cuerpo era de hecho solo una ficción de nuestra imaginación. Nos tomábamos erróneamente por ese cuerpo imaginario debido a que estamos confundidos sobre lo que somos realmente.

Como la consciencia esencial «yo soy», somos reales, pero como la mente, confundimos esta consciencia real «yo soy» con varias limitaciones, todas las cuales son irreales. Debido a que somos reales como «yo soy», y debido a que confundimos este «yo soy» real con un cuerpo imaginario y con sus acciones imaginarias tales como caminar, hablar, ver y oír, tomamos erróneamente ese cuerpo imaginario y sus acciones imaginarias como reales.

Puesto que ese cuerpo imaginario es parte de un mundo imaginario, y puesto que percibimos ese mundo imaginario por medio de acciones imaginarias tales como ver y oír, todo lo que percibimos o experimentamos, ya sea en un sueño o ya sea en este supuesto estado de vigilia, a nosotros nos parece tan real como el cuerpo imaginario y las acciones imaginarias que hemos confundido con «yo soy».

Nuestro conocimiento confuso de «yo soy» es, por lo tanto, la causa raíz que imparte realidad a toda la dualidad y relatividad que experimentamos. Mientras imaginemos cualquier experiencia tal como «yo soy este cuerpo, soy esta persona, estoy caminando, estoy hablando, estoy viendo, estoy escuchando, estoy pensando» y demás, no podemos sino tomar erróneamente todas estas experiencias como reales, debido a que todas ellas están sobrepuestas e identificadas como «yo soy», que es la única cosa que es efectivamente real.

Por lo tanto, si deseamos liberarnos de toda confusión, y conocer qué es verdaderamente real, primero debemos esforzarnos en conocer la realidad de la consciencia fundamental «yo soy». Hasta que obtengamos un conocimiento claro y sin confusión de la consciencia «yo soy», todo nuestro conocimiento sobre otras cosas, permanecerá confuso, y seremos incapaces de distinguir claramente entre la realidad y nuestra imaginación.

Mientras tomemos erróneamente la dualidad y la relatividad como reales, no podemos experimentar la realidad absoluta como ella es verdaderamente. A la inversa, y más importante, hasta que experimentemos la realidad absoluta como ella es verdaderamente, no podemos evitar tomar erróneamente la dualidad y la relatividad como reales. Por lo tanto, para trascender y liberarnos de toda dualidad y relatividad, y de toda la confusión que resulta de ellas, debemos obtener conocimiento experimental verdadero de la realidad absoluta.

Si no hubiera ninguna realidad absoluta, o si la realidad absoluta fuera algo que no pudiéramos conocer, estaríamos condenados a permanecer para siempre en la confusión, tanto sobre nuestra realidad como sobre la realidad de todas las otras cosas. Mientras experimentemos solo la realidad relativa, nuestro conocimiento de la realidad será siempre confuso, debido a que la realidad relativa es un conocimiento que experimentamos solo a través del medio de la mente, que es ella misma un conocimiento o consciencia inherentemente confuso. Puesto que somos la consciencia que conoce todas las

otras cosas, no podemos conocer la realidad de ninguna de esas otras cosas a menos que conozcamos la realidad de nosotros.

¿Cuál es la realidad de nosotros? ¿Somos meramente una realidad finita y relativa, o somos la realidad infinita y absoluta? Si en verdad hay una realidad infinita y absoluta, no podemos ser separados de u otros que ella, y a la inversa, ella no puede ser separada de u otra que nosotros. La realidad absoluta debe ser por lo tanto nuestro ser esencial.

Por consiguiente, no podemos conocer la realidad absoluta como un objeto, como algo separado de nosotros, sino que solo podemos conocerla como nuestro sí mismo verdadero y esencial. Por lo tanto, para experimentar la realidad absoluta, y trascender con ello todo conocimiento relativo, debemos conocer nuestro sí mismo real —es decir, debemos obtener la experiencia no-dual del auto-conocimiento verdadero y perfectamente claro.

Muchas gentes se sienten confusas y asustadas cuando se les dice por primera vez que su mente no es real, y que el mundo percibido por su mente y el Dios en quien su mente cree, son ambos tan irreales como su mente. Aunque esta verdad pueda parecer al principio muy atemorizadora e intragable, y para muchas gentes por lo tanto completamente inaceptable, de hecho no es tan terrible ni tan intragable como pueda parecer.

«Si este mundo es irreal, como un sueño, ¿por qué no debo comportarme de la manera que desee? En un mundo irreal, ¿qué necesidad hay de ética o moralidad? Si todas las otras gentes son solo ficciones de mi imaginación, como las gentes que veía en un sueño, ¿por qué debo preocuparme por sus sentimientos, y por qué debo sentir compasión cuando les veo sufrir? Si este mundo es solo un sueño, ¿por qué no debo gozarlo simplemente para el contento de mi corazón, descuidado de cualquier sufrimiento que pueda parecer causar con ello a otras gentes? Incluso si no puedo comportarme de una manera tan despiadada y despreocupada, si a cada uno se le dice que este mundo es solo un sueño, ¿no comenzarán muchos de ellos a comportarse de esa manera?».

Preguntas tales como éstas surgen en las mentes de algunas gentes cuando llegan a conocer por primera vez que sabios tales como Sri Ramana han enseñado que nuestra vida en este mundo es solo un sueño, y algunas gentes señalan incluso que esto es una filosofía potencialmente muy peligrosa, debido a que induce a las gentes a actuar irresponsablemente. Sin embargo, estas preguntas están basadas todas en una interpretación errónea básica de la verdad enseñada por Sri Ramana y otros sabios. Cuando dicen que este mundo y todo lo demás que conocemos, excepto la auto-consciencia básica «yo soy», es irreal, ello solo quiere decir que ninguna de estas cosas es absolutamente real, y no significa que nieguen la realidad relativa de nada.

El mundo que percibimos, y el Dios en el que creemos, son ambos tan reales como la mente. Mientras nos sintamos ser reales como un individuo, el mundo y Dios son también igualmente reales, como lo son todas nuestras acciones y sus consecuencias. Las otras gentes y criaturas que vemos en este mundo son tan reales como la mente que

las ve, y, por consiguiente, sus sentimientos —su felicidad y sus sufrimientos— son todos tan reales como nuestros propios sentimientos.

Si nuestras acciones causan daño a cualquier otro ser senciente, tendremos que sufrir las consecuencias de esas acciones, debido a que las consecuencias que experimentamos son tan reales como las acciones que hacemos. Las leyes del *karma* —que incluyen el hecho de que debemos experimentar más pronto o más tarde las consecuencias de cada una de nuestras acciones, tanto buenas como malas, y el hecho de que el tiempo, el lugar y la manera apropiados en los que debemos experimentar esas consecuencias son todos ordenados por Dios, de tal manera que desarrollemos gradualmente madurez espiritual— son todas reales mientras nos tomemos erróneamente como reales, en tanto que un agente o «hacedor» de acción, y como el que experimenta el «fruto» o las consecuencias de la acción.

Como Sri Ramana dice en el verso 38 de *Ulladu Narpadu*:

Si somos el hacedor de la acción, experimentaremos el fruto resultante [las consecuencias de nuestras acciones]. Cuando [nosotros] nos conocemos [por] haber investigado «¿quién es el hacedor de la acción?», *kartritva* [nuestro sentido de hacedor, nuestro sentimiento «estoy haciendo»] se va y los tres *karmas* desaparecen [se desvanecen o dejan de existir]. [Este estado exento de todas las acciones o *karmas* es] el estado de liberación, que es eterno.

La palabra compuesta *vinai-mudal*, que he traducido como «el hacedor de la acción», significa literalmente el origen o causa de una acción, pero se usa idiomáticamente, particularmente en gramática, para designar al sujeto o agente que hace una acción. En el contexto de *karma* o acción, la palabra «fruto» se usa idiomáticamente tanto en tamil como en sánscrito para designar las consecuencias morales que resultan de cualquiera de nuestras acciones, tanto buenas como malas, en la forma de las correspondientes experiencias agradables o desagradables que debemos padecer más pronto o más tarde.

Cada acción que hacemos con la mente, el habla o el cuerpo es como una semilla, como es indicado por las palabras *vittu pondra*, que Sri Ramana añadió antes de la primera línea de este verso cuando, para facilitar que las gentes memorizaran y cantaran *Ulladu Narpadu*, él añadió un pie y medio métrico adicional entre cada uno de sus versos consecutivos, transformándolo con ello de, dos más cuarenta versos, en métrica *venba*, a un único verso en métrica *kalivenba*. Estas palabras, *vittu pondra*, que significan «como una semilla», se añaden a la frase de apertura de este verso, que en combinación con ellas significa, «Si somos el hacedor de acciones, que son como semillas, experimentaremos el fruto resultante».

Lo mismo que un fruto contiene dos elementos, su porción comestible y su semilla, así también la consecuencia de cada una de nuestras acciones es doble. Un elemento de

la consecuencia de cada acción es el placer o el sufrimiento que más pronto o más tarde debemos experimentar como un resultado de ella. Este elemento es como la porción comestible de un fruto. El otro elemento, que es como la semilla contenida dentro de ese fruto, es el *karma-vasana* resultante, la tendencia o inclinación a hacer esa misma acción de nuevo.

Es decir, nuestros *karmas* o acciones son formadoras de hábitos. Cuanto más nos demos a cualquier tipo de acción particular, más generaremos y alimentaremos un *vasana* correspondiente, es decir, una inclinación o propensión que nos impelerá a hacer el mismo tipo de acción de nuevo. Por lo tanto, en el verso 2 de *Upadesa Undiyar*, Sri Ramana dice:

El fruto [producto, resultado o consecuencia] de [cualquier] acción que ha perecido [terminado o cesado, como lo hace tan pronto como ha sido experimentada apropiadamente por nosotros en la forma de un placer o sufrimiento], [nos] hace caer como [una semilla] en el océano de la acción. [Por lo tanto, la acción y sus resultados, sus frutos y sus semillas] no dan la liberación.

La consecuencia verdaderamente dañina de cualquier acción que hagamos no es solo la experiencia agradable o desagradable que más pronto o más tarde resultará de ella, sino la semilla o impulso latente que genera o alimenta dentro de la mente. Lo mismo que la parte comestible de un fruto termina cuando lo comemos, así también la experiencia potencial que resulta como la consecuencia moral de una acción, terminará cuando la suframos. Pero aunque esa experiencia termine, un residuo dañino de nuestra acción permanecerá todavía en la mente en la forma de un *vasana*, una inclinación o propensión a repetir una tal acción. Es decir, lo mismo que la semilla sobrevive al consumo de un fruto, esperando una oportunidad adecuada para germinar y producir más frutos semejantes, así también la tendencia o impulso a hacer de nuevo una acción semejante permanecerá dentro de nosotros en una forma latente, esperando para presentarse, ya sea cuando alguna experiencia aparentemente externa la lleve a hacerlo o ya sea cuando ningún otro impulso más fuerte tenga dominio sobre la mente.

Estos *karmas-vasanas* o impulsos mentales, son las semillas de los deseos, que son las fuerzas que nos impelen a hacer acciones con la mente, el habla y el cuerpo. Ya sea que cualquier acción particular pueda ser clasificada desde una perspectiva relativa como una acción buena o una acción mala, el impulso o deseo latente de hacer tal acción de nuevo es, sin embargo, otro nudo que ayuda a atarnos a la rueda perpetuamente giratoria del *karma* o acción.

Si las acciones malas son como cadenas de hierro que nos atan y nos sumergen en el océano sin descanso de la acción, las acciones buenas son como cadenas de oro que nos atan y nos sumergen en ese mismo océano. La única diferencia entre las semillas dejadas por las acciones buenas y las semillas dejadas por las acciones malas, es que las

primeras nos impulsarán a hacer más acciones buenas, que producirán frutos o experiencias resultantes relativamente agradables, mientras que las últimas nos impelerán a hacer más acciones malas, que producirán frutos o experiencias resultantes relativamente desagradables.

Por lo tanto, Sri Ramana dice en el verso 2 de *Upadesa Undiyar* que cualquier acción que podamos hacer solo nos sumergirá más en el océano de la acción, y por lo tanto no nos liberará de la esclavitud de hacer más acciones compulsivamente. Puesto que esta esclavitud resulta de nuestra ilusión de que somos esta mente limitada por el cuerpo, que es la hacedora de acciones y la experimentadora de los frutos agradables y desagradables resultantes, ella no puede ser eliminada por ninguna acción que esta mente pueda hacer, sino que solo puede ser eliminada por la experiencia absolutamente clara del auto-conocimiento verdadero.

Mientras hagamos cualquier acción, perpetuaremos la ilusión de que somos esta mente y cuerpo, que son los instrumentos que de hecho hacen tales acciones. Puesto que no somos en realidad esta mente o este cuerpo siempre-activo, sino solo el ser auto-consciente subyacente, «yo soy», en el que ellos aparecen y desaparecen, para experimentarnos como realmente somos, debemos separarnos de estos instrumentos de acción permaneciendo firmemente como nuestro ser auto-consciente siempre-inactivo.

Por lo tanto, no podemos obtener la liberación «haciendo» algo, sino únicamente solo «siendo». Es decir, la liberación de la esclavitud de nuestra ilusión presente de que somos un individuo finito, que acciona con la mente, el habla y el cuerpo, no puede ser obtenida por nuestras acciones de cualquier tipo que sean, sino únicamente por nuestro ser solo el ser auto-consciente absolutamente no-dual que siempre somos realmente. Puesto que la meta que buscamos obtener, es solo el ser auto-consciente libre-de-acción, la única vía o medio por la que podemos obtenerlo, es igualmente solo ser auto-consciente libre-de-acción.

Esta unidad de la vía y la meta, es expresada por Sri Ramana clara y enfáticamente en el verso 579 de *Guru Vachaka Kovai*:

Debido a la naturaleza [o grandeza] no-dual de [nuestra eternamente] permanente *svarupa* [nuestro sí mismo esencial], [y] debido al hecho [consecuente] de que excluyendo a [este] sí mismo [no-dual], no hay ningún otro *gati* [refugio, remedio o manera de obtenerle], el *upeya* [la meta] que debe ser obtenido es solo el sí mismo y el *upaya* [el medio para alcanzarle] es solo el sí mismo. [Por lo tanto] ve que ellos [nuestra meta y nuestra vía] son *abheda* [no diferentes].

En este verso Sri Ramana enfatiza tres veces la verdad de que nuestra meta y la vía para obtenerla son esencialmente lo mismo. En primer lugar él dice que debido a que nuestro sí mismo siempre-existente es no-dual, no hay ninguna manera por la que podamos experimentarle otra que este sí mismo mismo. Por consiguiente, nuestro sí mis-

mo esencial es el único refugio si deseamos ser salvados de la esclavitud del *karma* o acción, es decir, de la ilusión de que somos una persona finita que está atrapada en la dualidad y que, consecuentemente, hace acciones y experimenta sus resultados. En segundo lugar él dice, «*upeyamum tane upayamum tane*», que significa «la meta es solo el sí mismo, y el medio es solo el sí mismo». Y finalmente él concluye enfáticamente que nuestra meta y vía son por lo tanto *abheda* o «no diferentes».

Es decir, puesto que nuestro sí mismo esencial es eterna y absolutamente ser auto-consciente no-dual, es exento de toda otredad y por lo tanto de toda acción o «hacer», y, por consiguiente, no puede haber ningún medio para alcanzarle o experimentarle más que solo ser como él es —es decir, permanecer simplemente como el ser auto-consciente no-dual libre-de-pensamiento que somos siempre verdaderamente.

Los «tres *karmas*» que Sri Ramana menciona en el verso 38 de *Ulladu Narpadu* son: (1) las acciones presentes, que hacemos por nuestro libre albedrío bajo la influencia de los *vasanas* o «semillas» latentes de nuestros deseos, y que, por lo tanto, no solo generan más «semillas» semejantes, sino también «frutos» que han de ser experimentados por nosotros más tarde, (2) el almacén de los «frutos» de acciones pasadas que todavía tienen que ser experimentados por nosotros, y (3) el destino o sino presente, que es el conjunto de esos «frutos» de acciones pasadas que Dios ha seleccionado y ordenado para que experimentemos ahora. Estos «tres *karmas*» parecerán ser todos reales mientras nos tomemos erróneamente por un hacedor y un experimentador, es decir, un individuo que hace acciones y experimenta placer y sufrimiento, que son los «frutos» o consecuencias de acciones que hemos hecho en el pasado.

Si investigamos «¿quién soy yo, quién siente ahora que estoy haciendo acciones?» —es decir, si escudriñamos agudamente la consciencia esencial «yo soy», que ahora confundimos con la mente, el habla y el cuerpo que hacen acciones— descubriremos que no somos de hecho un individuo finito que hace acciones con la mente, el habla y el cuerpo, sino solo la consciencia infinita que simplemente es. Cuando llegemos así a conocernos como realmente somos, dejaremos de tomarnos erróneamente por el hacedor de acciones o por el experimentador del fruto de ninguna acción.

En la ausencia de ese sentido de hacedor o experimentador, todos nuestros «tres *karmas*» nos dejarán, lo mismo que la piel deja a una serpiente. Sri Ramana describe el estado en el que permaneceremos entonces como el estado de *mukti* —liberación, emancipación o salvación— que él dice que es *nitya*, una palabra que usualmente es traducida como «eterno» o «perpetuo», pero que también significa «interno», «innato», «natural» o «propio de uno».

¿Cuál es la significación de que él use esta palabra *nitya* o «eterno» para describir el estado del auto-conocimiento verdadero, en el que estamos liberados de nuestro sentido de hacedor, y de todos los «tres *karmas*», que resultan de ese sentido? Este estado es

eterno debido a que es el único estado que existe realmente. Verdaderamente nunca hay un momento en el que no nos conozcamos claramente como realmente somos.

Nuestro sentido de hacedor, «Estoy haciendo esto o eso», y todo otro conocimiento confuso sobre nosotros, es experimentado solo por la mente, y no por nuestro sí mismo real, que es la consciencia no-dual infinita y eterna que solo conoce «yo soy». La mente es una mera aparición o imaginación, y existe solo en su propia visión distorsionada de la realidad. Cuando sepamos qué somos realmente, descubriremos que siempre hemos conocido solo nuestro sí mismo real, y que la mente es un fantasma que nunca ha existido realmente.

Sin embargo, aunque la verdad absoluta es que la mente nunca ha existido realmente, mientras nos imaginamos ser esta mente, su existencia parecerá ser real, pero solo en su propia visión distorsionada. Y mientras la mente se experimente a sí misma como real, experimentará también todo lo que es conocido por ella como igualmente real.

Es decir, todo lo que la mente experimenta, le parece tan real como ella misma parece ser. Sin embargo, excepto nuestro conocimiento básico «yo soy», ni la mente ni nada que sea conocido por ella, es absolutamente real. Pero, aunque nada de nuestro conocimiento de cualquier otra cosa que «yo soy» es absolutamente real, todo ello es relativamente real. Es decir, en relación a la mente, que lo experimenta, todo nuestro conocimiento de la otredad o dualidad es real.

Además, debido a que nuestra experiencia entera de dualidad es real en relación a la mente, cada elemento individual de nuestra experiencia de dualidad es también real en relación a algunos otros elementos individuales. Sin embargo, aunque un elemento particular pueda ser real en relación a algunos otros elementos, puede parecer ser irreal en relación a otros elementos diferentes. La realidad o irrealidad de todo lo que experimentamos dentro del reino de la dualidad es por lo tanto relativa.

Por ejemplo, en un sueño podemos sentir hambre, y si comemos algún alimento en ese sueño nuestra hambre será aplacada. Aunque ni nuestra hambre ni el alimento que comimos eran absolutamente reales, ellos fueron reales en relación uno al otro, y también en relación a la mente, que experimentó ambos en el mismo estado de sueño. Debido a que el alimento soñado era tan real como nuestra hambre soñada, fue capaz de aplacarla, o más bien de dar surgimiento a un sentido de aplacamiento, que era tan real como nuestro anterior sentido de hambre.

Sin embargo, poco antes de experimentar ese sueño, pudimos haber comido de hecho una comida completa en el estado de vigilia. En relación al estómago lleno que experimentábamos antes de dormirnos, el hambre que experimentó en el sueño era irreal. Pero la mente había olvidado la comida completa acabada de disfrutar en el estado de vigilia, de modo que el hambre que sentía en el sueño, a ella le parecía ser real.

Aunque la realidad de lo que experimentamos en un estado puede negar la realidad de lo que experimentamos en otro estado, no podemos decir que un estado es más real

que otro. Solo porque sentimos realmente hambre en el sueño, no podemos concluir que no habíamos tomado una comida real en el estado de vigilia. La razón por la que los dos conjuntos de realidad que parecemos experimentar en estos dos estados parecen contradecirse entre sí, es que el cuerpo que imaginamos ser en un estado es diferente del cuerpo que imaginamos ser en el otro estado. Relativa al cuerpo de vigilia, nuestra sensación de plenitud es real, pero relativa al cuerpo de sueño, nuestra sensación de hambre es igualmente real.

Lo que experimentamos en cada uno de estos estados es tan real como lo que experimentamos en el otro, pero ninguno de ellos es la realidad absoluta. La mente misma, que toma un conjunto de experiencias como real en un estado, toma otro conjunto de experiencias como real en otro estado.

Debido a que la realidad que experimentamos en la vigilia y la realidad que experimentamos en el sueño son ambas solo formas de realidad relativas, ninguna de ellas puede establecer permanente y concluyentemente la irrealidad de la otra. En la vigilia podemos pensar que sabemos que las experiencias en el sueño son irreales, pero en breve tomaremos de nuevo erróneamente las experiencias en otro sueño como reales. No importa cuán listos podamos pensar que somos, la mente siempre nos engañará y nos hará tomar erróneamente las imaginaciones presentes como reales.

No solo la realidad que experimentamos en la vigilia no puede convencernos permanentemente de que la realidad que experimentaremos en el sueño es irreal, y viceversa, sino que de hecho estos dos conjuntos de realidad tienen un efecto completamente opuesto. Es decir, ambos sirven solo para reconfirmar la realidad de la mente, y al hacerlo así, cada uno de ellos refuerza el engaño básico que nos hace sentir que cualquier estado que acontece que la mente esté experimentando ahora es real.

Mientras experimentemos la mente como real, no podemos sino experimentar lo que quiera que estemos conociendo actualmente a través del medio de la mente como igualmente real. Solo en contraste con alguna otra experiencia que la mente pueda experimentar después, ella será capaz entonces de concluir que lo que está experimentando ahora era irreal.

La mente sentirá siempre que lo que está experimentando ahora es más real que lo que experimentó en el pasado o experimentará en el futuro. El momento presente en el tiempo es experimentado siempre por la mente como el momento relativamente más real, y cada uno de los otros momentos es sentido por ella como relativamente menos real. Por lo tanto, puesto que sentimos siempre que el presente conjunto de experiencias es real, cuando estamos despiertos siempre sentimos que las presentes experiencias de vigilia son reales, mientras que cuando estamos soñando siempre sentimos que las entonces presentes experiencias de sueño son reales.

Puesto que la mente es la causa raíz que hace que todas las experiencias relativas parezcan reales, y puesto que las experiencias tanto en la vigilia como en el sueño con sueños refuerzan la realidad aparente de la mente, nada que experimentemos en ninguno

de estos dos estados, excepto por supuesto la consciencia básica y permanente «yo soy», puede capacitarnos para descubrir con absoluta claridad y certeza la irrealidad de toda experiencia relativa. Solo en el estado real, absoluto y no-dual del auto-conocimiento verdadero, será disuelto permanentemente todo el conocimiento relativo. Es decir, podemos saber con certeza que la mente y todo lo que experimenta tanto en la vigilia como en el sueño con sueños son enteramente irreales, solo cuando experimentemos realmente la realidad absoluta de la consciencia de ser esencial, «yo soy».

Hasta que no experimentemos la realidad absoluta de nuestro sí mismo esencial, continuaremos experimentando la mente y su conocimiento de dualidad y otredad como reales. Sin embargo, aunque los experimentemos como si fueran reales, ni la mente ni nada conocido por ella, excepto «yo soy», es absolutamente real. Por lo tanto, la realidad de la mente y de toda la dualidad y otredad que ella experimenta, es solo relativa.

Con relación a la mente o consciencia individual, este mundo es real. Puesto que es real, todo lo que existe en él es igualmente real, incluyendo todas las gentes y las otras innumerables criaturas sencientes, y todas sus diversas acciones y experiencias. Sin embargo, aunque ellas sean reales, ninguna de estas cosas es absolutamente real, sino solo relativamente real. De hecho ellas son todas solo ficciones de nuestra imaginación, pero eso no las hace menos reales que la mente, que las imagina y experimenta simultáneamente, debido a que la mente es también solo una ficción de nuestra imaginación.

En un sueño, no solo imaginamos el mundo soñado, sino también la persona que experimenta ese mundo soñado. A diferencia de una película de cine, en la que los espectadores no son de hecho participantes en el drama que están viendo, sino que están completamente separados de él, en un sueño no solo somos el espectador sino también un participante que está íntimamente implicado en el drama que estamos experimentando. No experimentamos un sueño como un externo que lo ve, sino como un interno que de hecho es una parte del mundo soñado. En un sueño dejamos de ser la persona que éramos en el estado de vigilia, que entonces está supuestamente yaciendo dormida en una cama, y devenimos otra persona —otro cuerpo— que está enredado en diversas actividades y experiencias en algún otro mundo imaginario.

El mundo imaginario que es experimentado en un sueño es tan real como la persona imaginaria que lo experimenta. Mientras estamos soñando, tomamos erróneamente a esa persona por nosotros, pero cuando despertamos, comprendemos que él o ella era solo un producto de la imaginación. Similarmente, en el estado de vigilia presente, no solo hemos imaginado este mundo, sino que también hemos imaginado a esta persona que experimenta este mundo. Este mundo es por lo tanto tan real como esta persona, a quien tomamos erróneamente por nosotros mientras permanecemos en este estado de vigilia. En el sueño, dejamos de tomar erróneamente a esta persona imaginaria por nosotros, pero en su lugar tomamos erróneamente a alguna otra persona imaginaria por nosotros,

y en el sueño profundo dejamos de tomarnos erróneamente por ninguna persona imaginaria cualquiera que sea.

Aunque la persona imaginaria que tomamos erróneamente por nosotros en la vigilia y la persona imaginaria por la que nos tomamos erróneamente en el sueño con sueños son esencialmente la misma persona, debido a que es nuestra misma mente la que como cada una de ellas experimenta un mundo correspondiente, hablamos de ellas como si fuesen dos personas diferentes por dos razones estrechamente relacionadas. En primer lugar y muy obviamente, el cuerpo que tomamos erróneamente por nosotros en un sueño no es el mismo cuerpo que tomamos erróneamente por nosotros en este estado de vigilia. En segundo lugar, en un sueño no solo nos identificamos con otro cuerpo imaginario, sino que también nos identificamos consecuentemente con las experiencias que padecemos en ese cuerpo, mientras que cuando despertamos, dejamos de identificarnos con ese cuerpo y con esas experiencias.

Por ejemplo, en el sueño podemos haber sentido, «estoy hambriento», pero en la vigilia pensamos, «no estaba realmente hambriento». En el sueño podemos haber sentido que nos habíamos herido, pero en la vigilia pensamos, «no estaba realmente herido». Así pues, en cada estado nos disociamos tanto del cuerpo como de las experiencias de la persona que tomábamos erróneamente por nosotros en ese otro estado, y al hacerlo, negamos en efecto la realidad de esa persona que experimentábamos en ese otro estado.

En estos dos estados, vigilia y sueño con sueños, experimentamos dos conjuntos distintos e independientes de realidad relativa, y cada uno de estos conjuntos de realidad relativa incluye una persona distinta e independiente a quien tomamos erróneamente como nosotros. Cuando despertamos de un sueño, permitimos que la realidad relativa de este estado de vigilia suplante y reemplace a la realidad relativa de ese sueño. De la misma manera, cuando comenzamos a soñar, permitimos que la realidad relativa de ese sueño suplante y reemplace a la realidad relativa de este estado de vigilia. Por lo tanto, cuando despertamos de un sueño en el que la persona que tomábamos erróneamente por nosotros estaba hambrienta o herida, y cuando encontramos que la persona que ahora tomamos erróneamente por nosotros no está ni hambrienta ni herida, permitimos que la realidad relativa de esta persona de vigilia suplante y reemplace a la realidad relativa de esa persona soñada, y, por consiguiente, pensamos «no estaba realmente hambriento» o «no estaba realmente herido».

La persona no hambrienta y no herida del estado de vigilia presente, de hecho no es más real que la persona hambrienta o herida del estado de sueño, pero debido a que tomamos ahora erróneamente a esta persona de vigilia por nosotros, él o ella nos parece ser más real que la persona que tomábamos erróneamente por nosotros en el sueño. Exactamente la misma cosa ocurre cuando comenzamos a soñar. La persona hambrienta por la que nos tomamos erróneamente en el sueño, no es más real que la persona por la que nos tomábamos erróneamente en el estado de vigilia, que se acaba de ir a la cama con el estómago lleno. Sin embargo, debido a que en el sueño tomamos erróneamente a

esa persona hambrienta por nosotros, en ese tiempo, él o ella nos parece ser más real que la persona por la que nos tomábamos erróneamente en el estado de vigilia, y, por consiguiente, la realidad de su hambre reemplaza a la realidad del estómago lleno de la persona de vigilia.

La persona por la que ahora nos tomamos erróneamente y la persona por la que nos tomábamos erróneamente en el sueño, son las dos ficciones de la imaginación, y por lo tanto son igualmente irreales. Sin embargo, en el tiempo en el que experimentamos de hecho a cada una de estas personas como nosotros, esa persona y sus experiencias parecen ser completamente reales, mientras que la otra persona y sus experiencias parecen ser completamente irreales. Por lo tanto, el juicio que hacemos ahora en este estado de vigilia sobre la realidad de la experiencia presente y la irrealdad de la experiencia soñada, es parcial y por lo tanto injusto.

Sin embargo, continuamos manteniendo este juicio parcial y prejuiciado a favor de la realidad de la experiencia presente en este estado de vigilia solo mientras tomamos erróneamente a esta persona de vigilia por nosotros. Tan pronto como comenzamos a tomar erróneamente a alguna otra persona por nosotros en el sueño con sueños, hacemos otro juicio igualmente parcial e injusto a favor de la realidad de la experiencia en ese estado.

Por ejemplo, en un sueño, podemos encontrarnos con un amigo que había muerto muchos años antes en el estado de vigilia, y aunque podamos estar sorprendidos de ver a ese amigo vivo, sin embargo nos sentimos felices de ser capaces de hablar con él y contarle todo lo que ha ocurrido en nuestra vida desde la última vez que le encontramos. Aunque recordemos que él supuestamente había muerto hace mucho, ahora que le vemos efectivamente, somos incapaces de dudar de su realidad presente, y así nos sentimos convencidos de que nuestra memoria de que él había muerto, no es de alguna manera completamente correcta. De esta manera, nuestro juicio de la realidad, favorecerá siempre cualquier estado que estemos experimentando actualmente.

La razón por la que sentimos siempre que el estado presente es real, es que en este momento particular, tomamos erróneamente como nosotros a esta persona particular, que no está solo experimentando sino también participando en este estado presente. No podemos sino sentir que lo que tomamos erróneamente por nosotros es real. En un sueño, debido a que tomamos erróneamente a esa persona soñada por nosotros, no podemos sino tomarle erróneamente como real, y, por lo tanto, tomamos erróneamente todas sus experiencias como reales. Ocurre exactamente lo mismo en este estado de vigilia. Debido a que ahora tomamos erróneamente a esta persona de vigilia por nosotros, no podemos sino tomarle erróneamente como real, y, por lo tanto, tomamos erróneamente todas sus experiencias como reales.

Por lo tanto, si analizamos las experiencias en la vigilia y el sueño con sueños cuidadosamente y sin parcialidad, tendremos que concluir que las experiencias de vigilia no tienen mayor derecho a la realidad que las experiencias de sueño con sueño. Ambas

son relativamente reales mientras las experimentamos, aunque cada una de ellas parezca ser irreal mientras estamos experimentando el otro estado. Cada una es real solo en relación a la persona que las experimenta, que en ese momento tomamos erróneamente por nuestro sí mismo real. Sin embargo, aunque cada una de ellas parece ser real desde el punto de vista de la persona que las experimenta, ambas son de hecho meros productos de la imaginación.

Lo que da a todas las experiencias imaginarias una realidad aparente, es solo la realidad efectiva de nosotros. Las experiencias parecen ser todas reales mientras las experimentamos, debido a que son experimentadas por nosotros. Pero, ¿cuál es la realidad efectiva de nosotros, que las experimentamos? Las experimentamos como una persona, y esa persona es una parte de la experiencia imaginaria. ¿Qué realidad tiene esa persona imaginaria? Hay solo un elemento de realidad efectiva en esa persona imaginaria, y ése es la consciencia de ser esencial, «yo soy». Debido a que sentimos «estoy experimentando esto», lo que quiera que experimentemos parece ser real.

Sin embargo, aunque la consciencia simple «yo soy» es absolutamente real, la consciencia compuesta «estoy experimentando» es irreal. Es decir, es irreal en el sentido de que no es absolutamente real. Es una mera imaginación, una aparición transitoria, que aparece en un tiempo y desaparece en otro tiempo.

Además, no solo su aparición es transitoria, sino que aparece solo en su propia visión, y no en la visión de la consciencia simple libre de adjuntos «yo soy». En la visión de esta auto-consciencia simple «yo soy», solo «yo soy» existe. Otra que esta consciencia simple y básica «yo soy» es todo una imaginación, y es experimentado solo por la consciencia imaginaria que imagina «estoy experimentando».

Esta consciencia imaginaria «estoy experimentando» es la mente, que es lo que deviene una persona en un estado y otra persona en otro estado. Esta consciencia imaginaria no puede permanecer sin devenir una persona, porque necesita limitarse a sí misma como una forma imaginaria para ser capaz de imaginar y experimentar otras cosas que ella misma. La forma básica en la que se limita siempre a sí misma es un cuerpo físico, que ella imagina ser ella misma, y a través de los cinco sentidos de ese cuerpo imaginario experimenta un mundo imaginario. La consciencia compuesta que surge cuando imaginamos «yo soy este cuerpo», es lo que constituye la persona que devenimos.

En cada estado de experiencia dualista —es decir, en cada uno de los muchos sueños que experimentamos, de los que nuestro estado de vigilia presente es solo uno— devenimos una persona, que es una parte íntima de ese estado dualista, y que, por lo tanto, está enteramente atrapada en la realidad aparente de todo lo que experimenta en ese estado. Puesto que todo lo que experimentamos en cualquier estado de dualidad es un producto de nuestra imaginación, la persona imaginaria por la que nos tomamos erróneamente siempre que experimentamos un estado tal, no es más real que cualquiera de todas las otras gentes y cosas imaginarias que experimentamos en ese estado.

La única cosa en esta persona imaginaria que le distingue de todas las otras gentes imaginarias en ese estado, es que nuestra experiencia de esta persona imaginaria está mezclada y confundida con la consciencia «yo soy», y, por lo tanto, sentimos «yo soy esta persona que está experimentando todo esto». Debido a que nos imaginamos así ser esta persona experimentadora, que es una parte del mundo que estamos experimentando en ese estado, devenimos atrapados y enredados en la realidad aparente de todo lo que estamos experimentando entonces.

Es decir, debido a que confundimos la consciencia esencial «yo soy» con esta persona imaginaria, que parece estar experimentando el estado actual, le tomamos erróneamente por real. Y debido a que así atribuimos realidad a esta persona experimentadora, atribuimos con ello el mismo grado de realidad a todo lo que está experimentando. Por lo tanto, aunque todo lo que experimentamos es solo tan real como esta persona experimentadora, que imaginamos que es nosotros, todo lo que experimentamos de hecho obtiene su realidad aparente solo de esta persona experimentadora, que a su vez obtiene su realidad aparente solo de la auto-consciencia esencial «yo soy».

En un sueño, algunas veces podemos pensar que solo estamos soñando, pero incluso entonces somos incapaces de cambiar lo que estamos experimentando en ese sueño. Puesto que el sueño es nuestra imaginación, ¿por qué no podemos imaginarlo de cualquier modo que deseemos?

La razón es que nosotros, que deseamos cambiar esa experiencia imaginaria, somos una parte de ella. Debido a que nos hemos imaginado ser una persona que no solo está experimentando un mundo imaginario, sino que es también una parte de ese mundo imaginario, hemos devenido en efecto una ficción de nuestra imaginación. Al ser una parte del sueño que hemos imaginado, no tenemos poder para cambiarlo. Nuestro poder de imaginación es tan intenso y vívido que siempre que imaginamos algo, devenimos atrapados en nuestra imaginación.

Puesto que nosotros, que experimentamos nuestra imaginación, somos incapaces de controlarla, ¿quién o qué la controla? ¿Está fluyendo al azar, o está siendo regulada de alguna manera? Aunque a menudo parece haber un elemento de desorden y azar en los acontecimientos que experimentamos en un sueño, al menos en nuestro mundo de vigilia parece haber un alto grado de orden y regularidad. ¿Cuál es entonces el poder o fuerza controladora que regula todos los acontecimientos que experimentamos en este mundo imaginario que estamos experimentando ahora? Claramente no es nosotros como un individuo, debido a que como una parte de este mundo imaginario, estamos sujetos al orden por el que está fluyendo. No podemos cambiar este mundo a voluntad, lo mismo que no podemos cambiar nuestro mundo soñado a voluntad.

Aunque el mundo que experimentamos es un producto de nuestra imaginación, como un individuo en este mundo, somos incapaces de regular el orden por el que está fluyendo. Por lo tanto, el poder que está regulando este mundo imaginario está separado

de este individuo que nos imaginamos ser ahora. ¿Cuál es entonces ese poder? ¿Es nuestro sí mismo real?

No, no puede ser nuestro sí mismo real, debido a que él es solo ser, y no conoce nada más que mero ser. Nuestro sí mismo real es solo la consciencia esencial de ser, «yo soy», y puesto que solo conoce su propio ser, en su visión no hay ninguna imaginación ni ningún producto de la imaginación. Puesto que es infinito, ininterrumpido y no-dual, solo él existe verdaderamente, y no hay nada más que él para conocerle. Es decir, nuestro sí mismo real es la realidad absoluta, y como tal no tiene ninguna función, sino que es solo el substrato, soporte y única sustancia verdadera de este mundo de relatividad y dualidad.

Puesto que no es nosotros como la mente individual, ni como nuestro sí mismo real, el poder que regula todo lo que imaginamos aparece ante nosotros como algo separado. Ese poder aparentemente separado es a lo que comúnmente nos referimos como «Dios».

Aunque Dios parece estar separado de nosotros, su separatividad existe solo en la visión distorsionada y limitada de la mente. En la visión ilimitada de Dios, ni nosotros ni este mundo estamos separados de él, sino que somos solo formas distorsionadas de su propio ser esencial.

En realidad, Dios no es otro que nuestro sí mismo real, pero lo que le distingue aparentemente de nuestro sí mismo real es su función. La única «función» de nuestro sí mismo real es ser, mientras que la función de Dios es regular este mundo entero de nuestra imaginación. Debido a que él tiene esta función de regular o gobernar este mundo entero, Dios es en efecto una entidad o ser que está separado tanto del mundo como de nosotros como individuos.

En realidad, ni este mundo, que imaginamos que experimentamos a través de los cinco sentidos, ni Dios, que regula exactamente lo que experimentamos en este mundo, están separados de nosotros, es decir, de nuestro sí mismo real. Sin embargo, debido a que nos hemos separado como una mente o consciencia individual finita, tanto el mundo como Dios parecen estar separados de nosotros. Por lo tanto, la causa raíz de la separación o división aparente que experimentamos entre nosotros, el mundo y Dios, es nuestra imaginación básica de que somos una consciencia individual separada.

En un estado exento de forma, no puede haber ninguna separación, de modo que somos capaces de separarnos solo imaginándonos ser una forma. Debido a que nos imaginamos ser una forma distinta, también parecen existir otras formas que están separadas de nosotros. La forma básica que imaginamos ser nosotros es nuestro cuerpo físico, pero al imaginarnos ser este cuerpo, también damos surgimiento a una forma más sutil, a saber, la mente, que es la consciencia individual que siente «yo soy este cuerpo», y con ello nos sentimos ser esta forma más sutil también. Así pues, la forma que nos distingue como un individuo es una forma compuesta que consiste en la forma física de este cuerpo y la forma sutil de esta mente.

Al imaginar ser nosotros esta forma compuesta, nos dividimos o separamos aparentemente de nuestra realidad absoluta —nuestro sí mismo real sin-forma, infinito e indivisible— y habiéndonos separado así, experimentamos nuestro sí mismo como otras dos entidades básicas, a saber, el mundo y Dios. Debido a que imaginamos el mundo y Dios como separados de nosotros, imaginamos que son formas como nosotros. Por lo tanto, en el verso 4 de *Ulladu Narpadu* Sri Ramana dice:

Si somos una forma, el mundo y Dios son lo mismo. Si no somos una forma, ¿quién podría ver su forma [del mundo y Dios], [y] cómo? ¿Puede la vista [lo que quiera que es visto] ser otra que el ojo [la consciencia que lo ve]? Nosotros, ese ojo [la consciencia sin-forma «yo soy»], somos el ojo ilimitado [la consciencia infinita].

La forma en la que este mundo existe en nuestra imaginación es una forma física, lo mismo que nuestro cuerpo físico, y la forma en la que Dios existe en nuestra imaginación es una forma más sutil, lo mismo que la mente. Lo mismo que no podemos ver la mente como una entidad física, no podemos ver a Dios como una entidad física, pero eso no significa que él no tenga una forma. Aunque no podemos ver su forma de la misma manera en que vemos la forma física de este mundo, por esa razón él no es menos real que este mundo.

Lo mismo que la mente es el alma que anima la forma física de nuestro cuerpo, así también Dios es el alma que anima la forma física de este mundo entero. No podemos ver la mente en el cuerpo físico de otra persona, pero por la conducta de ese cuerpo físico, somos capaces de inferir que una mente está presente dentro de él. De la misma manera, somos capaces de inferir la presencia de Dios en este mundo aunque no podamos verle.

Lo mismo que la mente es una forma sutil e intangible, una forma que experimentamos como nuestro primer pensamiento «yo», así también Dios es una forma sutil e intangible, una forma que podemos experimentar solo como un pensamiento, un concepto, una creencia o una imagen mental. Sin embargo, aunque la forma de Dios como le conocemos es solo un pensamiento o imagen mental, esto no significa que él sea irreal. Como una forma o ser separado, Dios es tan real como este mundo y como nuestro sí mismo individual.

Incluso las formas físicas de nuestro cuerpo y de este universo entero, son efectivamente solo pensamientos o imágenes mentales, pero eso no significa que sean irreales. Nuestro sí mismo individual, el mundo y Dios son todos pensamientos, y como tales son reales, pero solo relativamente reales. Como entidades separadas, ninguno de ellos es la realidad absoluta, pero cada uno es una realidad relativa. El mundo y Dios son tan reales como la mente, la consciencia individual, que los experimenta como imágenes mentales.

Como imágenes mentales distintas, no solo el mundo y Dios sino incluso nuestro sí mismo o mente individual, existen solo en nuestra imaginación. Tan pronto como nos imaginamos ser un individuo separado, el mundo y Dios también vienen a la existencia como entidades separadas. La realidad de cada una de estas tres entidades básicas, es inseparable de la realidad de las otras dos. Aunque las tres son imaginarias, mientras experimentemos la existencia de nosotros como un individuo, también experimentaremos la existencia del mundo y de Dios.

Como Sri Ramana dice en el párrafo diecisiete de *Nan Yar?*, que discutimos en el capítulo anterior:

Eso que existe realmente es solo *atma-svarupa* [nuestro sí mismo esencial]. El mundo, el alma y Dios son *kalpanaigal* [imaginaciones, creaciones o fabricaciones mentales] en él [en nuestro sí mismo esencial], lo mismo que [la] plata [imaginaria] [que vemos] en una concha. Estos tres [elementos básicos de relatividad o dualidad] aparecen al mismo tiempo y desaparecen al mismo tiempo. Solo [nuestra] *svarupa* [nuestra «propia forma» o sí mismo esencial] es el mundo; solo [nuestra] *svarupa* es «yo» [la mente o sí mismo individual]; solo [nuestra] *svarupa* es Dios; todo es *siva* —*svarupa* [nuestro sí mismo esencial, que es *siva*, la única realidad absoluta verdaderamente existente].

Por lo tanto, aunque Dios como una entidad separada es solo una ficción de nuestra imaginación, él es sin embargo tan real como este mundo, y también tan real como la mente, que le imagina ser separado de sí misma. Mientras experimentemos la mente como si fuera real, no podemos negar la realidad relativa de Dios. Puesto que él es el poder infinitamente sutil que regula todo lo que experimentamos en este o en cualquier otro mundo, él es tan real como todo lo demás que experimentamos.

Como hemos visto más arriba, la función de Dios es regular o gobernar este mundo y todos los individuos en él. Su función global de gobernar todo en este universo incluye muchos aspectos o subfunciones, incluyendo diversas funciones materiales tales como asegurar que todos los objetos físicos en este universo obedezcan las diversas «leyes de la naturaleza» —las leyes de las matemáticas, física, química, biología y demás. Sin embargo, su función más importante y significativa es la más sutil, que es otorgar su «gracia» o «bendición» sobre todos nosotros, almas individuales, de tal manera que nos guíe hacia y a lo largo de la vía que lleva a la «salvación» o al auto-conocimiento verdadero.

Esta función de otorgar gracia, incluye ordenar el tiempo, el lugar y la manera en que cada uno de los «frutos» o consecuencias de todas nuestras acciones pasadas deben ser experimentados. Generamos estos «frutos» por el pensamiento, palabra y obra, es decir, usando nuestro libre albedrío para hacer *karmas* o acciones a través de la mente,

habla y cuerpo. Todas estas acciones que hacemos así por nuestro libre albedrío, son impelidas por la fuerza de nuestros deseos.

Cuando nuestros deseos son fuertes y no los mantenemos sujetos, ellos bullen salvajemente como pensamientos en la mente y nos empujan a hablar y actuar osadamente, egoístamente y sin consideración por los efectos que nuestras palabras y acciones tengan sobre otros. Tales pensamientos, palabras y acciones motivados egoístamente son «*karmas malos*» o «pecados», y por tales pecados generamos «frutos malos», que después tendrán que experimentarse como alguna forma de sufrimiento o dolor.

Cuando mantenemos nuestros deseos sujetos, y los ordenamos con la consideración debida hacia otras gentes y criaturas, pensaremos, hablaremos y actuaremos más cuidadosamente y con mayor compasión, no deseando causar daño a ningún otro ser vivo. Tales acciones de la mente, el habla y el cuerpo que hacemos con el cuidado debido y compasión verdadera, son «*karmas buenos*», por los que generamos «frutos buenos», que después tendrán que ser experimentados como alguna forma de placer.

Los deseos buenos llevan a acciones buenas, que a su vez producen «fruto» bueno, mientras que los deseos malos llevan a acciones malas, que a su vez producen «fruto» malo. La medida en que generamos «frutos» está determinada por la fuerza de nuestros deseos. Tanto si son deseos buenos como si son deseos malos, o como es usualmente el caso, una mezcla de ambos, si nuestros deseos son fuertes, generaremos «frutos» rápidamente. Solo podemos evitar generar «frutos» nuevos entregando nuestra voluntad a Dios, es decir, abandonando todos nuestros deseos, tanto buenos como malos.

Sin embargo, debido a que nuestros deseos son generalmente muy fuertes, usualmente generamos «frutos» nuevos en una medida mucho mayor de la que somos capaces de experimentarlos. Así pues, en cada vida generamos mucho más «fruto» de lo que posiblemente podríamos experimentar en una sola vida, de modo que durante el curso de muchas vidas, hemos acumulado un vasto almacén de «frutos» que aún tenemos que experimentar. Incluso si nuestros deseos están ahora grandemente reducidos debido a los esfuerzos por entregar nuestra voluntad y rendirnos a la voluntad de Dios, continuaremos teniendo un vasto acopio de «frutos» que hemos acumulado como un resultado de nuestros deseos pasados.

Del vasto almacén de los «frutos» de nuestras acciones pasadas que aún no hemos experimentado, Dios es capaz de seleccionar cuidadosamente aquellos «frutos» que serán más beneficiosos para nosotros experimentar ahora, y, por lo tanto, él ordena que esos «frutos» sean experimentados como el destino o sino en esta vida presente. Los «frutos» que él destina que experimentemos ahora, son aquellos que son más conductivos al desarrollo de nuestra madurez espiritual, es decir, al encendido en la mente de la claridad de la discriminación que nos capacitará para liberarnos de los deseos, miedos y apegos, y al desarrollo del amor verdadero de solo ser. Puesto que todo lo que experimentamos es el destino, y puesto que el destino es aquellos «frutos» de las acciones pasadas, que por nuestro bien mayor Dios ha seleccionado y ordenado cuidadosamente

para que los experimentemos ahora, lo que quiera que nos acontezca experimentar es verdaderamente la «voluntad de Dios».

Todas las cualidades divinas de Dios que son descritas por nuestras diversas religiones son verdaderas. Muy principalmente, él es omni-amante, omni-conociente y omnipotente. Debido a que él es omnisciente u omni-conociente, no puede acontecer nada en este mundo que él no conozca. Y debido a que él es omni-amante, o más bien debido a que él es el amor mismo, no puede acontecer nada en este mundo que no sea para el bien último de todo lo concernido.

Todo esto es verdadero, pero solo tan verdadero como nuestra existencia, como una consciencia individual separada. Si somos reales como un individuo separado, entonces el Dios y todas sus cualidades divinas son también reales. En otras palabras, hasta que obtengamos el auto-conocimiento verdadero y nos sumerjamos con ello en nuestro sí mismo real, perdiendo la individualidad separada, Dios existirá como un ser separado omni-amante, omni-conociente y omnipotente, y él estará siempre guiando y asistiéndonos en nuestros esfuerzos para conocernos. Sin embargo, cuando finalmente conozcamos nuestro sí mismo real y con ello devengamos libres del engaño de que somos un individuo separado, Dios también dejará de existir como un ser separado, y en lugar de ello será experimentado como nuestro sí mismo real.

Como un ser separado, Dios es real, pero solo relativamente real. Mientras le imaginemos ser separado de nosotros, él no puede ser como tal la realidad absoluta, que es infinita y por lo tanto no está separada de nada. Sin embargo, su separación de nosotros es real solo en la visión limitada y distorsionada de la mente. En su naturaleza real o ser esencial, Dios es siempre uno con nuestro ser esencial, de modo que cuando lo experimentemos como realmente es, descubriremos que Dios es nuestro sí mismo real, y que como tal él es la realidad absoluta.

Mientras nos sentimos ser una persona, un individuo distinto y finito, tenemos una tendencia a considerar a Dios como algún tipo de persona —no una persona limitada como nosotros, pero no obstante una persona. Creemos que Dios es infinito, y sin embargo le consideramos una persona. ¿Cómo podemos reconciliar esta contradicción obvia, y cuál es de hecho la base de este concepto de Dios casi universalmente sostenido?

¿Cómo puede ser Dios a la vez la plenitud de ser infinita y algún tipo de persona, incluso si consideramos que esa persona es la «Persona Suprema»? Si él es verdaderamente infinito, no puede ser una persona de ningún tipo, debido a que una persona es por definición un individuo finito, un ser distinto y separado. ¿Qué tenemos que inferir entonces del hecho de que tenemos esta noción confusa de un Dios infinito y sin embargo personal? ¿No indica esto que ninguno de nuestros conceptos de Dios son de hecho una descripción adecuada de su naturaleza verdadera, debido a que en realidad él trasciende toda concepción humana?

Es verdadero que Dios es infinito, pero como tal él no puede estar separado ni de nosotros ni de ninguna otra cosa. Puesto que él es la plenitud de ser infinita, él es el todo que incluye todas las cosas dentro de sí mismo, y como tal él es la esencia de todo. Sin embargo, mientras no experimentamos su ser infinito como nuestro sí mismo real — nuestra esencia verdadera— nos tomamos erróneamente por un individuo finito, y esta visión errónea de nosotros, distorsiona nuestra concepción de la realidad infinita que llamamos Dios, haciéndonos sentir que él está de alguna manera separado de nosotros.

Dado el hecho de que nos tomamos erróneamente como estando de alguna manera separados de la realidad infinita que llamamos Dios, en relación a esta visión errónea de nosotros y de Dios, ¿tenemos alguna razón válida para considerar que Dios es una persona? ¿Es nuestro concepto de un Dios personal siquiera una aproximación remota de la verdad de su naturaleza? Por sorprendente que ello pueda parecer, nuestra concepción de Dios como una persona tiene de hecho una base razonable y válida en la realidad. ¿Cuál es esa base?

La realidad última de Dios es que él es nuestro sí mismo real, nuestro ser esencial. Como hemos visto anteriormente, una característica intrínseca de nosotros es que nos amamos y amamos la felicidad, debido a que la felicidad es nuestra naturaleza verdadera. Cuando permanecemos como realmente somos, es decir, como nuestro puro ser auto-consciente, exento de todo «hacer» y «conocer» dualista, experimentamos felicidad perfecta, debido a que nuestro ser esencial, que es la consciencia de ser no-dual libre de adjuntos, es ella misma la plenitud de felicidad infinita. Sin embargo, cuando nos imaginamos ser un individuo finito, nos separamos aparentemente de la felicidad infinita que es nuestro ser verdadero, y, por consiguiente, devenimos inquietos, ansiando experimentar otra vez esa felicidad infinita.

Nuestro amor de ser felices es inherente no solo a nosotros como un individuo, sino también como la consciencia de ser infinita y no-dual. El amor es de hecho nuestra naturaleza verdadera —nuestro ser esencial. No podemos permanecer nunca ni un momento sin amor por la felicidad, debido a que somos ese amor. Nuestro ser auto-consciente verdadero y perfectamente feliz es amor infinito, debido a que felicidad y amor son inseparables. Amamos lo que nos hace felices, y nos hace felices experimentar lo que quiera que amemos. La felicidad última está en experimentar eso que más amamos, que es nosotros —nuestro ser auto-consciente verdadero.

Cuando nos imaginamos ser un individuo finito, nosotros nos separamos aparentemente de Dios, que en realidad no es otro que nuestro ser verdadero, que es paz perfecta y felicidad absoluta. Ya sea que lo sepamos o no, nuestro amor por la felicidad es amor por Dios, debido a que «Dios» es un nombre que damos a la felicidad infinita que todos buscamos.

Puesto que Dios es en verdad nuestro sí mismo real, él nos ama como a sí mismo, y su única «voluntad» o «deseo» es que seamos perfectamente felices. Debido a que él ama a cada ser vivo como a sí mismo, y debido a que por lo tanto él ama que todos

seamos tan infinitamente felices como él es, todas las religiones enseñan la verdad fundamental de que Dios es amor.

Debido a que cada uno de nosotros se siente ser un ser humano, no podemos evitar pensar en el amor de Dios en términos antropomórficos. Debido a nuestra experiencia engañosa de nosotros como una persona individual, tomamos erróneamente al amor por algo personal, y somos incapaces de concebir un amor que sea impersonal, o más bien, transpersonal. Por consiguiente, aunque en realidad el amor de Dios trasciende toda forma de limitación, incluyendo la limitación que es inherente al amor de una persona por otra, no estamos enteramente equivocados al considerar a Dios como una persona cuyo amor es omniabarcante. Es decir, desde el punto de vista limitado de la mente humana, el amor que Dios tiene por cada uno de nosotros, funciona de una manera que es muy similar al amor entre una persona y otra.

El amor que es la naturaleza verdadera de Dios, y que se manifiesta en nuestra visión como un amor aparentemente personal por cada uno de nosotros, es la base de nuestra creencia en un Dios personal. Aunque en realidad él no es una persona, sino la sustancia esencial y totalidad infinita de todo lo que es, desde el punto de vista finito de la mente humana, él parece actuar en efecto como una persona que tiene amor ilimitado por todos y cada uno de nosotros.

Por lo tanto, aunque nuestra creencia en la naturaleza aparentemente personal de Dios pueda parecer incompatible con la verdad última de su naturaleza, a saber, que él es la realidad infinita, indivisible, no-dual y absoluta, que es nuestro sí mismo verdadero o ser esencial, esta incompatibilidad superficial es reconciliada por el hecho de que Dios no es solo ser y consciencia infinito, sino que es también amor infinito.

Debido a que él es ser infinito, y debido a que no hay por lo tanto nada separado de u otro que él, él es en verdad todo-poderoso y omnipotente. Debido a que él es consciencia o conocimiento infinito, al ser el fundamento último y sustancia esencial de todas las formas de conocimiento, él es en verdad omni-conocedor u omnisciente. Y debido a que él es amor infinito, al tener amor ilimitado por todo como su propio sí mismo, él es en verdad omni-amoroso.

Mientras nosotros nos imaginamos ser una persona particular, la infinita realidad omni-potente, omni-conociente y omni-amorosa que llamamos «Dios» parece funcionar como una persona, y por lo tanto somos capaces de experimentar un amor intensamente personal por él, aunque podamos comprender la verdad de que él es la realidad impersonal absoluta. Al cultivar tal amor por él en nuestro corazón, podemos aprender a entregar nuestra voluntad individual auto-engañada a su «voluntad» divina —que es el simple amor de solo ser— y de ese modo podemos armonizarnos a su naturaleza verdadera de ser auto-consciente no-dual.

El amor personal que sentimos por Dios no es en modo alguno un amor unilateral por nuestra parte. De hecho, si de alguna manera fuera unilateral, lo es por su parte y no por la nuestra, debido a que su amor por nosotros es infinitamente más grande que nues-

tro amor por él. Por lo tanto, cuando cultivamos amor sincero por él, él responde en mucha mayor medida, ayudando a entregarnos enteramente a él llevando la mente hacia dentro, estableciéndola con ello firmemente en la consciencia fundamental de nuestro ser, «yo soy», que es su naturaleza real.

Sin embargo, en verdad Dios hace mucho más que responder simplemente al amor que sentimos por él, debido a que de hecho él es el responsable de encender tal amor en nuestro corazón. Es decir, puesto que él es la fuente última de todo amor, todo amor que sentimos por él, se origina solo en él.

Aunque hablamos de nuestra relación personal con Dios de esta manera aparentemente dualista, la dualidad que parece existir en el amor entre él y nosotros, de hecho solo existe en la perspectiva inherentemente dualista de la mente, y no en la perspectiva inherentemente no-dualista de su ser real. Puesto que él nos conoce y nos ama como su propio sí mismo esencial, su amor es en verdad siempre perfectamente no-dual, y por lo tanto completamente no-personal. Sin embargo, aunque la verdad absoluta es que su amor por nosotros es no-dual y no-personal, desde el punto de vista relativo de la mente, la naturaleza aparentemente dualista y personal de su amor es completamente real.

Es decir, su amor personal por nosotros es en todo tan real como nuestra existencia aparente como una persona individual separada. Mientras nos tomemos erróneamente por una persona, el amor no-dual que Dios tiene por nosotros, nos parecerá ser un amor personal, aunque es un amor infinito. Solo cuando respondamos a su amor infinito, entregándole enteramente la mente o individualidad separada —sacrificándola en la claridad de nuestro ser auto-consciente, que es su esencia verdadera— seremos capaces de experimentar la naturaleza real no-dual y transpersonal de su amor.

Aunque en la visión limitada y distorsionada de la mente Dios parece cumplir ciertas funciones, en realidad él es solo ser, y, por consiguiente, no hace nada. Todas las funciones que parece hacer acontecen debido a su mera presencia, sin que él haga nada realmente. Este hecho es explicado gráficamente por Sri Ramana en el párrafo quince de *Nan Yar?*

Lo mismo que en la mera presencia del sol, que surge sin *iccha* [anhelo, deseo o gusto], *samkalpa* [volición o intención], [o] *yatna* [esfuerzo o empeño], una piedra de cristal [o lente de aumento] emite fuego, un loto florece, el agua se evapora, y las gentes del mundo se involucran en [o comienzan] sus respectivas actividades, hacen [esas actividades] y se sumergen [o dejan de ser activos], y [lo mismo que] enfrente de un imán una aguja se mueve, [así también], los *jivas* [los seres vivos], que están atrapados en [el estado finito gobernado por] el *muttozhil* [la función triple de Dios, a saber, la creación, sostenimiento y disolución del mundo] o los *panchakrityas* [las cinco funciones de Dios, a saber, creación, sostenimiento, disolución, velamiento y gracia], que acontecen debido solo a la naturaleza especial de la presencia de Dios, se mueven [se ocupan, hacen actividades, hacen esfuerzos o se afanan] y se sumer-

gen [dejan de ser activos, devienen calmos o en sueño profundo] de acuerdo con sus *karmas* respectivos [es decir, de acuerdo no solo a su *prarabhda karma* o destino, que les impele a hacer cualquier acción necesaria para que experimenten todas las cosas agradables y desagradables que están destinados a experimentar, sino también de acuerdo con sus *karma vasanas*, sus inclinaciones o impulsiones a desear, pensar y actuar de maneras particulares, que les impelen a esforzarse por experimentar ciertas cosas agradables que no están destinados a experimentar, y a evitar ciertas cosas desagradables que están destinados a experimentar]. Sin embargo, él [Dios] no es *samkalpa sahitar* [una persona relacionada con o que posea volición o intención]. Ni siquiera un solo *karma* se adhiere a él [es decir, él no es esclavizado ni afectado por ningún *karma* ni acción sea el que sea]. Eso es como las acciones del mundo [las acciones que acontecen aquí en la tierra] que no se adhieren [ni afectan] al sol, y [como] las cualidades y defectos de los otros cuatro elementos [tierra, agua, aire y fuego] que no se adhieren al espacio omnipenetrante.

Lo mismo que el sol, cuya mera presencia causa que muchas cosas acontezcan en esta tierra, Dios no tiene *iccha* o *samkalpa*, deseo o intención, y, por consiguiente, él nunca hace ningún *yatna* o esfuerzo por hacer nada, y sin embargo su mera presencia causa que todos los seres vivos actúen, cada uno acordemente a su propio destino e inclinaciones personales. Aunque todo lo que acontece, acontece debido a su mera presencia, él permanece completamente inafectado por cualquier cosa que acontezca —ni por ninguna acción ni por sus efectos. Él no hace nada, y no es afectado por nada que parezca ser hecho, debido a que él es ser puro.

Ser es la «es»-dad o esencia única, no-dual, indivisa e infinita de todo lo que es, y como tal solo es, y nunca hace nada. Lo que quiera que nosotros o cualquier otra cosa parezcamos hacer, nuestra «es»-dad o ser esencial permanece como él es. Todo *karma*, toda acción o «hacer», es finito y por lo tanto relativo y superficial. Eso que es infinito, absoluto y esencial es solo ser. Todo «hacer» depende de «ser», y solo puede acontecer en la presencia de «ser». A no ser que seamos, no podemos hacer, pero lo que quiera que hagamos de ninguna manera afecta, cambia o modifica el hecho de que somos. Ser por lo tanto trasciende todas las formas de hacer.

Dios es la infinitud o plenitud de ser. Él es la «es»-dad o esencia de todo lo que es. Debido a que él es la esencia de todo, él está presente en todas partes, en todos los lugares y en todos los tiempos. Su presencia omnipenetrante es por lo tanto solo su ser, que es el ser o «es»-dad esencial de todo. Debido a que él es el único todo o plenitud infinita de ser, nada puede existir aparte de él, y, por consiguiente, él está presente en todo como todo.

Debido a que él es todo, también se dice que él es *mahakarta*, el «gran hacedor», o *sarvakarta*, el «omnihacedor», el que hace todo, incluyendo las cinco acciones fundamentales o *panchakrityas*, a saber *srishti*, la creación o proyección de esta apariencia de dualidad entera, que llamamos el «mundo» o «universo», *shiti*, el sostenimiento o man-

tenimiento de esta apariencia, *samhara*, la disolución o retirada de esta apariencia, *tirodhana* o *tirobhava*, la ocultación o velamiento de la realidad, que no solo permite que *srishti*, *sthiti* y *samhara* tengan lugar, sino que también permite más específicamente que los seres vivos continúen haciendo *karmas* y experimentando sus consecuencias mientras tengan deseo de hacerlo, y *anugraha* o gracia, la revelación de la realidad, que nos permite experimentar el auto-conocimiento verdadero y con ello trascender el estado de dualidad irreal en el que todos estos *panchakrityas* parecen acontecer.

Sin embargo, aunque en nuestra perspectiva limitada, parece que Dios hace estas «cinco acciones» o *panchakrityas*, de hecho él no hace nada. Él solo es, y debido a su mera presencia de su «es»-dad o ser, todos estos *panchakrityas* acontecen automática y espontáneamente.

Por lo tanto, si deseamos decir que Dios hace todo, eso es verdadero solo en el sentido en que él lo hace todo solo siendo. Por eso es por lo que Sri Ramana dice que estos *panchakrityas* acontecen debido a *isan sannidhana visesha matra*, que significa debido a «nada sino la naturaleza especial de la presencia de Dios».

El hecho de que Dios es solo la plenitud de ser infinita y por lo tanto no hace nada, es la verdad última y absoluta. Sin embargo, desde el punto de vista limitado de la mente finita, el hecho de que él esté separado de nosotros y tenga ciertas funciones que cumplir, es relativamente real. Es decir, mientras nos sintamos ser un hacedor de acción, nos parecerá que las funciones de Dios son acciones que él está haciendo efectivamente.

Mientras una acción sea hecha, tiene que haber algo o alguien que esté haciendo esa acción, de modo que desde nuestro punto de vista relativo, estamos acertados al creer que Dios es el hacedor último de todo. El hecho de que él es solo ser, y que debido a su mero ser o presencia todas las acciones parecen ser hechas, solo puede ser comprendido plenamente por nosotros cuando nos experimentemos como solo ser, y con ello descubramos que nunca hemos hecho nada, y que toda acción o «hacer» era una mera imaginación que existía solo en la visión distorsionada de la mente irreal.

Todo «hacer» es meramente una distorsión de ser. Aunque ser es verdaderamente la única realidad, y aunque solo es, en la visión limitada y distorsionada de la mente es experimentado como hacer. Aunque todo hacer es una apariencia irreal, al ser una mera ficción de nuestra imaginación, no podría siquiera parecer ser real si no estuviera soportado por la realidad de ser subyacente. Antes de que podamos imaginar que estamos haciendo algo, primero debemos saber que somos. La imaginación de que estamos haciendo aparece y desaparece, pero el conocimiento de que somos permanece. Puesto que solo nuestro ser permanece, es la única realidad permanente y absoluta, y por lo tanto la apariencia de hacer, es una ilusión que puede acontecer debido solo a ser, o más bien, debido a la visión de ser distorsionada de la mente.

Lo mismo que somos reales en dos sentidos muy distintos, así también Dios es real en estos dos mismos sentidos. Como una consciencia individual finita que imagina «yo soy

este cuerpo», «estoy haciendo esto o eso», somos relativamente reales, pero como la consciencia infinita «yo soy», somos absolutamente reales. De la misma manera, como un ser separado omni-hacedor, omni-amoroso, omni-conocedor y omnipotente, Dios es relativamente real, pero como la consciencia infinita «yo soy», que es la plenitud ilimitada de ser, amor, conocimiento y poder, él es absolutamente real.

Mientras Dios y nosotros parezcamos ser dos seres separados, el mundo también parecerá existir. En relación a nuestro sí mismo individual o mente, Dios y el mundo son los dos perfectamente reales. Ninguna de estas tres entidades separadas es menos real que las otras dos. No podemos experimentar el mundo que percibimos ni el Dios que lo gobierna como irreales mientras experimentemos la mente experimentadora como real.

Comprender teóricamente que la mente, el mundo y Dios son todos irreales, es necesario, pero solo tiene valor práctico para nosotros en la medida en que nos capacita para desarrollar desapego interno verdadero de la mente y de nuestra vida entera en este mundo, y amor verdadero por conocer y ser nuestro sí mismo real. Si creemos que hemos comprendido que el mundo es irreal, pero continuamos teniendo deseo de gozar cualquiera de los placeres aparentes de este mundo, solo estamos engañándonos. El único propósito y beneficio de nuestra comprensión de la teoría de la filosofía espiritual, es capacitarnos para desarrollar el amor verdadero de experimentar solo nuestro sí mismo esencial, que es la única realidad absoluta, y la liberación verdadera de todo deseo de experimentar nada más.

Aunque para nuestro verdadero propósito interno de descubrir la realidad absoluta debemos desarrollar la comprensión y convicción de que este mundo es irreal, para todos los propósitos externos debemos comportarnos como si este mundo fuera real, debido a que es irreal solo desde el punto de vista de la realidad absoluta, y no desde el punto de vista de la mente igualmente irreal.

En relación a la mente, este mundo es real, de modo que debemos interactuar con él acordemente. Por ejemplo, el hecho de que el fuego quema, puede no ser la realidad absoluta, pero es definitivamente una realidad relativa. Aunque podamos imaginar que hemos comprendido que el fuego es irreal, si lo tocamos, continuaremos sintiendo dolor. El fuego, nuestro dolor y la mente, que experimenta ese dolor, son todos igualmente reales.

Por lo tanto, en la filosofía no-dualista del *vedanta advaita*, se hace siempre una distinción importante entre la realidad absoluta y la realidad relativa, que en sánscrito son llamadas respectivamente *satya paramarthika* y *satya vyavaharika*. La palabra *satya* significa «verdad» o «realidad», y la palabra *paramarthika* es una forma adjetival de *paramartha*, que en este contexto significa la «sustancia última» o esencia. Así pues, el término *satya paramarthika*, que usualmente es traducido como la «realidad suprema» o la «realidad absoluta», significa literalmente la realidad que es la sustancia última o esencia de todas las cosas. La palabra *vyavaharika* es una forma adjetival de *vyavahara*, que significa hacer, acción, práctica, conducta, comportamiento, ocupación, actividad o

cualquier interacción mundana tal como negocio, tráfico, comercio o litigio, y así *satya vyavaharika* significa realidad mundana, práctica o interactiva. Por consiguiente, en el *vedanta advaita*, el término *satya vyavaharika* es usado para denotar la realidad relativa de la mente y todo lo que experimenta, mientras el término *satya paramarthika* es usado para denotar la realidad absoluta de nuestro ser esencial.

Además de estas dos formas de realidad completamente distintas, algunos eruditos gustan distinguir una tercera forma de realidad llamada *satya pratibhasika*. La palabra *pratibhasika* es una forma adjetival de *pratibhasa*, que significa una apariencia, una semblanza o una ilusión, y así *satya pratibhasika* significa «realidad aparente» o «realidad ilusoria». En ciertos textos filosóficos del *vedanta*, el mundo que experimentamos en el estado de vigilia es descrito como *satya vyavaharika* o «realidad práctica», mientras que el mundo que experimentamos en un sueño es descrito como *satya pratibhasika* o «realidad aparente». Sin embargo, los mismos textos también dicen que ciertas cosas que experimentamos en el estado de vigilia, tales como un espejismo o la ilusión de una serpiente en una cuerda, no son *satya vyavaharika* sino solo *satya pratibhasika*. Así pues, la distinción que se supone que existe entre *satya vyavaharika* y *satya pratibhasika*, es que la primera es una realidad experimentada «objetivamente» por muchas gentes, mientras que la segunda es una realidad experimentada «subjektivamente» por una sola persona.

Sin embargo, esta distinción es falsa, y parece ser verdadera solo en relación a nuestra experiencia presente en este mundo de vigilia. Lo mismo que ahora imaginamos que este mundo de vigilia es experimentado objetivamente por muchas gentes, así también en el sueño imaginábamos que ese mundo soñado era experimentado objetivamente por muchas gentes. En ambos estados, sin embargo, las «muchas gentes» existen solo como imágenes en la mente. Todas las formas de realidad relativa o *satya vyavaharika*, son de hecho solo una ilusión, una realidad aparente o *satya pratibhasika*, y a la inversa, todas las formas de realidad aparente, son reales en relación a la mente que las experimenta. Por lo tanto, aunque la distinción entre *satya vyavaharika* y *satya pratibhasika* pueda parecer ser verdadera desde un punto de vista mundano, desde un punto de vista estrictamente filosófico, ambos términos denotan la misma forma de realidad, la realidad relativa pero ilusoria experimentada por la mente.

Básicamente hay solo dos formas de realidad, realidad absoluta y realidad relativa. Todo lo que experimentamos es o absolutamente real o solo relativamente real. Puesto que verdaderamente solo puede haber una realidad absoluta, todo lo demás es solo una forma de realidad relativa. Aunque podamos ser capaces de distinguir diferentes formas de realidad relativa, tales distinciones no son de ninguna utilidad para nosotros si nuestro objetivo es experimentar la realidad absoluta.

Distinguimos la realidad relativa de la realidad absoluta debido solo a que, para experimentar la realidad absoluta, debemos aprender a ignorar todo lo que no es absolutamente real, y focalizar la atención solo en eso que es absolutamente real. Sin embargo,

cuando experimentemos efectivamente la realidad absoluta como ella es, descubriremos que solo ella existe, y que no hay nada más que ella. En ese estado, toda realidad relativa se habrá sumergido y desaparecido, al encontrarse que no es nada más que la única realidad absoluta, infinita, indivisa y no-dual.

Algunos filósofos académicos describen la realidad absoluta y la realidad relativa como si fueran diferentes «niveles» o «planos» de realidad. Sin embargo, la realidad absoluta y la realidad relativa no pueden ser comparadas de esta manera. La realidad absoluta es absolutamente real, de modo que ella no es relativa a nada, y por lo tanto no puede ser comparada de ninguna manera a nada más.

Sin embargo, desde la perspectiva limitada y distorsionada de la realidad relativa, tenemos que decir que la realidad absoluta es el fundamento, substrato o soporte último de toda esta realidad relativa. Por lo tanto, aunque la realidad absoluta no esté relacionada de ninguna manera con la realidad relativa, la realidad relativa está relacionada íntima, intrínseca e inevitablemente con la realidad absoluta, debido a que depende enteramente de ella. Es decir, toda relatividad depende para su propia realidad aparente de la realidad verdadera de la única esencia absoluta, que es nuestro ser auto-consciente o «soy»-dad, mientras que esta esencia absoluta no depende de nada más.

El concepto de tal relación unilateral carecería de significado y sería auto-contradictorio si estuviera formado con respecto a cualquier otra relación que no sea esta «relación» entre la realidad absoluta y la realidad relativa. Sin embargo, no podemos explicar esta «relación» particular de otro modo que como una relación unilateral, debido a que de los dos asociados de esta relación, solo el primero es verdaderamente real, mientras que el segundo es una mera aparición —una ilusión que existe solo en la perspectiva de la mente, que es ella misma parte de la ilusión que experimenta.

Por lo tanto, el concepto de «niveles» o «planos» de realidad puede ser aplicado solo a las diversas formas de realidad relativa. Mientras la realidad relativa parezca existir, puede parecer que hay cualquier número de «niveles» o «planos» diferentes de tal realidad. Sin embargo, puesto que nuestro objetivo es trascender toda realidad relativa y experimentar solo la realidad no-dual absoluta, no necesitamos preocuparnos de ningún análisis ni de discusiones sobre cualesquiera «niveles» o «planos» de realidad diferentes, debido a que en verdad solo hay una única realidad, y somos eso.

Para nuestras mentes, que están tan acostumbradas a la idea de que los problemas de la vida son complejos y difíciles de comprender plenamente y de que las soluciones a esos problemas son igualmente complejas y oscuras, la explicación de la realidad dada aquí puede parecer excesivamente simple y libre de oscuridad, y como tal demasiado simplista. Sin embargo, la realidad absoluta en verdad es perfectamente simple y libre de toda oscuridad.

Si consideramos los innumerables problemas relativos de la vida, en verdad son extremadamente complejos e imposibles de comprender plena o adecuadamente, y el pro-

pósito de nuestra discusión aquí no es pretender otra cosa. Lo que estamos considerando no es cualesquiera problemas relativos, sino solo la realidad absoluta que subyace a toda relatividad, y puesto que es absoluta, esa realidad debe ser perfectamente simple y libre de toda oscuridad.

Puesto que la realidad absoluta no puede ser limitada de ninguna manera, debe ser infinita e indivisa, y como tal debe ser única, no-dual y libre de toda complejidad. Puesto que es infinita, nada puede ser otro que ella, de modo que ella debe ser el ser verdadero y esencial de todo, incluyéndonos. Por lo tanto, la realidad absoluta no es nada más que nuestro ser esencial, que experimentamos siempre como la consciencia perfectamente simple, auto-conocedora y por lo tanto siempre claramente auto-evidente «yo soy». La realidad absoluta es tan simple y tan obvia como eso.

La raíz de todos los problemas relativos que experimentamos en nuestra vida, es la mente. La mente, por su poder de imaginación, crea toda la dualidad y la relatividad, y la dualidad y la relatividad dan surgimiento inevitablemente al conflicto y a la complejidad. Los problemas del mundo relativo persistirán en una forma u otra mientras busquemos resolverlos solo por medios relativos.

Ninguna solución relativa puede resolver un problema relativo perfecta o absolutamente. Tan pronto como un problema relativo es resuelto, o parece ser resuelto, otro problema relativo salta. En un mundo relativo, por lo tanto, una vida libre de problemas es inconcebible. La utopía nunca puede ser experimentada en un mundo de dualidad y relatividad, sino solo en un estado más allá de toda dualidad y relatividad —en un estado de no-dualidad absoluta.

Puesto que toda dualidad y relatividad son experimentadas solo dentro de la mente, si deseamos encontrar una solución perfecta a todos los problemas relativos de la vida, debemos mirar más allá de la mente a la realidad absoluta que subyace a su apariencia. La mente es una forma relativa de consciencia y como tal es extremadamente compleja y cargada de problemas. En realidad, la mente prospera con la complejidad y los problemas, y huye instintivamente de un estado perfectamente simple y libre de problemas de auto-consciencia no-dual. ¿Por qué? Porque en un estado de consciencia no-dual perfectamente clara, un estado de auto-conocimiento simple y verdadero, la mente no puede sobrevivir.

Al ser un fantasma ilusorio, la mente puede parecer existir solo en la confusión y oscuridad de la compleja dualidad de su propio estado auto-creado de consciencia relativa. En el estado de auto-consciencia no-dual perfectamente clara, todo lo que se conoce es la consciencia simple de nuestro ser, «yo soy». En la claridad de tal auto-consciencia no-dual absoluta, por lo tanto, la apariencia ilusoria de la consciencia relativa que conoce objetos llamada «mente» —la consciencia que no siente meramente «yo soy», sino «estoy conociendo esto» o «estoy conociendo eso»— se disolverá y desaparecerá.

CAPÍTULO 5

¿Qué es Conocimiento Verdadero?

¿Qué es «conocimiento verdadero»? ¿Puede ser llamado algún conocimiento que tengamos ahora conocimiento verdadero, o es todo nuestro conocimiento solo una apariencia de conocimiento verdadero? ¿Hay en verdad una cosa tal como el conocimiento verdadero, y si es así, cómo podemos saber qué es? ¿Es algo que podemos obtener, o está más allá del poder de la mente humana comprenderlo? Si está más allá del poder de la mente comprenderlo, ¿tenemos algún nivel de consciencia más profundo por el que podamos experimentarlo? ¿Cómo podemos experimentar el conocimiento verdadero?

Decidamos primero qué conocimiento puede ser considerado como verdadero. Para calificarlo como conocimiento verdadero en el sentido más estricto del término, el conocimiento en cuestión debe ser absolutamente verdadero —perfecta, permanente, incondicional e independientemente verdadero. Es decir, debe ser un conocimiento que es verdadero por derecho propio, un conocimiento que es verdadero en todos los tiempos, en todos los estados y bajo todas las condiciones, un conocimiento cuya verdad no es de ninguna manera dependiente de, limitada por o relativa a ninguna otra cosa, un conocimiento cuya verdad es siempre sin-cambio e inmutable, no siendo afectada por nada más que pueda aparecer o desaparecer, o por cualesquiera cambios que puedan acontecer a su alrededor. Debe ser también auto-evidente, perfectamente claro y absolutamente fiable —exento incluso de la más mínima ambigüedad o incertidumbre— y debe ser conocido directamente —no a través de ningún medio intermediario de cuya verdad y fiabilidad dependería entonces su propia verdad y fiabilidad. Solo un conocimiento tal puede ser considerado conocimiento verdadero en un sentido absoluto.

El conocimiento que no es verdadero desde un punto de vista absoluto tal, sino solo desde un punto de vista relativo, no es perfectamente verdadero. Puede ser verdadero bajo algunas condiciones, pero no es verdadero bajo todas las condiciones. Puede ser verdadero en un tiempo o en un estado, pero no es verdadero en todos los tiempos o en todos los estados. Es verdadero solo en relación a ciertas otras cosas, y, por consiguiente, su verdad es dependiente de y está limitada por la verdad de esas otras cosas, y es afectada por su aparición y desaparición, y por cambios que pueden tener lugar dentro de ellas. Tal conocimiento relativo es incierto e infiable particularmente, puesto que invariablemente es obtenido por nosotros no directamente, sino solo a través del medio intermediario de la mente y nuestros cinco sentidos, cuya verdad y fiabilidad están (como veremos después) sujetas a seria duda. El conocimiento que es así verdadero solo relativamente, y no absolutamente, no justifica el nombre de «conocimiento verdadero»

en un análisis estricto de qué conocimiento puede ser considerado como verdadero o real.

Por lo tanto, siempre que el término «conocimiento verdadero» es usado en este libro, significa solo el conocimiento que es absolutamente verdadero, y no solo relativamente verdadero. El propósito de este libro no es negar la verdad o validez relativa de cualquiera de las muchas formas de conocimiento relativo que experimentamos, sino investigar nuestra experiencia profundamente para descubrir si algún conocimiento dentro de nuestra experiencia, es absolutamente verdadero o no.

Si podemos descubrir algún conocimiento que es absoluto, desde la perspectiva de ese conocimiento absoluto, seremos capaces de apreciar mejor la relatividad de todas las formas de conocimiento relativo que experimentamos ahora. Debido a que pensamos que ahora no experimentamos nada que sea absoluto, atribuimos una realidad indebida y damos una credibilidad indebida a la verdad aparente de todo nuestro conocimiento relativo. Este libro, por lo tanto, está interesado sobre todo, no en determinar la verdad relativa de ningún conocimiento, sino solo en investigar si hay algún conocimiento absolutamente verdadero que podamos experimentar.

La mayor parte del conocimiento que tomamos ahora como verdadero, es solo relativamente verdadero. Por ejemplo, generalmente aceptamos que, con la excepción de las ilusiones ópticas tales como un espejismo, y otras percepciones sensoriales erróneas, el conocimiento que adquirimos por medio de los cinco sentidos es verdadero. Sin embargo, todo ese conocimiento es relativo, debido a que depende de la fiabilidad cuestionable de los cinco sentidos, y debido a que está limitado a su campo de percepción. Puesto que los sentidos físicos son estrictamente limitados y no enteramente fiables, son un medio imperfecto para adquirir conocimiento verdadero. Aunque ellos nos proporcionen un conocimiento que es relativamente verdadero y que cubre muchas de nuestras necesidades relativas, incluyendo la supervivencia biológica, ellos no pueden proporcionarnos ningún conocimiento que sea absolutamente verdadero.

No solo todo el conocimiento que adquirimos por medio de los cinco sentidos es meramente relativo, sino que también lo es todo el conocimiento que adquirimos por medio de la mente. Lo mismo que los cinco sentidos físicos, la mente es un medio imperfecto para adquirir conocimiento verdadero, debido a que es un instrumento limitado e infiable.

Todos reconocemos el hecho de que mucho del conocimiento que la mente toma por verdadero en ciertos tiempos, no es efectivamente verdadero. Por ejemplo, la mente puede tomar erróneamente una ilusión como verdadera mientras está experimentándola, pero más tarde reconoce que en ese tiempo estaba equivocada en su juicio de que era verdadero o real. De la misma manera, la mente toma erróneamente sus experiencias en un sueño por verdaderas mientras está experimentando ese sueño, pero más tarde reconoce que todas esas experiencias eran imaginarias y por lo tanto no verdaderas. Puesto

que sabemos que la mente es engañada fácilmente al creer que lo que quiera que esté experimentando actualmente es verdadero, ¿cómo podemos confiar en la mente como un instrumento seguro a través del cual podemos adquirir conocimiento verdadero?

La mente no es solo engañada temporalmente al tomar erróneamente sus propias imaginaciones por verdaderas, sino que también es engañada repetidamente al cometer este mismo error. Habiendo comprendido una vez que en el sueño con sueños fue engañada al tomar erróneamente lo irreal por real, con ello no deviene inmune a ser engañada de nuevo de la misma manera. El mismo engaño se repite una y otra vez siempre que la mente experimenta un sueño.

Puesto que es incapaz de aprender de sus errores repetidos, la mente es un juez muy poco fiable de qué conocimiento es verdadero y qué conocimiento es falso. Cuando es así tan frecuentemente incapaz de reconocer sus propias imaginaciones como falsas, ¿cómo podemos estar seguros de que todo lo que experimenta no es meramente una ilusión, un producto irreal de su propia imaginación?

La mente solo tiene acceso a dos fuentes básicas de conocimiento objetivo, a saber, sus cinco sentidos físicos, que cree que le proporcionan conocimiento obtenido de fuera de sí misma, y su propio conocimiento generado internamente tal como sus pensamientos, sentimientos, emociones, creencias, conceptos y demás. Ninguna de estas dos fuentes puede proporcionarle información verdaderamente fiable. Sus sentidos físicos a menudo le proporcionan percepciones erróneas, y su conocimiento generado internamente a menudo le proporciona sueños, y cuando experimenta de hecho tales percepciones erróneas o sueños, es usualmente incapaz de distinguirlas de todo su restante conocimiento, que asume como verdadero.

Además, la mente es incapaz de distinguir entre el conocimiento que se supone que ha obtenido de cada una de estas dos fuentes. En un sueño, la mente cree que el mundo que está experimentando es percibido por ella a través de sus sentidos físicos, y que por lo tanto ese mundo existe fuera de sí misma. Sin embargo, cuando despierta de ese sueño, la mente reconoce que el mundo en su sueño no era efectivamente percibido por ella a través de ningún sentido físico, sino que solo era una imaginación generada internamente.

Incluso ahora en nuestro estado de vigilia presente, la mente no tiene medio de saber con certeza si el conocimiento que parece obtener de fuera de sí misma a través de sus sentidos físicos, no es de hecho solo una imaginación generada internamente. Todo el conocimiento que la mente experimenta, es experimentado por ella dentro de sí misma, de modo que ella no tiene ningún medio fiable de saber con certeza si alguno de sus conocimientos se deriva efectivamente de fuera de sí misma.

Ya sea que imaginemos que se deriva de una fuente externa o que es generado internamente, o una combinación de ambos, todo conocimiento que tenemos de algo más que nosotros, es conocimiento objetivo. Todo conocimiento objetivo es dualista y por lo

tanto relativo, debido a que implica una distinción entre el sujeto conocedor y los objetos conocidos. Todo conocimiento que implica cualquier forma de dualidad, debe ser necesariamente relativo.

Puesto que el conocimiento que tenemos de todo lo demás es objetivo, dualista y por lo tanto relativo, el único conocimiento que tenemos que puede calificarse posiblemente como absoluto, es el conocimiento subjetivo y por lo tanto no-dual de nosotros. El conocimiento de nosotros, es decir, de nuestro ser esencial, es el único conocimiento que es exento de toda dualidad y relatividad.

Para conocernos, es decir, para experimentar nuestro ser esencial como «yo soy», no necesitamos la ayuda de los cinco sentidos y ni siquiera de la mente. Conocemos nuestro ser, «yo soy», incluso en el sueño profundo, cuando somos completamente inconscientes tanto del cuerpo como de sus cinco sentidos, o de la mente. Por lo tanto, el conocimiento básico «yo soy», no es dependiente de ninguna otra cosa. En la ausencia completa de toda otredad, tal como en el sueño profundo, sabemos «yo soy».

Cualquier otra cosa que podamos conocer, e incluso cuando no conocemos nada más, siempre sabemos «yo soy». Por ello, nuestro conocimiento básico «yo soy», no es solo completamente independiente de todo otro conocimiento, es también permanente y sin-cambio. Otras formas de conocimiento pueden venir e irse, y pueden incluso parecer estar sobreimpuestas temporalmente en nuestro conocimiento básico «yo soy», obscureciéndolo con ello aparentemente (aunque no ocultándolo nunca efectivamente), pero este conocimiento «yo soy» mismo permanece siempre, sin venir o irse nunca, sin aparecer o desaparecer, comenzar o acabar, y sin padecer nunca ningún cambio. Por lo tanto, este conocimiento básico de nuestro ser, «yo soy», es el único conocimiento absoluto que experimentamos.

La razón por la que siempre nos conocemos como «yo soy», es que somos consciencia, y la consciencia es necesaria y esencialmente auto-consciente. Como consciencia, siempre conocemos nuestro ser, no debido a que sea un objeto conocido por nosotros, sino debido a que él es nosotros, la consciencia esencial. Por lo tanto, somos a la vez ser y consciencia. Nuestro ser y la consciencia son un único todo no-dual. La consciencia es ser, debido a que ella es, y nuestro ser es consciencia, debido a que se conoce a sí mismo.

Sin embargo, cuando decimos esto, estamos expresando la unidad de nuestro ser y la consciencia cruda e imperfectamente, debido a que estamos hablando sobre ellos en tercera persona, como si fueran objetos. Nuestro ser-consciencia no se conoce a sí mismo objetivamente como una tercera persona, sino solo subjetivamente como la primera persona. Por lo tanto, mejor que decir que la consciencia es ser debido a que ella es, podemos expresar la verdad más exactamente diciendo que somos ser debido a que somos. De la misma manera, mejor que decir que nuestro ser es consciencia debido a que

se conoce a sí mismo, podemos expresar la verdad más exactamente diciendo que somos consciencia debido a que nos conocemos.

Aún más exactamente, podemos expresar la verdad diciendo que soy ser debido a que soy, y soy consciencia debido a que me conozco a mí mismo, debido a que nuestro ser-consciencia se conoce a sí mismo no solo subjetivamente como la primera persona, sino que también se conoce a sí mismo no como la primera persona del plural, sino solo como la primera persona del singular perfectamente no-dual.

En sus enseñanzas, ya sea que aconteciera que él se refiriera a nuestro sí mismo real o al sí mismo individual, Sri Ramana usaba a menudo la primera persona del plural del pronombre personal «nosotros» más bien que la primera persona del singular del pronombre personal «yo», pero él no daba a entender con ello que hubiera algún sentido de pluralidad o dualidad en nuestro sí mismo real. Él se refería a nuestro sí mismo real como «nosotros» para incluir a quienquiera que él estuviera hablando o escribiendo, y para indicar que somos todos una única realidad.

En muchos casos, si él hubiera usado «yo» en lugar de «nosotros», habría creado la impresión de que nuestro sí mismo real es exclusivo, mientras que en verdad es omni-inclusivo. Por lo tanto, dondequiera que él ha usado el término «nosotros» en referencia a nuestro sí mismo real, debemos comprender que lo usó como la primera persona *inclusiva* del pronombre personal «yo», más bien que como la primera persona del *plural* del pronombre personal «nosotros».

Todo nuestro conocimiento objetivo es conocido por nosotros indirectamente a través del medio imperfecto de la mente y los cinco sentidos, mientras que la consciencia es conocida por nosotros directamente como nuestro sí mismo. Ninguna forma de conocimiento indirecto o mediato puede ser absoluta, debido a que tal conocimiento es inherentemente partitivo y dualista, puesto que implica una distinción entre el sujeto que está conociendo, el objeto que es conocido, y el medio a través del cual el sujeto conoce al objeto. Puesto que el conocimiento absoluto debe ser libre de todas las limitaciones, tanto internas como externas, debe ser exento de cualesquiera divisiones, partes o dualidad. Por ello, debe ser conocimiento directo e inmediato, conocimiento que se conoce a sí mismo, en sí mismo y por sí mismo, sin la ayuda de ningún medio interno ni externo.

Por lo tanto, el conocimiento absoluto debe ser auto-consciente —perfecta y únicamente auto-consciente. Debe ser conocido por sí mismo, y solo por sí mismo. No puede ser conocido por nada más que sí mismo, debido a que si lo fuera no sería absoluto. La existencia de algo más que él, que pudiera conocerlo, establecería una limitación a la totalidad de su ser, y por lo tanto significaría que no era absoluto en el sentido más pleno de la palabra.

El conocimiento absoluto no puede existir en relación a otro, sino solo en sí mismo y por sí mismo. Para ser absoluto, un conocimiento debe ser el único conocimiento verdaderamente existente. Todo conocimiento que parece ser otro que él, debe ser falso. E

inversamente, para ser verdadero —absoluta y perfectamente verdadero— un conocimiento debe ser absoluto.

Por esto, puesto que el conocimiento verdadero debe ser por definición absoluto, debe ser un conocimiento único, infinito, total, ininterrumpido, no-dual, inmediato y auto-consciente. El único conocimiento que se conoce a sí mismo es la consciencia esencial de nuestro ser, «yo soy». Incluso la mente no es verdaderamente auto-consciente, debido a que ella no se conoce a sí misma como realmente es, y debido a que su auto-consciencia aparente está limitada a los dos estados imaginarios de vigilia y sueño con sueños. Por lo tanto, el único conocimiento que es verdaderamente auto-consciente, es la consciencia fundamental «yo soy», debido a que ella se conoce a sí misma siempre, imperturbada e inafectada por el paso de los tres estados transitorios de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo.

La consciencia esencial «yo soy» es no solo inmediata y eternamente auto-consciente, es también única, indivisa y no-dual. ¿Es, sin embargo, infinita? ¿Es el todo ilimitado, otro que el cual nada puede existir? Sí, lo es, debido a que no tiene ninguna forma suya propia, y, por consiguiente, es libre de toda frontera y límites. Por lo tanto, puesto que no está limitada de ninguna manera, nada puede ser verdaderamente más que ella.

Todo lo demás que parece existir, depende para su existencia aparente de la consciencia básica «yo soy». Ningún otro conocimiento podría existir si nuestro conocimiento primero y original «yo soy» no existiera. Puesto que todo otro conocimiento aparece y desaparece en la mente, y puesto que la mente aparece y desaparece en la consciencia subyacente «yo soy», ningún conocimiento está verdaderamente separado de o es otro que esta consciencia fundamental «yo soy».

La «otredad» de todo otro conocimiento —el sentimiento de que lo que conocemos está separado de o es otro que nosotros— está causada por las limitaciones que imponemos aparentemente sobre nosotros cuando nos imaginamos ser una criatura finita, una consciencia que se experimenta a sí misma como «yo soy este cuerpo». Sin embargo, incluso cuando experimentamos esta ilusión de separación u «otredad», todo nuestro «otro» conocimiento es conocido en y por nosotros, de modo que verdaderamente no está separado de ni es otro que nosotros. De hecho, es solo un producto de la imaginación, y la imaginación es solo una función distorsionada de la consciencia.

El «ser» aparente de toda «otra» cosa que conocemos, es solo una proyección de nuestro ser verdadero, que es consciencia. Aunque otras cosas parezcan existir fuera de nosotros, el fuera en el que ellas acontecen, es de hecho solo una parte de nuestra imaginación. El proceso por el que son proyectadas desde dentro de nosotros a un fuera aparente, es de hecho solo una distorsión interna de la consciencia —una distorsión que no obstante no acontece realmente sino solo aparentemente.

Ninguna de las cosas que conocemos tiene ningún ser o existencia aparte de nuestro conocimiento de ellas, y, por consiguiente, en el análisis final todas las «cosas» son solo

conocimiento, y el conocimiento es solo consciencia. En un sueño, experimentamos conocimiento de cosas que parecen estar separadas de y ser otras que nosotros, pero cuando despertamos reconocemos que todo ese conocimiento fue creado por nuestra imaginación, y por lo tanto no tenía ninguna existencia independiente fuera de la consciencia.

Como cualquier otra forma de imaginación, un sueño es solo una distorsión interna de la consciencia natural. Todo el conocimiento que experimentamos en nuestro sueño, es formado en la consciencia, y de la consciencia. Es decir, la sustancia de la que todas nuestras imaginaciones son formadas es la consciencia.

Además de la consciencia, no hay ninguna otra sustancia de la que todas nuestras imaginaciones —nuestros pensamientos, sentimientos, percepciones y toda forma de conocimiento dualista— podrían ser formadas. La única sustancia que conocemos verdaderamente es la consciencia o ser. Todo lo demás que parecemos conocer, es generado solo por la consciencia dentro de sí misma y de su propia sustancia.

Sin embargo, hay una distinción importante entre la consciencia que parece imaginar y experimentar otras formas de conocimiento, y la consciencia real, que experimenta solo nuestro ser, «yo soy». La consciencia que imagina que está experimentando «otredad» —conocimiento de otras cosas que sí misma— es lo que llamamos nuestra «mente». Aunque esta mente es en esencia solo la consciencia de ser real e infinita, «yo soy», ella se experimenta a sí misma como una consciencia finita debido a que imagina la apariencia de otras cosas que sí misma. Su separación o distinción de la consciencia real es por lo tanto solo una imaginación.

Sin embargo, cuando estamos analizando críticamente nuestras varias formas de conocimiento o consciencia y probando su realidad, esta distinción entre la consciencia concedora de objetos y la consciencia auto-concedora, es una distinción que tenemos que hacer para ser capaces de experimentar la segunda como es realmente. Debido a que esta distinción es la causa raíz de toda dualidad, es en efecto muy real y significativa mientras experimentamos el más mínimo rastro de cualquier dualidad u «otredad».

Puesto que nuestro objetivo es experimentar conocimiento o consciencia verdadera y esencial como es realmente, para nosotros surge inevitablemente una necesidad de distinguirla de todas las formas irreales de conocimiento que aparentemente hemos sobrepuesto en ella por nuestro poder de imaginación. Puesto que todas las otras formas de conocimiento son experimentadas en y por la mente, para distinguir nuestro conocimiento verdadero «yo soy» de todo otro conocimiento, solo necesitamos distinguirlo de la mente.

La mente es solo una forma distorsionada de nuestra verdadera consciencia de ser, «yo soy», y ha devenido distorsionada solo imaginando otras cosas que ella misma. Puesto que conocerse a sí misma solo como «yo soy» es la naturaleza misma de la consciencia, el «blanco» o lugar de reposo natural de su atención es ella misma. Es decir, en

su estado verdadero y natural, el foco o atención de la consciencia reposa automáticamente sin-esfuerzo en sí misma, y no en ninguna otra cosa. La atención deviene desviada de nosotros hacia «otras cosas» solo cuando las imaginamos o formamos en la consciencia.

Mientras el foco de la consciencia o atención reposa naturalmente en nosotros, permanecemos como la consciencia real e infinita o conocimiento verdadero que somos siempre, pero cuando el foco de la consciencia parece ser desviado hacia objetos o pensamientos imaginarios, parecemos devenir la consciencia finita que llamamos nuestra «mente». Por lo tanto, si la mente desea experimentar el conocimiento verdadero que es su propio sí mismo real, todo lo que necesita hacer es retirar su atención de todas las otras cosas y enfocarla agudamente en su propia consciencia esencial «yo soy». Este estado en el que la mente reposa así su atención en sí misma, conociendo solo su propio ser o consciencia, es descrito por Sri Ramana en el verso 16 de *Upadesa Undiyar* como el estado de conocimiento verdadero:

Solo [nuestra] mente que conoce su propia forma de luz, habiendo abandonado [el conocimiento] de los objetos externos, es conocimiento verdadero.

Cuando la mente conoce «objetos externos» u otras cosas que ella misma, lo hace tomándose erróneamente a sí misma por un cuerpo físico, que es una entre esas otras cosas que ella conoce. Pero cuando vuelva su atención hacia sí misma, dejará de conocer toda otra cosa, y con ello dejará de tomarse erróneamente por un cuerpo físico o cualquier otro producto de su imaginación.

Al prestar atención así solo a su propia consciencia o «forma de luz» esencial, y al abandonar con ello el prestar atención a cualquier forma de imaginación, la mente se experimentará a sí misma como su propia consciencia de ser natural, «yo soy». En otras palabras, al prestar atención a y al conocer solo su propia consciencia de ser verdadera, la mente se sumergirá y devendrá una con esa consciencia. Esta experiencia no-dual de auto-consciencia verdadera, es el estado de conocimiento verdadero y absoluto.

¿Qué significa exactamente Sri Ramana cuando habla de nuestra «mente que conoce su propia forma de luz, habiendo abandonado los objetos externos»? ¿Cuál es «la propia forma de luz» de la mente?

La mente, como vimos en el capítulo tres, es la consciencia mezclada «yo soy este cuerpo», que está compuesta de dos elementos, a saber, la consciencia esencial y fundamental «yo soy», y el adjunto sobreimpuesto «este cuerpo». Puesto que el adjunto «este cuerpo» aparece en un tiempo y desaparece en otro tiempo, y puesto que cambia su forma, apareciendo como un cuerpo en la vigilia y como otro cuerpo en el sueño con sueños, es meramente una apariencia superficial, una aparición espuria e irreal. Por lo tanto, el único elemento real de la mente es la consciencia fundamental «yo soy», la consciencia esencial de nuestra existencia, debido a que esta consciencia fundamental y

esencial es permanente —no algo que aparece en un tiempo y desaparece en otro tiempo— y nunca cambia su forma. Puesto que esta consciencia fundamental de nuestro ser es así la forma verdadera y esencial de la mente, y puesto que es la «luz» que permite a la mente conocerse no solo a sí misma sino también a todas las otras cosas, en este verso Sri Ramana se refiere a ella como «la propia forma de luz» de la mente.

Cuando la mente vuelva su poder de atención sobre sí misma, lejos de todas las otras cosas, focalizando su atención aguda y exclusivamente sobre su consciencia fundamental y esencial de su propio ser, «yo soy», se sumergirá y desaparecerá, fundiéndose en y deviniendo uno con esa consciencia fundamental. Es decir, cuando nosotros, que ahora nos tomamos erróneamente por esta consciencia individual limitada que llamamos «mente», focalicemos la atención exclusivamente sobre la consciencia fundamental libre de adjuntos «yo soy», descubriremos que esta consciencia libre de adjuntos es nuestro sí mismo real, y así ya no nos tomaremos más erróneamente por esta mente, la consciencia limitada por los adjuntos «yo soy este cuerpo».

Sin embargo, mientras prestemos atención a otras cosas que nosotros, perpetuaremos la ilusión de que somos esta mente. Por lo tanto, para conocernos como somos realmente, debemos dejar de prestar atención a otras cosas y debemos prestar atención solo a nuestro ser esencial —la consciencia libre de adjuntos «yo soy».

Por lo tanto, cuando la mente abandone su hábito de prestar atención a los objetos externos, y en lugar de ello conozca solo su propia forma de luz verdadera —nuestra clara consciencia auto-luminosa «yo soy»— ya no parecerá ser más una entidad separada llamada «mente», sino que en lugar de ello brillará solo como su propio ser verdadero y esencial, que es la consciencia eternamente auto-conocedora «yo soy». Por consiguiente, eso que conoce la consciencia libre de adjuntos «yo soy», no es de hecho la mente, sino solo la consciencia libre de adjuntos misma. Puesto que solo se conoce a sí misma, y es conocida solo por sí misma, la consciencia libre de adjuntos «yo soy» es esencialmente no-dual.

Por lo tanto, nuestra «mente que conoce su propia forma de luz, habiendo abandonado los objetos externos» es el estado no-dual en el que, al conocer su propia naturaleza verdadera y esencial, ha dejado de ser la consciencia imaginaria limitada por los adjuntos y conocedora de objetos llamada «mente», y en lugar de ello permanece solo como la auto-consciencia esencial libre de adjuntos —la consciencia verdadera, que conoce siempre solo su propio ser, «yo soy».

Como dice Sri Ramana, solo este estado no-dual de auto-consciencia o auto-conocimiento claro es el estado de auto-conocimiento verdadero. ¿Por qué es esto así? La única cosa que sabemos con absoluta certeza es «yo soy». Si nosotros no existiéramos, no podríamos conocer ninguna otra cosa. Por lo tanto, debido a que somos conscientes, existimos.

Puede que no sepamos exactamente *qué somos*, pero razonablemente no podemos tener ninguna duda sobre el hecho de *que somos*. La consciencia «yo soy» es por lo tanto el único conocimiento del que podemos estar absolutamente seguros que es un conocimiento verdadero.

A diferencia de todo nuestro otro conocimiento, que es solo relativa o condicionalmente verdadero, la consciencia «yo soy» es absoluta e incondicionalmente verdadera, debido a que es permanente, sin-cambio y perfectamente auto-evidente. Puesto que es conocida directamente por sí misma, y no por nada más o a través de algún otro medio, su verdad o realidad no depende de ninguna otra cosa. Debido a que es verdadera en todos los tiempos, en todos los estados y bajo todas las condiciones, y debido a que es siempre invariable e inmutable, siendo inafectada por nada más que pueda aparecer o desaparecer, o por cualesquiera cambios que puedan acontecer alrededor de ella, es verdadera por derecho propio —absoluta, incondicional e independientemente verdadera.

Puesto que ella es la única cosa que experimentamos en todos los tiempos, en todos los estados y bajo todas las condiciones, y puesto que permanece siempre como ella es sin sufrir nunca ningún cambio, esta consciencia fundamental «yo soy» debe ser nuestro sí mismo real, nuestra naturaleza verdadera y más esencial. Sin embargo, aunque ya conocemos esta consciencia «yo soy», no la conocemos claramente como ella es, debido a que parece estar velada por la sobreimposición de la mente —la consciencia espuria que siempre se conoce a sí misma mezclada con adjuntos, y que no puede conocerse nunca a sí misma libre de adjuntos como la mera consciencia «yo soy». Por lo tanto, más que ser el medio para el conocimiento verdadero, la mente es de hecho el obstáculo principal para el conocimiento verdadero.

¿Por qué ningún otro conocimiento que el auto-conocimiento —el estado no-dual en el que conocemos claramente y permanecemos firmemente como la consciencia que conoce solo su propio ser, «yo soy»— puede considerarse ser conocimiento verdadero? Todo otro conocimiento que la consciencia real, no-dual y libre de adjuntos «yo soy», es conocido solo por la mente —nuestra falsa consciencia limitada por los adjuntos «yo soy este cuerpo». Mientras la consciencia inadulterada «yo soy» es esencialmente no-dual, debido a que conoce solo su propio ser, la mente es una forma de consciencia intrínsecamente dual, debido a que aparece como una consciencia individual separada solo al conocer aparentemente otras cosas que ella misma.

Todo conocimiento dual, es decir, todo conocimiento en el que lo que es conocido está separado de o es otro que eso que lo conoce, es conocimiento relativo. Eso que es conocido como un objeto distinto del sujeto que conoce, existe en relación a ese sujeto que lo conoce, y por lo tanto es dependiente para su realidad aparente de ese sujeto. A no ser que el sujeto conocedor sea él mismo real, nada de su conocimiento de objetos puede ser real.

Todo el conocimiento que tenemos de objetos, es solo pensamientos que la mente ha formado dentro de sí misma por su poder de imaginación. No podemos conocer objetos

—nada más que nuestro ser, «yo soy»— excepto a través del medio de la mente. Por consiguiente, no podemos saber si algún objeto existe realmente independiente del pensamiento de él que hemos formado en la mente. Por lo tanto, todo nuestro conocimiento sobre toda otra cosa que «yo soy», no es nada sino pensamientos, los cuales son solo tan reales como la mente que los ha formado.

Como hemos visto antes, la mente, junto con todo su conocimiento de dualidad, es meramente una imaginación sobreimpuesta en el único conocimiento real, que es la consciencia no-dual «yo soy». La consciencia «yo soy» es no-dual debido a que se conoce solo a sí misma —su propio ser esencial— y no a ninguna otra cosa. Eso que conoce cosas que son aparentemente otras que sí misma, es solo la mente.

Todo conocimiento objetivo —todo conocimiento de dualidad, todo conocimiento otro que «yo soy»— es conocido solo por la mente, y por lo tanto existe solo en relación a la mente. Por consiguiente, todo conocimiento otro que «yo soy» es conocimiento dualista y relativo, y como tal depende para su realidad aparente de la mente que lo conoce.

La mente es una forma de consciencia irreal, debido a que viene a la existencia como una consciencia separada que conoce objetos solo al identificarse falsamente ella misma —su consciencia esencial «yo soy»— con un adjunto, «este cuerpo», que es meramente uno de sus propios pensamientos —una imagen que ella ha formado dentro de sí misma por su poder de imaginación. Puesto que la mente es formada así solo por nuestro poder de imaginación, todo lo que es conocido por ella es también solo un producto de nuestra imaginación.

¿Cómo puede este conocimiento imaginario, relativo, dualista y objetivo considerarse ser conocimiento verdadero? ¿No está claro, por lo tanto, que el único conocimiento verdadero que podemos obtener es el conocimiento claro de nosotros como somos realmente, exentos de cualesquiera adjuntos sobreimpuestos —es decir, conocimiento de nosotros como la auto-consciencia inadulterada y esencial, «yo soy», que es la consciencia absoluta no-dual que se conoce solo a sí misma?

Todo conocimiento objetivo implica una distinción básica entre el sujeto, que está conociendo, y el objeto, que es conocido. También implica un tercer factor, el acto del sujeto de conocer al objeto.

Debido a que nuestro conocimiento implica solo el sujeto inherentemente auto-consciente, y ningún objeto, nos conocemos solo siendo nosotros, y lo hacemos sin la ayuda de ninguna otra cosa. Debido a que somos naturalmente auto-conscientes, no necesitamos hacer nada para conocernos. Por lo tanto, a diferencia de todo nuestro conocimiento objetivo, el conocimiento de nosotros no implica ni un objeto ni ningún acto de conocimiento, y, por consiguiente, es un conocimiento perfectamente no-dual.

El conocimiento objetivo implica un acto de conocimiento debido a la separación aparente que existe entre el sujeto conocedor y el objeto conocido. Es decir, debido a

que el objeto es algo que parece ser otro que el sujeto, para conocer el objeto, la atención del sujeto debe moverse hacia el objeto fuera de sí misma. Este movimiento de la atención fuera hacia algo que parece ser otro que nosotros, es una acción o un «hacer».

Mientras nos conocemos solo siendo, podemos conocer otras cosas solo prestándoles atención activamente —es decir, solo dirigiendo la mente hacia ellas. Cuando nos conocemos, la atención, que es nuestro poder de conocimiento o consciencia, reposa en sí misma, sin moverse a ninguna parte. Pero cuando conocemos alguna otra cosa, la atención debe ser desviada de nosotros hacia esa otra cosa.

Este acto de dirigir la atención hacia algo que parece ser otro que nosotros, es lo que llamamos pensar. Cada pensamiento implica un movimiento de la atención fuera de nosotros hacia alguna imagen en la mente. La mente forma todos sus pensamientos o imágenes mentales solo moviendo aparentemente su atención fuera de sí misma.

Puesto que todo nuestro conocimiento objetivo es solo pensamientos o imágenes mentales, que la mente ha formado dentro de sí misma moviendo su atención aparentemente fuera de sí misma, solo parece existir debido a esta acción, que llamamos por diversos nombres tales como pensar, conocer, entender, experimentar, ver, oír, recordar y demás. De la misma manera, todos los objetos que conocemos, vienen a la existencia debido solo a nuestro acto de conocerlos. Es decir, puesto que todos los objetos son pensamientos o imágenes que surgen en la mente, ellos son formados por nuestra acción de pensarlos o imaginarlos —una acción que solo puede acontecer cuando permitimos que la atención se mueva aparentemente fuera de nosotros.

Así pues, todo conocimiento objetivo implica tres elementos básicos, el sujeto conocedor, su acto de conocer y los objetos conocidos por él —o en otras palabras, el conocedor, el conocer y lo conocido. Estos tres elementos o factores básicos del conocimiento objetivo son conocidos en sánscrito como *triputi* y en tamil como *mupputi*, dos términos que significan literalmente «eso que es triple», pero que pueden ser traducidos más cómodamente por la palabra «tríada».

De estos tres factores del conocimiento objetivo, el primero y principal es el conocedor, que es la mente o consciencia que conoce objetos. Sin este primer factor, los otros dos factores no podrían parecer existir. Por lo tanto, la mente conocedora es la raíz o causa original de la apariencia de estos tres factores del conocimiento objetivo. En otras palabras, de lo que estos tres factores dependen para su apariencia o existencia aparente, es de la apariencia de la mente. Por consiguiente, ellos parecerán existir solo mientras la mente parezca existir.

Esta verdad es claramente declarada por Sri Ramana en el verso 9 de *Ulladu Narpa-du*:

Los pares y las tríadas existen [solo] aferrándose siempre a uno [es decir, a la mente o consciencia que conoce objetos]. Si [nosotros] miramos dentro de [nuestra] mente «¿qué es ese uno?», ellos desaparecen [debido a que descubrimos que su causa y

base sostenedora, la mente, es ella misma no-existente]. Solo esos que han visto [así] [la no-existencia de la mente y la única existencia de nuestro sí mismo real] son esos que han visto la realidad [la realidad absoluta o «soy»-dad verdadera]. Ellos no son engañados [confundidos o agitados al imaginar de nuevo la existencia de tales pares y tríadas]. Ved [esta realidad absoluta, que es nuestro sí mismo verdadero —la consciencia esencial no-dual de nuestro ser «yo soy»].

En este verso, la palabra *irattaigal* o «pares» significa los pares de opuestos tales como vida y muerte, existencia y no-existencia, consciencia e inconsciencia, felicidad e infelicidad, real e irreal, conocimiento e ignorancia, luz y oscuridad, bueno y malo, y demás. La palabra *mupputigal* o «tríadas» significa las varias formas que la «tríada» o grupo de tres factores del conocimiento objetivo asume, tal como el conocedor, el conocer y lo conocido, el pensador, el pensar y lo pensado, el perceptor, el percibir y lo percibido, el experimentador, el experimentar y lo experimentado, y demás.

La irrealidad tanto de estas «tríadas», que forman la totalidad de nuestro conocimiento objetivo, como de estos «pares», que son una parte inherente de él, al ser fenómenos objetivos experimentados por la mente conocedora, es enfatizada por la palabra *vinmai*, que Sri Ramana añadió entre el verso anterior y este verso en la versión *kali-venba* de *Ulladu Narpadu*. Al estar colocada inmediatamente antes de las palabras de apertura de este verso, *irattaigal mupputigal*, esta palabra *vinmai*, que significa literalmente «cielo-idad» —es decir, la cualidad abstracta o condición del cielo, que en este contexto implica su azuleidad— define la naturaleza de estos «pares» y «tríadas». Es decir, estos tres constituyentes básicos de todo nuestro conocimiento objetivo y dualista son apariencias irreales, como el azul del cielo.

Lo mismo que el cielo es de hecho solo espacio vacío, que es exento de color, así también somos de hecho solo el espacio vacío de la auto-consciencia inadulterada, que es exenta de dualidad u otredad. Pero lo mismo que el azul aparente del cielo es formado debido a que la luz del sol es refractada cuando entra en la atmósfera de la tierra, así también la apariencia de dualidad es formada en el espacio ininterrumpido de la consciencia debido a que la clara luz de la auto-consciencia no-dual es dividida aparentemente en muchos pensamientos o imágenes mentales cuando el fantasma de la mente surge dentro de nosotros.

Por eso es por lo que Sri Ramana dice que estos pares de opuestos y tríadas, existen solo aferrándose siempre a uno. El «uno» al que se aferran siempre es la mente o consciencia que conoce objetos, y se dice que se aferran a ella debido a que, para su existencia aparente, todos ellos dependen de su existencia aparente [de ella]. Cuando la mente parece existir, como ocurre en la vigilia y en el sueño con sueños, los pares de opuestos y las tríadas también parecen existir, y cuando ella no parece existir, como en el sueño profundo, ellos también no parecen existir.

Por lo tanto, Sri Ramana dice que si miramos dentro de la mente para ver qué es ese «uno», los pares de opuestos y las tríadas desaparecen. Es decir, si nosotros nos escudriñamos agudamente para conocer qué es realmente esta consciencia que conoce objetos, descubriremos que de hecho es solo la auto-consciencia esencial no-dual, que no conoce nada más que a sí misma, y, por consiguiente, toda la otredad y dualidad que ahora parece conocer, se desvanecerá.

La mente o consciencia que conoce objetos, parece existir solo cuando ignoramos la auto-consciencia no-dual verdadera, y, por consiguiente, dejará de existir cuando prestemos atención solo a nosotros —es decir, a la auto-consciencia fundamental y esencial. Cuando miremos estrechamente a una serpiente imaginaria, ella desaparecerá, y en su lugar solo permanecerá la cuerda real. Similarmente, cuando miremos estrechamente a esta consciencia imaginaria que conoce objetos a la que llamamos nuestra «mente», ella desaparecerá, y en su lugar solo permanecerá la auto-consciencia real no-dual.

Lo mismo que la serpiente desaparece debido a que es imaginaria, y, por lo tanto, nunca ha existido realmente, así también la mente desaparecerá debido a que es imaginaria, y, por lo tanto, nunca ha existido realmente. Y lo mismo que la única realidad subyacente a la apariencia imaginaria de la serpiente es la cuerda, así también la única realidad subyacente a la apariencia imaginaria de la mente es la auto-consciencia fundamental no-dual, «yo soy».

Cuando miremos estrechamente a la consciencia que conoce objetos que llamamos nuestra «mente», descubriremos que ella es no-existente como tal, al no ser nada sino la consciencia real —la auto-consciencia no-dual «yo soy», que no conoce nada más que a sí misma. Cuando descubramos así que la mente que conoce objetos es no-existente como tal, también descubriremos que toda la dualidad que parecía ser conocida por ella era igualmente no-existente. Por eso es por lo que Sri Ramana dice que si miramos dentro de la mente para ver qué es realmente esta consciencia que conoce objetos, los pares de opuestos y las tríadas «desaparecen» —es decir, desaparecerán junto con su causa raíz, la mente.

Después de decir que los pares de opuestos y las tríadas desaparecerán si vemos qué es realmente la única consciencia que conoce objetos, Sri Ramana dice, «Solo esos que han visto [así] son esos que han visto la realidad». Aquí la palabra *kandavare*, que he traducido como «solo esos que han visto», significa solo esos que así han «visto» o experimentado la no-existencia de la mente y la única existencia de nuestro sí mismo real. La palabra *unmai*, que he traducido como «la realidad», pero que etimológicamente significa «es»-dad o «soy»-dad, aquí denota la realidad absoluta, que es nuestra «soy»-dad verdadera —nuestro ser auto-consciente esencial no-dual.

Sri Ramana declara entonces, «*kalangare*», que significa, «Ellos no son engañados, confundidos ni agitados». Es decir, puesto que todo engaño, confusión y agitación surgen solo debido a nuestro conocimiento de la dualidad u otredad, que a su vez surge solo debido a la apariencia imaginaria de la mente, y puesto que la mente desaparecerá

para siempre cuando experimentemos la absoluta y única realidad verdaderamente existente, que es nuestro ser auto-consciente perfectamente no-dual, después de que hayamos experimentado esta realidad, nunca seremos engañados ni confundidos de nuevo por la apariencia imaginaria de la dualidad.

Así pues, en este verso Sri Ramana enfatiza el hecho de que la mente es el único fundamento sobre el que está construida esta entera apariencia imaginaria de dualidad, y que, por lo tanto, solo podemos experimentar la realidad absoluta que subyace a esta apariencia escudriñando su fundamento, a saber, la mente. Hasta que con ello no nos libremos de la imaginación auto-engañosa de que esta mente es nuestro sí mismo real, continuaremos experimentando el conocimiento irreal de la dualidad, y por lo tanto seremos incapaces de experimentar el conocimiento no-dual verdadero que es nuestro sí mismo real.

El conocimiento que la mente tiene sobre el mundo es doble, y toma la forma de conocimiento sobre algunas cosas e ignorancia sobre otras cosas. Tal conocimiento e ignorancia relativos (que es uno de los pares de opuestos a los que Sri Ramana se refiere en el verso 9 de *Ulladu Narpadu*), solo es posible sobre otras cosas que nosotros.

Sobre nosotros, no podemos ser nunca realmente ignorantes, debido a que nos conocemos siempre como «yo soy». Sin embargo, hasta que no nos conozcamos sin el velo obscurecedor de los adjuntos sobreimpuestos, no nos conoceremos como somos realmente, sino que nos conoceremos erróneamente como «yo soy tal y tal persona».

Aunque este conocimiento erróneo que parecemos tener sobre nuestra naturaleza verdadera es llamado a veces «auto-ignorancia», «ignorancia de nuestro sí mismo real» o «ignorancia espiritual», de hecho no es real, sino que es meramente una apariencia que parece existir solo en la perspectiva de la mente. Es decir, es solo una ignorancia aparente que es experimentada solo por la mente, y no por la consciencia real, que se conoce siempre a sí misma meramente como «yo soy». En la experiencia de la consciencia real «yo soy», no hay ninguna dualidad tal como conocimiento e ignorancia, debido a que ella es la única realidad que subyace a todas las apariencias, y, por consiguiente, no existe nada aparte de u otro que ella para que ella lo conozca o no lo conozca.

Como todo otro conocimiento e ignorancia que es experimentado por la mente, nuestra ignorancia aparente de nuestra naturaleza verdadera y esencial es solo relativa. Además, incluso el estado de auto-conocimiento que ahora buscamos obtener existe solo en relación a nuestro estado de auto-ignorancia presente. Sin embargo, es relativo solo desde el punto de vista de la mente, que busca obtenerlo como si fuera algún conocimiento que no poseemos ahora, y que por lo tanto podemos experimentar como si fuera nuevo en algún tiempo futuro.

Este concepto que tiene la mente sobre el auto-conocimiento es una imagen falsa de lo que es realmente la verdadera experiencia del auto-conocimiento. Cuando experimen-

temos efectivamente el estado del auto-conocimiento verdadero, descubriremos que no es algo que hayamos obtenido como si fuera nuevo en un punto particular en el tiempo, sino que es el único y solo estado real, que hemos experimentado siempre y que experimentaremos siempre, debido a que existe eternamente, más allá de las dimensiones relativas del tiempo —pasado, presente y futuro. Es decir, en ese estado sabremos claramente que hemos sido siempre solo la pura consciencia de ser, «yo soy», y que la ignorancia —el conocimiento erróneo «yo soy este cuerpo»— nunca ha existido realmente, de la misma manera que cuando veamos finalmente la cuerda como ella es realmente, comprenderemos que siempre hemos estado viendo solo esa cuerda, y que la serpiente que imaginábamos que veíamos nunca ha existido realmente.

Incluso cuando imaginamos que no conocemos nuestro sí mismo real y por lo tanto tratamos de prestarnos atención para conocer qué somos realmente, de hecho no somos más que nuestro sí mismo real, que se conoce siempre a sí mismo como realmente es. La ignorancia aparente de la verdadera naturaleza no-dual de nuestro sí mismo real, es solo una imaginación, y el único propósito del esfuerzo para conocernos, es solo eliminar esta imaginación. Esta verdad es declarada enfáticamente por Sri Ramana en el verso 37 de *Ulladu Narpadu*:

Incluso el argumento que dice, «La dualidad [es real] en [el estado de] práctica espiritual, [mientras] la no-dualidad [es real] en [el estado de] obtención [del auto-conocimiento]», no es verdadero. Tanto cuando amorosamente [ardiente o desesperadamente] nos estamos buscando [a nosotros], como cuando nos hemos obtenido, ¿quién en verdad somos aparte del décimo hombre?

La palabra *dasaman* o «el décimo hombre» se refiere a una analogía que es usada a menudo en el *vedanta advaita*. Acordemente a la historia tradicional sobre la que se basa esta analogía, diez hombres de corto ingenio vadearon un río de rápida corriente. Después de cruzar el río, decidieron contar cuántos eran para asegurarse de que todos ellos habían cruzado a salvo. Cada uno de ellos contó a los otros nueve hombres, pero olvidó contarse a sí mismo, de modo que todos ellos imaginaron que habían perdido a uno de sus compañeros, y en lugar de tratar de saber quién era ese «décimo hombre» perdido, comenzaron todos a lamentar su pérdida.

Viéndolos llorar por la pérdida de su compañero supuestamente perdido, un transeúnte comprendió que cada uno de ellos había olvidado contarse a sí mismo, de modo que para convencerles de que ninguno de ellos estaba realmente perdido, sugirió que daría una palmada a cada uno de ellos uno por uno, y que empezando por «uno» cada hombre debía contar el número siguiente en orden cuando fuera palmeado. Cuando el último hombre fue palmeado contó «diez», con lo cual todos comprendieron que ninguno de ellos había estado nunca realmente perdido.

¿Quién era entonces el «décimo hombre» que cada uno de ellos había imaginado que habían perdido? Cada hombre, que había contado a los otros nueve pero que había olvidado contarse a sí mismo, era él mismo el «décimo hombre» supuestamente perdido. De la misma manera que el «décimo hombre» parecía estar perdido solo porque cada uno de ellos se había ignorado a sí mismo y había contado solo a los otros, así también parecemos no conocernos solo porque habitualmente nos ignoramos y prestamos atención solo a cosas que parecen ser otras que nosotros.

Por lo tanto, cuando Sri Ramana pregunta, «...¿quién en verdad somos aparte del décimo hombre?», lo que él significa por la palabra *dasaman* o «el décimo hombre» es solo nuestro sí mismo real, que imaginamos ahora que no conocemos. Por consiguiente, el significado de la pregunta retórica que Sri Ramana hace en la última sentencia de este verso, es que somos siempre verdaderamente no otro que nuestro sí mismo real, tanto cuando estamos buscándolo, como cuando hemos descubierto que lo somos.

De la misma manera que la pérdida del «décimo hombre» era meramente una imaginación, así también el estado presente de auto-ignorancia es igualmente una mera imaginación. Por lo tanto, puesto que toda la dualidad que experimentamos en este estado es un resultado de la auto-ignorancia imaginaria, ella es también una mera imaginación. Por consiguiente, incluso en el estado presente de auto-ignorancia aparente, la única realidad, es la auto-consciencia esencial no-dual, «yo soy».

Para que cualquiera de los diez hombres descubriera al «décimo hombre» perdido, todo lo que se requería era que él eliminara su imaginación de que uno de ellos se había perdido, y eso solo podía ser obtenido llevando su atención hacia sí mismo. Similarmente, para que descubramos nuestro sí mismo real, todo lo que se requiere es que eliminemos la imaginación de que conocemos algo aparte de nuestro sí mismo real, y eso solo puede ser obtenido llevando la atención hacia nosotros. Es decir, puesto que la causa de la experiencia de dualidad u otredad imaginaria es la auto-ignorancia aparente, solo puede ser eliminada por la experiencia del claro auto-conocimiento no-dual, que solo podemos obtener prestando atención aguda y exclusivamente a nosotros.

La necesidad de la práctica espiritual —de esforzarnos para estar aguda y exclusivamente atentos a nuestro ser auto-consciente— surge solo debido a que nos imaginamos ser algo aparte de nuestro sí mismo real, que es la auto-consciencia esencial no-dual. Éste es el significado implícito en las dos palabras que Sri Ramana añadió antes de las palabras de apertura de este verso en la versión *kalivenba* de *Ulladu Narpadu*, a saber, *ariyade muyalum*, que significa «que [nosotros] tratamos de hacer [o hacemos esfuerzo para hacer] solo [debido a] no saber».

Al estar colocadas antes de la palabra inicial de este verso, *sadhakattil*, que significa «en [el estado de] práctica espiritual», estas dos palabras implican que hacemos esfuerzo para hacer cualquier forma de práctica espiritual, incluyendo la práctica última de *atma-vichara* o auto-investigación, debido solo a que no experimentamos el auto-conocimiento verdadero —el conocimiento verdadero de que somos solo ser auto-

consciente absolutamente no-dual y por lo tanto perfectamente claro. Aunque esta auto-ignorancia o falta de auto-conocimiento verdadero es solo imaginaria, mientras nos experimentemos como algo aparte de la auto-consciencia absolutamente inadulterada —consciencia que no conoce nada aparte de ella misma, a saber, su propio ser esencial o «soy»-dad— es necesario para nosotros practicar la auto-investigación, que es la práctica espiritual real de permanecer sin distracción como nuestro ser auto-consciente verdadero.

Sin embargo, puesto que la auto-ignorancia presente es verdaderamente imaginaria, cuando, como resultado de la práctica, experimentemos nuestro sí mismo real —nuestro ser auto-consciente absolutamente no-dual— descubriremos que no hemos conocido nunca otro que él. De la misma manera que el «décimo hombre» nunca fue ningún otro que el hombre que le imaginaba perdido, así también el sí mismo real que estamos buscando ahora, no es nunca ningún otro que nosotros, que ahora lo imaginamos ser algo que no conocemos claramente. Por lo tanto, Sri Ramana dice que no es verdadero decir que la dualidad es real cuando estamos buscando nuestro sí mismo real. Incluso ahora no somos verdaderamente otro que el sí mismo real no-dual que buscamos.

Puesto que somos el sí mismo real que ahora buscamos, y puesto que la naturaleza verdadera de nuestro sí mismo real es no conocer otro que sí mismo, realmente no hemos experimentado nunca ninguna dualidad. La experiencia presente de dualidad es por lo tanto solo un sueño —una imaginación que existe solo en la mente. Puesto que la mente es ella misma solo una imaginación, y puesto que desaparecerá por lo tanto cuando nos experimentemos como somos realmente, el sueño de dualidad será disuelto por nuestra experiencia del auto-conocimiento verdadero.

En el estado de auto-conocimiento verdadero, descubriremos que somos la única auto-consciencia no-dual, «yo soy», que no conoce nunca nada aparte de sí misma. Puesto que esta auto-consciencia no-dual verdadera es nuestro sí mismo real, somos efectivamente esto en todos los tiempos y en todos los estados, incluso cuando nos imaginamos ser otro.

Por lo tanto, puesto que somos la única auto-consciencia no-dual, indivisa, infinita, eterna e inmutable, nosotros somos el único conocimiento verdadero. Es decir, somos el único conocimiento absoluto que trasciende toda relatividad —todo conocimiento e ignorancia, toda distinción tal como la que hay entre el sujeto que conoce, el acto de conocer y el objeto conocido, todo tiempo y espacio, y todas las otras formas de dualidad.

Todas las formas de dualidad o relatividad existen solo en la imaginación de la mente, que ella misma no es más que una ficción de nuestra imaginación —algo que en verdad nunca ha existido realmente. Sin embargo, aunque el conocimiento verdadero trasciende no solo todas las formas de dualidad o relatividad, sino también la mente, por la que todas las formas de dualidad y relatividad son conocidas, él es no obstante el substrato último que subyace a y soporta la apariencia de todas ellas.

El conocimiento verdadero es por lo tanto solo el conocimiento absoluto que subyace a, aunque trasciende, todo el conocimiento e ignorancia relativos. Él los trasciende debido a que, aunque es su substrato o soporte último, sin embargo permanece distinto de, independiente de e inafectado por ellos, de la misma manera que una pantalla de cine es el soporte que subyace a la apariencia de las imágenes que se mueven rápidamente por ella, aunque, no obstante, permanece distinta de, independiente de e inafectada por ellas. De la misma manera que la pantalla no es quemada cuando es proyectada sobre ella una imagen de un fuego voraz, ni deviene mojada cuando es proyectada sobre ella una imagen de una inundación, así también el conocimiento verdadero —la autoconsciencia real no-dual «yo soy»— no es afectado en lo más mínimo por ningún conocimiento o ignorancia relativos que puedan parecer surgir dentro de él.

Aunque el conocimiento verdadero, absoluto y no-dual «yo soy» es el soporte o substrato último que subyace a todas las formas de dualidad o relatividad, no es su soporte o base inmediato. La base inmediata de la que depende toda dualidad, y sin la cual ella deja de existir, es solo el conocimiento erróneo «yo soy este cuerpo», que es el sentido de sí mismidad individualizado, el ego o mente. Por lo tanto en el verso 23 de *Ulladu Narpadu* Sri Ramana dice:

Este cuerpo no dice «yo» [es decir, no sabe «yo soy», debido a que es solo materia inconsciente]. Nadie dice «en el sueño profundo no existo» [aunque en el sueño profundo este cuerpo no existe]. Después de que un «yo» ha surgido [imaginando «yo soy este cuerpo»], surge todo. [Por lo tanto] con un intelecto sutil, escudriña dónde surge este «yo».

Lo que Sri Ramana significa exactamente al decir en la primera sentencia de este verso, «Este cuerpo no dice “yo”», fue aclarado por él en la versión *kalivenba* de *Ulladu Narpadu*, en la que él añadió antes de ella las palabras *mati iladal*, que significan «puesto que él es carente de *mati*». La palabra *mati* significa usualmente mente, intelecto o poder de discernimiento y comprensión, pero en este contexto Sri Ramana la usa en un sentido más profundo que significa consciencia.

Es decir, puesto que el cuerpo no tiene ninguna consciencia propia, por sí mismo no puede decir «yo soy». Aquí «decir» no se usa objetivamente para significar «hacer sonido con la boca», sino que se usa más subjetivamente para significar «testificar», «ser testigo», «declarar» o «hacer conocido». El cuerpo no experimenta o presencia su propia existencia, en mayor medida que lo hace un cadáver, y, por consiguiente, no puede testificar «yo soy». Eso que experimenta ahora su existencia aparente es solo nosotros —la consciencia o mente dentro de este cuerpo— y puesto que lo imaginamos ser nosotros, sentimos «yo soy este cuerpo». Por consiguiente, cuando este cuerpo parece decir

«yo», de hecho somos nosotros quienes hablamos a través de él refiriéndonos a él como «yo».

La mente, ego o sentido individual de «yo», que ahora siente este cuerpo ser ella misma, de hecho no es ni este cuerpo ni la consciencia real «yo». No es este cuerpo debido a que este cuerpo es solo materia inconsciente, que no conoce su propia existencia como «yo soy», y no es nuestro «yo» real, debido a que sabemos que existimos en el sueño profundo, aunque no experimentamos la mente en ese estado.

Debido a que la mente no existe en el sueño profundo, no existe ninguna dualidad en ese estado. La dualidad o multiplicidad parece existir solo después de que la mente haya surgido, presentándose a sí misma como nuestro «yo» real. Por lo tanto, la causa de la apariencia de la dualidad en la vigilia y el sueño con sueños, es solo la apariencia de la mente o ego, que surge al imaginarse a sí misma ser un cuerpo.

Puesto que la mente o sentido individual de «yo» no es real, sino que surge meramente como una imaginación, Sri Ramana concluye este verso aconsejándonos escudriñar la fuente de la que surge. Esa fuente es nosotros —nuestro «yo» real o consciencia esencial, que experimentamos incluso en el sueño profundo. Si nos escudriñamos con un «intelecto sutil», es decir, con un poder de discernimiento, cognición o atención claramente refinado y por lo tanto profundamente penetrante, nos experimentaremos como la auto-consciencia no-dual verdadera que somos realmente, y así la mente o ego se desvanecerá.

En la última línea de este verso, las dos palabras *nun matiyal*, que significan literalmente «con un intelecto sutil», son muy significativas, y para comprender su significado más claramente debemos compararlas con dos palabras similares que Sri Ramana usa en el verso 28, a saber, *kurnda matiyal*, que significan literalmente «con un intelecto agudo» o «con un intelecto afilado», es decir, con un poder de discernimiento, cognición o atención afilado, vivo, intenso, agudo y penetrante. Puesto que él dice en el verso 28 que con un «intelecto agudo» tal o *kurnda mati* «debemos conocer el lugar [o fuente] de la que [nuestro] ego surge», está claro que el «intelecto sutil» al que él se refiere en el verso 23, es el mismo que el «intelecto agudo» al que se refiere en el verso 28.

Nuestro sí mismo real es infinitamente sutil, debido a que es consciencia sin-forma, mientras que en comparación todos nuestros pensamientos son groseros, debido a que son formas o imágenes que parecen ser otras que nosotros. Por lo tanto, si estamos habituados a prestar atención solo a pensamientos u objetos, nuestro intelecto o poder de discernimiento habrá devenido comparativamente grosero, obtuso y torpe, habiendo perdido su sutileza, agudeza y claridad natural, y, por consiguiente, no será capaz de discernir claramente la auto-consciencia verdadera, sutil y libre de adjuntos.

Puesto que al prestar atención constantemente a los pensamientos y objetos groseros, hemos perdido nuestra sutileza, agudeza y claridad de atención o discernimiento naturales, para recobrar estas cualidades, debemos tratar de prestar atención repetidamente a la auto-consciencia infinitamente sutil. Cuanto más practiquemos tal cualidad de la auto-

atención, más sutil, agudo y claro devendrá nuestro poder de atención o discernimiento, y cuando aumente así su sutileza, agudeza y claridad, seremos capaces de discernir la auto-consciencia verdadera más clara, precisa y correctamente, hasta que finalmente la experimentaremos en su pureza absolutamente prístina. Solo esta experiencia prístina de la auto-consciencia real no-dual, es el estado de conocimiento verdadero absoluto.

El resultado que será obtenido cuando con un poder de atención verdaderamente sutil escudriñemos la auto-consciencia esencial, «yo soy», que es la fuente de la que surge la mente o falso sentido finito de «yo», es declarado por Sri Ramana explícitamente en las palabras que él añadió al final de este verso en la versión *kalivenba* de *Ulladu Narpadu*. La palabra final de ese verso es *en*, un imperativo que en este contexto significa «escudriña», pero en la versión *kalivenba* él lo modificó como *enna*, la forma infinitiva del mismo verbo que se usa idiomáticamente para decir «cuando [nosotros] escudriñamos», y él añadió un verbo concluyente *nazhuvum*, que significa literalmente «él abandona», «él desaparece» o «él escapa», y que por lo tanto implica que él partirá, desaparecerá, se desvanecerá, se evaporará, se disolverá o devendrá enteramente no-existente. Así pues, el significado de esta sentencia final en la versión *kalivenba* es: «Cuando [nosotros] escudriñamos con un intelecto sutil dónde surge este “yo”, él [este “yo” que surge] se desvanece».

Este «yo» que surge, la mente o ego, parece existir solo cuando nos imaginamos ser un cuerpo, y, por consiguiente, su existencia aparente depende de que retiremos la atención de nuestro ser auto-consciente esencial, «yo soy», y la volvamos hacia un cuerpo y otros pensamientos, todos los cuales son objetos que hemos creado por el poder de imaginación. Cuando no prestamos atención a ningún objeto imaginario, tal como este cuerpo, el mundo o cualquiera de los demás pensamientos en la mente, la mente o sentido de «yo» finito no puede permanecer, y, por consiguiente, se sumerge y se desvanece dentro de nosotros, al encontrarse ser enteramente no-existente. Por lo tanto, cuando escudriñemos la fuente de nuestro «yo» finito que surge —es decir, cuando retiremos la atención de todos los pensamientos o imágenes mentales y la focalicemos total y exclusivamente en nuestro ser auto-consciente esencial— este «yo» falso se desvanecerá en la claridad absoluta de la auto-consciencia no-dual perfectamente libre de adjuntos.

En la segunda mitad del verso 23 de *Ulladu Narpadu*, Sri Ramana señala la verdad obvia de que todo —es decir, toda dualidad u otredad— surge solo después de que la mente o sentido de «yo» individual ha surgido, y él nos aconseja que debemos escudriñar por lo tanto con un «intelecto sutil» la fuente de la que surge este «yo». Él añade también que cuando escudriñemos así, este «yo» desaparecerá, se desvanecerá o devendrá enteramente no-existente. La inferencia que debemos comprender de su declaración, «Después de que un “yo” ha surgido, surge todo», de su subsiguiente consejo, «Con un intelecto sutil escudriña dónde surge este “yo”», y de su declaración final de que este

«yo» entonces se desvanece, es declarada por él claramente en el verso 26 de *Ulladu Narpadu*:

Si [nuestro] ego viene a la existencia [como en los estados de vigilia y sueño con sueños], todo viene a la existencia. Si [nuestro] ego no existe [como en el sueño profundo], todo no existe. [Por consiguiente, nuestro] ego ciertamente es todo [esta apariencia entera de dualidad o relatividad]. Por lo tanto, sabe que examinar «¿qué es este [ego]?» es ciertamente abandonar todo.

En la versión *kalivenba* de *Ulladu Narpadu*, Sri Ramana añadió la palabra *karuvam*, que significa «que es el *karu*», antes de la primera palabra de este verso, que es *ahandai* o «ego». Como expliqué en el capítulo tres cuando discutíamos el significado del verso 716 de *Guru Vachaka Kovai*, la palabra *karu* significa «embrión», «germen», «causa eficiente», «sustancia», «fundamento» o «matriz», y Sri Ramana describe nuestro ego o mente como el *karu*, debido a que él es el embrión o semilla de la que todo —toda dualidad u otredad— nace, la sustancia de la que todo está formado, la causa activa o el creador que trae todo al ser, el fundamento que soporta la apariencia de todo, y la matriz dentro de la cual todo nace y está contenido.

Excepto la auto-consciencia esencial «yo soy», todo lo que conocemos o experimentamos es solo un pensamiento o imagen que hemos formado en la mente por nuestro poder de imaginación. Por lo tanto, todo es solo una expansión de la mente, nuestro ego o pensamiento raíz «yo». Por esto es por lo que Sri Ramana declara enfáticamente que nuestro «ego ciertamente es todo».

¿Por qué procede él entonces a decir que examinar o escudriñar nuestro ego para conocer qué es, es renunciar o abandonar todo? Examinar nuestro ego es similar a examinar la serpiente aparente que vemos yaciendo en el suelo bajo la media luz del crepúsculo. Cuando miremos cuidadosamente a la serpiente, descubriremos que lo que estábamos viendo no fue nunca realmente una serpiente, sino que era siempre solo una cuerda. Similarmente, cuando escudriñemos nuestro ego o sentido de mismidad individual con un poder de atención agudo y sutil, descubriremos que de lo que hemos sido siempre conscientes como «yo», no fue nunca realmente una consciencia limitada esclavizada por los adjuntos, sino que era siempre solo la consciencia ilimitada libre de adjuntos «yo soy».

De la misma manera que la serpiente como tal no ha existido nunca realmente, así también nuestro ego como tal no ha existido nunca realmente. Y de la misma manera que la única realidad subyacente a la apariencia ilusoria de la serpiente era meramente una cuerda, así también la única realidad subyacente a la apariencia ilusoria de nuestro ego es solo nuestro sí mismo verdadero, la consciencia libre de adjuntos «yo soy». Por lo tanto, cuando examinemos cuidadosamente nuestro ego y descubramos que es no-existente como tal, la apariencia entera de la dualidad, que depende para su realidad

aparente de la realidad aparente del ego, dejará de existir —o más bien, se encontrará que es siempre verdaderamente no-existente.

En realidad, por lo tanto, solo existe el conocimiento verdadero «yo soy», y todas las otras formas de conocimiento —todo conocimiento e ignorancia relativos— son siempre no-existentes. Sin embargo, mientras experimentemos la ilusión del conocimiento e ignorancia relativos, como toda ilusión, debe tener alguna realidad subyacente a ella, y esa realidad solo puede ser nuestro conocimiento verdadero y absoluto «yo soy».

El conocimiento verdadero «yo soy» es el soporte o base que subyace al conocimiento falso «yo soy este cuerpo», y el conocimiento falso «yo soy este cuerpo» es a su vez el soporte o base que subyace a nuestra ilusión de conocimiento e ignorancia relativos. Por lo tanto, para experimentar el conocimiento verdadero como él es, no solo debemos eliminar la ilusión del conocimiento e ignorancia relativos, sino que también debemos eliminar su base, que es nuestro falso sentido de sí mismidad individual, nuestro conocimiento «yo soy este cuerpo».

Esta verdad es expresada por Sri Ramana en los versos 10, 11 y 12 de *Ulladu Narpadu*:

Sin ignorancia [relativa], el conocimiento [relativo] no existe. Sin conocimiento [relativo], esa ignorancia [relativa] no existe. El conocimiento que conoce [la no-existencia de] ese sí mismo [individual] que es la base [de todo nuestro conocimiento e ignorancia relativos], [al investigar] así «¿ese conocimiento e ignorancia [relativos] para quién [son conocidos]?» es ciertamente conocimiento [verdadero].

Conocer [cualquier] otra cosa sin conocer [la no-existencia de nuestro] sí mismo [individual], que conoce [tales otras cosas], es ignorancia; en lugar de ello, ¿[puede ello ser] conocimiento? Cuando [nosotros] conocemos [la no-existencia de nuestro] sí mismo [individual], [que es] el *adhara* [el soporte o contenedor] del conocimiento y [su] opuesto, [tanto] el conocimiento como la ignorancia dejan de existir.

Eso que es [completamente] exento tanto de conocimiento como de ignorancia, es ciertamente conocimiento [verdadero]. Eso que conoce [es decir, la mente o sí mismo individual, que solo conoce otras cosas que a sí mismo] no es conocimiento verdadero. Puesto que [nuestro sí mismo real] brilla [como la única realidad existente] sin [ninguna] otra [cosa] que conocer o hacer conocida [es decir, ni para conocer, ni para hacerse a sí mismo o a ninguna otra cosa conocida], [nuestro] sí mismo [real] es conocimiento [verdadero]. No es un vacío. Sabe [esta verdad].

Aunque nuestro sí mismo real, la consciencia esencial libre de adjuntos «yo soy», es completamente exento de conocimiento e ignorancia sobre todo otro que sí mismo, no es meramente un vacío, debido a que es la plenitud de ser —la plenitud de ser auto-consciente perfectamente claro, que es la plenitud del auto-conocimiento verdadero. Por

lo tanto, el término *sunya* o «vacío», que es usado para describir la realidad absoluta no solo en el budismo sino también en algunos textos del *vedanta advaita*, de hecho pretendía ser comprendido solo como una descripción relativa de ella —una descripción de ella en relación a la multiplicidad del conocimiento relativo que la mente experimenta ahora.

Aunque la realidad absoluta, que es nuestro ser auto-consciente esencial, es exenta de todo conocimiento relativo —todo conocimiento de dualidad u otredad— no es un vacío absoluto, debido a que no es exenta de conocimiento verdadero, que es la claridad absoluta de la auto-consciencia perfectamente no-dual. Por lo tanto, más bien que describir la realidad absoluta como un estado de *sunya*, «vacuidad» o «vacío», es más acertado describirla como el estado de *purna*, «plenitud», «totalidad» o «completud», debido a que es la plenitud absoluta del conocimiento verdadero.

La misma verdad que Sri Ramana expresa en el verso 12 de *Ulladu Narpadu*, es expresada por él incluso aún más sucintamente en el verso 27 de *Upadesa Undiyar*:

Solo el conocimiento que es exento tanto de conocimiento como de ignorancia [sobre objetos], es conocimiento [verdadero]. Este [conocimiento verdadero] es la [única] realidad [existente], [debido a que en verdad] no hay nada que conocer [aparte de nosotros].

¿Por qué no hay para nosotros verdaderamente nada que conocer aparte de nuestro sí mismo? Todo conocimiento de otredad o dualidad es conocido solo por la mente, que es meramente una forma de conocimiento falso —una aparición que aparece solo cuando por nuestro poder de imaginación sobreimponemos algunos adjuntos ilusorios en nuestro conocimiento verdadero «yo soy». Cuando examinamos esta aparición ilusoria, desaparece, al ser verdaderamente no-existente, lo mismo que la serpiente ilusoria que creamos por nuestro poder de imaginación. Cuando descubramos así que la mente es verdaderamente no-existente, descubriremos también que todas las demás cosas, que eran conocidas solo por la mente, son igualmente no-existentes.

Sin embargo, aunque todo nuestro conocimiento de dualidad es irreal como tal, somos capaces de imaginar que experimentamos tal conocimiento de dualidad debido solo a que experimentamos el conocimiento verdadero «yo soy». Si no conociéramos nuestra existencia, «yo soy», no podríamos imaginar que conocemos ninguna otra cosa. Por lo tanto, nuestro conocimiento imaginario de dualidad es solo una forma ilusoria de nuestro conocimiento verdadero «yo soy», como es explicado por Sri Ramana en el verso 13 de *Ulladu Narpadu*:

Solo [nuestro] sí mismo [verdadero] [nuestro ser esencial], que es conocimiento [nuestro conocimiento o consciencia esencial «yo soy»], es real. El conocimiento que es muchos [es decir, el conocimiento de la multiplicidad] es ignorancia. [Sin

embargo] incluso [esa] ignorancia, que es irreal, no existe aparte de [nuestro] sí mismo [verdadero], que es [el único] conocimiento [real]. La multiplicidad de los ornamentos es irreal; di, ¿existe ella aparte del oro, que es real?

Este verso es más conciso, pero es una versión más rica en contenido de un verso anterior que Sri Ramana compuso, que está incluido en *Upadesa Tanippakkal* como el verso 12:

Solo el conocimiento [el conocimiento verdadero «yo soy»] es real. La ignorancia, que no es otra cosa que conocimiento [falso] [la mente] que ve [el único conocimiento real «yo soy»] como muchos, ella misma no existe aparte de [nuestro] sí mismo [verdadero], que es [el único] conocimiento [real]. La multiplicidad de los ornamentos es irreal; di, ¿existe aparte del oro, que es real?

La diversidad de los ornamentos de oro, es meramente una diversidad de formas transitorias, y como tal es irreal. Lo que es real y duradero en todos esos diversos ornamentos, es solo la sustancia de la que están hechos, a saber, el oro. Similarmente, aunque el conocimiento de la multiplicidad es irreal, al ser meramente una apariencia transitoria, su realidad subyacente es solo el conocimiento verdadero «yo soy», sin el que no podría ni siquiera parecer existir.

Por lo tanto, la única cosa que es digna de conocer, es nuestro sí mismo real, la consciencia esencial «yo soy». Por eso es por lo que Sri Ramana dice en el verso 3 de *Anma-Viddai*:

¿Qué [valor tiene todo nuestro conocimiento] si [nosotros] conocemos cualquier otra cosa sin conocer [nuestro] sí mismo [real]? Si [nosotros] conocemos [nuestro] sí mismo [real], entonces ¿qué [más] hay que conocer? Cuando [nosotros] conocemos en nosotros ese sí mismo [real], que brilla ininterrumpido [como la consciencia ilimitada libre de adjuntos «yo soy»] en todos los seres vivos divididos [o separados], dentro de nosotros brilla la luz del sí mismo [la claridad del auto-conocimiento verdadero]. [Éste es] ciertamente el brillo de la gracia, la aniquilación de «yo» [nuestro ego, mente o sí mismo individual separado], [y] el florecimiento de la felicidad [verdadera y eterna].

De la misma manera que en el verso 16 de *Upadesa Undiyar*, que hemos discutido anteriormente en este capítulo, Sri Ramana usó el término «su propia forma de luz» para denotar la consciencia esencial «yo soy» de la mente, así también en este verso él usa el término «la luz del sí mismo» para denotar la consciencia o conocimiento claro de nuestro sí mismo real. ¿Por qué usa él la palabra «luz» de esta manera figurativa para denotar la consciencia o conocimiento? Puesto que la consciencia «yo soy» es eso por lo que tanto nosotros como todas las otras cosas son hechas conocidas, en el lenguaje poético

del misticismo, a menudo es descrita como siendo la «luz» verdadera que ilumina todo, incluyendo la luz física que vemos con nuestros ojos.

Este uso metafórico de la palabra «luz» para denotar la consciencia de ser verdadera, «yo soy», puede ser encontrada en los dichos y escritos de sabios de todas las tradiciones y culturas. Jesucristo, por ejemplo, se refiere a la consciencia «yo soy» como la «luz del mundo». Puesto que es la luz la que nos capacita para conocer el mundo, y puesto que brilla como el ser esencial de todos y cada uno de nosotros —incluyendo incluso a Dios, que él mismo declara ser ese «yo soy» cuando dijo a Moisés, «YO SOY EL QUE SOY... Así dirás a los hijos de Israel, YO SOY me envía a vosotros» (*Éxodo* 3.14), y Cristo, que indicó que él era ese mismo «yo soy» atemporal cuando dijo, «Antes de que Abraham fuera, yo soy» (*San Juan* 8.58), Cristo no solo dijo, «Yo soy la luz del mundo» (*San Juan* 8.12 y 9.5), sino que dirigiéndose a las gentes también dijo, «Vosotros sois la luz del mundo» (*San Mateo* 5.14).

Por consiguiente, puede decirse acertadamente que esta consciencia «yo soy» es la «chispa de divinidad» dentro de cada uno de nosotros. En verdad, esta consciencia pura de nuestro ser, que cada uno de nosotros conoce como «yo soy», es ella misma la realidad última y absoluta, que en español es llamada «Dios» o el «Ser Supremo», y que en sánscrito es llamada *brahman*. Esta verdad es afirmada no solo por la declaración citada más arriba de Dios en la Biblia, «YO SOY EL QUE SOY», sino también por los cuatro «grandes dichos» o *mahavakyas* de los Vedas, que declaran la unidad de nosotros y esa realidad absoluta.

De estos cuatro *mahavakyas*, uno está contenido en cada uno de los cuatro Vedas, en las porciones de ellos que son conocidas como las *upanishads*, que son algunas de las más antiguas expresiones conocidas del *vedanta*, el «final» o conclusión filosófica y esencia de los Vedas. El *mahavakya* del Rig Veda es «*prajñanam brahma*», que significa «la consciencia pura es *brahman*» (*Aitareya Upanishad* 3.3), el del Yajur Veda es «*aham brahmasmi*», que significa «yo soy *brahman*» (*Brihadaranyaka Upanishad* 1.4.10), el del Sama Veda es «*tat tvam asi*», que significa «ello [*brahman*] tú eres» (*Chandogya Upanishad* 6.8.7), y el del Atharva Veda es «*ayam atma brahma*», que significa «este sí mismo es *brahman*» (*Mandukya Upanishad* 2).

Nuestra unidad con la realidad absoluta llamada «Dios» es explicada por Sri Rama-
na más claramente en el verso 24 de *Upadesa Undiyar*:

Por [su] naturaleza que es [es decir, en su naturaleza o ser esencial «yo soy», que meramente es], Dios y las almas son solo un único *porul* [sustancia o realidad]. Solo los sentidos-adjuntos son [lo que los hace parecer ser] diferentes.

Nos sentimos como un alma o ser individual debido a que nos identificamos con ciertos adjuntos, y estos adjuntos nos distinguen de Dios y de todo otro ser vivo. Lo mismo que nos identificamos con un cierto grupo de atributos o adjuntos, así también

identificamos a Dios con otro grupo de atributos o adjuntos. Sin embargo, ninguno de los atributos que atribuimos a Dios o a nosotros, son de hecho inherentes o esenciales al ser fundamental que es la naturaleza verdadera tanto de él mismo como de nosotros, sino que son todos meramente adjuntos que están sobreimpuestos en él.

Puesto que todos esos atributos o adjuntos, son meros pensamientos o imágenes mentales creadas por nuestro poder de imaginación, Sri Ramana se refiere a ellos colectivamente como *upadhi-unarvu*, el «sentido-adjunto» o «consciencia-adjunta» —es decir, la sensación, noción o experiencia de los adjuntos. Aunque el significado exacto de *upadhi* es un «sustituto» o cosa que se pone en lugar de alguna otra, de hecho viene de la raíz verbal *upadha* que significa colocar sobre, imponer, apoderarse de, ocupar, añadir, conectar o uncir, y, por lo tanto, por extensión significa también un disfraz, un fantasma, una apariencia engañosa, un atributo, un adjunto, una calificación o una limitación. Así pues, en el contexto presente significa cualquier adjunto extraño, algo que está sobreimpuesto en alguna otra cosa, haciéndose aparecer como esa otra cosa. Por lo tanto, todo lo que no es de hecho nosotros, pero que tomamos erróneamente como nosotros, tal como nuestro cuerpo o mente, es uno de nuestros *upadhis* o adjuntos limitativos, y nuestra noción o imaginación errónea de que tales adjuntos son nosotros es nuestro *upadhi-unarvu*.

Puesto que sobreimponemos tales *upadhis* o adjuntos limitativos no solo sobre nosotros sino también sobre Dios, experimentamos un *upadhi-unarvu* o sensación de adjuntos tanto con respecto a nosotros como con respecto a Dios. Sin embargo, puesto que nuestra experiencia de los adjuntos que nos distinguen de Dios es creada solo por nuestro poder de imaginación, y no por Dios, todos estos adjuntos distintivos existen solo en la perspectiva de la mente y no en la perspectiva de Dios, que es en realidad solo nuestro ser auto-consciente verdadero —nuestro ser que se conoce solo a sí mismo.

Por lo tanto, para conocer a Dios como él es realmente, todo lo que necesitamos es erradicar nuestro sentido ilusorio de los adjuntos. Cuando dejemos así de identificarnos con algunos adjuntos, ya no imaginaremos más a Dios como teniendo adjuntos, sino que descubriremos que no es otro que nuestro ser auto-consciente verdadero y esencial. Por lo tanto, en el verso 25 de *Upadesa Undiyar*, Sri Ramana dice:

Conocer [nuestro] sí mismo [real], habiendo abandonado [todos nuestros propios] adjuntos, es ello mismo conocer a Dios, debido a que [él] brilla como [nuestro] sí mismo [real].

El conocimiento que permanece cuando abandonamos todos los adjuntos, es solo la consciencia de nuestro ser esencial no-dual, que es la naturaleza verdadera de Dios. Eso que experimenta este auto-conocimiento verdadero, no es la mente sino solo nuestro sí mismo real, nuestro ser esencial, que es siempre consciente de sí mismo como «yo soy». La mente es la consciencia esencial mezclada con adjuntos, que son las diversas formas

de conocimiento erróneo que tenemos acerca de nosotros, y por lo tanto no puede sobrevivir como tal en el estado de auto-conocimiento verdadero perfectamente claro.

Así pues, el estado en el que nos conocemos como realmente somos, y en el que con ello conocemos a Dios como nuestro sí mismo, es el estado en el que la mente ha sido enteramente consumida en la claridad absoluta del auto-conocimiento verdadero. Por lo tanto, en el verso 21 de *Ulladu Narpadu* Sri Ramana dice:

Si [se] pregunta cuál es la verdad de [el estado supremo que se indica en] muchos textos sagrados que dicen «[nuestro] sí mismo viendo [a nuestro] sí mismo» [y] «viendo a Dios», [tenemos que responder con las preguntas contrarias], [a saber], puesto que [nuestro] sí mismo es uno, ¿cómo [es posible] que [nuestro] sí mismo vea a [nuestro] sí mismo? Si no es posible [para nosotros] vernos a [nosotros], ¿cómo [es posible] ver a Dios? Devenir alimento [para Dios] es ver[le].

La mente solo puede conocer otras cosas que a sí misma, debido a que si vuelve su atención hacia sí misma para conocerse, se sumergirá y desaparecerá en su propio ser esencial auto-consciente. Cuando ella se conozca a sí misma verdaderamente, o más bien, cuando nos conozcamos verdaderamente, dejaremos de ser la mente o la consciencia que conoce objetos que nos imaginamos ser ahora, y en lugar de ello permaneceremos en nuestro estado natural como la consciencia de ser no-dual.

Conocer o ver, cuando se comprende desde la perspectiva distorsionada de la mente, significa experimentar dualidad —una separación entre la consciencia que conoce y el objeto que es conocido. Por lo tanto, puesto que somos uno, no podemos conocernos o vernos como un objeto. Solo podemos conocernos o vernos siendo nosotros, y no por ningún acto de conocimiento o visión. Por ello, Sri Ramana pregunta, «Puesto que [nuestro] sí mismo es uno, ¿cómo [es posible] que [nuestro] sí mismo vea a [nuestro] sí mismo?»

Puesto que no es posible para nosotros vernos como un objeto, ¿cómo es posible para nosotros ver a Dios como un objeto? Es decir, puesto que Dios es la realidad de nosotros, no podemos verle como un objeto en mayor medida de lo que podemos vernos como un objeto. Por lo tanto, Sri Ramana pregunta, «Si no es posible [para nosotros] vernos [a nosotros], ¿cómo [es posible] ver a Dios?».

Puesto que no podemos conocernos ni a nosotros ni a Dios por un acto de conocimiento objetivo, para conocernos tanto a nosotros como a Dios, debemos abandonar todo conocimiento objetivo. Es decir, debemos dejar de ser esta mente que conoce objetos, y en lugar de ello debemos permanecer como la consciencia natural no-dual de nuestro ser —la auto-consciencia verdadera y esencial «yo soy». Por lo tanto, Sri Ramana concluye, «*un adal kan*», que significa, «Devenir alimento [es] ver». Es decir, solo podemos ver a Dios cuando somos totalmente consumidos por él, deviniendo con

ello uno con el ser auto-consciente infinito que es la realidad absoluta tanto de sí mismo como de nosotros.

Hasta que y a no ser que conozcamos y permanezcamos como nuestro sí mismo real, nuestra simple consciencia no-dual de nuestro ser, «yo soy», no podemos conocer a Dios. Si imaginamos que estamos viendo a Dios como un objeto aparte de nosotros, solo estamos viendo una imagen mental. Por lo tanto, en el verso 20 de *Ulladu Narpadu* Sri Ramana dice:

Al dejar [ignorar u omitir conocer nuestro] sí mismo [nuestro sí mismo individual o mente], que ve [toda otredad o dualidad], [nuestro] sí mismo que ve a Dios está viendo [meramente] una visión mental [visión, imagen o apariencia]. Solo el que ve [su] sí mismo [real], [que es] la base [o realidad] de [su] sí mismo [individual], es una persona que [verdaderamente] ha visto a Dios, debido a que [nuestro] sí mismo [real] —[que permanece solo después de que todas nuestras imágenes mentales o formas de conocimiento objetivo han desaparecido debido a que su [raíz] causal, [nuestro] sí mismo [individual], ha partido [perecido o dejado de existir]— no es otro que Dios.

La redacción de este verso es muy concisa y por lo tanto difícil de traducir exactamente de una manera fluida, pero su sentido es completamente claro. Las palabras de apertura, «al dejar al sí mismo que ve», se refieren a nuestro hábito usual de ignorar y no hacer ningún intento de conocer la realidad de nuestro sí mismo individual o mente, que es la consciencia auto-engañososa que se imagina estar viendo o conociendo otras cosas que ella misma. El resto de esta primera sentencia, «el sí mismo que ve a Dios está viendo una visión mental», significa que, cuando no conocemos la verdad de nosotros que estamos viendo, si imaginamos que estamos viendo a Dios, lo que realmente estamos viendo de hecho no es nada sino una visión hecha-de-mente o *manomaya* — una visión que es hecha o formada por y de la mente.

Las palabras que Sri Ramana usa en el original son *manomayamam katchi*, que significan literalmente una «visión que está compuesta de mente». Aunque la palabra *katchi* significa literalmente «vista», «visión», o «apariencia», al derivarse de la raíz verbal *kan*, que significa literalmente «ver», pero que a menudo es usada en un sentido más amplio para significar «percibir», «conocer» o «experimentar», lo mismo que su raíz verbal puede implicar cualquier forma de experiencia. En este contexto, por lo tanto, implica no solo una visión de Dios en alguna forma visual tal como Siva, Sakti, Krishna, Rama, Buddha o Cristo, sino también cualquier otra experiencia de Dios en la que él es sentido ser otro que nosotros, tal como escuchar la «voz» de Dios o sentir su presencia. Mientras la «presencia de Dios» que sentimos, es experimentada por nosotros como algo otro que nuestro ser simple auto-consciente, «yo soy», es solo una *manomayamam katchi*, una imagen, pensamiento o concepción mental. Cualquier experiencia de Dios

como otro que nosotros es conocida solo por la mente, y por lo tanto es un producto de nuestra imaginación.

La segunda sentencia de este verso es aún más concisa. Por razones poéticas comienza con su cláusula principal, que en prosa tamil normalmente concluiría una tal sentencia. El significado de esta cláusula principal, «solo el que se ve a sí mismo es una persona que ha visto a Dios», es completamente claro. Es decir, podemos ver verdaderamente a Dios solo «viendo» o conociendo nuestro sí mismo real.

Las dos palabras siguientes, *tan mudalai*, están vinculadas en el significado a la palabra «sí mismo» en las palabras de apertura de la cláusula principal, «solo el que se ve a sí mismo». La palabra *tan* (con una *a* corta) es la forma posesiva del pronombre reflexivo *tan* (con una *a* larga), y por lo tanto significa «de sí mismo», «propio de uno», «nuestro» o «suyo propio». La palabra *mudalai* es la forma acusativa de *mudal*, una palabra cuyo significado primario es «primero» o «comienzo», y que en este contexto significa la fuente, base, realidad o sustancia esencial. Así pues, estas dos palabras aquí significan «la base [o realidad] de [el] sí mismo [individual]», y son una descripción aplicada al sí mismo real al que se alude en la primera cláusula, que con su adición significa, «solo el que ve [su] sí mismo [real], [que es] la base [o realidad] de [su] sí mismo [individual falso], es una persona que ha visto a Dios».

En el siguiente grupo de palabras, *tan mudal poy*, *tan* se refiere al «sí mismo» individual, *mudal* significa «raíz», y *poy* significa «ha partido», «ha perecido» o «ha dejado de existir». Así pues, las tres palabras juntas significan «la raíz, [que es el] sí mismo [individual], ha partido [perecido o dejado de existir]». La razón por la que el sí mismo individual es descrito así como la «raíz», es que es la raíz o causa primaria de la aparición de toda dualidad, otredad o conocimiento objetivo. Mientras nuestro ser esencial o sí mismo real es el *mudal* o base última del sí mismo individual falso, éste es el *mudal* o base inmediata de toda otra cosa.

Las palabras finales son «debido a que [o puesto que] el sí mismo no es otro que Dios». Aquí la palabra *tan* o «sí mismo» denota nuestro sí mismo real, y al venir inmediatamente detrás de las tres palabras anteriores, *tan mudal poy*, implica que nuestro sí mismo real es eso que permanece después de que el sí mismo individual falso, la base de todo el conocimiento objetivo, ha dejado de existir.

Así pues, el significado transmitido por esta segunda sentencia puede ser parafraseado como sigue: Puesto que nuestro sí mismo real infinito, que permanece solo después de que el sí mismo finito falso, la base de todo el conocimiento objetivo, ha dejado de existir, no es otro que la realidad absoluta llamada Dios, cuando «veamos» o experimentemos nuestro sí mismo real, la base del sí mismo falso, estaremos viendo verdaderamente a Dios.

Así pues, la conclusión combinada de los versos 20 y 21 de *Ulladu Narpadu*, es que solo podemos ver o conocer a Dios conociendo nuestro sí mismo real, debido a que él es la realidad absoluta que llamamos Dios, y que solo podemos conocerlo dejando de exis-

tir como el sí mismo individual falso, es decir, entregándonos enteramente a Dios, la plenitud de ser infinita, deviniendo con ello de ese modo una presa de él y siendo totalmente consumidos en su ser auto-consciente absoluto, infinito, ininterrumpido, incualificado y perfectamente no-dual.

El único medio por el que podemos experimentar así a Dios como nuestro sí mismo real o ser esencial es entonces claramente explicado por Sri Ramana en el verso 22 de *Ulladu Narpadu*:

Excepto volviendo [plegando o llevando nuestra] mente dentro [y] manteniendo[la] [con ello] inmersa [hundida, asentada, sumergida, fijada o absorbida] en el Señor, que brilla dentro de esa mente, dando luz a [nuestra] mente, ¿cómo [podemos tener éxito en] conocer al Señor con [nuestra] mente? Conoce [al Señor volviendo así dentro y sumergiéndote en él].

El «Señor» o *pati* al que se alude en este verso es Dios, que es la luz infinitamente luminosa de auto-consciencia pura. Como hemos visto anteriormente, en la literatura espiritual, la consciencia esencial de ser, es descrita figurativamente como la luz original, la luz por la cual todas las otras luces son conocidas, debido a que lo mismo que la luz física nos capacita para ver objetos físicos, la consciencia de ser es eso que nos capacita para conocer todas las cosas.

Sin embargo, mientras la consciencia básica de nuestro ser es la luz verdadera y original, la consciencia que llamamos la mente, que es la luz por la que conocemos todas las demás cosas, es meramente una luz reflejada ilusoria, debido a que viene a la existencia solo cuando nuestra luz original de auto-consciencia es reflejada aparentemente en adjuntos o *upadhis* imaginarios tales como cuerpo y personalidad individual. Por lo tanto, cuando Sri Ramana dice que el Señor brilla dentro de la mente dándole luz, él quiere decir que el Señor brilla dentro de la mente como la consciencia fundamental de nuestro ser, «yo soy», dando con ello a la mente la consciencia por la que es capaz de conocer todas las otras cosas.

Debido a que todo otro que la auto-consciencia esencial —es decir, toda otredad, dualidad o multiplicidad— es conocido solo por la mente, en la versión *kalivenba* de *Ulladu Narpadu* Sri Ramana añadió las palabras *evaiyum kanum*, que significan «que ve todo», antes de la palabra inicial de este verso, *mati* o mente. Puesto que la mente es una forma de consciencia que conoce objetos, su naturaleza es conocer todo otro que su propio sí mismo real, pero para conocer todas esas otras cosas, ella debe tomar la luz de la consciencia de su sí mismo real —de su propio ser auto-consciente esencial, que es la realidad absoluta que llamamos «Dios» o el «Señor».

Puesto que Dios es la luz de consciencia original —es decir, la luz verdadera de la auto-consciencia no-dual— que brilla dentro de la mente, capacitándola para conocer todas las otras cosas, ¿cómo puede la mente conocerle excepto volviéndose adentro de

sí misma, sumergiéndose con ello en su luz infinita? Mientras la atención esté vuelta hacia fuera, solo podemos conocer cosas que parecen ser otras que nosotros, que son todas meramente productos de nuestra imaginación. Puesto que Dios es la luz de consciencia verdadera, que nos capacita para conocer todas las otras cosas, no podemos conocerle nunca como él es realmente mientras usemos mal su luz para conocer cualquier otra cosa. Solo cuando volvamos la mente o atención hacia él dentro de nosotros, seremos capaces de conocerle verdaderamente.

Sin embargo, cuando para prestarle atención volvamos dentro de nosotros, no le conoceremos como un objeto, debido a que la mente que conoce objetos, se sumergirá y será disuelta en su luz infinita de auto-consciencia libre de adjuntos. Por lo tanto, cuando volvamos dentro de nosotros, le conoceremos deviniendo uno con su ser auto-consciente verdadero.

Si usamos un espejo para reflejar la luz del sol sobre los objetos aquí en la tierra, ese rayo de luz reflejado iluminará esos objetos, capacitándonos para verlos claramente. Pero si volvemos ese espejo hacia el sol mismo, su rayo de luz reflejado se sumergirá y disolverá en la brillante luz del sol. Similarmente, la luz reflejada de la consciencia que llamamos la mente, nos capacita para conocer los objetos de nuestra imaginación mientras la volvemos hacia ellos. Pero cuando la volvamos adentro de nosotros para encarar nuestro ser auto-consciente esencial, que es la fuente de su luz, se sumergirá y disolverá en la luz infinitamente luminiscente y por lo tanto omniconsumiente de esa fuente.

El estado en el que la luz limitada de la mente se disuelve en la luz infinita de Dios, desapareciendo con ello como una entidad separada y deviniendo una con él, es el estado que Sri Ramana describe en la última sentencia del verso anterior cuando él decía, «Devenir alimento [para Dios] es ver[le]». El hecho de que el único medio por el que podemos ver o experimentar verdaderamente a Dios, la realidad absoluta, es devenir uno con su ser auto-consciente esencial examinando o escudriñando cuidadosamente nuestro ser auto-consciente esencial y con ello sumergiéndolo y disolviéndolo en él, es también enfatizado por Sri Ramana en el verso 8 de *Ulladu Narpadu*:

Quienquiera que adora [la realidad absoluta o Dios] en cualquier forma, dando[le] cualquier nombre, esa es una vía [o medio] para ver esa realidad [sin-nombre y sin-forma] en [ese] nombre y forma. Sin embargo, solo devenir uno [con esa realidad], habiendo escudriñado [o conocido] cuidadosamente la propia verdad [esencia o «soy»-dad] de uno y habiéndola [con ello] sumergido [o disuelto] en la verdad [esencia o «soy»-dad] de esa realidad verdadera, es ver[le] de verdad. Sabe [esto].

La palabra *ettinum*, que he traducido como «adora», significa literalmente «si o aunque [alguien] loe», pero en este contexto implica el acto de adorar de cualquier manera, tanto con el cuerpo, como con el habla o la mente. Sin embargo, como Sri Ramana explica en el verso 4 de *Upadesa Undiyar*:

Esto es cierto, *puja* [adoración ritual], *japa* [repetición vocal de un *mantra* o nombre de Dios] y *dhyana* [meditación] son [respectivamente] acciones del cuerpo, el habla y la mente, [y por consiguiente la que sigue] es superior a [la que antecede].

Es decir, la adoración vocal tal como el canto de himnos o la repetición de un nombre de Dios es superior a cualquier forma de adoración física tal como el cumplimiento de rituales, y la adoración mental tal como la meditación silente en un nombre o forma de Dios, es superior a la adoración vocal; la palabra «superior» o *uyarvu* significa en este contexto «más eficaz». Por lo tanto, como un medio para ver a Dios en cualquier nombre y forma elegido, meditar con amor en ese nombre y forma es la forma de adoración más eficaz.

Al decir, «Quienquiera que adora [la realidad absoluta o Dios] en cualquier forma dándo[le] cualquier nombre», Sri Ramana indica que somos libres de adorar a Dios en cualquier nombre o forma que atraiga nuestro amor y devoción, debido a que Dios mismo no tiene ningún nombre ni forma particular suyo propio. No importa en qué nombre o forma un devoto pueda adorar a Dios, si esa adoración es sincera y cumplida con verdadero amor por él, Dios ciertamente responderá a ella favorablemente, debido a que, aunque su devoto pueda no saberlo, él sabe que el verdadero objeto del amor y adoración de su devoto es su realidad sin-nombre y sin-forma o ser verdadero.

Por lo tanto, toda forma de religión o teología sectaria que enseña que solo un nombre o forma particular de Dios es su nombre o forma verdadero, y que todos los otros nombres y formas son meramente «dioses» falsos, no alcanza a comprender la naturaleza de Dios verdadera, infinita y omni-trascendente. Ningún concepto o imagen mental que podamos tener de Dios (incluyendo incluso el concepto sostenido por algunas religiones de que él es sin-forma y por lo tanto no debe ser adorado en la forma de ningún ídolo, símbolo o «imagen grabada») puede definir a Dios verdaderamente o describirle adecuadamente como él es realmente, debido a que él es la realidad absoluta e infinita que trasciende todos los conceptos y formas mentales de conocimiento.

En las palabras *per-uruvil*, que Sri Ramana colocó en este verso antes de las palabras «una vía para ver esa realidad», la sílaba final *il*, puede ser el caso locativo final que significa «en», o una terminación negativa que significa no-existencia o ausencia. Así pues, en este contexto pueden significar tanto «en nombre y forma» como «sin-nombre y sin-forma». En el sentido «sin-nombre y sin-forma» califican a «esa realidad», indicando el hecho de que la realidad absoluta es completamente exenta de todos los nombres y formas. En el sentido «en nombre y forma» califican la manera en la que podemos ver esa realidad adorándola en nombre y forma. Es decir, aunque la realidad absoluta trasciende todos los nombres y formas y por lo tanto no tiene ningún nombre ni forma suyo propio, es posible para nosotros verla o experimentarla en cualquier nombre y forma en el que elijamos adorarla.

Sin embargo, ver a Dios así en nombre y forma no es verle como es realmente, sino solo verle como le imaginamos ser. No importa cuán real esa visión de Dios en nombre y forma pueda parecer ser, ella es de hecho solo una *manomayamam katchi* o «imagen hecha-de-mente», como Sri Ramana dice en el verso 20 de *Ulladu Narpadu*.

Tanto en la primera como en la segunda sentencia del verso 8, la palabra que he traducido como «realidad» es *porul*, que significa literalmente «cosa», «entidad», «realidad», «sustancia» o «esencia» y que es usada en la literatura filosófica tamil para denotar la realidad absoluta, o a Dios como la sustancia o esencia verdadera de todas las cosas. En la segunda sentencia, Sri Ramana aclara más el sentido en el que él usa esta palabra *porul* calificándola con la palabra *mey*, que significa «verdadero» o «real», formando con ello la palabra compuesta *meypporul*, que significa «esencia verdadera» o «sustancia real», y que es otro término usado comúnmente en literatura filosófica tamil para denotar a Dios. Así pues, la realidad sin-nombre y sin-forma que él está discutiendo en este verso, es el ser auto-consciente absoluto, que es la esencia verdadera o sustancia real tanto de Dios como de nosotros.

Para ver o conocer esta realidad absoluta o ser esencial «de verdad», es decir, como es realmente, Sri Ramana dice que debemos devenir uno con él, escudriñando y conociendo nuestra verdad y sumergiéndonos y disolviéndonos con ello en la verdad de esa esencia real. La palabra que he traducido como «verdad», que él usa tres veces en la segunda sentencia de este verso, es *unmai*, que etimológicamente significa *ul-mai*, «soy»-dad o «es»-dad, y que es por lo tanto una palabra que es usada comúnmente para denotar existencia, realidad, verdad, veracidad o la naturaleza intrínseca o ser esencial de algo.

Puesto que *ul* es la base de un verbo sin tiempo que significa «ser», en su forma básica *ul* significa solo «sé», y, por consiguiente, *ul-mai* o *unmai* significa literalmente «sé»-dad. Debido a que es una base verbal, *ul* no denota específicamente la primera persona, la segunda persona o la tercera persona, de modo que desde una perspectiva puramente gramatical, *ul-mai* puede ser tomado igualmente como «soy»-dad, «eres»-dad o «es»-dad.

Sin embargo, puesto que el ser verdadero es auto-consciente, y puesto que no es conocido por nada otro que sí mismo, desde una perspectiva filosófica *ul-mai* es descrito más correctamente por el término «soy»-dad que por los términos «eres»-dad o «es»-dad. Es decir, el ser verdadero es solo nuestro ser auto-consciente, que experimentamos siempre como «yo soy», y no ningún otro ser objetivo que experimentamos como «tú eres» o como «él es», «ella es» o «ello es». Por lo tanto, puesto que Sri Ramana usa la palabra *unmai* aquí para denotar el ser verdadero, en este contexto su significado etimológico es traducido mejor como «soy»-dad.

Puesto que el ser verdadero, auto-consciente e incualificado es único, infinito, indivisible, y, por consiguiente, absolutamente no-dual, la «soy»-dad de Dios y de nosotros es verdaderamente una. Por consiguiente, al escudriñar y conocer nuestra «soy»-dad,

nos sumergiremos y disolveremos en la «soy»-dad infinita que es Dios, deviniendo con ello uno con él, como en verdad somos siempre. Solo devenir uno con Dios, habiendo conocido así nuestra «soy»-dad y habiéndonos disuelto con ello en su «soy»-dad verdadera, es verle como él es realmente. Tal es la verdadera experiencia no-dual de Sri Ramana, como es expresada por él en este verso.

La naturaleza verdadera o ser esencial tanto de Dios como de nosotros, es solo eso que meramente es, y no eso que es «esto» o «eso». Eso que meramente es, y que no está contaminado por asociación con ningún adjunto tal como «esto» o «eso», es lo que es descrito en filosofía como «ser puro» o «existencia pura». Este ser puro libre de adjuntos es la única sustancia verdadera de la que todas las cosas están formadas —la única realidad subyacente a todas las apariencias. En verdad, por lo tanto, solo existe el ser puro.

Por consiguiente, puesto que nada puede existir como otro que el ser o la existencia, no puede haber ninguna consciencia otra que el ser para conocer al ser. Si la consciencia fuera otra que el ser, la consciencia no sería. Puesto que la consciencia existe, no puede ser otra que el ser o la existencia. Por lo tanto, eso que conoce eso que es, es solo eso que es, y no alguna otra cosa que no es.

Puesto que eso que conoce al ser puro es el ser puro mismo, el ser puro es él mismo consciencia. Nuestro ser y la consciencia de él son uno. Ambos son expresados cuando decimos «yo soy», debido a que las palabras «yo soy» no solo significan que somos, sino también que sabemos que somos. Por lo tanto, en el verso 23 de *Upadesa Undiyar* Sri Ramana dice:

Debido a la no-existencia de [alguna] consciencia otra [que «eso que es»] para conocer «eso que es», «eso que es» es consciencia. [Esa] consciencia misma existe como «nosotros» [nuestro ser esencial o sí mismo verdadero].

Puesto que somos a la vez ser y consciencia, no necesitamos conocernos de la misma manera en que conocemos otras cosas. Conocemos otras cosas por un acto de conocimiento, y, por consiguiente, todo el conocimiento de otras cosas es una actividad de la mente —una actividad que describimos con varios términos tales como «pensar», «sentir», «percibir» y demás. Pero ninguna tal actividad o acto de conocimiento es requerida para que nos conozcamos. Nos conocemos meramente siendo nosotros, debido a que nuestro ser es auto-consciente —es decir, nuestro ser es él mismo la consciencia de ser. Por lo tanto, en el verso 26 de *Upadesa Undiyar* Sri Ramana dice:

Ser [nuestro] sí mismo [real] es en verdad conocer [nuestro] sí mismo [real], debido a que [nuestro] sí mismo [real] es eso que es exento de dos. Esto es *tanmayanishtha* [el estado de ser firmemente establecido en y como *tat* o «ello», la realidad absoluta llamada *brahman*].

Debido a que nuestro sí mismo real es totalmente exento de la más mínima dualidad o «dos»-dad, la única manera en que podemos conocerlo es siéndolo —abandonando todos los adjuntos y estando así enteramente absorbidos en y firmemente establecidos como la única realidad absoluta, que en la terminología filosófica del *vedanta* es conocido como *tat* o «ello», y que es nuestro ser auto-consciente esencial puro y libre de adjuntos, «yo soy».

El estado de conocimiento verdadero, por lo tanto, no es un estado de conocer algo, sino que es solo un estado de ser —un estado de ser nuestro sí mismo real auto-consciente. Es el estado en el que permanecemos simplemente como conocimiento puro, que es el conocimiento o consciencia no-dual fundamental de nuestro ser esencial, «yo soy».

El conocimiento puro que es nuestro sí mismo real o ser esencial, es absoluto y no-dual. Sin embargo, aunque somos siempre conocimiento puro, y nada más que eso, nos imaginamos ser una consciencia finita individual que conoce objetos. Por lo tanto, el estado que es descrito como «ser nuestro sí mismo real» o «permanecer como conocimiento puro», es el estado en el que nos abstenemos de imaginarnos ser una consciencia que conoce objetos. Así pues, el conocimiento verdadero es solo nuestro conocimiento presente de nuestro ser, exento de nuestra actividad imaginaria de «conocer» algo.

Nuestro sí mismo real, «yo soy», es no solo ser puro y consciencia pura, es también felicidad pura. Toda miseria e infelicidad existe solo en la mente, y cuando la mente se sumerge, como en el sueño profundo, experimentamos paz y felicidad perfecta. La felicidad apacible que experimentamos en el sueño profundo es la naturaleza misma de nuestro sí mismo verdadero. Debido a que la mente piensa siempre en términos de dualidad y diferencias, pensamos que ser, consciencia y felicidad son tres cosas diferentes, pero en esencia son una y la misma realidad. De la misma manera que el ser absoluto es él mismo consciencia absoluta, así él es también felicidad absoluta.

No hay ninguna cosa tal como no-existencia absoluta, debido a que la no-existencia no existe. Si algo llamado «no-existencia» existe, ello no es no-existencia absoluta, sino solo una no-existencia que solo existe en relación a alguna otra existencia igualmente relativa. Así mismo, no hay ninguna cosa tal como inconsciencia absoluta, debido a que la inconsciencia solo puede decirse que existe si existe alguna otra consciencia que ella para conocerla. Una inconsciencia que se sabe que existe, existe solo en relación a la consciencia igualmente relativa que conoce su existencia. Por ejemplo, la inconsciencia que experimentamos en el sueño profundo solo existe en relación a la mente, la consciencia relativa que experimentamos en la vigilia y en el sueño con sueños, debido a que el estado de sueño profundo es un estado de inconsciencia solo en la perspectiva de la mente.

De la misma manera que tanto la no-existencia como la inconsciencia son meramente relativas, así también la infelicidad es igual meramente relativa. Puesto que la infelicidad es meramente una ausencia o negación de la felicidad, y puesto que una negación solo puede ser relativa, al requerir de algo otro que ella misma para negarla, no puede haber ninguna cosa tal como la infelicidad absoluta. Solo eso que es positivo, y no eso que es negativo, puede ser absoluto, debido a que eso que es positivo no requiere de nada otro que sí mismo que lo niegue o que se relacione con ello de ninguna otra manera.

Sin embargo, aunque nuestro sí mismo real, que podemos llamar nuestro ser esencial, la consciencia esencial o nuestra felicidad esencial, es en verdad absoluto, en la perspectiva de la mente, estas tres cualidades esenciales y absolutas, parecen ser relativas a sus opuestos, a saber, no-existencia, inconsciencia e infelicidad. Puesto que la visión de la mente es esencialmente dualista, ella solo puede experimentar relatividad, y no puede experimentar nunca lo absoluto como ello es.

Sin embargo, puesto que la mente no podría parecer existir sin la realidad absoluta que subyace a su apariencia, ella conoce siempre esa realidad absoluta, pero solo en una forma distorsionada. De la misma manera que ella conoce la realidad absoluta «yo soy» en la forma distorsionada de una entidad relativa que siente «yo soy este cuerpo», así también conoce el ser absoluto, la consciencia absoluta y la felicidad absoluta como tres pares de opuestos relativos, a saber, existencia y no-existencia, consciencia e inconsciencia, y felicidad e infelicidad. Estos pares de opuestos relativos son cada uno meramente un reflejo distorsionado de la cualidad absoluta a la que corresponden.

La mente experimenta muchos pares de opuestos relativos, pero no todos esos pares de opuestos relativos corresponden a una cualidad particular de la realidad absoluta. Por ejemplo, largo y corto, o rico y pobre, no corresponden a ninguna cualidad particular de la realidad absoluta. ¿Por qué entonces debemos decir que ciertos pares de opuestos, tales como existencia y no-existencia, consciencia e inconsciencia, y felicidad e infelicidad, corresponden a una cualidad particular de la realidad absoluta?

Sabemos que cada uno de estos tres pares de opuestos corresponden ciertamente a una cualidad particular de la realidad absoluta debido a que en el sueño profundo, cuando la mente se ha sumergido junto con todo su conocimiento de dualidad y relatividad, experimentamos nuestro ser natural, la consciencia natural, y nuestra felicidad natural, exentos de toda noción de sus opuestos. Por lo tanto, desde nuestra experiencia en el sueño profundo, sabemos que nuestro ser, consciencia y felicidad natural, existen más allá de la mente, y, por consiguiente, más allá de toda dualidad y relatividad.

Por lo tanto, aunque ninguna palabra pueda expresar adecuadamente la naturaleza verdadera de la realidad absoluta, que es más allá del alcance de los pensamientos o las palabras, en el *vedanta advaita* —la filosofía del *advaita* o no-dualidad, cuya esencia está declarada en los Vedas como su *anta* o conclusión última— la realidad absoluta o *brahman* es descrita a menudo como ser-consciencia-felicidad o *sat-chit-ananda*.

Aunque en su naturaleza verdadera la realidad absoluta «yo soy» es totalmente exenta de cualquier forma de dualidad o relatividad, ella es sin embargo la sustancia esencial que subyace y da una realidad parecida a la apariencia de todas las formas de dualidad o relatividad, de la misma manera que una cuerda es la sustancia esencial que subyace y da una realidad semejante a la apariencia de la serpiente imaginaria. Por lo tanto, puesto que la realidad absoluta es el ser esencial que subyace y da una realidad aparente a la apariencia del ser y no-ser, o existencia y no-existencia relativos, podemos describirla acertadamente como *sat*, a saber, ser o existencia verdadero y absoluto. Puesto que ella es la consciencia esencial que subyace y da una realidad aparente a la apariencia de la consciencia e inconsciencia, o conocimiento e ignorancia relativos, podemos describirla acertadamente como *chit*, a saber, consciencia o conocimiento verdadero y absoluto. Y puesto que ella es la felicidad esencial que subyace a y da una realidad aparente a la apariencia de la felicidad e infelicidad relativas, podemos describirla acertadamente como *ananda*, a saber, felicidad o dicha verdadera y absoluta.

Sin embargo, aunque estas tres palabras separadas, ser, consciencia y felicidad, son usadas para describir la realidad absoluta, que es nuestro sí mismo verdadero, no debemos pensar que esto implica que la realidad absoluta es algo más que un único todo. La realidad absoluta es esencialmente no-dual, y, por consiguiente, estas tres palabras diferentes son usadas para describirla debido solo a que de hecho son palabras que denotan todas la misma realidad única. Ser es él mismo la consciencia de ser, y es también la felicidad de ser meramente como esa consciencia de ser. Ser o existencia verdadero, consciencia o conocimiento verdadero, y felicidad o amor verdadero, son todos solo la única realidad no-dual absoluta que experimentamos siempre como «yo soy».

En la mayoría de las grandes religiones de este mundo, la realidad absoluta o «Dios», es descrita como siendo no solo la plenitud de ser, la plenitud de consciencia o conocimiento y la plenitud de felicidad perfecta, sino también la plenitud de amor perfecto. ¿Por qué se dice así que la realidad absoluta es amor infinito?

Todos nos amamos, y tal amor de uno mismo es natural a todos los seres vivos. ¿Qué amamos todos por encima de todo lo demás? Si analizamos profundamente, estará claro que todos nos amamos más de lo que amamos a ninguna otra cosa. Amamos otras cosas debido a que creemos que de una manera u otra ellas nos están dando, nos darán o pueden darnos felicidad.

Amamos lo que quiera que nos dé felicidad, y debido a que la felicidad absoluta es nuestra naturaleza verdadera y esencial, nos amamos sobre todas las otras cosas. Felicidad y amor son inseparables, debido a que de hecho son una y la misma realidad — nuestra naturaleza esencial no-dual, «yo soy». La felicidad nos hace amar, y el amor nos da felicidad. Nos amamos debido a que ser nosotros y conocernos es la felicidad suprema. Por lo tanto, un término que algunas veces es usado en el *vedanta advaita* en lugar de *sat-chit-ananda* o ser-consciencia-felicidad es *asti-bhati-priya*, que significa ser-luminiscencia-amor.

El estado de auto-conocimiento verdadero es así el estado de ser, consciencia y felicidad y amor puro y perfecto. Por lo tanto en el verso 28 de *Upadesa Undiyar* Sri Ramana dice:

Si conocemos qué es nuestra naturaleza [real], entonces [lo que permanece y es conocido como la única realidad es] *anadi ananta akhanda sat-chit-ananda* [ser-consciencia-felicidad sin-comienzo, sin-fin e ininterrumpido].

La palabra sánscrita *ananta*, que literalmente significa «sin-fin» o «sin-límite», significa también «eterno» e «infinito». En el verso tamil original, los adjetivos «sin-comienzo» y «sin-fin» son añadidos antes del nombre «ser», *anadi ananta sat*, y el adjetivo «ininterrumpido», es añadido antes de los nombres «consciencia-felicidad», *akhanda chit-ananda*, pero estas palabras están ordenadas de esta manera solo para adecuarse a la métrica poética. Puesto que ser, consciencia y felicidad son una única realidad no dual, el significado implícito de estas palabras es que ser-consciencia-felicidad, como un único todo, es sin-comienzo, sin-fin e ininterrumpido.

¿Por qué describe Sri Ramana la única realidad absoluta, que existe y brilla como ser-consciencia-felicidad, como sin-comienzo, sin-fin e ininterrumpido? Un comienzo, un fin o una interrupción, son cada uno un límite o una frontera, y como tal pueden acontecer solo en el tiempo, en el espacio o en alguna otra dimensión. Todo lo que tiene un comienzo, un fin o una interrupción, es por lo tanto finito y relativo, y, por consiguiente, no puede ser la realidad absoluta. Eso que es absoluto es por definición infinito, debido a que es libre de todos los límites y fronteras, y, por consiguiente, no puede tener ningún comienzo, ningún fin ni ninguna interrupción.

Un ser, una consciencia o una felicidad que tiene un comienzo, un fin o una interrupción, es finito, y, por consiguiente, no puede ser absolutamente real. El ser verdadero, la consciencia verdadera y la felicidad verdadera, deben por lo tanto ser absolutos, y como tales no pueden tener ningún comienzo, fin o interrupción. Siendo absolutos e infinitos, no tienen límites o fronteras en el tiempo, en el espacio ni en ninguna otra dimensión concebible, y por lo tanto son omnitrascendentes.

Ser es la esencia de toda cosa que es, y consciencia es la esencia de nuestro conocimiento de cada una de esas cosas. Aunque las cosas parecen ser muchas, son divididas y hechas múltiples debido solo a las limitaciones inherentes a sus formas respectivas. Sin embargo, en su esencia, que es su «es»-dad o ser, son indivisas. Similarmente, aunque el conocimiento parece ser múltiple, es dividido y hecho múltiple solo por las limitaciones inherentes a sus varias formas, que son pensamientos o imágenes mentales. Sin embargo, en su esencia, que es consciencia, el conocimiento es ininterrumpido.

El ser que es la esencia de todas las cosas, y la consciencia que es la esencia de todo conocimiento, no son dos cosas separadas, debido a que ninguna cosa puede ser separada o distinguida de nuestro conocimiento de esa cosa. Ciertamente, la noción de que el

ser y la consciencia podrían en esencia ser dos cosas separadas es una absurdidad lógica, debido a que si lo fueran, la consciencia no sería, y por lo tanto el ser sería desconocido.

Ser y consciencia son por lo tanto una única esencia, y siendo la esencia de todo conocimiento, no tienen límites ni fronteras. Puesto que el ser verdadero y la consciencia verdadera son por lo tanto una única realidad, y puesto que esa única realidad no tiene límites ni fronteras, es sin-comienzo, sin-fin e ininterrumpido.

El comienzo y el fin de algo son sus fronteras externas, fronteras que limitan y definen su extensión en el tiempo, el espacio o cualquier otra dimensión. Puesto que eso que es absolutamente real es infinito, es libre de todas esas fronteras externas, y trasciende los límites de todas las dimensiones. Por lo tanto, puesto que no hay límite a su extensión ni en el tiempo ni en el espacio, es eterno y omnipresente.

Además, al ser infinito y absoluto, no es solo libre de todas las fronteras o límites externos, sino también de todas las fronteras internas. Mientras un comienzo y un fin son fronteras externas, una interrupción o división es una frontera interna, y, por consiguiente, la realidad absoluta no es solo exenta de todo comienzo o fin, sino que es también exenta de toda interrupción o división.

Debido a que es ilimitado en su extensión, nada puede ser separado de u otro que el ser-consciencia absoluto y esencial, y por lo tanto existe solo, sin nada fuera de sí mismo. Y debido a que es sin-interrupción e indiviso en sí mismo, no consta de partes. Es por lo tanto perfectamente no-dual. Es el todo único, infinito, eterno y omnipresente, otro que el cual no existe nada.

Puesto que no existe ninguna otra cosa que perturbe la paz perfecta de su ser, el ser-consciencia absoluto es también absolutamente apacible y feliz. Por consiguiente, puesto que la paz y la felicidad son inherentes al ser, el todo no-dual, infinito y absoluto no es meramente ser-consciencia, sino que es ser-consciencia-felicidad. Por lo tanto, al ser exento de todos los límites internos y externos, es ciertamente ser-consciencia-felicidad sin-comienzo, sin-fin y sin interrupción.

Puesto que es sin-comienzo, sin-fin y sin interrupción tanto en el tiempo como en el espacio, es eterno y omnipresente. No hay ningún tiempo ni ningún lugar en el que no exista. Puesto que ninguna interrupción acontece nunca en la continuidad de su ser o existencia, no deja de existir en un momento ni comienza a existir de nuevo en otro momento. Además, debido a que es ininterrumpido, es exento de todas las formas de división y todas las distinciones. Es un todo único, sin-partes e indivisible, y, por consiguiente, no hay absolutamente ninguna distinción entre su ser, su consciencia y su felicidad.

Ser-consciencia-felicidad es el todo infinito eternamente ininterrumpido, otro que el cual no existe nada. Aunque todas las apariencias parecen surgir y sumergirse en él, él mismo no es dividido ni afectado de ninguna manera por tales apariencias, debido a que en realidad existe meramente como es, exento de la aparición o desaparición de nada.

Todo lo que aparece y desaparece, lo hace solo en la visión de la mente, que es ella misma una mera aparición que nunca existe verdaderamente, y no en la visión de la realidad absoluta, que, al ser sin ningún comienzo, fin o interrupción, nunca sufre ningún tipo de cambio o modificación.

Sin embargo, aunque hablamos del ser-consciencia-felicidad sin-comienzo, sin-fin e ininterrumpido como «él», como si fuera una tercera persona, de hecho es la única realidad de la primera persona «yo», que es a su vez la causa, fundamento y soporte de todas las segundas y terceras personas. Por lo tanto, el ser-consciencia-felicidad ilimitado, ininterrumpido, eterno, omnipresente, infinito y absoluto es nuestro ser verdadero y esencial, y, por consiguiente, podemos experimentarlo solo conociendo qué es nuestra naturaleza real.

El estado en el que conocemos así qué es nuestra naturaleza real, y con ello nos experimentamos como ser-consciencia-felicidad infinita, es el estado de conocimiento verdadero. Debido a que este estado de auto-conocimiento verdadero no tiene comienzo, fin o interrupción, es nuestro estado eterno. Así pues, cuando dejemos de tomarnos erróneamente como la mente limitada por el tiempo, descubriremos que el auto-conocimiento verdadero ha existido siempre, y que, por lo tanto, nos hemos conocido siempre como somos realmente. Por consiguiente, no experimentaremos el auto-conocimiento como algo obtenido de nuevas, sino como eso que existe siempre, sin ningún comienzo, interrupción ni fin.

Cuando descubramos por el auto-examen agudo que la mente es verdaderamente no-existente, también descubriremos que el tiempo es igualmente verdaderamente no-existente, al no ser nada más que un producto del poder de imaginación de la mente. Comienzo, interrupción y fin son todos fenómenos que pueden acontecer solo dentro de los límites del tiempo y el espacio, pero el tiempo y el espacio son ellos mismos fenómenos que son conocidos solo por la mente.

En el estado de auto-conocimiento verdadero, todo lo que existe y es conocido, es solo ser-consciencia-felicidad —el gozo infinito de ser y conocer nuestro sí mismo verdadero, «yo soy». En ese estado no-dual perfecto de conocimiento verdadero, el tiempo, el espacio y todas las otras formas de dualidad o relatividad son no-existentes. Por lo tanto, la realidad absoluta, que es *sat-chit-ananda* o el dichoso estado de ser conscientes de nosotros como mero ser, «yo soy» es eso que es sin *adi* o comienzo, *khanda* o interrupción y *anta* o fin.

Aunque a la realidad absoluta se le dan muchos nombres y descripciones tales como Dios, *allah*, *brahman*, lo absoluto, lo eterno, lo infinito, la plenitud de ser, *purna* o el todo, conocimiento puro, *sat-chit-ananda* o ser-consciencia-felicidad, *tat* o «ello», *nirvana*, el reino de Dios y demás, Sri Ramana a menudo decía que las palabras que expresan su naturaleza real más perfecta y exactamente son «yo» y «soy» o su forma combinada «yo soy».

Esto es así debido a que lo que estas palabras «yo» y «soy» expresan no es solo ser, sino también la auto-consciencia esencial de ser. Por lo tanto, no importa en qué lenguaje sean expresadas estas palabras; el pronombre personal de la primera persona del singular «yo», y la forma equivalente de la primera persona del singular del verbo básico ser, «soy», expresan ambas la verdad total tan exacta como posiblemente ningunas otras palabras puedan expresarla.

Por eso es por lo que en la mayoría de las grandes religiones del mundo, el nombre «yo soy» es reverenciado como el primero, principal y último nombre de Dios. La santidad suprema de este nombre divino «yo soy» es expresada y venerada en el Antiguo Testamento (sobre el que están basadas las tres grandes religiones de origen asioccidental, a saber, el judaísmo, el cristianismo y el islam) en las palabras habladas por Dios a Moisés, «YO SOY EL QUE SOY» (*Éxodo* 3.14), y también en los Vedas (sobre los que están basadas la amplia familia de las religiones sudasiáticas conocidas como hinduismo) en el *mahavakya* o gran dicho «Yo soy *brahman*» (*Brihadaranyaka Upanishad* 1.4.10).

El hecho de que «yo» y «soy» son los nombres originales y naturales de la realidad absoluta o Dios, es declarado enfáticamente por Sri Ramana en los versos 712, 713, 714 y 715 de *Guru Vachaka Kovai*:

Cuando *meyporul* mismo [la «sustancia real», «esencia verdadera» o realidad absoluta], que es llamado *ullam* [el «corazón» o «núcleo»], sale [aparentemente] y se extiende gradualmente desde el corazón como la consciencia [es decir, cuando parece manifestarse exteriormente como nombres y formas innumerables, que de hecho son solo distorsiones imaginarias de la única consciencia verdadera sin-forma e indivisa «yo soy», que es esa «sustancia real» misma], entre los miles de nombres [sagrados] que son [atribuidos] a [este] *ulla-porul* [el «ser-esencia» o realidad absoluta], sabe que cuando [nosotros] escudriñamos [descubrimos que] ciertamente «yo» es el primero [el original y principal].

Puesto que [junto] con ese «yo», que se ha dicho previamente [en el verso de arriba] que es el nombre primario [de la realidad absoluta o Dios], como su *meyporul-vilakkam* [la luz que es su esencia real] él [«soy»] existe siempre como «yo soy» [en el corazón de cada uno de nosotros], ese nombre «soy» también es [el nombre primario de la realidad absoluta o Dios].

Entre los muchos nombres [atribuidos a Dios en todas las diferentes religiones y lenguajes de este mundo], que son miles y miles, ningún nombre tiene [tal] belleza real [o] es [tan] verdaderamente apropiado a *kadavul* [Dios, que es *kadanda-ullavan*, «él que existe trascendiendo»], que mora en [nuestro] corazón exento de pensamiento, como este nombre [«yo» o «soy»]. [Es decir, «yo» o «soy» es el nombre más bello y verdaderamente apropiado de Dios, debido a que él existe en nues-

tro corazón como nuestro ser auto-consciente naturalmente libre de pensamiento, «yo soy».]

Entre todos [los nombres de Dios] que son conocidos, solo el nombre de Dios [original, natural y verdadero], [que es experimentado] como «yo [soy] yo», clama [su única supremacía] a aquellos cuya atención está vuelta hacia sí mismos, brillando como la *mauna-para-vak* [la palabra suprema, que es silencio absoluto], llenando el espacio de [su] corazón, en el que [su] ego ha sido aniquilado.

Cuando volvamos la atención hacia nosotros y con ello nos experimentemos como somos realmente, la mente o ego será aniquilado, toda dualidad desaparecerá, y en el espacio libre de pensamiento de nuestro corazón, que es el espacio infinito de ser-consciencia-felicidad, solo la auto-consciencia no-dual «yo soy» permanecerá brillando claramente en toda su prístina pureza. Puesto que no hay nada que perturbe la paz perfecta de esta experiencia de auto-conocimiento verdadero, y puesto que ella revela su propia realidad absoluta más claramente de lo que cualquier palabra hablada o escrita podría hacerlo, Sri Ramana la describe como la *mauna-para-vak*, la «palabra suprema» o *para-vak*, que es silencio absoluto o *mauna*.

El poder de la claridad silente de la auto-consciencia inadulterada para revelarse a sí misma como la realidad absoluta, es expresado por Sri Ramana poéticamente en el verso 5 de *Ekatma Panchakam*:

Eso que existe siempre es solo ese *ekatma vastu* [la única realidad o sustancia, que es nuestro sí mismo verdadero]. Puesto que el *adi-guru* en aquel tiempo hizo que ese *vastu* fuera conocido [solo] hablando sin hablar, di, ¿quién puede lograr concernerle hablando?

La palabra *eka* significa «uno», *atma* significa «sí mismo», y *vastu* es el equivalente sánscrito de la palabra tamil *porul*, que significa la realidad, sustancia o esencia absoluta. Por lo tanto, el *ekatma vastu*, que Sri Ramana declara ser *eppodum ulladu*, «eso que siempre es», es la única realidad absoluta o sustancia esencial, que es nuestro sí mismo verdadero.

En la versión *kalivenba* de *Ekatma Panchakam*, Sri Ramana añadió dos palabras más para calificar *ulladu*, que significa «eso que es», a saber *tanadu oliyal*, que significa «por su propia luz». Así pues él no declaró solo que el *ekatma vastu* es la única cosa que existe siempre, sino también que es «eso que existe siempre por su propia luz», es decir, por su propia luz de auto-consciencia no-dual, «yo soy».

La palabra compuesta *adi-guru* significa el «gurú original», y es un término que denota a Sri Dakshinamurti, una forma de Dios que simboliza la revelación de la realidad absoluta a través del silencio, que es la «palabra suprema» o *para-vak*, y que Sri Ramana describe poéticamente como «hablar sin hablar», es decir, comunicar la verdad sin

pensamiento o palabras habladas. Puesto que el *ekatma vastu* es nuestro ser auto-consciente libre de pensamiento y por lo tanto absolutamente silente, solo puede revelarse a sí mismo brillando dentro de nosotros silente y claramente como «yo soy yo», sin la obstrucción de ningún pensamiento o palabra.

Puesto que esta experiencia de puro ser auto-consciente no-dual silente, libre de pensamiento, apacible y absolutamente clara, «yo soy», es el estado verdadero y natural de nuestro sí mismo real, que es la única realidad absoluta o sustancia esencial que llamamos «Dios», Sri Ramana dice que el nombre original y más bellamente apropiado de Dios es solo «yo», «soy», «yo soy» o «yo soy yo».

Aunque «yo» y «soy» son dos palabras separadas, ambas denotan nuestro sentido de sí mismo único, no-dual y absolutamente indivisible —la consciencia esencial de ser, el conocimiento fundamental de la existencia. Cada una de estas dos palabras está por lo tanto implícita en la otra.

El pronombre «yo» implica que existimos, y esta existencia de nosotros es expresada por el verbo «soy». A la inversa, el verbo «soy» implica solo la existencia de nosotros, que es expresada por el pronombre «yo». En muchas lenguas, por lo tanto, una u otra de estas dos palabras puede ser usada por sí sola, puesto que su contrapartida está implícita en ella y por lo tanto se comprende claramente. En tales lenguas, la forma compuesta «yo soy», es una opción que se usa solo para dar énfasis.

En este respecto el inglés es una excepción. Por ejemplo, si deseamos decir que somos un ser humano, en inglés tenemos que usar tanto la palabra «yo» como la palabra «soy» y decir, «yo soy un ser humano», mientras que en muchas otras lenguas es suficiente en un contexto tal, usar ya sea solo la palabra «yo» o ya sea solo la palabra «soy». En tamil, por ejemplo, no necesitamos decir la larga frase «*nan manidanay irukkiren*», que significa «yo soy [un] hombre», debido a que podemos transmitir exactamente el mismo sentido, diciendo simplemente ya sea «*nan manidan*», que significa «[soy un] hombre», o ya sea «*manidanay irukkien*», que significa «[yo] soy [un] hombre». Es similar el caso con muchas otras lenguas antiguas y modernas de Asia y Europa, de las que el sánscrito, el hebreo, el griego y el latín son unos pocos ejemplos.

En el *Evangelio según San Juan*, que fue escrito originalmente en una forma de griego antiguo, hay muchos dichos «yo soy» bien conocidos de Jesús, en varios de los cuales él está aludiendo más o menos claramente al uso de la palabra «yo soy» en el Antiguo Testamento para denotar el ser auto-consciente esencial de Dios. Esta alusión es particularmente clara en los siete versículos (8.24, 8.28, 8.58, 13.19, 18.5, 18.6 y 18.8) en los que él usa «yo soy» sin añadir ningún predicado, y que los eruditos bíblicos describen por lo tanto como ejemplos de su uso «absoluto» de «yo soy».

En cada uno de estos siete versículos, el más conocido de los cuales es, «Antes de que Abraham fuera, yo soy» (8.58), sus dichos acaban con las palabras griegas *ego eimi*, que significan «yo soy». Al usar estas dos palabras juntas, y colocarlas al final de cada

respectiva sentencia, estos versos logran poner gran énfasis sobre el significado de «yo soy» pretendido por Jesús, pero en algunos casos este énfasis desafortunadamente se ha perdido en la traducción.

Además de estos siete ejemplos de su uso «absoluto» de «yo soy», hay más de otros treinta dichos en los que él usa «yo soy» con un predicado, pero mientras en algunos de estos dichos las palabras *ego eimi* son usadas en el griego original, en otros la palabra *eimi*, que significa «soy», se usa por sí sola sin la palabra *ego*, que significa «yo».

Este uso válido del verbo «soy» sin su sujeto lógico «yo», es común en aquellas lenguas en las que todos los verbos toman una forma particular en cada una de las tres personas y cada uno de los dos o más tiempos. Un lenguaje tal es el latín, y por lo tanto, en latín, la palabra *sum*, que significa «soy», y también las formas de primera persona del singular de otros verbos, pueden ser usadas sin la palabra *ego* o «yo». Por ejemplo, cuando Descartes concluyó el famoso, «*cogito ergo sum*», que significa «[Yo] pienso, por lo tanto [yo] soy», no necesitó usar la palabra *ego* ni antes de *cogito* ni antes de *sum*, debido a que está claramente implícita en la forma gramatical de cada uno de estos verbos. Como veremos en el siguiente capítulo, esta conclusión de Descartes está poniendo realmente el carro delante del caballo, pero la cito aquí solo como un ejemplo del verbo «soy» transmitiendo un sentido completo sin el uso explícito de su correspondiente pronombre «yo».

En el hebreo original en el que fue escrito el *Éxodo*, las palabras que son traducidas usualmente como «YO SOY EL QUE SOY», son «*ehyeh asher ehyeh*». La palabra *ehyeh* de hecho significa solo «soy», y el pronombre «yo» está simplemente implícito en ella, de modo que una traducción más literal sería «SOY EL QUE SOY» o «SOY LO QUE SOY».

En el hebreo antiguo no había tiempos como tales, sino solo dos «aspectos» de un verbo, el «perfecto» y el «imperfecto». El «aspecto perfecto» de un verbo era usado para denotar una acción que ha sido completada o acabada, y por lo tanto era equivalente en función al tiempo pasado, mientras que el «aspecto imperfecto» era usado para denotar una acción que aún no estaba completada o acabada, y por lo tanto era usado en casos en los que usaríamos el tiempo presente o el tiempo futuro.

Puesto que *ehyeh* es la forma «imperfecta» de la primera persona del verbo «ser», implica un tiempo presente continuo, que podríamos traducir como «estoy siendo». Así pues, «*ehyeh asher ehyeh*» podría ser traducido como «[YO] ESTOY SIENDO LO QUE [YO] ESTOY SIENDO», o más libremente como «[YO] SOY SIEMPRE LO QUE [YO] SOY SIEMPRE».

Algunos eruditos Bíblicos sugieren que debería traducirse como un tiempo futuro, «[YO] SERÉ LO QUE [YO] SERÉ», pero si se traduce así, debe ser comprendido en el sentido «[YO] SERÉ SIEMPRE LO QUE [YO] SERÉ SIEMPRE» o «[YO] SERÉ SIEMPRE LO QUE SOY SIEMPRE», debido a que no es un tiempo exclusivamente futuro, sino solo un tiempo continuo dentro del futuro. Sin embargo, puesto que el ser

esencial que es Dios, es eterno y siempre presente, *ehyeh* es traducido más apropiadamente en este contexto por un tiempo presente continuo, «soy» o «estoy siendo».

Puesto que el ser es en realidad siempre presente, trasciende las tres divisiones del tiempo, a saber, pasado, presente y futuro. Esta naturaleza de ser eternamente continua, es expresada adecuadamente por la palabra *ehyeh*, que como un «aspecto imperfecto» del verbo «ser», implica un estado de ser inacabable y continuo.

El ser como tal nunca comienza ni acaba, ni sufre nunca ningún cambio. Permanece siempre como es, de modo que en el futuro será siempre lo que siempre ha sido, y nunca devendrá algo nuevo. Por lo tanto, la verdadera naturaleza o realidad absoluta de Dios, es solo ser eterno y sin-cambio, y no es ninguna forma de «devenir». Devenir implica cambio, y el cambio requiere tiempo, pero el ser verdadero de Dios trasciende los límites del tiempo, y es por lo tanto más allá del cambio y el devenir.

Además, puesto que el ser verdadero es auto-consciente, y puesto que por lo tanto no puede nunca ser un objeto de conocimiento, una segunda o tercera persona, sino que siempre se experimenta a sí mismo como la primera persona, la forma de la primera persona «imperfecta» *ehyeh*, es una expresión perfecta de la verdadera naturaleza del ser.

Como quiera que podemos elegir traducir esta profunda expresión de la verdadera naturaleza de ser, «*ehyeh asher ehyeh*», lo que es importante es que comprendamos la verdad que expresa. Por sí misma, la palabra *ehyeh*, expresa el hecho de que el ser es auto-consciente, no-objetivo y continuo —o en otras palabras, que el ser es la realidad auto-consciente eternamente presente de la primera persona. Esta verdad sobre el ser, que es expresada perfectamente por la primera persona del verbo continuo *ehyeh* o «soy», es reiterada y enfatizada por la sentencia entera «*ehyeh asher ehyeh*».

Es decir, al decir «[YO] SOY LO QUE [YO] SOY», estas palabras enfatizan más la verdad de que el ser eterno de primera persona auto-consciente «soy», es absolutamente único y no-dual. Ellas implican, «Soy solo lo que soy», «No soy nada sino lo que soy», o más simplemente, «Soy solo yo, y nada otro que yo».

Debido a que este dicho bíblico, «YO SOY EL QUE SOY», es una expresión tan perfecta de la naturaleza de la primera persona del ser absoluto, eterno, no-dual, no-objetivo y auto-consciente, Sri Ramana solía decir que es el *mahavakya* más grande, incluso más grande que los cuatro *mahavakyas* o «grandes dichos» de los Vedas. Aunque el sentido de cada uno de los *mahavakyas* védicos, a saber, «la consciencia pura es *Brahman*», «Yo soy *brahman*», «ello eres tú» y «este sí mismo es *brahman*», es esencialmente el mismo que el de este dicho Bíblico, ellos son de hecho expresiones menos perfectas y exactas de la realidad debido a que cada uno de ellos contiene una o más palabras que no están en la forma de la primera persona.

Es decir, en «YO SOY EL QUE SOY» el sentido de ser de la primera persona, «soy», es igualado solo consigo mismo y no con nada más, mientras que en cada uno de los *mahavakyas* védicos, es igualado ya sea con un nombre de tercera persona, *brah-*

man, que significa la realidad absoluta o espíritu supremo, o con el pronombre de la tercera persona «ello», que denota la misma realidad absoluta. Aunque «yo soy» es verdaderamente la realidad absoluta o *brahman*, tan pronto como pensamos que ello es así, la atención es retirada de la consciencia de ser natural de primera persona, hacia una concepción mental extraña y antinatural de «la realidad absoluta». Para ayudarnos a fijar la atención total e indivisa en «yo soy», es mejor que se nos diga que «yo soy» es solo «yo soy», antes que decirnos que «yo soy» es Dios, *brahman* o la realidad absoluta.

De la misma manera que la verdad de ser absoluta es expresada por Dios en el *Éxodo* igualando «soy» solo con «soy», y con nada más que «soy», así también siempre que Sri Ramana expresaba la experiencia eterna de nuestro ser que es revelado cuando el obscurecimiento imaginario causado por la mente es eliminado, él lo expresaba igualando «yo» solo con «yo», y con nada más que «yo».

Al hacer eso, él usaba las palabras mínimas, solo «*nan nan*», que significan literalmente «yo yo», pero que, de acuerdo con la costumbre tamil de omitir «soy» dondequiera que su sentido está claro con el uso de «yo», implican claramente «yo [soy] yo». Es decir, lo mismo que «*nan yar?*» significa «¿quien [soy] yo?» y «*edu nan?*» significa «¿qué [soy] yo?», o lo mismo que «*nan manidan*» significa «[soy un] hombre» y «*nan innar*» significa «[soy] fulano», así también «*nan nan*» significa claramente «yo [soy] yo».

Tres ejemplos importantes de su uso de estas palabras «*nan nan*» o «yo [soy] yo» para describir el estado de auto-conocimiento verdadero, son el verso 20 de *Upadesa Undiyar*, el verso 30 de *Ulladu Narpadu* y el verso 2 de *Anma-Viddai*, en los cuales él dice:

En el lugar [el núcleo de nuestro ser] donde «yo» [la mente o sí mismo individual] se sumerge [o deviene uno], el único [conocimiento verdadero] aparece [o brilla] espontáneamente [o como nosotros] como «yo [soy] yo». Eso mismo [o eso, que es nosotros] es el todo [la totalidad o plenitud infinita de ser, consciencia y felicidad].

Cuando [la] mente alcanza [el] corazón [el núcleo del ser] escudriñando internamente «¿quién soy yo?» [y] cuando ella [la mente] que es «yo» [el ego o sí mismo individual] es [con ello] sometida [literalmente, «cuando ella sufre humillación», es decir, cuando se sumerge, inclinando su cabeza avergonzada], el único [conocimiento verdadero] aparece [o brilla] espontáneamente [o como nosotros] como «yo [soy] yo». Aunque aparece, no es «yo « [nuestro sí mismo individual]. Es el *porul* total [la esencia, sustancia o realidad infinita], el *porul* que es [nuestro] sí mismo [real].

Puesto que el pensamiento «este cuerpo compuesto de carne es yo» es el único hilo al cual [todos los] diversos pensamientos están atados, si [nosotros] vamos adentro

[de nosotros escudriñando] «¿quién soy yo? ¿cuál es el lugar [la fuente de la que este pensamiento fundamental «yo soy este cuerpo» surge]?, [todos] los pensamientos desaparecen, dentro de la caverna [el núcleo de nuestro ser] el auto-conocimiento brilla espontáneamente [o como nosotros] como «yo [soy] yo». Solo esto es silencio [el estado de mero ser silente o inmóvil], el único espacio [no-dual] [de consciencia infinita], la única morada de [verdadera] felicidad [ilimitada].

Aunque Sri Ramana describe esta experiencia de auto-conocimiento verdadero como «apareciendo» o «brillando» espontáneamente como «yo [soy] yo», de hecho no aparece como si fuera nueva, debido a que es el todo eterno e infinito, la plenitud de ser y consciencia que experimentamos siempre como «yo soy».

Sin embargo, debido a que nos imaginamos ser la mente o consciencia individual, la claridad natural de la auto-consciencia no-dual o auto-conocimiento verdadero, ahora parece estar oscurecida. Por lo tanto, cuando escudriñemos la consciencia básica «yo soy», que es la esencia de lo que ahora sentimos como la mente, y cuando con ello la mente deje de existir como una consciencia individual separada, al encontrarse que no es otra que la consciencia esencial «yo soy», experimentaremos esta consciencia natural libre de mente «yo soy» como si fuera un conocimiento nuevo y fresco.

Sin embargo, la novedad y frescura de este auto-conocimiento, será experimentada como tal, solo en el preciso momento en que la mente se desvanezca. Lo que permanecerá después, es el conocimiento claro de que somos y hemos sido siempre solo esta consciencia simple de nuestro ser, «yo soy», que es la realidad única, sola, eterna e infinita. Por lo tanto, en el verso 30 de *Ulladu Narpadu*, después de decir que aparecerá o brillará espontáneamente como «yo soy yo», Sri Ramana añade:

... Aunque aparece [o brilla], no es «yo» [nuestro sí mismo individual, que aparece y desaparece]. Es la esencia [sustancia o realidad] total [eternamente existente], la esencia que es [nuestro] sí mismo [real].

Debido a que ahora nos experimentamos como una consciencia individual limitada que se toma a sí misma erróneamente por este cuerpo, el conocimiento de nosotros aparece ahora en la forma «yo soy esto». Cuando este conocimiento falso e ilusorio sea destruido por la claridad del auto-conocimiento verdadero, dejaremos de sentir «yo soy esto» y en lugar de ello sentiremos solo «yo soy yo».

Sin embargo, tan pronto como aparezca esta experiencia fresca «yo soy yo», la reconoceremos como nuestro estado de ser eterno y natural, que experimentamos siempre como «yo soy», y así ya no sentiremos más que sea nueva o fresca en el sentido en que previamente estaba ausente, sino que en lugar de ello la experimentaremos como el todo infinito, que trasciende la dimensión imaginaria del tiempo y que es por lo tanto eternamente nuevo y fresco.

Para enfatizar el hecho de que este «todo» o totalidad de ser infinito, que es la claridad absoluta del auto-conocimiento o auto-consciencia verdadero que brilla como «yo [soy] yo, no es algo que aparece y desaparece, incluso si momentáneamente parece ser como si fuera nuevo en el preciso instante en que la mente es disuelta en y enteramente consumida por ello, después de decir en el verso 20 de *Upadesa Undiyar* que aparece espontáneamente como «yo [soy] yo» cuando la mente o ego, el sentido individual finito de «yo», se sumerge y deviene uno con ello, en el verso 21 Sri Ramana afirma que, puesto que es experimentado siempre como nuestro ser esencial, es eterno:

Ese [único todo infinito que brilla así como «yo soy yo»] es en todos los tiempos [en el pasado, presente y futuro, y en toda la eternidad] el sentido [verdadero] de la palabra «yo», debido a la ausencia de nuestra no-existencia incluso en el sueño profundo, que es exento de [todo sentido separado o finito de] «yo».

Las palabras de apertura de este verso son *nan enum sol-porul*, que he traducido como «el sentido de la palabra yo». Sin embargo, aunque he traducido la palabra *porul* como «sentido», de hecho no hay ninguna palabra adecuada en inglés para transmitir su significado pleno, particularmente como es usada en este contexto. Cuando está combinada con la palabra *sol*, que significa «palabra», para formar la palabra compuesta *sor-porul*, como lo está aquí, normalmente significaría solo el «sentido» o «significado» verdadero de cualquier palabra a la que se refiera. Sin embargo, cuando es usada en filosofía, *porul* tiene una significación mucho más profunda, debido a que denota la realidad absoluta, la sustancia verdadera o ser esencial de todo lo que es. Por lo tanto, en este contexto *nan enum sol-porul* significa la realidad absoluta o ser esencial, que es denotado por la palabra «yo».

Es decir, aunque debido al conocimiento confuso, usamos frecuentemente esta palabra «yo» para denotar el cuerpo o mente, lo que de hecho sentimos cuando decimos «yo» es la auto-consciencia esencial —la consciencia fundamental de ser. Debido a que somos conscientes de ser, sentimos «yo soy», pero debido a que confundimos ser con este cuerpo y mente, malaplicamos esta palabra «yo» usándola con referencia a esos adjuntos extraños.

Cuando confundimos así la consciencia de ser con un cuerpo, la consciencia mezclada resultante que siente «yo soy este cuerpo» es la forma de consciencia limitada y distorsionada que llamamos «mente». Esta mente o consciencia limitada por los adjuntos, es el «yo» finito, el sí mismo individual o ego.

Aunque experimentamos esta mente en la vigilia y el sueño con sueños, ella desaparece en el sueño profundo. Sin embargo, aunque esta mente o «yo» individual está ausente en el sueño profundo, no sentimos que dejemos de existir en ese tiempo. Por lo tanto, en la segunda mitad de este verso, Sri Ramana dice, «...debido a la ausencia de la no-existencia incluso en el sueño profundo, que es exento de “yo”».

Aquí las palabras «debido a la ausencia de la no-existencia» son una forma poética de decir «debido a que no somos no-existentes». Es decir, aunque la mente deviene no-existente en el sueño profundo, continuamos existiendo y conociendo la existencia como «yo soy», y, por consiguiente, la mente no es nuestro «yo» real sino solo una impostora, una aparición o fantasma que posa como «yo». Nuestro «yo» real solo puede ser eso que somos en todos los tiempos y en todos los estados.

Debido a que sabemos «he dormido», reconocemos y admitimos claramente nuestra existencia o ser continuado en el sueño profundo, aunque en ese tiempo no nos sentíamos ser esta mente limitada o «yo» limitado por los adjuntos que tomamos erróneamente por nosotros en la vigilia y el sueño con sueños. Por lo tanto, puesto que continuamos existiendo incluso en la ausencia de este «yo» falso, él no puede ser el sentido verdadero de la palabra «yo».

Es decir, puesto que la palabra «yo» nos denota a nosotros, su sentido verdadero debe ser eso que somos en todos los tiempos, y no eso que parecemos ser solo en ciertos tiempos. Por consiguiente, el sentido verdadero de la palabra «yo» —la realidad que es denotada por ella verdaderamente— solo puede ser la consciencia siempre-presente de nuestro ser esencial, que experimentamos siempre como «yo soy», incluso en el sueño profundo.

Puesto que nuestro ser esencial permanece eternamente distinto de e intocado por ningún adjunto o *upadhi* que pueda parecer estar sobreimpuesto en él, no siente nunca «yo soy esto» o «yo soy eso», sino que es siempre claramente consciente de sí mismo solo como «yo soy» o «yo soy yo». Puesto que este «yo soy» no deviene no-existente ni siquiera en el sueño profundo, cuando nuestro «yo» falso limitado por los adjuntos deja de existir, él es en todos los tiempos y en todos los estados nuestro ser verdadero —el sentido real de la palabra «yo».

Por lo tanto, puesto que no está limitada de ninguna manera por ningún adjunto finito, ni por ninguna dimensión finita tal como el tiempo o el espacio, la consciencia de ser esencial, que experimentamos siempre como «yo soy», es eterna e infinita. Puesto que no está limitada como «esto» o «eso», no está separada de nada. Puesto que la experimentamos siempre como la base de todo nuestro conocimiento de todo, ella es de hecho la esencia verdadera de todas las cosas. Puesto que solo ella perdura a través y más allá de todos los tiempos, mientras que todas las otras formas de conocimiento aparecen y desaparecen dentro del tiempo, ella es el único conocimiento que es absolutamente verdadero.

Todas las otras formas de conocimiento aparecen y desaparecen debido a que son conocidas solo por la mente, que ella misma aparece y desaparece. Puesto que ella solo aparece en la vigilia y el sueño con sueños, y desaparece en el sueño profundo, la mente no puede ser nuestro sí mismo real —el sentido verdadero de la palabra «yo». Por lo tanto, en el verso 717 de *Guru Vachaka Kovai* Sri Ramana dice:

Puesto que el cuerpo-alma mismo [el alma encarnada, la consciencia finita que se imagina a sí misma como un cuerpo] aparece y desaparece, [no puede ser la realidad perdurable denotada por la palabra «yo», y, por consiguiente] solo *atma* [nuestro sí mismo real], que es la base permanente del cuerpo-alma, es el *porul* [sentido, significación o realidad] correcto [directo u honesto] de la palabra que [cada alma incorporada] dice como «yo». Sabe que cuando [nosotros] escudriñamos, [descubrimos que solo nuestro *atma* o auto-consciencia fundamental] es el *porul* conclusivo [la realidad última denotada por la palabra «yo»].

La realidad básica que subyace a la aparición y desaparición imaginaria de la mente limitada por el cuerpo, es solo nuestro ser esencial auto-consciente, que experimentamos siempre como «yo soy». Aunque todo lo demás aparece y desaparece, la auto-consciencia básica no aparece ni desaparece, debido a que perdura en todos los estados y en todos los tiempos, y, por consiguiente, solo ella es la realidad que es denotada verdaderamente cuando decimos la palabra «yo».

Debido a que Sri Ramana usaba a menudo la terminología del *vedanta advaita*, haciendo libre uso de muchos de sus términos modélicos tales como *sat-chit-ananda* o ser-consciencia-felicidad, su filosofía es considerada generalmente una expresión fresca de esa filosofía antigua. Sin embargo, él no llegó a su filosofía estudiando ninguno de los textos filosóficos del *vedanta advaita*, sino que llegó a ella antes de que hubiera tenido ninguna oportunidad de devenir familiarizado con esos textos.

Su filosofía era una expresión de su propia experiencia directa de auto-conocimiento verdadero, que obtuvo a la edad de dieciséis años cuando, impulsado por un repentino e intenso miedo de la muerte, volvió su atención hacia dentro y la focalizó aguda y exclusivamente en su consciencia de ser, «yo soy», para descubrir si su «yo» moriría o no cuando muriera su cuerpo. Como resultado de este auto-escrutinio agudamente focalizado, él descubrió que él no era el cuerpo perecedero, sino solo la realidad imperecedera, que es ser-consciencia-felicidad sin-comienzo, sin-fin e ininterrumpido. Solo mucho después, cuando las gentes le hacían preguntas para aclarar sus dudas sobre lo que habían leído en los textos del *vedanta advaita*, él tuvo la ocasión de leer tales textos, y cuando lo hizo, reconoció que estaban describiendo su propia experiencia.

El *vedanta advaita* es un antiguo sistema de filosofía indio, y su nombre significa etimológicamente la filosofía de la «no-dualidad» (*advaita*) o «no dos-dad» (*a-dvi-ta*), que es el «fin» (*anta*) de todo «conocimiento» (*veda*), o la conclusión última de los Vedas. Aunque la mayor parte del conocimiento expresado en los cuatro Vedas concierne solo a la dualidad, en sus porciones más tardías cada uno de los Vedas da finalmente alguna expresión del conocimiento de la no-dualidad. Donde todo el conocimiento de la dualidad (*dvaita*) expresado en los Vedas llega a su fin (*anta*), ahí permanece el conocimiento de la no-dualidad (*advaita*).

Es decir, el verdadero conocimiento no-dual, «yo soy», que permanece solo cuando todo conocimiento dualista —que es la preocupación central no solo de los Vedas sino también de la mayoría de las demás escrituras, filosofías y ciencias— ha llegado finalmente a su fin, es el conocimiento de la no-dualidad o *advaita* expresado en el *vedanta*.

En verdad, por lo tanto, el *vedanta advaita* no es una filosofía que sea exclusiva a la tradición védica de la India, sino que es la «filosofía perenne» que sustenta todas las formas verdaderas de misticismo, metafísica y filosofía radicalmente profundas. Es decir, aunque en el contexto de la tradición védica, la filosofía de la no-dualidad es llamada *vedanta advaita*, la filosofía esencial de la no-dualidad que es llamada así, puede encontrarse expresada en otras palabras en muchas otras tradiciones místicas y filosóficas por todo el mundo. Sin embargo, al discutir la filosofía del conocimiento no-dual verdadero, a menudo es útil referirse específicamente al *vedanta advaita*, debido a que en la tradición post-védica conocida como *vedanta*, a esta filosofía se le ha dado una expresión particularmente clara.

Por lo tanto, cuando se dice que la filosofía de Sri Ramana es una expresión moderna de la antigua filosofía del *vedanta advaita*, esto no significa que su filosofía se derive del *vedanta advaita*, ni que sea relevante solo en el contexto de la religión y la cultura védica conocida como hinduismo. Su filosofía expresa una verdad que está más allá de todas las diferencias religiosas y culturales, y que puede encontrarse expresada en una forma u otra en la mayor parte de las principales religiones y culturas de este mundo.

Todos los versos filosóficos y otros escritos de Sri Ramana que cito en este libro, expresan la experiencia de un ser que está en un estado de consciencia que es completamente diferente al estado de consciencia limitado por el cuerpo con el que todos estamos familiarizados. Puesto que él está hablando sobre un estado de conocimiento no-dual absoluto del que personalmente no tenemos ninguna experiencia (o más bien, del que nuestra experiencia ha sido aparentemente obscurecida, y del que por lo tanto imaginamos que no tenemos ninguna experiencia), ¿hay alguna razón por la que debemos creer todo lo que él dice, o al menos aceptarlo provisionalmente?

Sri Ramana no nos pide que creamos nada ciegamente. Él comienza su exposición de la filosofía de la no-dualidad pidiéndonos que analicemos críticamente nuestra experiencia en los tres estados de consciencia, a saber, vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, que todos experimentamos cada día. Todo el resto de su exposición de esta filosofía se sigue lógicamente de las conclusiones a las que llegamos por medio de este análisis crítico.

Nada de lo que él dice es irrazonable, ni está basado en premisas infundadas. Por lo tanto, aunque al presente no podamos ser capaces de verificar inmediatamente por nuestra experiencia todo lo que él dice sobre la realidad absoluta, que es el estado de conocimiento verdadero, no podemos refutarlo razonablemente, y, por consiguiente, no hay ninguna razón por la que no debemos aceptarlo al menos provisionalmente.

Además, cuando él hablaba sobre el estado de conocimiento absoluto verdadero, él no lo hacía con la intención de que debamos meramente creer sus palabras. Creer algo que no sabemos con certeza, es de poca utilidad para nosotros si no nos ayuda a obtener conocimiento cierto de ello. Por lo tanto, Sri Ramana no solo nos dijo la naturaleza de la realidad absoluta, que es ser-consciencia perfectamente no-dual o auto-conocimiento verdadero, sino que también nos dijo el medio por el que podíamos obtener experiencia directa de esa realidad.

El medio que él enseñó encaja lógicamente dentro de toda la filosofía de la no-dualidad que él expuso. Puesto que el análisis crítico de nuestra experiencia en los tres estados de consciencia nos lleva a comprender que la auto-consciencia esencial «yo soy» es la única realidad que subyace a la apariencia de estos tres estados, al ser la única cosa que experimentamos continuamente a lo largo de todos ellos, es razonable concluir que, antes de tratar de conocer cualquier otra cosa, primero debemos tratar de conocer la naturaleza verdadera de esta consciencia fundamental «yo soy».

Puesto que no podemos conocer algo sin prestarle atención, la única manera de que podamos conocer la naturaleza verdadera de esta consciencia, es escudriñarla con una atención agudamente focalizada. Este método simple y sin embargo profundo de auto-investigación, auto-escrutinio o auto-atención, es por lo tanto con completa lógica el único medio por el que podemos descubrir la verdadera naturaleza de la realidad que subyace a todas las diversas formas de conocimiento que experimentamos ahora.

Así pues, la filosofía del verdadero conocimiento no-dual expuesta por Sri Ramana, no es solo una filosofía bien razonada, sino también una ciencia práctica y precisa. Debido a que comienza con un análisis minucioso de la consciencia, que es la base de todo nuestro conocimiento, y que con ello construye para sí misma un fundamento de teoría cuidadosamente pensada y claramente razonada, la búsqueda del conocimiento o auto-descubrimiento verdadero que Sri Ramana nos apremia a emprender, es una filosofía en el sentido más profundo y verdadero de esa palabra. Y debido a que desde esa teoría ella nos lleva naturalmente a la práctica de la simple técnica empírica de volver nuestro poder de atención —el poder de conocer o consciencia— sobre sí mismo, hacia la consciencia básica «yo soy», para descubrir qué es realmente este «yo», esta búsqueda del auto-conocimiento verdadero es también una ciencia verdadera. Así pues, es una filosofía-ciencia completa, una filosofía-ciencia en la que tanto la teoría como la práctica son partes necesarias e inseparables del todo.

La teoría de esta ciencia del auto-conocimiento es necesaria para ponernos en marcha, para guiarnos y motivarnos en su práctica. Pero si no comenzamos nunca la práctica, o si no la seguimos hasta su conclusión, toda la teoría es de poca utilidad para nosotros. La teoría por sí misma no puede darnos nunca el conocimiento verdadero, sino solo una comprensión intelectual de él. Tal comprensión intelectual es meramente un conocimiento superficial y dualista, un conocimiento en el que lo que es conocido es distinto de la persona que lo conoce.

Ninguna comprensión intelectual puede ser nunca el conocimiento verdadero, debido a que nuestro intelecto es meramente una función de la mente, la consciencia limitada sujeta a los adjuntos, que es la raíz de todo el conocimiento erróneo, al ser ella misma un conocimiento erróneo que surge solo cuando nos tomamos erróneamente por un cuerpo físico. Por lo tanto, una comprensión teórica de esta filosofía y ciencia es útil solo en la medida en que nos motiva a buscar la experiencia directa del verdadero autoconocimiento no-dual, y nos capacita para comprender claramente el medio por el que podemos obtener tal experiencia directa.

CAPÍTULO 6

Conocimiento Verdadero y Conocimiento Falso

Como hemos visto en el capítulo anterior, el conocimiento verdadero no es un estado que podamos obtener como si fuera nuevo, debido a que existe siempre como la consciencia esencial y fundamental, «yo soy», que nunca, ni siquiera por un momento, dejamos de conocer. Lo que nos impide experimentarlo como es realmente, es solo el conocimiento falso que hemos sobrepuesto en él. ¿Qué queremos decir cuando hablamos de «conocimiento falso» o «conocimiento erróneo»?

Excepto nuestro conocimiento básico «yo soy», todo lo que conocemos es solo un pensamiento que surge en la mente, una forma de conocimiento que es inherentemente dualista, al implicar, como lo hace, tres componentes aparentemente distintos, a saber, nosotros como el sujeto que conoce, algo otro que nosotros como el objeto conocido, y vinculando a estos dos, un acto de conocer separado. Es decir, cuando sentimos «sé esto», este conocimiento implica una consciencia concedora o sujeto llamado «yo», una cosa conocida u objeto llamado «esto», y una acción o proceso de hacer llamado «conocer». Estos tres componentes constituyen la tríada básica de la que está compuesta toda forma de conocimiento objetivo.

En esta tríada básica de conocimiento objetivo, el verbo «conocer» puede ser reemplazado por algún otro verbo, tal como «percibir», «ver», «oír», «saborear», «experimentar», «pensar», «sentir», «creer» o «comprender», pero, no obstante, esta tríada permanece como la estructura básica de toda forma de conocimiento o experiencia otra que el conocimiento esencial y fundamental, que es el conocimiento de ser, «yo soy». Puesto que el conocimiento fundamental «yo soy» es no-dual, no implica ninguna distinción entre la consciencia que conoce y ella misma, ni implica ningún acto de conocer separado, debido a que la consciencia se conoce a sí misma natural y simplemente siendo ella misma, y no haciendo algo.

¿Por qué decimos que todo conocimiento que implica esta tríada es un conocimiento falso o erróneo? En primer lugar, decimos eso debido a que cada componente de esta tríada es un pensamiento que formamos en la mente por el poder de imaginación. Sin el poder de imaginación, es decir, el poder de formar pensamientos, no podríamos experimentar ningún conocimiento otro que «yo soy». Así pues, todo conocimiento otro que «yo soy» es esencialmente imaginario.

Incluso la idea de que nuestro conocimiento del mundo externo es formado en la mente no solo por el poder de imaginación, sino también en respuesta a un estímulo externo efectivo, es un pensamiento que formamos en la mente por el poder de imaginación. No existe ninguna razón o prueba que pueda justificar la creencia de que algo de nuestro conocimiento corresponde efectivamente a algo fuera de la mente. Todo lo que conocemos, y todo lo que podemos conocer, es conocido solo dentro de la mente. Incluso el mundo aparentemente externo que conocemos a través de los cinco sentidos, existe para nosotros solo dentro de la mente, de la misma manera que el mundo que conocemos en un sueño existe solo dentro de la mente.

En segundo lugar, decimos eso debido a que cada componente de esta tríada es una apariencia transitoria. Aunque el sujeto conocedor, «yo», es relativamente constante, en contraste con los objetos conocidos por él y sus acciones de conocerlos, que son pensamientos que están cambiando, surgiendo y después sumergiéndose constantemente en la mente, siendo cada uno reemplazado al momento siguiente por otro, incluso este «yo», el sujeto que conoce este flujo de pensamientos constantemente cambiante, es transitorio al surgir solo en la vigilia y en el sueño con sueños, y sumergirse en el sueño profundo.

Este sujeto que piensa y conoce todos los otros pensamientos es la mente, la consciencia limitada sujeta a los adjuntos que se conoce a sí misma no meramente como «yo soy» sino como «yo soy este cuerpo». Puesto que este sujeto, todos los objetos conocidos por él, y todas sus acciones sucesivamente repetidas de conocer esos objetos, son así meramente apariencias transitorias, no pueden ser reales, porque aunque parezcan ser reales en un tiempo, dejan de parecer reales en otro. Su realidad aparente es por lo tanto solo una apariencia falsa, una aparición ilusoria formada en la mente por nuestro poder de imaginación.

Aunque todo nuestro conocimiento otro que «yo soy» es así una apariencia imaginaria y falsa, ¿cómo nos parece ser real? Todo lo que conocemos, nos parece ser real mientras estamos conociéndolo. Incluso el mundo que experimentamos en el sueño con sueños, y el cuerpo que tomamos entonces como «yo», nos parecen reales mientras estamos experimentando ese sueño. Por lo tanto, hay algo que hace que todo nuestro conocimiento actual parezca ser real. ¿Qué es ese algo?

Todo conocimiento, hemos visto, consta de tres componentes, siendo el primero y básico el sujeto conocedor, «yo». Este sujeto es una consciencia compuesta formada por la superposición de un adjunto imaginario, «este cuerpo», sobre la consciencia real «yo soy». Así pues, subyaciendo a todo conocimiento, está el conocimiento verdadero «yo soy», y es este conocimiento o consciencia verdadera lo que da una realidad aparente a todo conocimiento que experimentamos.

¿Cómo es exactamente la realidad de nuestro conocimiento básico «yo soy», transferida así aparentemente a todos los otros conocimientos que superponemos actualmen-

te sobre ella, incluso si ese otro conocimiento es falso? Todo nuestro otro conocimiento es conocido solo por la mente, que es el sujeto conocedor, y que viene a la existencia solo imaginándose ser un cuerpo. Antes de imaginar y conocer alguna otra cosa, la mente imagina primero que un cuerpo es ella misma. Es decir, ella confunde un cuerpo, que es un producto de su imaginación, con «yo soy», que es su conocimiento básico y real. Puesto que «yo soy» es real, y puesto que la mente toma erróneamente ese cuerpo imaginario como «yo soy», no puede sino sentir que ese cuerpo es real.

Tanto si el cuerpo que ella imagina ahora ser ella misma acontece que es este cuerpo del estado de vigilia, como si es algún otro cuerpo en el sueño con sueños, la mente siente siempre que su cuerpo actual es real. Puesto que ese cuerpo actual es uno entre los muchos objetos del mundo que ella está experimentando en el momento actual, la mente no puede sino sentir que todos los otros objetos que está experimentando actualmente son tan reales como el cuerpo que toma ahora erróneamente como ella misma. En otras palabras, puesto que tomamos erróneamente ciertos productos actuales de nuestra imaginación como nosotros y por lo tanto como reales, no podemos evitar tomar erróneamente todos los otros productos actuales de nuestra imaginación como igualmente reales.

Sin embargo, aunque solo nuestro conocimiento o consciencia básica «yo soy» es real, y aunque todas las otras cosas que parecen ser reales toman su realidad aparente solo de esta consciencia, que es su base y soporte subyacente, estamos tan acostumbrados a pasar por alto esta consciencia y a prestar atención solo a los objetos o pensamientos que formamos en la mente por nuestro poder de imaginación, que, en la perspectiva distorsionada de la mente, esos objetos y el acto de conocerlos, parecen ser más reales que la consciencia fundamental que les subyace.

La única razón por la que sufrimos por esta perspectiva distorsionada, es que estamos tan dominados por la experiencia de dualidad u otredad, creyendo que podemos obtener felicidad real solo de otras cosas que nosotros, que a lo largo de todos los estados de actividad mental, que llamamos vigilia y sueño con sueños, gastamos todo el tiempo prestando atención solo a tales otras cosas, y consecuentemente ignoramos o pasamos por alto la consciencia subyacente «yo soy».

Esta perspectiva distorsionada de la mente es lo que hace tan difícil para nosotros aceptar que solo la consciencia «yo soy» es real, y que todo lo demás es solo una imaginación o apariencia. Mientras en nuestra perspectiva distorsionada, todo nuestro conocimiento de este mundo parece ser sólido, sustancial, obvio e irrefutable, en comparación la consciencia subyacente «yo soy» parece ser algo insustancial y etéreo, algo que no podemos conocer completamente con el mismo grado de precisión y certeza.

Un ejemplo claro del efecto que esta perspectiva distorsionada tiene sobre nuestro intelecto humano, es la famosa observación hecha por Descartes, «*Cogito ergo sum*», que significa, «pienso, por lo tanto soy». Lo que él implicaba con esta conclusión es que

debido a que pensamos, sabemos que somos. Pero esto es poner el carro delante del caballo. No necesitamos pensar para saber que nosotros somos. Primero sabemos «yo soy», y solo entonces es posible para nosotros pensar, o saber «estoy pensando».

Más apropiadamente, por lo tanto, su dicho podría invertirse como, «Yo soy, por lo tanto pienso», o mejor aún como, «Yo soy, por lo tanto parezco pensar». Incluso cuando no pensamos, como en el sueño profundo, sabemos «yo soy». Nuestro pensar depende del conocimiento de ser —la consciencia fundamental «yo soy»— pero el conocimiento de ser no depende de pensar.

Sin embargo, lo que Descartes observó no es enteramente incierto. Todo lo que conocemos y todo lo que pensamos prueba ciertamente que existimos. Todo nuestro conocimiento y todos los pensamientos son una prueba irrefutablemente clara de nuestra existencia o ser.

Sin embargo, para saber que existimos, no necesitamos ninguna prueba externa tal, debido a que la existencia o ser, «yo soy», es auto-evidente. Incluso en la ausencia de cualquier otro conocimiento o pensamiento, sabemos que somos. En el sueño profundo, por ejemplo, no pensamos ni conocemos ninguna otra cosa, pero experimentamos ese estado, y recordamos la experiencia de él, ahora en este estado de vigilia, diciendo «he dormido». Experimentamos el estado libre de pensamiento del sueño profundo debido a que en ese estado ciertamente existimos y sabemos que estamos existiendo. Por lo tanto, nuestra existencia y el conocimiento de que existimos no necesitan ninguna prueba, y mucho menos la prueba proporcionada por el pensamiento y conocimiento de otras cosas.

Nuestra existencia o ser, es auto-evidente debido a que es auto-consciente. Es decir, nuestro ser es consciente de sí mismo, y, por consiguiente, no necesita la ayuda de otro para conocerse. En otras palabras, somos ser auto-consciente, y por consiguiente, sin la ayuda de otro, nos conocemos como «yo soy» simplemente siendo.

Por lo tanto, la auto-consciencia básica «yo soy» no depende de ningún otro conocimiento, sino que todo nuestro otro conocimiento depende de la auto-consciencia básica «yo soy». Por consiguiente, la auto-consciencia básica «yo soy» es nuestro único conocimiento fundamental y esencial.

Para pensar, debemos ser, pero para ser, no necesitamos pensar. Y puesto que nuestro ser no es separado de, u otro que, nuestro conocimiento de ser, podemos decir igualmente bien, que para pensar, debemos saber que somos, pero para saber que somos, no necesitamos pensar.

Puesto que sabemos siempre «yo soy», incluso cuando lo sabemos mezclado con otros conocimientos o pensamientos, ¿por qué deberíamos decir que tal otro conocimiento oscurece nuestro conocimiento de «yo soy», impidiéndonos conocerlo como realmente es?

La naturaleza verdadera y esencial de la consciencia «yo soy» es mero ser, debido a que es capaz de ser sin conocer ninguna otra cosa, como experimentamos cada día en el sueño profundo. Siendo meramente ella misma, ella se conoce a sí misma, debido a que su ser es él mismo la consciencia de su ser. Así pues, ella es un conocimiento perfectamente no-dual —un conocimiento en el que eso que es conocido es eso que lo conoce, un conocimiento que no implica ninguna acción, un conocimiento que no implica nada sino mero ser.

Por otra parte, todo otro conocimiento implica no solo ser, sino también un acto de conocer, además de una distinción entre el conocedor y lo conocido. Este acto de conocer imaginario es sobreimpuesto en la realidad de nuestro mero ser, haciendo que nos parezca que la naturaleza de la consciencia «yo soy» no es meramente ser, sino conocer otras cosas que ella misma.

Así pues, por el surgimiento transitorio de cualquier otro conocimiento, la naturaleza real y permanente de nuestro conocimiento o consciencia «yo soy» verdadera, que es mero ser, es oscurecida. En lugar de saber meramente «yo soy», sabemos «estoy conociendo esto» o «estoy conociendo eso». Puesto que todo conocimiento otro que «yo soy» es imaginario y por lo tanto irreal, el conocimiento «estoy conociendo esto» es meramente un conocimiento falso o erróneo —un conocimiento en el que un adjunto imaginario ha sido sobreimpuesto en nuestro básico y único conocimiento verdadero, «yo soy», oscureciéndolo así al hacerlo parecer otro que lo que realmente es.

Para que conozcamos nuestro sí mismo verdadero como realmente es, ¿es suficiente, por lo tanto, que dejemos meramente de conocer nada más? Si dejamos meramente de prestar atención a otro, ¿obtenemos con ello automáticamente el conocimiento verdadero de nuestro sí mismo real, «yo soy»?

No, no lo obtenemos, debido a que en el sueño profundo dejamos de prestar atención a, o de conocer, nada otro que nosotros, pero incluso entonces no tenemos un conocimiento claro de lo que somos realmente. Si en el sueño profundo nos conociéramos verdadera y claramente como realmente somos, no podríamos tomarnos erróneamente de nuevo como otro —un cuerpo físico— en la vigilia y el sueño con sueños. Aunque todo conocimiento de otras cosas es eliminado en el sueño profundo, la consciencia «yo soy» está todavía oscurecida por una oscuridad o falta de claridad aparente de auto-conocimiento.

¿Qué es esta oscuridad o falta de claridad que experimentamos en el sueño profundo, y que nos impide conocer claramente la naturaleza verdadera de nosotros, la consciencia real libre de adjuntos «yo soy»?

En el *vedanta advaita*, nuestro poder de ilusión o auto-engaño por el que aparentemente nos impedimos conocer nuestra naturaleza verdadera es llamado *maya*. La palabra *maya* significa etimológicamente «lo que (ya) no es (ma)», y es definida como el

poder que hace que eso que es irreal parezca ser real, y que eso que es real parezca ser irreal.

Este poder de *maya* o auto-engaño funciona en dos formas, como el poder de velar u oscurecer, llamado *avarana sakti*, y el poder de esparcimiento, dispersión, difusión o disipación, llamado *vikshepa sakti*. La primera, *avarana sakti*, que es nuestro poder de «auto-olvido», «auto-ignorancia» o falta de claridad de auto-conocimiento, es la raíz y forma primaria de *maya*, debido a que es la causa original que subyace siempre a la segunda, *vikshepa sakti*, que es nuestro poder de imaginación que nos capacita para proyectar desde dentro de nosotros un mundo de multiplicidad aparentemente externo. Mientras *vikshepa sakti* funciona solo en la vigilia y en el sueño con sueños, la *avarana sakti* subyacente funciona no solo en la vigilia y el sueño con sueños sino también en el sueño profundo.

Nuestro poder de «auto-olvido», que es el poder de velar o *avarana sakti*, puede ser comparado a la oscuridad de fondo de un cine, sin la que ninguna imagen podría ser proyectada sobre la pantalla. Todos los pensamientos que formamos en la mente, incluyendo el mundo aparentemente externo que proyectamos y percibimos a través de los cinco sentidos, son como las imágenes proyectadas y vistas en la pantalla de cine. El poder que proyecta esta imagen de pensamientos y un mundo aparentemente externo, es nuestro poder de imaginación y de difusión o *vikshepa sakti*.

De la misma manera que el proyector de cine no podría proyectar ninguna imagen si la luz indispensable no estuviera brillando intensamente dentro de él, así también la mente no podría proyectar la imagen imaginaria de éste o de cualquier otro mundo, si la luz indispensable no estuviera brillando intensamente dentro de ella. Esta luz indispensable que brilla intensamente dentro de la mente capacitándola para proyectar esta imagen imaginaria de pensamientos y objetos, es la consciencia esencial «yo soy».

Los estados de vigilia y sueño con sueños pueden ser comparados al estado en el que la bobina de una película está corriendo en el proyector, produciendo una imagen siempre cambiante en la pantalla, mientras que el sueño profundo puede ser comparado al estado en el que la bobina de una película ha terminado y otra está a punto de ser ensartada en el proyector. Todo el tiempo, sin embargo, la luz intensa está brillando en el proyector, de modo que en el intervalo entre la retirada de una bobina y la colocación de la siguiente, todo lo que es visto en la pantalla es una luz.

Sin embargo, aunque en ese tiempo no podamos ver ninguna imagen en la pantalla, sino solo un marco de luz, la oscuridad de fondo del cine continúa. Similarmente, en el sueño profundo, aunque no experimentemos ninguno de los efectos de *vikshepa sakti*, sino solo la luz de consciencia esencial, «yo soy», el poder velador del «auto-olvido» o *avarana sakti* continúa, impidiéndonos conocer la consciencia «yo soy» como es realmente, libre de cualquier adjunto tal como una aparente falta de claridad.

El poder de auto-engaño o *maya*, no puede ocultar nunca enteramente nuestro sí mismo real, debido a que él es la consciencia que nos capacita para conocer los efectos

del auto-engaño. Todo lo que el auto-engaño o *maya* puede hacer es oscurecer nuestro sí mismo real haciendo que parezca ser algo otro que lo que realmente es. Sabemos siempre «yo soy», ya sea que la mente esté funcionando, como en la vigilia y el sueño con sueños, o ya sea en la suspensión temporal, como en el sueño profundo, pero no lo conocemos como es realmente. En todos estos estados sabemos *que somos*, pero no sabemos *qué somos*.

En la vigilia y el sueño con sueños sabemos «yo soy este cuerpo, una persona llamada fulano, y soy consciente de este mundo a mi alrededor». En el sueño profundo, por otra parte, nos conocemos como aparentemente «inconscientes». Así pues, en la vigilia y el sueño con sueños, la identificación con un cuerpo físico y la consecuente percepción de un mundo alrededor nuestro es sobreimpuesta en la consciencia fundamental «yo soy». Similarmente, en el sueño profundo, nuestra identificación con la aparente «inconsciencia» de ese estado es sobreimpuesta en la consciencia fundamental «yo soy». Es decir, en estos tres estados, la naturaleza verdadera de nuestro sí mismo real, la consciencia fundamental y esencial «yo soy», está oscurecida por la sobreimposición de adjuntos ilusorios.

Como hemos visto anteriormente, nuestro supuesto estado de vigilia presente no es esencialmente diferente de los muchos estados de sueño con sueños que experimentamos mientras dormimos. De nuestro sueño profundo de auto-olvido, creamos tanto la vigilia como el sueño con sueños. Puesto que creamos estos dos estados solo por nuestro poder de imaginación, ambos son estados meramente imaginarios que no existen en realidad.

Aunque desde nuestro punto de vista en este estado de vigilia presente, podemos ser capaces de señalar ciertas diferencias entre la experiencia en la vigilia y la experiencia en el sueño con sueños, estas diferencias son solo diferencias superficiales en la cualidad de cada uno de estos estados, y no diferencias en su sustancia esencial. Debido a que el apego al cuerpo en este estado de vigilia es normalmente más fuerte que el apego al cuerpo en un sueño, este estado de vigilia nos parece (al menos ahora mientras estamos experimentándolo) más sólido, fijo, consistente y duradero que un sueño ordinario. Sin embargo, debido meramente a que desde nuestro punto de vista presente en este estado de vigilia, parece haber tales diferencias entre la cualidad de nuestra experiencia en este estado y la cualidad de nuestra experiencia en el sueño con sueños, no podemos concluir que este estado de vigilia es efectivamente más real que un sueño.

Tanto la vigilia como el sueño con sueños son estados que experimentamos solo dentro de la mente. Todo lo que experimentamos o conocemos en cualquiera de estos dos estados es solo una serie de pensamientos que hemos formado dentro de la mente por nuestro poder de imaginación. En ambos estados imaginamos un cuerpo, que tomamos erróneamente por nosotros, e imaginamos además que a través de los cinco sentidos de ese cuerpo, percibimos un mundo externo, que tomamos erróneamente por real. Sin

embargo, estos cuerpos que tomamos erróneamente por «yo» y estos mundos que tomamos erróneamente por reales, son todos meramente imágenes que formamos y experimentamos dentro de la mente.

Mientras nos tomemos erróneamente por esta mente —esta consciencia que se ha limitado a sí misma tomándose erróneamente por un cuerpo imaginario— no podemos conocer nada fuera de sus límites. Tanto en el estado de vigilia como en el estado de sueño con sueños, vivimos toda nuestra vida solo dentro de la mente.

Puesto que todo lo que conocemos —otro que la consciencia fundamental «yo soy»— es conocido por nosotros solo dentro de la mente, no tenemos ninguna razón válida para creer que algún mundo o algo otro que «yo soy» exista efectivamente fuera de sus confines. Consecuentemente, no tenemos ninguna razón válida para creer que el estado de vigilia presente sea nada sino otro sueño creado enteramente por nuestro poder de imaginación auto-engañoso.

¿Bajo qué circunstancias, o en qué condición puede ser experimentado un sueño? Un sueño puede acontecer solo cuando hay un sueño profundo subyacente. Cuando estamos completamente despiertos al mundo alrededor nuestro, y a nosotros como un cuerpo particular en ese mundo, no podemos tomar erróneamente otro cuerpo por «yo» u otro mundo por real. Solo después de que hemos caído dormidos, olvidando nuestro sí mismo de vigilia normal (este cuerpo imaginario que ahora tomamos erróneamente por nosotros) y el hecho de que supuestamente estamos yaciendo en nuestra cama, podemos tomarnos erróneamente por algún otro cuerpo imaginario que está sufriendo diversas experiencias en algún otro mundo imaginario.

Por lo tanto, si nuestro estado de vigilia presente es solo otro sueño, como tenemos buena razón para suponer que es, debe haber algún sueño profundo subyacente a él. ¿Qué es ese sueño que subyace a este estado de vigilia —el sueño profundo sin el que este estado de vigilia no podría acontecer?

La diferencia entre la vigilia y el sueño profundo es que en la vigilia nos imaginamos ser un cuerpo particular, mientras que en el sueño profundo olvidamos este sí mismo imaginario limitado por el cuerpo del estado de vigilia. El sueño profundo es así esencialmente un estado de auto-olvido.

En el sueño profundo ordinario de cada día, olvidamos el sí mismo de vigilia normal, y debido a que hemos olvidado este sí mismo de vigilia —este cuerpo particular que ahora imaginamos ser— somos capaces de imaginarnos ser algún otro cuerpo en el sueño con sueños. Aunque el sí mismo de vigilia está supuestamente yaciendo dormido en una cama inconsciente del mundo alrededor de él, olvidamos este sí mismo de vigilia y en su lugar creamos otro sí mismo imaginario en el estado de sueño con sueños, identificando otro cuerpo como «yo» y viendo otro mundo alrededor nuestro. Por lo tanto, de la misma manera que el sueño profundo que subyace a un sueño ordinario, es un estado de olvido del sí mismo de vigilia, así también el sueño profundo que subyace a este

sueño que llamamos «estado de vigilia» presente, debe ser un estado de olvido de nuestro sí mismo real.

Sin embargo, ¿qué queremos decir exactamente cuando definimos el sueño profundo como un estado de auto-olvido? ¿De qué manera nos olvidamos de nosotros en el sueño profundo? Incluso en el sueño profundo, de hecho no olvidamos nunca *que somos*, sino que solo olvidamos *qué somos*. Debido a que en el sueño profundo sabemos que somos, pero no qué somos, en el sueño con sueños somos capaces de tomarnos erróneamente por algún otro cuerpo. Si no hubiéramos olvidado el sí mismo de vigilia en el sueño profundo, no podríamos imaginar que otro cuerpo es nosotros en el sueño con sueños.

Similarmente, si no hubiéramos olvidado la naturaleza verdadera de nuestro sí mismo real, que existe siempre como la consciencia libre de adjuntos «yo soy», no seríamos capaces de imaginarnos ser algo otro que eso. Es decir, no seríamos capaces de imaginarnos ser un cuerpo en el estado de vigilia, ser otro cuerpo en el sueño con sueños, y ser «inconscientes» en el sueño profundo. Así pues, el sueño profundo fundamental que subyace a todos los sueños, incluyendo el sueño presente que ahora tomamos erróneamente por el estado de vigilia, es el sueño profundo de auto-olvido —el sueño en el que hemos olvidado nuestro sí mismo real, la naturaleza verdadera de la consciencia esencial «yo soy».

Aunque en el estado de vigilia presente, tomamos erróneamente la «inconsciencia» aparente que experimentábamos en el sueño profundo, meramente como una inconsciencia del cuerpo y del mundo, de hecho en el sueño profundo no sabemos ni pensamos «yo soy inconsciente de mi cuerpo y del mundo». Solo en la vigilia y en el sueño con sueños pensamos «en el sueño profundo era inconsciente de mi cuerpo y del mundo». Eso que piensa así es la mente, pero puesto que la mente no estaba presente en el sueño profundo, no puede decirnos exactamente cuál era de hecho la experiencia en el sueño profundo.

Todo lo que podemos decir ahora sobre el sueño profundo es que, aunque sabíamos «yo soy» en ese estado, sin embargo ahora nos parece ser un estado de oscuridad, ignorancia o falta de claridad aparentes. Esa falta de claridad aparente es la «inconsciencia» que parecemos haber experimentado en el sueño profundo. Pero, ¿qué es de hecho esa falta de claridad aparente? ¿Qué es eso sobre lo que parecemos haber carecido de claridad en el sueño profundo?

Puesto que ningún cuerpo ni mundo existían en el sueño profundo, decir que éramos inconscientes de ellos es engañoso. Decir que en el sueño profundo éramos inconscientes del cuerpo y de este mundo, es como decir que en el estado de vigilia presente somos inconscientes del cuerpo y del mundo que parecían existir en un sueño. Puesto que cualquier cuerpo o mundo que experimentamos, tanto en la vigilia como en el sueño con sueños, es solo una imaginación —una colección de pensamientos o imágenes mentales que aparece solo en la mente— decir que éramos inconscientes de ellos en el sueño pro-

fundo, es en efecto decir que éramos inconscientes de los pensamientos en el sueño profundo.

Podríamos decir que somos inconscientes de los pensamientos en el sueño profundo solo si tuviéramos efectivamente algún pensamiento en ese estado. Cuando decimos que somos inconscientes de algo, ello implica que esa cosa existe efectivamente, o al menos que parece existir. Puesto que en el sueño profundo solo experimentamos nuestro ser esencial auto-consciente, «yo soy», no tenemos ninguna razón para creer que nada otro que eso existía efectivamente en ese estado.

Por lo tanto, la claridad de conocimiento de la que parecemos haber carecido en el sueño profundo, solo puede ser una claridad concerniente a lo que existía efectivamente en ese estado, a saber, nuestro ser real auto-consciente. En otras palabras, la «inconsciencia» que ahora imaginamos que experimentábamos en el sueño profundo, es solo la aparente falta de auto-conocimiento claro —la aparente falta de claridad concerniente a la naturaleza real de la consciencia esencial «yo soy».

En el sueño profundo sabemos que somos, sin embargo parecemos carecer de un conocimiento claro de qué somos. Por lo tanto, la aparente oscuridad del sueño profundo, que en el estado de vigilia presente tomamos erróneamente meramente por una «inconsciencia» del cuerpo y el mundo que ahora estamos experimentando, es de hecho solo la falta de claridad del auto-conocimiento verdadero —el supuesto «olvido» o «ignorancia» de nuestro sí mismo real. Si nuestro sí mismo real, que es la consciencia esencial «yo soy», no estuviera aparentemente oscurecido por el velo de auto-olvido o auto-ignorancia, el sueño profundo sería un estado de auto-conocimiento perfectamente claro.

En el sueño profundo, por lo tanto, el adjunto que sobreimponemos en nuestro sí mismo real, y que con ello nos impide conocer claramente su naturaleza verdadera, es solo este velo de auto-olvido llamado *avarana*. Aunque este velo de auto-olvido no puede impedirnos nunca conocer «yo soy», nos hace experimentar «yo soy» de una manera distorsionada, capacitándonos con ello en la vigilia y el sueño con sueños para imaginar que somos un cuerpo físico, y que a través de los cinco sentidos de este cuerpo estamos viendo un mundo de objetos y gentes múltiples.

Debido a que este velo de auto-olvido es la causa original de la apariencia ilusoria de la mente, la consciencia compuesta que imagina «yo soy este cuerpo», en el *vedanta advaita* es descrito como el «cuerpo causal» o *karana sarira*. De la misma manera que el auto-olvido que experimentamos en el sueño profundo es el «cuerpo causal», así también la mente que surge de este «cuerpo causal» es el «cuerpo sutil» o *sukshma sarira* (como es explicado por Sri Ramana en el párrafo catorce de *Nan Yar?* y en el verso 24 de *Ulladu Narpadu*, los cuales hemos citado en el capítulo tres), y el cuerpo físico que la mente crea para sí misma por su poder de imaginación en la vigilia y en el sueño con sueños es el «cuerpo grosero» o *sthula sarira*. Es decir, el cuerpo físico es una forma

grosera de la mente, que a su vez es una forma más sutil, pero no obstante forma grosera, de nuestro auto-olvido.

Siempre que la mente surge, tanto en la vigilia como en el sueño con sueños, lo hace imaginándose ser un cuerpo físico. Pero cuando se sumerge en el sueño profundo, todas sus imaginaciones cesan, y, por consiguiente, se disuelve en su forma causal, que es nuestro velo de auto-olvido aparente. El olvido de nuestro sí mismo real es así el sueño profundo primario que subyace a la apariencia de los estados de vigilia y sueño con sueños.

¿Es este sueño profundo de auto-olvido primario, que causa así la apariencia tanto de la vigilia como del sueño con sueños, un estado distinto del sueño profundo ordinario que experimentamos cada día, o son ambos el mismo estado?

Aunque podemos experimentar un sueño dentro de un sueño (como hacemos a veces cuando pensamos que hemos despertado de un sueño, pero más tarde despertamos de nuevo y descubrimos que el primer «despertar» fue solo de un sueño dentro de otro sueño), no podemos experimentar un sueño profundo dentro de un sueño profundo. Puesto que el sueño con sueños es un estado de dualidad y diversidad, podemos experimentar cualquier número de sueños. Pero puesto que el sueño profundo es un estado exento de diferencias o dualidad, solo puede haber un único estado de sueño profundo.

Ese único y solo estado de sueño profundo, es nuestro sueño profundo de auto-olvido fundamental —el sueño profundo que ha acontecido debido a nuestra aparente falta de auto-conocimiento claro. Este sueño profundo de auto-olvido es la causa subyacente del surgimiento de todos los otros estados— la causa original de la apariencia de toda dualidad. Todos los incontables estados de sueño con sueños —incluyendo nuestro sueño presente que, mientras lo experimentamos, imaginamos que es un estado de vigilia— surgen solo de este sueño profundo de auto-olvido subyacente. Por lo tanto, el estado de sueño profundo que experimentamos cada día, no es ningún otro que este sueño profundo de auto-olvido original que subyace al surgimiento tanto de la vigilia como del sueño con sueños.

Aunque la vigilia y el sueño con sueños son estados temporales que acontecen en el largo sueño profundo de auto-olvido, percibimos erróneamente el sueño profundo como un corto intervalo que acontece cada día en la vida de vigilia. En verdad, sin embargo, la vida de vigilia presente, es meramente uno de los muchos sueños que acontecen en el largo sueño profundo de auto-olvido.

Incluso ahora estamos experimentando ese sueño profundo de auto-olvido, pero dentro de este sueño profundo estamos experimentando también un sueño con sueños que llamamos la vida de vigilia presente. Ese estado de sueño profundo que experimentamos cada día es meramente el estado en el que todos los sueños se han sumergido, dejando solo su estado subyacente y causal, el sueño profundo de auto-olvido.

¿Cómo olvidamos nuestro sí mismo real? En verdad, conocemos siempre nuestro sí mismo real, y no lo hemos olvidado nunca. Solo nos parece haberlo olvidado. No podemos olvidarlo nunca realmente, debido a que somos la consciencia esencial «yo soy», y la naturaleza misma de esta consciencia «yo soy» es ser consciente de sí misma.

Sin embargo, aunque la consciencia real «yo soy» no puede olvidarse a sí misma nunca, no obstante, de alguna manera, parecemos tomarnos erróneamente por la mente, que es una consciencia espuria e irreal que no conoce su propia naturaleza real, y que con ello imagina «yo soy este cuerpo». Por lo tanto, para explicar la apariencia de esta mente, tenemos que postular un olvido aparente de nuestro sí mismo real. Sin embargo, este auto-olvido nuestro, existe solo en la visión de la mente, y no en la visión de la consciencia original «yo soy». El auto-olvido, por lo tanto, no es real, sino meramente una imaginación —una apariencia ilusoria que existe solo en la visión de la mente irreal.

El auto-olvido, como hemos visto, es la forma primaria de *maya* o auto-engaño, y *maya* es *ya ma*, «eso que no es». El auto-olvido o falta de auto-conocimiento claro, por lo tanto, es algo que realmente no existe.

Mientras el auto-olvido, que es el poder de auto-oscurecimiento llamado *avarana*, es la forma primaria de *maya*, la mente, que es el poder de imaginación o auto-difusión llamado *vikshepa*, es la forma secundaria de *maya*. Todas las formas de *maya*, incluyendo no solo sus dos formas básicas de auto-olvido y auto-difusión, sino también toda la dualidad o multiplicidad que surge de estas dos formas básicas, son conocidas solo por la mente, y no por la consciencia original «yo soy», cuya naturaleza es conocer solo su propio ser. Por lo tanto, al ser conocido solo por la mente, el auto-olvido y todo lo que surge de él es solo una imaginación.

Es decir, aunque el poder de imaginación surge solo del auto-olvido, éste es no obstante una mera imaginación. El auto-olvido es de hecho la forma primaria o semilla del poder de imaginación o mente, y como tal es él mismo eso que aparece como la mente. La mente o poder de imaginación es por lo tanto meramente una forma grosera del auto-olvido extremadamente sutil.

Tal es la naturaleza inexplicable e ilusoria de *maya* que, aunque el auto-olvido es la causa original que creó la consciencia espuria e irreal que llamamos mente, sin embargo, ella no existe excepto en la visión de esta consciencia irreal que ha creado.

Entonces, ¿cómo surge este auto-olvido ilusorio? ¿Cómo parecemos haber olvidado nuestro sí mismo real? Puesto que somos en realidad solo la auto-consciencia fundamental «yo soy», que no puede olvidar nunca su propia naturaleza verdadera, ¿cómo podemos olvidarnos aunque sea aparentemente?

Puesto que somos en verdad la consciencia ilimitada «yo soy», que es lo único real, solo existimos verdaderamente. Puesto que no existe nada más que nosotros, no hay nada que pueda limitar nuestra libertad o poder de ninguna manera. Siendo la única y

sola realidad absoluta, por lo tanto, somos perfectamente libres, y, por consiguiente, todopoderosos. O para ser más precisos, somos libertad perfecta y poder absoluto, debido a que libertad y poder no pueden ser otros que la única realidad no-dual existente, que es nuestro sí mismo real.

Por lo tanto, aparte de nosotros, no hay ningún poder que pueda hacernos olvidar nuestro sí mismo real, y ni siquiera olvidarlo aparentemente. Por consiguiente, debe ser solo por nuestra libertad de elección por lo que hemos olvidado aparentemente nuestro sí mismo real.

Debido a que somos libertad perfecta, somos libres de ser lo que quiera queelijamos ser, y de hacer lo que quiera queelijamos hacer. Somos libres para ser nuestro sí mismo real —es decir, para permanecer solo como lo que somos siempre realmente, como mereo ser, que es la consciencia infinita no-dual «yo soy»— o para imaginarnos ser una consciencia finita limitada por un cuerpo que experimenta un mundo de dualidad imaginario.

Para imaginarnos como una consciencia limitada por un cuerpo, primero debemos elegir desatender o ignorar nuestra naturaleza real como la consciencia ilimitada libre de adjuntos «yo soy», o al menos imaginar que la hemos desatendido. Este desatender o ignorar imaginario a nuestro sí mismo real, es lo que llamamos «auto-olvido», y acontece solo por nuestra elección —por el mal uso de nuestra libertad y poder ilimitados.

Aunque es solo por nuestra libertad y poder ilimitados que imaginamos así que hemos olvidado nuestro sí mismo real, una vez que lo hemos imaginado así, con ello hemos devenido aparentemente una consciencia limitada sujeta a un cuerpo, y, por consiguiente, ya no experimentamos más nuestra libertad y poder ilimitado, sino que en lugar de ello nos sentimos ser una criatura finita que posee solo una libertad y poder muy limitados. Debido a nuestras limitaciones imaginarias y auto-impuestas, ya no es posible para nosotros ser lo que quiera queelijamos ser, y hacer lo que quiera queelijamos hacer. Nuestra libertad de elección, por lo tanto, es ahora limitada.

Sin embargo, incluso ahora tenemos la libertad de prestar atención a los pensamientos u objetos que hemos creado por nuestro poder de imaginación, o prestar atención a la consciencia esencial para descubrir nuestra naturaleza real —quién o qué somos realmente. Solo por este auto-escrutinio, podemos eliminar el velo de auto-olvido con el que hemos ocultado aparentemente nuestra naturaleza verdadera.

Cuando nosotros, como la realidad absoluta, elegimos aparentemente usar mal nuestra libertad y poder ilimitados para olvidar nuestro sí mismo real e imaginamos con ello ser un individuo finito, nuestro poder asume la forma irreal de *maya*. Pero cuando en lugar de ello elegimos usar nuestra libertad y poder ilimitados correctamente para ser meramente lo que realmente somos, nuestro poder permanece en su forma natural y real, que en el lenguaje del misticismo o la religión es llamado el poder de la «gracia». La gracia y *maya* son así uno y el mismo poder —el único poder que existe realmente.

Cuando usamos mal nuestro poder para engañarnos, lo llamamos *maya*, y cuando lo usamos correctamente para permanecer lo que somos, lo llamamos gracia. *Maya* es el poder de engaño o auto-engaño, mientras que la gracia es el poder de «iluminación» o auto-conocimiento claro.

Por lo tanto, si queremos liberarnos de *maya*, debemos retirar la atención de todas las otras cosas y dirigirla hacia la consciencia esencial «yo soy» para saber qué somos realmente. Cuando lo hacemos así, nuestro poder de gracia natural —que es la claridad de la auto-consciencia esencial, que brilla siempre apaciblemente en el núcleo del ser como nuestro sí mismo real, «yo soy»— atraerá la atención hacia sí misma por su irresistible poder de atracción, y con ello disolverá el engaño de auto-olvido dentro de sí misma, que es la claridad perfecta del auto-conocimiento verdadero.

Como hemos visto, nuestro velo de auto-olvido, auto-oscurecedor y auto-engañoso es el sueño profundo que subyace a todos los sueños que experimentamos, incluyendo nuestro sueño presente, que tomamos erróneamente por un estado de vigilia. Este sueño profundo de auto-olvido es lo que nos capacita para imaginar que somos una persona limitada, que siente un cuerpo particular como «yo», y que percibe un mundo de objetos múltiples a través de los cinco sentidos de ese cuerpo.

La forma primaria de *maya* que primero nos capacita para olvidarnos de nosotros es nuestro poder de auto-oscurcimiento llamado *avarana sakti*, mientras que la forma secundaria de *maya* que después nos capacita para imaginar una multitud de pensamientos y objetos que son aparentemente otros que nosotros, es nuestro poder de auto-disipación llamado *vikshepa sakti*. En la vigilia y en el sueño con sueños, experimentamos los efectos de estas dos formas de *maya*, pero en el sueño profundo solo experimentamos el efecto de la forma primaria de *maya*, el poder de auto-olvido llamado *avarana sakti*.

Por lo tanto, para librarnos del poder de *maya* y conocer con ello nuestro sí mismo real, no solo debemos dejar de lado el conocimiento falso de la multiplicidad creada por su *vikshepa sakti*, sino que también debemos penetrar a través del velo del auto-olvido tendido por su *avarana sakti*. Por eso es por lo que en el verso 16 de *Upadesa Undiyar*, que hemos discutido anteriormente, Sri Ramana no dice meramente, «[Nuestra] mente, abandonando [conocer] los objetos externos, es verdadero conocimiento», sino que en lugar de ello dice, «Solo [nuestra] mente, conociendo su propia forma de luz, habiendo abandonado [conocer] los objetos externos, es conocimiento verdadero».

Sin abandonar el prestar atención a los objetos externos, no podemos volver la atención hacia dentro para focalizarla total y exclusivamente en la «forma de luz», que es nuestra verdadera auto-consciencia «yo soy». Pero meramente por abandonar el prestar atención a los objetos externos, no focalizamos automáticamente la atención en la consciencia verdadera «yo soy». Por lo tanto, Sri Ramana coloca «habiendo abandonado

[conocer] los objetos externos» como una cláusula subordinada, y coloca nuestra «mente, conociendo su propia forma de luz» como el sujeto de la sentencia.

El conocimiento verdadero no es meramente un estado en el que hemos abandonado conocer cualesquiera objetos externos, sino que es el estado en el que conocemos claramente nuestro sí mismo verdadero. En el sueño profundo abandonamos conocer objetos externos, pero con ello no obtenemos el conocimiento verdadero. Para obtener el conocimiento verdadero, no es suficiente que eliminemos meramente todas las otras formas de conocimiento falso —es decir, el conocimiento de la multiplicidad, la dualidad o la otredad— debido a que la mera eliminación de tal conocimiento falso no destruirá su raíz y fundamento, que es el olvido de nuestro sí mismo real.

Eliminar las otras formas de conocimiento falso sin poner fin a nuestro auto-olvido, que es la forma primaria de conocimiento falso, solo resultará en una submersión o suspensión temporal de la mente. De un estado tal de suspensión, la mente surgirá de nuevo, y cuando surja, todo el conocimiento falso de dualidad surgirá de nuevo con ella.

La mente puede surgir y estar activa solo experimentando el conocimiento falso de la otredad —es decir, solo conociendo la dualidad— debido a que como una consciencia individual separada, su naturaleza misma es conocer cosas que parecen ser otras que ella misma. Sin embargo, incluso sin conocer ninguna dualidad, ella puede continuar existiendo aparentemente en una forma de semilla durmiente, como lo hace cada día en el sueño profundo. La forma de semilla en la que permanece aparentemente en el sueño profundo y otros estados de suspensión semejantes, es su «cuerpo causal», que es su auto-olvido básico o falta de claridad de auto-conocimiento.

Por lo tanto, para obtener el conocimiento verdadero, es necesario no solo que hagamos que la mente se sumerja temporalmente en un estado de suspensión, sino que en lugar de ello debemos destruirla para siempre poniendo fin a su causa original y base sustentadora, que es el olvido o ignorancia de nuestro sí mismo real.

Cuando finalmente pongamos fin al auto-olvido conociendo nuestro sí mismo real como él es, descubriremos que la mente era meramente una aparición o superposición ilusoria que nunca ha existido realmente, lo mismo que la serpiente ilusoria que nuestra imaginación superponía en una cuerda. El estado en el que descubrimos así que la mente es verdaderamente siempre no-existente, es descrito en el *vedanta advaita* como el estado de «aniquilación de la mente» o *mano-nasa*, y es el estado que tanto en el budismo como en el *vedanta advaita* se llama *nirvana*, una palabra que significa «extinción», «extinguido» o «apagado».

Al ser una aparición ilusoria, la mente solo puede ser destruida o aniquilada por nuestro reconocimiento de que ella verdaderamente no existe, reconocimiento que solo podemos hacer conociendo nuestro sí mismo real. De la misma manera que podemos «matar» a la serpiente ilusoria que imaginamos ver yaciendo en el suelo, solo reconociendo que es meramente una cuerda y no una serpiente, así también podemos «matar» a la

mente ilusoria que ahora imaginamos ser, solo reconociendo que somos meramente nuestro sí mismo real —la consciencia ilimitada libre de adjuntos «yo soy».

Es decir, cuando sepamos qué somos realmente, descubriremos que no hemos sido nunca la mente que nos imaginábamos ser, y que esa mente era meramente un producto del poder de imaginación —una sombra insustancial que apareció en la oscuridad de la ignorancia u olvido de nuestro sí mismo real.

Cada día en el sueño profundo eliminamos todo nuestro conocimiento falso de dualidad, pero debido a que el sueño profundo es solo un estado de suspensión temporal de la mente, tal conocimiento falso surge de nuevo tan pronto como la mente surge del sueño profundo. Sin embargo, en lugar de hacer que la mente se sumerja temporalmente en un estado de mera suspensión, tal como el sueño profundo, si la destruimos poniendo fin al auto-olvido, nunca surgirá de nuevo, y, por consiguiente, todo el conocimiento falso será destruido para siempre.

Como Sri Ramana dice en el verso 13 de *Upadesa Undiyar*:

La submersión [de la mente] es de dos tipos, *laya* [suspensión] y *nasa* [aniquilación]. Esa [mente] que está en suspensión, surgirá. [Pero] si [su] forma muere, no surgirá.

Mediante ciertas formas de meditación o prácticas *yógicas* tales como el control de la respiración, es posible eliminar todo nuestro conocimiento falso de dualidad artificialmente y con ello hacer que la mente se sumerja temporalmente en un estado de suspensión, a veces incluso por un período de tiempo muy prolongado. Pero el único medio por el que podemos destruir la mente es conociendo nuestro sí mismo real, y solo podemos conocerlo escudriñando la consciencia esencial «yo soy».

Por lo tanto, en el verso 14 de *Upadesa Undiyar*, Sri Ramana dice:

Cuando [nosotros] enviamos a [nuestra] mente, que se sumerge [solo temporalmente] cuando controlamos [nuestra] respiración, a la única vía de conocer [nuestro sí mismo real], su forma muere.

Las palabras que Sri Ramana usa en este verso para decir «la única vía de conocer» son *or vazhi*, que pueden tomarse como *oru vazhi*, la «única vía», el «único camino» o la «vía especial», o *orum vazhi*, la «vía de conocer», la «vía de investigar», la «vía de examinar» o la «vía de considerar atentamente». Debido a que examinar y conocer nuestro sí mismo real, la consciencia esencial «yo soy», es el único y solo medio por el que podemos poner fin a nuestro auto-olvido, que es la causa y fundamento de la apariencia ilusoria de la mente y todo su conocimiento falso, Sri Ramana elige usar deliberadamente estas palabras *or vazhi* aquí, sabiendo que nos darían este significado doble.

Cuando la mente se sumerge temporalmente en el sueño profundo, o en cualquier otro estado de suspensión similar provocado por algún medio artificial, ¿por qué no obtenemos con ello el conocimiento verdadero? Puesto que todo nuestro conocimiento falso de otredad es eliminado en el sueño profundo, ¿qué nos impide conocer la naturaleza real de nosotros en ese estado? La única respuesta que podemos dar, es decir que nuestro auto-olvido persiste en el sueño profundo, y lo hace así debido a que no le hemos puesto fin conociendo nuestro sí mismo real como él es.

Sin embargo, si no conocemos nada otro que «yo soy» en el sueño profundo, ¿por qué no lo conocemos tal como es? ¿Qué conocemos exactamente en el sueño profundo? Ahora, en el estado de vigilia, cuando nos tomamos erróneamente por la mente, no podemos decir exactamente qué experimentábamos en el sueño profundo, debido a que, como la mente, no existíamos en ese tiempo. Es decir, la mente de vigilia no puede decir con precisión lo que experimentábamos en el sueño profundo debido a que ella no existía en ese estado.

Sin embargo, existíamos en el sueño profundo, y sabíamos que existíamos en ese tiempo, debido a que ahora sabemos claramente que dormíamos profundamente y que no conocíamos nada otro que nosotros en ese tiempo. Tenemos una memoria definida de haber dormido profundamente, aunque somos incapaces de recordar exactamente qué experimentamos en el sueño profundo.

Puesto que despertamos del sueño profundo y nos tomamos erróneamente de nuevo por este cuerpo, obviamente no experimentábamos un conocimiento claro de nuestro sí mismo verdadero en ese estado. Pero aunque está claro para nosotros (al menos desde nuestra perspectiva presente como una mente de vigilia) que el sueño profundo no es un estado de conocimiento perfecto, continuamos sin saber exactamente qué experimentábamos en el sueño profundo que nos impedía conocer claramente nuestro sí mismo verdadero. Desde el punto de vista de la mente de vigilia presente, podemos reconocer vagamente que experimentábamos la consciencia «yo soy» en el sueño profundo, pero no podemos decir exactamente en qué forma la experimentábamos.

Para la mente de vigilia presente, el sueño profundo parece ser un estado en el que estábamos envueltos por una nube confusa de aparente ignorancia o falta de claridad de auto-consciencia, lo mismo que en la vigilia estamos envueltos ahora por nuestra identificación confusa de nosotros con este cuerpo particular, y en el sueño con sueños estábamos envueltos por nuestra identificación confusa con algún otro cuerpo. Pero aunque no sepamos exactamente qué experimentábamos en el sueño profundo, aparte del hecho de que experimentábamos «yo soy», ¿podemos encontrar al menos una razón para nuestra falta de claridad de auto-consciencia en ese estado? Esa razón debe ser la misma razón fundamental por la que también carecemos de claridad de auto-consciencia en este estado de vigilia presente, y en el estado de sueño con sueños.

Cualquiera que pueda ser la razón fundamental por la que no nos conocemos claramente en el sueño profundo, puesto que esa misma razón fundamental es la causa sub-

yacente de nuestra falta de auto-conocimiento claro no solo en el sueño profundo, sino también en la vigilia y en el sueño con sueños, todo lo que necesitamos hacer es encontrar y abolir esa causa ahora en el estado de vigilia presente. Si podemos conocer claramente nuestro sí mismo real ahora, eso destruirá el auto-olvido inexplicable que subyace no solo a la vigilia sino también al sueño con sueños y al sueño profundo.

En el estado de vigilia presente no sabemos qué somos realmente debido a que gastamos todo el tiempo prestando atención solo a otras cosas aparte de nosotros, y nunca volvemos la atención para focalizarla total y exclusivamente en la consciencia fundamental «yo soy». Como resultado de no prestar atención así exclusivamente a la consciencia «yo soy», nos confundimos imaginándonos ser otro.

Debido a que así nos confundimos tomándonos erróneamente por el cuerpo y mente en el estado de vigilia, y debido a que el cuerpo y mente están ausentes en el sueño profundo, continuamos confundiéndonos en ese estado tomándonos erróneamente de alguna manera por inconscientes de nuestra naturaleza real. Sin embargo, puesto que la mente está ausente en el sueño profundo, en ese estado no podemos hacer ningún esfuerzo para focalizar la atención agudamente en la auto-consciencia esencial «yo soy». Solo podemos hacer ese esfuerzo ahora en este estado de vigilia, o en el sueño con sueños.

En un sueño con sueños, sin embargo, si tratamos de volver la atención hacia la consciencia esencial «yo soy», usualmente encontramos que despertamos inmediatamente de ese sueño al estado de vigilia presente. Debido a que el apego al cuerpo, que tomamos erróneamente por nosotros en el sueño con sueños, no es tan fuerte como el apego a este cuerpo que ahora tomamos erróneamente por nosotros en este estado de vigilia, el apego a ese cuerpo de sueño es disuelto fácilmente si hacemos un pequeño esfuerzo por prestar atención a nosotros.

Sin embargo, si nuestra auto-atención en el sueño con sueños desemboca solo en nuestro recuerdo del sí mismo de vigilia, claramente no es una auto-atención muy aguda o profunda. Puesto que nuestra imaginación ilusoria de que somos un cuerpo en el sueño con sueños es así disuelta fácilmente por una auto-atención superficial, es difícil prestarnos atención profunda y agudamente en el sueño con sueños. Por lo tanto, es solo en este estado de vigilia presente donde podemos hacer seriamente un esfuerzo para prestar atención profundamente —es decir, para prestar atención total y exclusivamente a la auto-consciencia esencial «yo soy».

En un sueño, si dejamos de conocer objetos, pero lo hacemos sin conocer efectivamente nuestro sí mismo real, caeremos ya sea en sueño profundo o en otro sueño. Similarmemente, en este estado de vigilia, que también es un sueño, si en lugar de tratar de conocer nuestro sí mismo real, tratamos meramente de abandonar conocer cualquiera de los objetos o pensamientos que estamos experimentando, caeremos ya sea en el sueño profundo o en otro estado de sueño con sueños.

Por lo tanto, para ir más allá de estos tres estados ordinarios de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, debemos no solo dejar de conocer otras cosas, sino que también debemos eliminar el velo de auto-olvido recordando nuestro sí mismo verdadero. Es decir, para despertar a nuestro sí mismo verdadero, debemos volver la atención hacia uno mismo para escudriñar y conocer claramente la naturaleza verdadera de nosotros, nuestra mera consciencia de ser, «yo soy».

Aunque conocemos la consciencia esencial «yo soy» en nuestros tres estados normales de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, la conocemos de una manera diferente en cada uno de estos estados. En la vigilia la conocemos en la forma de este cuerpo, en el sueño con sueños la conocemos en la forma de algún otro cuerpo y en el sueño profundo la conocemos en la forma de una inconsciencia aparente.

Puesto que la forma en la que conocemos la consciencia «yo soy» en cada uno de estos estados no existe en los otros dos estados, cada una de estas formas es meramente un adjunto ilusorio que sobreimponemos en ella. Por lo tanto, ninguna de las formas en la que la conocemos en ninguno de estos tres estados puede ser su forma verdadera.

Si conociéramos claramente la consciencia «yo soy» en su forma verdadera, en cualquiera de estos tres estados, no la tomaríamos erróneamente por nada otro que eso en los otros dos estados. Por lo tanto, puesto que nos experimentamos de una manera diferente en cada uno de estos tres estados, y puesto que pasamos por cada uno de estos estados repetidamente uno tras otro, está claro que no conocemos la forma verdadera de la consciencia esencial «yo soy» en ninguno de ellos.

Sin embargo, puesto que somos esta consciencia «yo soy», y puesto que la naturaleza misma de esta consciencia «yo soy» es ser consciente de sí misma, debe ser posible para nosotros conocer este «yo soy» en su forma verdadera. De hecho, en el nivel más profundo de nuestro ser, que es la auto-consciencia absolutamente pura y no-dual «yo soy», debemos conocerle incluso ahora claramente en su forma verdadera. Por lo tanto, más allá de los tres estados ordinarios, que son todos estados de conocimiento erróneo, debe existir un estado de conocimiento verdadero en el que conocemos siempre claramente la naturaleza real de la consciencia esencial «yo soy».

Aunque este estado de conocimiento verdadero —el estado en el que estamos plenamente despiertos a la realidad absoluta de nuestro sí mismo— trasciende los tres estados ordinarios, sin embargo subyace a ellos en todos los tiempos, incluyendo este momento presente. Por lo tanto, para experimentar este estado fundamental de conocimiento verdadero, todo lo que necesitamos hacer es escudriñar y conocer la consciencia esencial «yo soy» en este preciso momento.

Puesto que este estado de conocimiento verdadero trasciende los tres estados ordinarios, debe ser exento de todo el conocimiento falso —todo el conocimiento imaginario de las diferencias o la dualidad— que solo experimentamos en dos de ellos. Por lo tanto, pues-

to que es un estado en el que no experimentamos ninguna dualidad, es un estado libre de pensamiento como el sueño profundo, pero puesto que al mismo tiempo es un estado en el que experimentamos absoluta claridad de auto-conocimiento, es también un estado de vigilia perfecta. Por consiguiente, en el *vedanta advaita* este estado fundamental de auto-conocimiento verdadero, es descrito a veces como el estado de «sueño profundo despierto» o «sueño profundo de vigilia» —*jagrat-sushupti* en sánscrito, o *nanavu-tuyil* en tamil.

Puesto que este estado de «sueño profundo despierto» es más allá de nuestros tres estados ordinarios de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, en el *vedanta advaita* también se alude a veces a él como el «cuarto estado» o *turiya avastha*. Algo confusamente, sin embargo, en algunos textos se usa otro término para describirlo, a saber, «el que trasciende el cuarto» o *turiyatita*, que ha dado surgimiento a la noción errónea de que más allá de este «cuarto estado» hay un «quinto estado». En verdad, sin embargo, el estado no-dual de auto-conocimiento verdadero, es el estado último y absoluto, más allá del cual ningún otro estado puede existir.

Puesto que él es el estado absoluto que subyace, aunque trasciende a todos los estados relativos, el auto-conocimiento verdadero de hecho es el único estado que existe realmente. Por lo tanto en el verso 32 de *Ulladu Narpadu Anubandham*, Sri Ramana dice:

Para aquellos que experimentan vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, [el estado real de] «sueño profundo despierto», [que es] más allá de [estos tres estados ordinarios], es llamado *turiya* [el «cuarto»]. [Sin embargo] puesto que solo *turiya* existe, [y] puesto que los tres [estados] que aparecen [y desaparecen] son [en realidad] no-existentes, [el único estado real que es así llamado *turiya* es de hecho] *turiya-atita* [eso que trasciende incluso el concepto relativo de que él es el «cuarto»]. Sed claros [sobre esta verdad].

Nuestro estado fundamental y natural de «sueño profundo despierto» o auto-conocimiento verdadero no-dual, es descrito como el «cuarto» solo para fijar en nosotros que es un estado que es más allá de los tres estados ordinarios de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. Sin embargo, cuando vayamos efectivamente más allá de los tres estados ordinarios al experimentar nuestro estado fundamental de auto-conocimiento verdadero, descubriremos que este estado fundamental es el único estado real, y que los tres estados ordinarios son meramente apariencias imaginarias, que están sobreimpuestas aparentemente en él, pero que en realidad no existen en absoluto. Por lo tanto, aunque a veces sea llamado el «cuarto estado», el estado de auto-conocimiento verdadero o «sueño profundo despierto», es de hecho el único estado que existe verdaderamente.

Por consiguiente, puesto que el término *turiya* o el «cuarto» implica la existencia de otros tres estados, de hecho no es un nombre apropiado para el único estado que existe

verdaderamente. Por ello, aunque el estado verdadero de «sueño profundo despierto» es llamado *turiya*, podría ser llamado más apropiadamente *atita*, «eso que trasciende».

En otras palabras, puesto que él es la única realidad absoluta y es por lo tanto completamente exento de toda relatividad, trasciende no solo los tres estados relativos de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, sino también el concepto igualmente relativo de que él es el «cuarto» estado. Ésta es la razón por la que también es descrito como *turiyatita*, un término que significa literalmente «eso que trasciende el cuarto».

El verso de más arriba fue compuesto por Sri Ramana como un resumen de las siguientes enseñanzas que él había dado oralmente y que Sri Muruganar había registrado en los versos 937 a 939 de *Guru Vachaka Kovai*:

Quando todos los estados [vigilia, sueño con sueños y sueño profundo], que son vistos como tres, desaparecen en los sabios, que han destruido el ego [el sentido autoengreído de ser un individuo separado], *turiya* [el «cuarto»], que es el estado exaltado, es eso que predomina en ellos gloriosamente como *atita* [eso que trasciende toda dualidad y diversidad].

Puesto que los estados [vigilia, sueño con sueños y sueño profundo] que se juntan [envolviéndonos] como los tres componentes [de nuestra vida como una consciencia individual] son meras apariciones [que aparecen y desaparecen] en el *atita* no-dual [el único estado omnitrascendente], [que es] el estado de [nuestro] sí mismo [real], [que es conocido como] *turiya* [el «cuarto»], [y] que es puro ser-consciencia [«yo soy»], sabe que para esos [tres estados ilusorios] [nuestro] sí mismo [real] es el *adhishthana* [la única base sobre la que ellos aparecen y desaparecen, y] en la que [finalmente deben disolverse y] devenir uno.

Si los otros tres [estados] fueran adecuados [para ser descritos] como reales, [solo entonces sería apropiado que dijéramos que] «el sueño profundo despierto», [que es el estado de] puro *jñana* [conocimiento], es el «cuarto», ¿no? Puesto que frente a *turiya* [el supuesto «cuarto»] esos otros [tres estados] se juntan [es decir, se funden juntos y devienen uno], siendo [revelados como] irreales [como tres estados separados], sabe que ese [supuesto «cuarto» estado], es [de hecho] *atita* [el estado trascendente], que es [el solo] uno [estado real].

Mientras la realidad de nuestro estado fundamental de auto-conocimiento verdadero es absoluta, la realidad aparente de los tres estados ordinarios es meramente relativa — relativa solo a la mente, que es la única que los conoce. Sin embargo, cuando experimentemos el estado absoluto de auto-conocimiento no-dual verdadero, descubriremos que la mente era una mera aparición que nunca ha existido verdaderamente. Por lo tanto, cuando la apariencia ilusoria de la mente sea así disuelta, los tres estados relativos de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, que son meras ficciones de la imaginación,

se disolverán junto con ella. Después de esta disolución de la mente, todo lo que permanecerá es nuestro estado natural de «sueño profundo despierto», el estado apacible y no-dual de absoluto conocimiento verdadero.

Todas las formas de dualidad o relatividad son experimentadas por nosotros solo en los estados de vigilia y sueño con sueños, y no en su estado subyacente, el estado de sueño profundo, del que surgen ambos. Puesto que la dualidad y la relatividad son conocidas solo por la mente, y puesto que todas las cosas conocidas por la mente son solo pensamientos que ella forma dentro de sí misma por su poder de imaginación, todas las formas de dualidad o relatividad son meras imaginaciones, pensamientos que nosotros hemos creado.

Puesto que la mente, que así crea toda dualidad y relatividad, es ella misma una forma de conocimiento falsa —una forma de consciencia espuria que surge solo cuando nos imaginamos ser un cuerpo, que es él mismo solo una de nuestras imaginaciones— todas las formas de dualidad o relatividad no pueden ser otras que conocimiento falso o erróneo.

Así pues, puesto que la mente es solo un fantasma que surge del estado de sueño profundo, que es nuestro sueño profundo de auto-olvido, todo el conocimiento de dualidad o relatividad imaginario que la mente experimenta en la vigilia y en el sueño con sueños, surge igualmente solo de nuestro sueño profundo de auto-olvido. Por lo tanto, puesto que el estado no-dual de auto-conocimiento verdadero trasciende no solo los estados de vigilia y sueño con sueños sino también su estado subyacente de sueño profundo, es el estado supremo y absoluto que trasciende no solo todas las formas de conocimiento erróneo, sino también el auto-olvido fundamental que es la causa original de todo conocimiento erróneo.

Puesto que este estado absoluto de conocimiento verdadero es nuestro estado natural de ser, existe siempre dentro de nosotros como nuestro sí mismo real o consciencia esencial, y por consiguiente solo podemos experimentarlo conociéndonos como somos realmente. Puesto que no podemos conocer nuestro sí mismo real a no ser que le prestemos atención, el único medio por el que podemos obtener experiencia directa del conocimiento verdadero y absoluto es escudriñar agudamente nuestro ser o esencia más íntima.

Aunque este conocimiento verdadero, que es nuestro sí mismo real o ser esencial, es la realidad subyacente a los tres estados que estamos ahora acostumbrados a experimentar, no podemos hacer el esfuerzo necesario para prestarle atención mientras estamos en el sueño profundo. Y aunque somos capaces de hacer este esfuerzo en el sueño con sueños, siempre que tratemos de hacerlo así, el sueño con sueños usualmente se disuelve instantáneamente, porque, como hemos discutido anteriormente, la mayoría de los sue-

ños son estados frágiles basados en un débil sentido de apego al cuerpo de sueño y al mundo que experimentamos a través de ese cuerpo.

Por consiguiente, en la práctica, generalmente solo ahora, en este estado de vigilia es posible para nosotros tener éxito en el esfuerzo por conocer nuestro sí mismo real. Por lo tanto, en el verso 16 de *Upadesa Tanippakkal* Sri Ramana dice:

En la vigilia, el estado de sueño profundo [el estado verdadero de «sueño profundo despierto» o auto-conocimiento claro] resulta [naturalmente] por [tu] investigación sutil [o examen minucioso], que es [la práctica de] escudriñarte constantemente a ti mismo. Hasta que [tal] sueño profundo brille extendiéndose [y absorbiendo tu atención entera tanto] en la vigilia [como] en el sueño con sueños, haz incesantemente [o practica] esa investigación sutil.

La razón por la que Sri Ramana dice aquí que debemos continuar la práctica de la auto-investigación sutil hasta que el estado de «sueño profundo despierto» sea experimentado en toda la vigilia y el sueño con sueños, es que él compuso este verso como un resumen de los versos 957 y 958 de *Guru Vachaka Kovai*, en los que Sri Muruganar había registrado que una vez él le dijo a un aspirante espiritual, que se quejaba de que era incapaz de experimentar la claridad perfecta de auto-consciencia o «sueño profundo despierto» en el sueño con sueños:

No te descorazonas perdiendo [tu] fortaleza mental pensando que el sueño profundo [despierto todavía] no se extiende [y absorbe tu atención entera] en [tus estados] de sueño con sueños. Si la firmeza de [tal] sueño profundo es obtenida en el [estado de] vigilia presente, la extensión de [tal] sueño profundo, [también será experimentada] en el sueño con sueños.

Hasta que el estado de [ese] sueño profundo [sea experimentado] en la vigilia, no abandones [tu] investigación sutil, que es [la práctica de] escudriñar [tu] sí mismo [esencial]. Por lo tanto, hasta que [ese] sueño profundo [despierto] brille extendiéndose a [tu atención entera] en el sueño con sueños, hacer esa sutil investigación escudriñadora [es] imperativo.

Tanto la vigilia como el sueño con sueños son estados en los que experimentamos la apariencia de la otredad o multiplicidad. El «sueño profundo despierto» que buscamos obtener, es un estado exento de tal otredad, pero, sin embargo, es un estado de auto-consciencia perfectamente clara. Por lo tanto, mientras experimentemos otredad o una falta de auto-consciencia perfectamente clara, estamos todavía atrapados en la ilusión de los tres estados, vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. Por consiguiente, debemos persistir en nuestra práctica de auto-investigación sutil hasta que experimentemos una

claridad perfecta de auto-consciencia pura exenta del más mínimo rastro de otredad, dualidad o multiplicidad.

Cualquier conocimiento que podamos obtener sobre cualquier otra cosa que nosotros es indirecto y por lo tanto está abierto a la duda. El único conocimiento que es directo es el conocimiento o consciencia que tenemos como «yo soy», y, por consiguiente, sólo él puede ser cierto y libre de toda duda.

Antes que conozcamos nada más, primero conocemos nuestra existencia como «yo soy». Este conocimiento o consciencia de nosotros es la forma de conocimiento primaria y esencial. Sin conocer «yo soy», no podríamos conocer nada más. Solo la consciencia «yo soy» puede permanecer sin ningún otro conocimiento, como experimentamos diariamente en el sueño profundo, pero ningún otro conocimiento puede permanecer sin esta consciencia «yo soy».

Siempre que esta consciencia «yo soy» única, indivisa, y no-dual parece conocer otras cosas en adición a sí misma, lo hace limitándose a sí misma aparentemente como una consciencia individual separada que se identifica con un cuerpo, uno entre los muchos objetos que entonces parece conocer. Esta consciencia individual que siente así «yo soy este cuerpo, una persona viva separada en este mundo de objetos múltiples» no es nuestra forma de conocimiento primaria y esencial, sino solo una forma de conocimiento secundaria, una forma distorsionada de nuestro conocimiento original y primario «yo soy».

Todo conocimiento objetivo es conocido solo por esta forma secundaria de conocimiento, la consciencia individual separada que llamamos nuestra «mente». Por lo tanto, el conocimiento objetivo no es la forma de conocimiento primaria, ni siquiera la forma de conocimiento secundaria, sino solo una forma de conocimiento terciaria. Esta forma de conocimiento terciaria depende para su existencia aparente de la forma de conocimiento secundaria que llamamos nuestra «mente», que a su vez depende para su existencia aparente de la forma de conocimiento primaria, la consciencia fundamental y esencial «yo soy».

A diferencia de las demás formas de conocimiento, esta forma de conocimiento primaria, «yo soy», no depende de ninguna otra cosa, y, por consiguiente, es el único conocimiento que es absoluto e incondicional. Todo otro conocimiento es meramente relativo. Puesto que la forma de conocimiento secundaria, la mente, solo puede aparecer como una entidad separada conociendo la forma de conocimiento terciaria, a saber, los pensamientos objetivos que forma dentro de sí misma, cada una de estas dos formas de conocimiento existe solo en relación a la otra.

Puesto que es conocido solo por la mente, y así depende para su existencia aparente de la mente, el conocimiento objetivo no tiene ninguna realidad suya propia, sino que toma su realidad aparente de la mente. El conocimiento objetivo por lo tanto no puede ser más real que la mente que lo conoce. ¿Es real esta mente, la consciencia individual

que siente «yo soy este cuerpo, una persona separada que conoce un mundo lleno de objetos»? No, no lo es, debido a que ella es, como hemos visto anteriormente, meramente una forma imaginaria y distorsionada de la consciencia verdadera y original «yo soy».

Aunque tanto la mente como todo el conocimiento objetivo conocido por ella parece ser real, la realidad de cada uno es solo en relación al otro. Lo que quiera que es real solo relativamente, no es verdaderamente real en absoluto, debido a que para ser verdaderamente real, una cosa debe ser absoluta e incondicionalmente real. Solo eso que es absoluta e incondicionalmente real, lo es en todos los tiempos, en todos los estados y bajo todas las condiciones, mientras que eso que es relativamente real parece serlo solo en ciertos tiempos, en ciertos estados y bajo ciertas condiciones. Lo que quiera que así parece ser real solo en ciertos tiempos, en ciertos estados y bajo ciertas condiciones, es meramente una apariencia, y, por consiguiente, es solo aparentemente real.

Por lo tanto, el único conocimiento que puede ser considerado con seguridad como conocimiento real o verdadero, es nuestro conocimiento directo, sin-confusión, claro y cierto de la consciencia esencial «yo soy». Hasta que y a no ser que obtengamos tal conocimiento claro y cierto, cualquier otro conocimiento que podamos obtener será incierto y abierto a la duda.

Solo cuando obtengamos el conocimiento verdadero de la consciencia «yo soy», estaremos en posición de juzgar la verdad y validez de todo nuestro otro conocimiento. Así pues, la creencia de que la investigación objetiva puede llevar al conocimiento verdadero —una creencia que está implícita en y que es central a la filosofía sobre la que está basada toda la ciencia moderna— es filosóficamente falsa, y está basada más en un pensamiento volitivo que en un análisis filosófico profundo u honesto.

Todo conocimiento objetivo es conocido por nosotros indirectamente a través de los medios imperfectos de la mente y cinco sentidos, mientras que la consciencia es conocida por nosotros directamente como nuestro sí mismo. Por lo tanto, si buscamos conocimiento verdadero, claro e inmediato, mejor que tratar de elaborar el conocimiento de fenómenos objetivos volviendo la atención hacia fuera a través de la mente y cinco sentidos, debemos tratar de refinar nuestro conocimiento de la consciencia dirigiendo la atención hacia uno mismo, hacia la consciencia esencial que experimentamos siempre directamente como «yo soy».

Aunque la filosofía y ciencia de la consciencia o el auto-conocimiento verdadero que discutimos en este libro puede parecer refutar o negar la verdad de todas las formas normales de conocimiento humano, de hecho no niega la verdad relativa de ninguna otra filosofía, ciencia o religión. Ella meramente las coloca en una perspectiva correcta. En el gran esquema de las cosas, todo tiene su lugar relativo, y esta filosofía del auto-conocimiento nos capacita para comprender el lugar relativo de todo en una perspectiva correcta.

La verdad es que el «gran esquema de las cosas» y todo lo que tiene un lugar en él, son todos conocidos solo por la mente, y así finalmente son solo nuestros pensamientos. Puesto que no podemos conocer nada excepto en la mente, no tenemos ninguna razón adecuada para suponer que existe algo fuera de ella. Incluso la idea de que las cosas existen independientes de la mente, y que por lo tanto son algo más que solo nuestros pensamientos, es ella misma meramente un pensamiento o imaginación. Lo que la filosofía y la ciencia de la consciencia refuta o pone en cuestión, por lo tanto, no es meramente algún pensamiento, idea o creencia particular que la mente pueda tener sobre algo, sino finalmente la realidad de la mente misma.

Todos los sistemas dualistas de filosofía, ciencia y creencias religiosas, tratan la verdad —pero no la verdad absoluta. La verdad o verdades que tratan son solo algunas formas de verdad relativas, y debido a que son relativas, las verdades de tales sistemas pueden parecer estar en conflicto con las de otros. Sin embargo, el conflicto entre todas las incontables formas de verdad relativa puede ser reconciliado cuando cada una es vista en su perspectiva correcta, lo cual solo es posible desde el punto de vista de la verdad absoluta del auto-conocimiento no-dual —la consciencia fundamental «yo soy», que es el substrato y realidad imparcial sobre el que o en el que todas las cosas aparecen y desaparecen.

Aunque el conocimiento objetivo que adquirimos por medio de la filosofía y la ciencia puede parecer ser un conocimiento verdadero y válido desde el punto de vista relativo de la mente, desde el punto de vista absoluto de la consciencia real «yo soy», no es un conocimiento verdadero. Todo conocimiento que la mente humana pueda adquirir a través de la filosofía, la ciencia, la religión o cualquier otro medio, solo puede ser conocimiento relativo, y no conocimiento absoluto o verdadero.

La mente es un instrumento que puede conocer solo dualidad, relatividad o limitaciones, y no eso que es más allá de todas ellas. Sin embargo, el límite de nuestro conocimiento no se detiene con la mente. Más allá de la mente, o mejor detrás, debajo y subyacente a ella, hay una consciencia más profunda —la auto-consciencia fundamental y esencial, «yo soy». Esta auto-consciencia esencial o conocimiento no-dual de nuestro mero ser es ella misma el conocimiento absoluto —conocimiento que es absoluta, incondicional, independiente e infinitamente verdadero, puro, claro y cierto.

En este libro hemos estado examinando en detalle la filosofía del auto-conocimiento, y mostrando cómo nos lleva a cuestionar todas nuestras asunciones más básicas sobre nosotros y el mundo, y cómo nos ofrece una visión racional de la realidad que es fresca y enteramente diferente de esa con la que la mayoría de nosotros estamos familiarizados. Sin embargo, esta filosofía será de poca utilidad para nosotros si no comprendemos que no es solo una filosofía sino también una ciencia —una ciencia que requiere de nosotros un compromiso de investigación práctica.

Como una filosofía, es insuficiente en sí misma, y permanecerá meramente un cuerpo de pensamientos, ideas o creencias como cualquier otra filosofía, a no ser que y hasta que la hagamos una experiencia directa practicando su método empírico de auto-investigación. Cualquier beneficio que podamos obtener estudiando y reflexionando sobre esta filosofía, será de poco valor real para nosotros a no ser que también tratemos de ponerla en práctica volviendo repetidamente la atención hacia nuestra mera consciencia de ser siempre que notemos que ha escapado a pensar en otras cosas.

El conocimiento verdadero que todos buscamos obtener, no es un cuerpo de pensamientos, ideas o teorías, o cualquier otro que pueda ser comprendido por la mente, sino el estado de experiencia de ser consciente no-dual, en el que la realidad absoluta, la consciencia esencial «yo soy», se conoce solo a sí misma. Por lo tanto, a no ser que y hasta que retiremos efectivamente la atención de todos los pensamientos y objetos, y la volvamos hacia la consciencia fundamental «yo soy», no podemos obtener nunca conocimiento directo, cierto y verdadero de la realidad absoluta que subyace a y contiene — pero sin embargo trasciende— toda relatividad.

CAPÍTULO 7

La Ilusión del Tiempo y el Espacio

Aunque en el capítulo tres, mientras discutíamos la formación y disolución de cada uno de nuestros pensamientos consecutivos, dijimos que cada pensamiento individual surge y se sumerge en un período infinitamente pequeño de tiempo, esto no es toda la verdad, debido a que el tiempo es él mismo una ilusión creada por el surgimiento y la submersión de nuestros pensamientos.

De la misma manera que imaginamos la dimensión física del espacio para crear en la mente una imagen conceptual de un universo consistente en objetos separados de formas diversas, así también imaginamos la dimensión física y psicológica del tiempo, no solo para crear en la mente una imagen conceptual de acontecimientos y cambios que ocurren constantemente dentro de ese universo, sino también y más importante, para crear la ilusión de que los pensamientos que pensamos y las subsiguientes experiencias que padecemos, son formadas y disueltas de una manera consecutiva. Sin imaginar primero las dimensiones básicas del tiempo y el espacio, no podemos formar ninguna imagen o pensamiento en la mente, y, por consiguiente, estas dimensiones son inherentes a todos y cada uno de los pensamientos que pensamos.

Pensamos que percibimos el tiempo y el espacio fuera de nosotros, y que somos solo criaturas limitadas que existen por un breve período dentro de la vasta duración del tiempo y que ocupamos una parte muy pequeña de la vasta extensión del espacio. Esta percepción, sin embargo, es solo una ilusión, debido a que como todas las otras percepciones, experimentamos la percepción del tiempo y el espacio solo dentro de nosotros, en la mente o consciencia.

Aunque el tiempo y el espacio parecen existir fuera de nosotros, no tenemos ninguna manera de saber si ellos existen efectivamente fuera de o independientes de nosotros, debido a que todo lo que sabemos o podemos saber del tiempo y el espacio, son solo las imágenes de ellos que hemos formado dentro de la mente por nuestro poder de imaginación. Por lo tanto, como todo lo que percibimos dentro del tiempo y el espacio, el tiempo y el espacio mismos, son meramente imágenes, concepciones o pensamientos mentales.

Las dimensiones conceptuales del tiempo y el espacio están centradas respectivamente en torno a las ideas del momento presente, «ahora», y el lugar presente, «aquí».

Los conceptos de pasado y futuro existen solo en referencia al concepto del momento presente, que es el punto central en el tiempo. Lo que fue una vez presente es ahora pasado, y lo que será una vez presente es ahora futuro. Tanto el pasado como el futuro son el presente cuando acontecen. Pero lo más importante, el pasado y el futuro son ambos conceptos que existen solo en el momento presente. Por lo tanto, hablando relativamente, el presente es el único punto en el tiempo que es real. Aunque todo lo que pasa por él está cambiando constantemente, el momento presente mismo permanece siempre sin padecer ningún cambio, y, por consiguiente, es la puerta estática a través de la cual podemos pasar de la ilusión del tiempo siempre cambiante a la realidad de nuestro ser siempre sin-cambio.

Como Sri Ramana dice en el verso 15 de *Ulladu Narpadu*:

El pasado y el futuro subsisten [solo] aferrándose al presente. Mientras acontecen, ellos también son solo el presente. El presente [es] el solo uno [punto en el tiempo que existe verdaderamente]. [Por lo tanto] tratar de conocer el pasado y el futuro sin conocer la verdad del presente [es como] tratar de contar sin [conocer el número fundamental, la unidad] el uno [del que todos los otros números son meramente múltiplos o fracciones].

La tercera sentencia de este verso, «*nihazhvu ondru*», que significa literalmente «presente [es] uno», con un énfasis (la letra final *e*) añadida a la palabra *ondru* o «uno» implicando así «solo uno», puede ser interpretada de varias maneras. Puede tomarse como que significa, «El presente es el único tiempo», «Solo el presente existe verdaderamente», o «Estos tres tiempos son solo el único presente». Sin embargo, en efecto, todas estas interpretaciones significan la misma cosa.

Puesto que mientras acontece cada momento en el tiempo, es el presente, todos los momentos en el tiempo, ya sea el pasado, el presente o el futuro, son solo el momento presente. El presente es por lo tanto el único momento en el tiempo que existe verdaderamente. Por consiguiente, las tres divisiones del tiempo, pasado, presente y futuro, verdaderamente no son tres, sino solo una —el único momento presente siempre-presente.

En la versión *kalivenba* de *Ulladu Narpadu*, Sri Ramana añadió dos palabras extras antes de la palabra inicial de este verso, *nihazhvinai* o «el presente», a saber, *nitamum mannum*, que significa «lo que siempre perdura». Así pues, él enfatizó más el hecho de que el momento presente es siempre presente, que todos los tiempos son el presente mientras acontecen, y que el presente es por lo tanto el único tiempo que existe efectivamente —el único tiempo que siempre experimentamos directa y efectivamente. Los demás tiempos, tanto el pasado como el futuro, son solo pensamientos que acontecen en este momento presente.

Si deseamos estimar el valor de algo en una moneda particular, primero debemos conocer el valor de una única unidad de esa moneda. Sin conocer el valor de la unidad

«uno», no podemos conocer el valor de ningún otro número. Similarmente, no podemos conocer el valor del pasado o el futuro si no conocemos la verdad del presente, debido a que el momento presente es la única unidad básica del tiempo —la única sustancia de la que todo el tiempo está formado.

De la misma manera que el momento presente, «ahora», es el punto central en la dimensión conceptual del tiempo, así también el lugar presente, «aquí», es el punto central en la dimensión conceptual del espacio. Cada punto en el espacio que percibimos o pensamos existe solo con referencia a este lugar presente, el punto en el espacio en el que ahora nos sentimos ser.

¿Qué determina qué punto en el espacio y qué punto en el tiempo son experimentados como presente? Lo que experimentamos como el lugar presente, «aquí», y el momento presente, «ahora», es ese punto en el espacio y en el tiempo en el que nos sentimos ser presentes. La presencia de la consciencia de ser, «yo soy», es por lo tanto lo que nos hace sentir que este lugar en el espacio es presente «aquí», y que este punto en el tiempo es presente «ahora».

Todas las definiciones de tiempo y lugar son relativas a este tiempo fundamental «ahora» y a este lugar fundamental «aquí». El pasado es el pasado debido a que es anterior a este momento presente, que llamamos «ahora», y el futuro es el futuro debido a que es subsecuente a este momento presente. Similarmente, todas las definiciones de lugar tales como «cerca» o «lejos», «ahí» o «en otra parte», son relativas solo a este lugar presente, que llamamos «aquí». Por lo tanto, puesto que la definición de «ahora» y «aquí» es que estos son los puntos en el tiempo y en el espacio en los que siempre nos experimentamos ser, todo tiempo y espacio finalmente existen solo en referencia a la consciencia esencial, fundamental y siempre-presente de nuestro ser, «yo soy».

Debido a que sentimos este cuerpo particular ser nosotros, sentimos que el punto en el espacio donde este cuerpo existe ahora es «aquí». Así pues la mente, la consciencia limitada que siente «yo soy este cuerpo», se siente siempre ser aquí y ahora, en el lugar presente y en el momento presente. Puesto que esta consciencia limitada «yo soy este cuerpo», que es el sujeto conocedor o primera persona, es experimentada siempre como el punto central en el espacio, ella no es solo la «primera persona», sino también el «primer lugar». Es decir, el lugar primero o fundamental, el punto central en el espacio, que llamamos «aquí», es solo la mente, la consciencia que siempre sentimos ser la primera persona, «yo». Todo otro lugar o punto en el espacio existe solo en referencia a este lugar fundamental, la primera persona siempre-presente.

Debido a que nos identificamos con un cuerpo particular, sentimos que nos movemos en el espacio, mientras que de hecho el espacio se mueve en nosotros. Es decir, debido a que no somos este cuerpo material, sino solo consciencia, todo espacio existe solo dentro de nosotros, y, por consiguiente, todo movimiento en el espacio acontece solo dentro de nosotros. Siempre que parecemos ir, el lugar presente «aquí» va con no-

sotros. Cuando parecemos movernos de un lugar a otro, ese otro lugar deviene «aquí», es decir, se mueve y deviene el lugar central en la consciencia.

Así pues, lo mismo que el momento presente, «ahora», es el momento estático y sin-cambio a través del cual pasan todos los momentos en el tiempo, así también el lugar presente, «aquí», es el lugar estático y sin-cambio a través del cual, cerca del cual o lejos del cual se mueven todos los lugares en el espacio. Por lo tanto, lo mismo que el momento presente es la puerta estática a través de la cual podemos pasar de la ilusión de experimentar el tiempo siempre-cambiante a la realidad de nuestro ser siempre sin-cambio, así también el lugar presente es la puerta estática a través de la cual podemos pasar de la ilusión de ser un cuerpo que se mueve en el espacio a la realidad de nuestro ser siempre-inmutable.

De la misma manera que la primera persona, la consciencia «yo», es el lugar primario o fundamental, el punto central en el espacio de la mente, así también la segunda persona «tú», y la tercera persona, el agregado de «él», «ella», «ello», «esto», «eso» y todo lo demás que es otro que «yo» o «tú», pueden ser considerados respectivamente los lugares o áreas secundario y terciario dentro de nuestro espacio mental. Por lo tanto, lo que llamamos las «tres personas» en la gramática española, son conocidas como los «tres lugares» en la gramática tamil. Es decir, en la mayoría de las lenguas, el sujeto y todos los objetos conocidos por él, son agrupados en tres categorías, pero mientras que en español y en muchas otras lenguas estas tres categorías son llamadas las «tres personas», en tamil son llamadas los «tres lugares».

Esta concepción espacial de estas tres categorías, está basada en el hecho de que experimentamos cada una de ellas como ocupando un «lugar» o un punto diferente ya sea en el espacio físico o ya sea en nuestro espacio conceptual. La primera persona, que en términos gramaticales es la persona que habla o escribe como «yo», es siempre experimentada como siendo *aquí*, en el lugar presente. La segunda persona, que en términos gramaticales es cualquier persona o cosa de la que se habla o escribe como «tú», es experimentada física o conceptualmente como siendo *cercana*, en un lugar que está cerca de la primera persona. Y la tercera persona, que en términos gramaticales es cualquier persona o cosa de la que se habla o se escribe como «él», «ella», «ello», «esto», «eso», «estos», «esos» o «ellos», es experimentada como siendo física o conceptualmente *en alguna otra parte*, en un lugar que es otro que el ocupado por la primera y segunda personas.

Esta concepción espacial de estas «tres personas», particularmente la de la «primera persona», es filosóficamente muy significativa, y es potencialmente de mucha ayuda para nosotros en nuestra comprensión de la práctica de la auto-investigación. En sus enseñanzas, por lo tanto, Sri Ramana usaba frecuentemente los equivalentes tameses de los términos españoles «primera persona», «segunda persona» y «tercera persona».

Puesto que él usaba estos términos en lugar de los términos filosóficos habituales «sujeto» y «objeto», él dividía en efecto todos los objetos conocidos por nosotros en dos grupos distintos. Es decir, él usaba el equivalente tamil del término «segunda persona» para denotar todos esos objetos o imágenes mentales que reconocemos como pensamientos que existen solo dentro de la mente, y el equivalente tamil del término «tercera persona» para denotar todos esos objetos o imágenes que imaginamos que estamos percibiendo fuera de nosotros a través de uno o más de nuestros cinco sentidos.

Mientras los objetos de «segunda persona» son esos objetos o pensamientos que reconocemos como existentes solo dentro del espacio de la mente, los objetos de «tercera persona» son esos objetos o pensamientos que imaginamos que estamos percibiendo en el espacio físico, fuera de la mente. Así pues, los objetos de «segunda persona» son esos objetos que reconocemos como existentes solo dentro del campo de nuestra concepción mental, mientras los objetos de tercera persona son esos objetos que imaginamos que existen fuera de él, en el campo aparentemente separado de nuestra percepción sensorial.

Esta definición de los términos «segunda persona» y «tercera persona» difiere de la definición normal de ellos, debido a que Sri Ramana no los usaba en su sentido gramatical habitual, sino en un sentido filosófico más abstracto. El significado filosófico que él dio a estos términos no corresponde exactamente a su significado gramatical habitual, porque mientras el primero está relacionado con el conocimiento o la experiencia, el segundo está relacionado solo con el lenguaje, ya sea hablado o escrito.

Es decir, aunque comprendemos habitualmente el término «segunda persona» solo como «tú», la persona, gentes, cosa o cosas a las que se habla o escribe, y el término «tercera persona» como la persona, gentes, cosa o cosas sobre las que se habla o escribe, esta definición de estos términos es aplicable solo al acto de comunicación a través del habla o la escritura. Si extendemos el uso de estos términos para aplicarlo al acto de conocer, debemos formar una nueva definición de ellos. En referencia al acto de conocer, el término «segunda persona» significa todo lo que conocemos más directa o inmediatamente, mientras que el término «tercera persona» significa todo lo que conocemos más indirecta o mediatamente.

Comparado con los objetos que percibimos a través del medio de los cinco sentidos, los pensamientos que reconocemos como existentes solo dentro de la mente, son conocidos por nosotros más directa o inmediatamente, y, por consiguiente, ellos son los pensamientos u objetos de «segunda persona». Puesto que los objetos que pensamos que percibimos fuera de nosotros, son conocidos no solo a través del medio primario de la mente, sino también a través del medio secundario de los cinco sentidos, ellos son una forma de conocimiento comparativamente indirecta o más mediata, y, por consiguiente, ellos son pensamientos u objetos de «tercera persona».

Aunque en tamil estas «tres personas» son llamadas colectivamente los «tres lugares» o *muvidam*, individualmente no son llamadas el «primer lugar», «segundo lugar» y

«tercer lugar», sino que son llamadas respectivamente el «lugar de sí-mismidad», el «lugar de enfrente» y el «lugar que se ha separado». El término efectivo usado en tamil para denotar la primera persona es «*tanmai-idam*», o más comúnmente solo «*tanmai*», que etimológicamente significa «sí-mismidad» o «personalidad», y que por lo tanto denota nuestro sentido de «sí mismo», el sujeto o primer pensamiento «yo». El término tamil para la segunda persona es «*munnilai*», que etimológicamente significa «que está enfrente», y que por lo tanto desde un punto de vista filosófico denota nuestros pensamientos más íntimos, esos objetos o imágenes mentales que hablando figurativamente están inmediatamente enfrente del ojo de la mente, y que por lo tanto reconocemos como pensamientos que existen solo dentro de la mente. Y el término tamil para la tercera persona es «*padarkkai*», que etimológicamente significa «que se separa, ramifica, deviene diseminado, se expande o penetra», y que por lo tanto, desde un punto de vista filosófico, denota esos pensamientos que se han separado o expandido a través del canal de los cinco sentidos, y que con ello han sido proyectados como los objetos de este mundo material, que parecemos percibir a través de esos cinco sentidos, y que por lo tanto imaginamos como objetos existentes fuera de nosotros.

El espacio de la mente está dividido de ese modo en tres partes, áreas o campos distintos, que podemos representar como tres círculos concéntricos. La parte más íntima de la mente, el más íntimo de estos tres círculos, que es también su punto central, es el pensamiento de primera persona «yo», la consciencia individual limitada que siente «yo soy este cuerpo», «soy tal y tal persona». La siguiente parte más interior o íntima de la mente, el campo o círculo que más estrechamente rodea al pensamiento de primera persona «yo», es los demás pensamientos de segunda persona, los objetos que reconocemos como existentes solo dentro de la mente, y a los que por lo tanto consideramos ser el campo de nuestra concepción mental. La parte más exterior de la mente, el campo o círculo más externo que rodea al pensamiento de primera persona «yo», es todos los pensamientos de tercera persona, los objetos que imaginamos percibir en un espacio físico externo, y que por lo tanto tomamos erróneamente como existentes fuera de la mente. Así pues, el universo externo entero y el espacio físico en el que imaginamos que está contenido, es solo la parte más externa del espacio que es la mente, la parte de ese espacio que consideramos que es el campo de nuestra percepción sensorial.

Aunque en nuestra imaginación hacemos una distinción entre los pensamientos que reconocemos como existentes dentro de nosotros y los objetos materiales que imaginamos percibir fuera, esta distinción es falsa, debido a que ambos son solo pensamientos que formamos dentro de la mente por nuestro poder de imaginación. Mientras reconocemos que algunos de los pensamientos son solo imágenes que formamos en la mente, imaginamos erróneamente que algunos de esos pensamientos son objetos que existen efectivamente fuera de nosotros, y que por lo tanto son distintos de los pensamientos y de la mente pensante. De hecho, sin embargo, incluso los objetos que pensamos que percibi-

mos fuera de nosotros son solo los propios pensamientos —imágenes que hemos formado dentro de la mente.

Sin embargo, aunque esta distinción entre los pensamientos de segunda persona y los de tercera persona es ilusoria, en la mente parece ser completamente real. Mientras imaginemos que estamos percibiendo objetos fuera de nosotros, continuaremos imaginando que hay una distinción real entre esos objetos y los pensamientos que reconocemos como existentes solo dentro de la mente. Por lo tanto, esta distinción aparente entre los objetos de segunda persona, los pensamientos que reconocemos como existentes solo dentro de la mente, y los objetos de tercera persona, los objetos que pensamos que percibimos fuera de nosotros, continuará pareciendo ser real mientras la mente pensante parezca ser real.

Debido a que nos parece ser real, Sri Ramana permite esta distinción aparente entre los objetos de segunda persona y tercera persona, pero él lo hace solo para aclararnos que el término «objetos» incluye no solo todos los objetos materiales que pensamos que percibimos fuera de nosotros, sino también todos los pensamientos que reconocemos como existentes solo dentro de la mente. Incluso los pensamientos o sentimientos más íntimos son solo objetos conocidos por nosotros, y consecuentemente son distintos de nosotros.

Por lo tanto, cuando Sri Ramana nos aconseja retirar la atención de todas las «segundas personas» y «terceras personas», y focalizarla en lugar de ello en la «primera persona», lo que él quiere que comprendamos es que debemos retirar la atención de todos los objetos —tanto esos que reconocemos meramente como nuestros propios pensamientos o sentimientos, como esos que tomamos erróneamente como objetos existentes fuera de nosotros— y fijarla solo en nuestro sentido de sí mismo, «yo», que experimentamos siempre como ser aquí y ahora, en este preciso punto presente en el tiempo y en el espacio. En otras palabras, para conocer nuestro sí mismo real, debemos retirar la atención de todos los pensamientos —tanto los pensamientos de segunda persona, que reconocemos como pensamientos, como los pensamientos de tercera persona, que imaginamos como objetos materiales existentes fuera de nosotros— y en lugar de ello debemos focalizarla total y exclusivamente en la auto-consciencia siempre-presente, la consciencia fundamental de nuestro ser esencial, «yo soy».

Puesto que todos los objetos son solo pensamientos que formamos dentro de la mente, ellos dependen para su existencia aparente de la mente, el sujeto o primera persona, que los piensa y conoce. Por lo tanto, en el verso 14 de *Ulladu Narpadu*, Sri Ramana dice:

Si la primera persona existe, la segunda y tercera persona [también parecen] existir. Si, por nuestra investigación de la verdad de la primera persona, la primera persona cesa de existir, la segunda y tercera persona [también] acaban, [y la realidad de] la primera persona, que brilla [siempre] como uno [la única realidad absoluta no-dual,

que permanece sola después de la disolución de estas tres personas falsas], es [descubierta entonces ser] nuestro estado [verdadero], [nuestro] sí mismo [real].

En la versión *kalivenba* de *Ulladu Narpadu*, Sri Ramana añadió cuatro palabras extra antes de la palabra inicial de este verso, *tanmai* o «primera persona», a saber, *udal nan ennum at*, que junto con *tanmai* significan «esa primera persona que dice “soy [este] cuerpo”». Así pues, él definió la primera persona como nuestro *dehatma buddhi*, nuestro pensamiento raíz o imaginación primaria «yo soy este cuerpo», que es la forma de consciencia distorsionada y espuria que surge como la mente de la auto-consciencia no-dual real, «yo soy».

En la segunda sentencia de este verso, las palabras que he traducido como «la verdad de la primera persona» son *tanmaiyn unmaiyai*, en las que la palabra *unmai* o «verdad» significa etimológicamente «sei»-dad o «soy»-dad. Por consiguiente la «verdad de la primera persona» es el ser esencial o «soy»-dad de la mente o sentido de sí mismo individual, que experimentamos como «yo soy este cuerpo». Mientras la mente es una forma de consciencia objetivada —una forma de consciencia que se imagina ser un objeto, a saber, este cuerpo— su verdad o «soy»-dad es su auto-consciencia no-objetiva verdadera y esencial, «yo soy», que es la única realidad que subyace a su falsa apariencia.

Nuestra «personalidad» individual o *tanmai*, que es la consciencia mezclada con adjuntos que siente «yo soy este cuerpo», parece existir debido solo a que hemos descuidado investigar o escudriñar estrechamente su verdad o «soy»-dad subyacente. Si escudriñamos estrechamente esta consciencia falsa de primera persona para conocer su verdad o realidad subyacente, descubriremos que no es otra que la consciencia no-dual de ser, «yo soy», que es nuestro sí mismo real y esencial, el estado de mero ser verdadero.

Cuando descubramos así que la «personalidad» real es meramente la auto-consciencia no-dual «yo soy», con ello descubriremos que la «personalidad» individual falsa, que es la consciencia distorsionada y dualista «yo soy este cuerpo», y que al identificarse así con un cuerpo físico se ha limitado a sí misma dentro de las fronteras del tiempo y el espacio, es una mera aparición que nunca ha existido verdaderamente. Lo mismo que la serpiente ilusoria, que imaginábamos que veíamos yaciendo en el suelo, desaparece tan pronto como vemos que no es nada sino una cuerda, así también la primera persona ilusoria desaparecerá tan pronto como descubramos que ella no es nada sino nuestro ser auto-consciente no-dual, «yo soy». Cuando esta primera persona ilusoria, la falsa «personalidad» individual, desaparece así, todos los objetos o pensamientos de segunda y tercera persona, que eran creados y conocidos solo por esta primera persona falsa, desaparecerán junto con ella.

Así pues, al escudriñar el lugar presente, «aquí», que es el punto preciso en el espacio en el que la falsa primera persona «yo» parece existir, y que es el punto central desde el que ella concibe todos los pensamientos y percibe el espacio físico y todos los objetos

contenidos dentro de ese espacio, descubriremos que es meramente una concepción irreal, un pensamiento creado por nuestro poder de imaginación. Cuando descubramos así que este punto central desde el que parecemos percibir el espacio físico alrededor nuestro es meramente una aparición imaginaria, una ilusión de algo que nunca ha existido verdaderamente, descubriremos que lo que tomamos erróneamente por el espacio físico, es igualmente solo una aparición imaginaria.

La única verdad o realidad subyacente no solo al lugar presente, «aquí», sino también a todos los otros lugares en el espacio físico que percibimos desde este punto central, es la consciencia de ser fundamental y siempre-presente, «yo soy». En realidad, por lo tanto, el lugar presente, «aquí», no es un punto en el espacio físico, sino solo nuestro ser auto-consciente. La consciencia de ser siempre-presente, que es la realidad que subyace a nuestra experiencia de ser siempre en el lugar presente, «aquí», es lo que Sri Ramaña significa en el verso de más arriba con las palabras «la verdad de la primera persona».

¿Qué queremos decir exactamente cuando hablamos de escudriñar el lugar presente, «aquí»? El punto preciso en el espacio que sentimos ser «aquí» es ese punto en el que nosotros nos sentimos ser —ese punto en el que parecemos experimentar la consciencia de ser, «yo soy». Por lo tanto, para escudriñar el presente lugar preciso, «aquí», debemos retirar la atención de todos los otros lugares —es decir, de todos los otros pensamientos y objetos— y focalizarla total y exclusivamente en la consciencia de ser fundamental y esencial, «yo soy», que es siempre presente «aquí» y «ahora».

Así pues, la experiencia de ser siempre «aquí», en este preciso punto presente en el espacio, sirve como una pista valiosa en la investigación de la consciencia de ser, «yo soy», lo mismo que el olor de su dueño le sirve de pista valiosa a un perro en la búsqueda de él. Similarmente, la experiencia de ser siempre «ahora», en este preciso punto presente en el tiempo, sirve como otra pista igualmente valiosa en nuestra investigación de la consciencia de ser.

Cualquiera de estas dos pistas, si son seguidas correcta y diligentemente, nos llevarán infaliblemente a experimentar la realidad absoluta que subyace y sin embargo trasciende todo tiempo y espacio, debido a que la realidad subyacente que experimentamos ahora como el «aquí» y «ahora» relativos, el «aquí» y «ahora» que parecen existir en el espacio y en el tiempo, es el «aquí» y «ahora» absoluto, la plenitud de ser eternamente omnipresente, que es nuestro sí mismo real, la consciencia fundamental y esencial de nuestro ser, «yo soy». Por lo tanto, debemos investigar y conocer la verdad tanto del lugar presente, «aquí», como del tiempo presente, «ahora».

El tiempo es un flujo constante del pasado al futuro. El presente es ese momento preciso en el tiempo cuando el pasado acaba y el futuro comienza. Con el paso de cada momento, el momento presente deviene parte del pasado, y un nuevo momento, que era parte del futuro, deviene el presente. Si dividimos el tiempo en sus fracciones o momen-

tos más pequeños, la duración de cada uno de tales momentos será infinitesimal. Tales momentos infinitesimales pasan tan rápidamente que el instante mismo en el que cada uno aparece, también desaparece. Un momento que es el momento futuro inmediato en un instante, deviene el momento pasado inmediato al instante siguiente.

Sin embargo, incluso hablar de un momento o un instante del tiempo, es potencialmente engañoso, debido a que el tiempo es efectivamente un flujo continuo que no consiste en unidades enteramente distintas o claramente definibles llamadas momentos. Un momento es solo una fracción de tiempo conceptual, una fracción cuya duración es arbitraria. El momento más infinitesimal es un punto en el tiempo cuya duración es cero, y el preciso momento presente es un tal punto sin duración, debido a que es el fino borde o frontera inmensurable que separa el pasado del futuro. El instante mismo en el que el pasado acaba, comienza el futuro. Por lo tanto, el borde entre el pasado y el futuro es un punto infinitamente fino, un punto que no tiene ninguna duración o extensión.

Todo lo que existe entre el pasado y el futuro, es puro ser. En el instante inmensurable breve entre el pasado y el futuro, el tiempo permanece quieto, y todo acontecimiento cesa. El tiempo requiere alguna extensión o duración en la que moverse, de modo que en el instante infinitamente pequeño entre el pasado y el futuro, el tiempo no puede moverse, y no acontece nada. Por lo tanto, todo lo que podemos experimentar en ese instante infinitamente pequeño, en el preciso momento presente, es nuestro ser auto-consciente «yo soy».

Si escudriñamos el momento presente minuciosamente para discernir exactamente qué instante en el tiempo es presente, no seremos capaces de descubrir ningún instante discernible en el tiempo que pueda ser llamado el preciso momento presente, «ahora». Para discernir el preciso instante presente en el tiempo, debemos dejar de lado tanto el pasado como el futuro. El momento inmediatamente precedente al momento presente es pasado, y el momento inmediatamente siguiente es futuro. Si tratamos de dejar de lado incluso los momentos más inmediatos, sutiles y pequeños pasados y futuros, y discernir qué existe entre ellos, todo lo que encontraremos es nuestro ser sin-movimiento y sin-cambio —la auto-consciencia siempre presente «yo soy».

Al ser sin-movimiento y sin-cambio, nuestro ser auto-consciente es atemporal. Por lo tanto, el preciso momento presente, el instante infinitesimal entre el pasado y el futuro, es un momento atemporal —un momento que existe más allá de la dimensión del tiempo.

Así pues, nuestra experiencia de que el momento presente es un punto en el tiempo, es una ilusión, lo mismo que nuestra experiencia de que el lugar presente es un punto en el espacio, es una ilusión. Como hemos visto más arriba, si dejamos de lado todos los pensamientos de cualquier lugar otro que este preciso lugar presente, «aquí», y escudriñamos agudamente solo este preciso lugar presente para descubrir qué es la verdad o la realidad de él, descubriremos que verdaderamente no es un punto en el espacio físico, sino solo nuestro ser auto-consciente. Similarmente, si dejamos de lado todos los pen-

samientos de cualquier otro momento que este preciso momento presente, «ahora», y escudriñamos agudamente solo este preciso momento presente para descubrir qué es la verdad o la realidad de él, descubriremos que verdaderamente no es un punto en el paso del tiempo, sino solo nuestro ser auto-consciente. Cuando descubramos así que no hay ninguna tal cosa como un punto preciso presente en el tiempo, y que nuestra experiencia del momento presente en el tiempo es por lo tanto meramente una ilusión, una aparición imaginaria, descubriremos que el paso del tiempo, que experimentamos siempre solo en este momento presente ilusorio, es igualmente meramente una aparición imaginaria.

Puesto que todos los puntos en el tiempo y todos los puntos en el espacio son experimentados solo en este punto presente en el tiempo y este punto presente en el espacio, ellos dependen para su existencia aparente de estos puntos presentes, el «ahora» y el «aquí» siempre presentes, que en realidad no son nada sino la presencia de la consciencia de nuestro ser siempre-presente, «yo soy». Por lo tanto, nuestro ser auto-consciente siempre presente, «yo soy», es la única sustancia o realidad no solo de este momento presente, «ahora», y de este lugar presente, «aquí», sino también de la apariencia entera del tiempo y el espacio.

Así pues, estas dos pistas, la pista del preciso lugar presente, «aquí», y la pista del preciso momento presente, «ahora», ambas apuntan a la misma realidad, nuestro ser auto-consciente siempre presente, «yo soy», que no está limitado ni por el tiempo ni por el espacio. En ciertos momentos, podemos encontrar de más ayuda seguir la pista de «aquí», en otros momentos podemos encontrar de más ayuda seguir la pista de «ahora», y en otros momentos podemos encontrar de más ayuda seguir ambas simultáneamente, pero cualquiera de ellas que elijamos seguir, la atención debe estar focalizada total y exclusivamente en la consciencia fundamental y siempre presente de nuestro ser, «yo soy».

Cuando investiguemos la consciencia no-dual de nuestro ser, que siempre experimentamos como ser «aquí» y «ahora», descubriremos que tanto el tiempo como el espacio son imaginaciones irreales, y que nuestro ser auto-consciente no-dual es la única realidad, la única cosa que existe verdaderamente. Por lo tanto, en el verso 16 de *Ulladu Narpadu* Sri Ramana dice:

Cuando [nosotros] investigamos [es decir, cuando nos escudriñamos a nosotros], excepto «nosotros» [nuestro sí mismo esencial o consciencia fundamental de ser], ¿dónde está el tiempo [y] dónde está el lugar? Si somos [un] cuerpo, seremos atrapados en el tiempo y en el lugar. [Pero] ¿somos [un] cuerpo? Somos uno [en cada momento en el tiempo], ahora, entonces y siempre, uno [en cada] lugar [en el espacio], aquí, ahí y en todas partes. Por lo tanto, nosotros, el «nosotros» sin-tiempo y sin-lugar, existe.

El significado superficial implícito en la pregunta retórica «Excepto “nosotros”, ¿dónde está el tiempo y dónde está el lugar?» es que el tiempo y el espacio no existen además de, aparte de, o como otro que nosotros. Sin embargo, su significado más profundo es que solo existimos, y el tiempo y el espacio son completamente no-existentes, un hecho que es reiterado en la última sentencia de este verso.

En la versión *kalivenba* de *Ulladu Narpadu*, Sri Ramana añadió tres palabras extra antes de la palabra inicial de este verso, *nam* o «nosotros», a saber *unara nindra porul*, que significa literalmente «la realidad que es o conoce», pero que son una manera poética de decir «la realidad que existe a sabiendas», o más precisamente «la realidad que existe y conoce [su propia existencia]». Al colocar estas palabras antes de *nam*, él definió exactamente lo que quería decir con ella en este contexto. Es decir, cuando él preguntaba, «Excepto “nosotros”, ¿dónde está el tiempo y dónde está el lugar?», con el término «nosotros» él no quería decir la mente concedora de objetos sino solo nuestro sí mismo real —nuestro ser auto-consciente esencial y siempre existente, que experimentamos siempre como «yo soy».

El tiempo y el espacio son conocidos solo por la mente, y, por consiguiente, dependen de ella para su existencia aparente. Ellos no son conocidos por la consciencia de ser esencial, que solo se conoce a sí misma, y, por consiguiente, no son conocidos por en el sueño profundo, en el que experimentamos solo nuestro ser auto-consciente. Sin embargo, aunque no son conocidos por la auto-consciencia esencial, ellos no podrían ser conocidos independientes de ella, debido a que ella es la única realidad que subyace a y sostiene la apariencia de la forma falsa de consciencia que conoce objetos que llamamos la mente, en cuya sola imaginación ellos existen.

Somos capaces de imaginarnos ser esta mente, que se experimenta a sí misma como un cuerpo que existe en el tiempo y el espacio, debido solo a que nos conocemos como «yo soy». Sin embargo, mientras la mente y el tiempo y el espacio conocidos por ella son apariencias transitorias, somos la realidad que siempre existe y conoce su propia existencia. Puesto que nuestra existencia o ser auto-consciente existe independiente del tiempo y el espacio, es la realidad absoluta —la única realidad que existe verdaderamente. Por consiguiente, Sri Ramana pregunta, «Excepto “nosotros”, ¿dónde está el tiempo y dónde está el lugar?», implicando con ello que solo existimos verdaderamente, y que el tiempo y el espacio son meras apariencias —imágenes mentales que no tienen ninguna existencia real suya propia.

El tiempo y el espacio parecen existir debido solo a que nos imaginamos ser un cuerpo finito. En verdad, sin embargo, no somos ningún cuerpo finito, porque aunque en nuestro estado de vigilia presente nos imaginamos ser este cuerpo, en el sueño con sueños nos imaginamos ser algún otro cuerpo, y en el sueño profundo no nos imaginamos ser ningún cuerpo. Cuando nos imaginamos ser un cuerpo particular, como en la vigilia y en el sueño con sueños, experimentamos tanto el tiempo como el espacio, pero

cuando no nos imaginamos ser ningún cuerpo, como en el sueño profundo, no experimentamos ni el tiempo ni el espacio.

Sin embargo, tanto si nos imaginamos ser un cuerpo como si no, siempre permanecemos la misma única consciencia de ser sin-cambio, «yo soy». En todos los tiempos, en todos los lugares y en todos los estados de consciencia, somos siempre en esencia solo esta consciencia de nuestro ser única y no-dual. Por lo tanto, Sri Ramana dice en este verso, «Somos uno [en cada momento en el tiempo], ahora, entonces y siempre, uno [en cada] lugar [en el espacio], aquí, ahí y en todas partes».

Puesto que el tiempo y el espacio, y todo otro que la consciencia esencial de nuestro ser, «yo soy», aparecen y desaparecen, ellos no son reales, sino meramente ficciones ilusorias de nuestra imaginación. En realidad, por lo tanto, no solo trascendemos el tiempo y el espacio, sino que en esencia somos absolutamente exentos de tiempo y espacio. Solo existe nosotros —este «nosotros» sin-tiempo y sin-espacio, que no es otro que el ser auto-consciente no-dual absoluto.

En el verso 13 de *Upadesa Tanippakkal*, que es la forma original en la que él compuso el verso citado anteriormente, Sri Ramana dice:

Excepto «nosotros», ¿dónde está el tiempo? Si, no habiéndonos investigado [o escudriñado] a nosotros, pensamos que somos [un] cuerpo, el tiempo nos devora. [Pero] ¿somos [un] cuerpo? Somos siempre uno, [en] los tiempos presente, pasado y futuro. Por lo tanto, [solo] existe nosotros, el «nosotros» que ha devorado al tiempo.

Imaginamos que somos un cuerpo físico debido solo a que ignoramos o descuidamos prestar la atención debida a nuestro ser verdadero y esencial auto-consciente, y puesto que el cuerpo que imaginamos ser está confinado dentro de los límites del tiempo y el espacio, con ello, en efecto, somos tragados por el tiempo. Sin embargo, si nos investigamos prestando atención agudamente a nuestro ser esencial auto-consciente, descubriremos que no somos este cuerpo finito, sino solo la única realidad infinita y por lo tanto sin-tiempo, y con ello, en efecto, tragaremos la ilusión del tiempo.

Puesto que somos la única realidad infinita, que existe en todos los tiempos y en todos los lugares, y puesto que nada puede existir aparte de u otro que lo infinito, solo existimos verdaderamente. Por lo tanto, el cuerpo que imaginamos ser, y el tiempo y el espacio en los que este cuerpo está confinado, son todo meras apariciones, y en realidad no existen. Éste es el significado claro de la última línea del verso 16 de *Ulladu Narpadu*, que he traducido como, «[solo] nosotros, el “nosotros” sin-tiempo y sin-lugar, existe», pero que también podría ser traducida como, «[solo] nosotros existe; el tiempo y el lugar no existen, [sino solo] nosotros».

La única manera de que experimentemos esta verdad de que solo nosotros existimos, exentos de todo tiempo y espacio, es que escudriñemos la consciencia de ser, que siempre existe aquí y ahora, en este preciso punto presente en el espacio y el tiempo. Mien-

tras continuemos prestando atención o pensando en algo en el tiempo o el espacio otro que el preciso momento presente y el preciso lugar presente, continuaremos perpetuando la ilusión del tiempo y el espacio —la ilusión de nosotros como un cuerpo, un objeto confinado dentro de los límites del tiempo y el espacio. Pero si prestamos atención solo al preciso momento presente o al preciso lugar presente, que son efectivamente uno y el mismo punto, no encontraremos en ellos ningún tiempo ni espacio, ninguna duración ni extensión, y por lo tanto ningún pensamiento de ningún tipo, sino solo la consciencia de ser absolutamente no-dual, «yo soy», que subyace a, aunque trasciende, todo tiempo, todo espacio y todas las formas de pensamiento.

Si deseamos localizar el preciso momento presente en el tiempo, el «ahora» exacto, o el preciso lugar presente en el espacio, el «aquí» exacto, tenemos que mirar dentro de nosotros, al centro o núcleo mismo de nuestro ser, debido a que solo ahí podemos encontrar el punto interior infinitamente pequeño y sutil que siempre nos hace sentir que somos «aquí» y «ahora», no importa en qué punto exterior en el tiempo y el espacio nos acontezca experimentarnos como ser.

Cuando miremos dentro de nosotros, focalizando la atención entera en el núcleo más íntimo de nuestro ser, la mente pensante llegará a una detención, y así todos los pensamientos cesarán. Los pensamientos acontecen todos dentro del flujo del tiempo y dentro del espacio multidimensional de la mente. Si no experimentáramos el flujo unidimensional del tiempo, el flujo constante de la mente desde el pasado al futuro, no podríamos formar ningún pensamiento. Similarmente, si no experimentáramos la mente como un espacio multidimensional en el que pensamientos de diversos tipos surgen y se sumergen, no habría ningún espacio en el que pudiéramos formar ningún pensamiento.

Sin embargo, en el preciso momento presente no hay ningún movimiento o flujo, y en el preciso lugar presente no hay ningún espacio. El preciso momento presente es un punto en el tiempo que no tiene dimensiones, ni duración, y el preciso lugar presente es un punto en el espacio que no tiene dimensiones, ni extensión. Por lo tanto, ni en el preciso momento presente ni en el preciso lugar presente puede ser formado ningún pensamiento.

Una dimensión es una manera particular de medir o definir la extensión de algo, de modo que cualquier cosa que pueda ser medida de alguna manera, cualquier cosa que tenga una extensión definible, tiene dimensión. El tiempo es unidimensional, debido a que es un flujo unidireccional desde el pasado al futuro. El espacio físico es tridimensional, debido a que tiene altura, anchura y profundidad. El espacio de la mente es multidimensional, debido a que no solo contiene el flujo unidimensional del tiempo y el espacio físico tridimensional, sino que tiene también muchas otras dimensiones propias, tales como sus cinco formas de conocimiento sensorial, sus varias formas de conocimiento conceptual, y sus varias formas de emoción.

Además, el espacio de la mente contiene dimensiones dentro de dimensiones. Por ejemplo, la dimensión del gusto tiene seis subdimensiones básicas, a saber, dulce, agrio, salado, picante, amargo y astringente; la dimensión de la vista tiene varias subdimensiones tales como color, forma y distancia, y cada dimensión del conocimiento conceptual, tal como el pensamiento matemático abstracto, tiene muchas subdimensiones. Todas las muchas maneras en las que la mente puede medir o definir la extensión de lo que quiera que conoce o experimenta —los objetos de su percepción sensorial, sus conceptos, sus emociones, y demás— es una dimensión de su espacio.

Todas las cosas que tienen dimensión se extienden dentro de esa dimensión. El alcance en que cualquier cosa particular se extiende dentro de una dimensión particular, es la medida de esa cosa dentro de esa dimensión. Excepto la consciencia fundamental de nuestro ser, «yo soy», todo lo que es conocido por la mente se extiende en una o más de las muchas dimensiones que son experimentadas por ella. Todas las formas de conocimiento objetivo se extienden en una o más dimensiones.

Mientras todo lo demás que experimentamos en el tiempo y el espacio, se extiende ya sea en el tiempo o ya sea en el espacio, o en ambos, las únicas cosas en el tiempo y en el espacio que no se extienden en ninguno de ellos, son el preciso momento presente, «ahora», y el preciso lugar presente, «aquí». El preciso momento presente no tiene ninguna duración definible o mensurable, y el preciso lugar presente no tiene ninguna extensión definible o mensurable. Si una cosa se extiende en alguna dimensión, está confinada dentro de esa extensión, pero si no se extiende en ninguna dimensión, no está confinada o limitada de ninguna manera. Por lo tanto, puesto que ellos no se extienden en ninguna dimensión, el preciso lugar presente y el preciso momento presente están libres de todas las limitaciones, y, por consiguiente, son el «aquí» y «ahora» absoluto.

Puesto que cada uno es un punto infinitamente pequeño, podemos imaginar que el preciso momento presente y el preciso lugar presente son por lo tanto limitados. Sin embargo, puesto que no existen en solo un punto único particular en el tiempo o en el espacio, de hecho no están limitados de ninguna manera. Aunque el preciso momento presente parece ser un punto infinitesimal en el tiempo, sin embargo no está limitado ni restringido a ningún punto particular en el tiempo, debido a que cada punto en el tiempo es experimentado como el momento presente mientras está ocurriendo. Similarmente, aunque el preciso lugar presente parece ser un punto infinitesimal en el espacio, sin embargo no está limitado ni restringido a ningún punto particular en el espacio, debido a que muchos puntos en el espacio son experimentados como el lugar presente en un tiempo u otro. Puesto que el preciso momento presente existe en cada punto en el tiempo, y el preciso lugar presente existe en diferentes puntos en el espacio en diferentes puntos en el tiempo, ninguno de ellos puede ser definido o delimitado como existente en un único punto. Tan pronto como intentamos definir su localización en el tiempo o en el espacio, el tiempo habrá continuado y nuestra definición habrá devenido inválida.

Aunque el preciso momento presente y el preciso lugar presente parecen existir dentro de las dimensiones del tiempo y el espacio, su localización exacta dentro de esas dimensiones no puede ser definida o conocida en ningún tiempo, debido a que en verdad existen más allá de las limitaciones del tiempo y el espacio. Si deseamos descubrir su localización exacta, no podemos hacerlo mirando hacia fuera, hacia las dimensiones objetivas del tiempo y el espacio, sino solo mirando dentro de nosotros, hacia la profundidad más íntima de nuestro ser, hacia el núcleo de la consciencia, hacia el punto preciso dentro de nosotros donde sentimos «yo soy», «yo soy aquí y ahora».

El preciso momento presente y el preciso lugar presente no pueden ser localizados en ningún punto exacto en las dimensiones objetivas del tiempo y el espacio debido a que ellos no son puntos objetivos, sino experiencias subjetivas. Por lo tanto, aunque parezcan tocar las dimensiones objetivas del tiempo y el espacio, su existencia no está ni limitada ni restringida a ningún punto fijo o claramente discernible dentro de esas dimensiones. Debido a que son el punto en el que experimentamos la consciencia de ser sin-tiempo y sin-lugar, «yo soy», pareciendo existir dentro de las dimensiones imaginarias del tiempo y el espacio, ellos son el punto en el que lo eterno toca lo temporal, lo infinito toca lo finito, y lo absoluto toca lo relativo.

Aunque el tiempo está avanzando siempre, y con cada momento que pasa un nuevo punto en el tiempo deviene el momento presente, y un nuevo punto en el espacio deviene el lugar presente, el preciso momento presente y el preciso lugar presente mismos no se mueven ni sufren ningún cambio efectivo. Excepto estos dos puntos precisos, todo en el tiempo y en el espacio está moviéndose y padeciendo cambio constantemente. El preciso momento presente permanece inmóvil y sin-cambio todo el tiempo, y el preciso lugar presente permanece inmóvil y sin-cambio, no importa en qué punto en el espacio pueda ser experimentado.

Aunque todos los momentos en el tiempo parecen fluir a través del momento presente, en el preciso momento presente ningún flujo ni movimiento de ningún tipo tiene lugar efectivamente, debido a que el movimiento requiere de una dimensión en la que moverse. Similarmente, aunque muchos lugares en el espacio parecen venir y devenir con ello el lugar presente, en el preciso lugar presente ningún movimiento, devenir o cambio de ningún tipo tiene lugar efectivamente, debido a que el cambio requiere de una dimensión en la que acontecer.

Solo puede decirse que una cosa cambia, si puede ser definida primero de alguna manera, debido a que solo una cosa definible o definida puede sufrir un cambio definible o definido. Consecuentemente, puesto que una definición es una forma de medida o estimación que puede ser hecha solo con referencia a alguna dimensión, un punto sin ninguna dimensión no puede ser definido o delimitado de ninguna manera, y, por consiguiente, no puede sufrir ningún cambio definible.

Por lo tanto, al ser completamente exento de dimensión, extensión, limitación, definición, cambio y movimiento, el preciso punto presente en el tiempo y el preciso punto presente en el espacio son absolutos. Aunque todo lo demás existe solo en relación a ellos, el preciso momento presente y el preciso lugar presente son sin relación a nada más, debido a que ellos existen independientemente, y permanecen inafectados por el flujo del tiempo o de cualquier movimiento que tenga lugar en el espacio.

El «aquí» y «ahora» que parecen extenderse en el espacio o el tiempo —que parecen ser mensurables y definibles— son solo el «aquí» y «ahora» relativos. Nuestra concepción de lo que constituye el momento presente, «ahora», y el lugar presente, «aquí», no es fija, sino que varía de acuerdo con el contexto. Por ejemplo, cuando decimos «ahora», podemos significar este segundo mismo, este minuto, o un período más largo del tiempo presente tal como hoy, o podemos extender su significado incluso más para significar en la actualidad, durante este período en nuestras vidas o en la historia. Similarmente, cuando decimos «aquí», podemos significar esta parte exacta del espacio que es ahora ocupada por nuestro cuerpo, o cualquier punto particular dentro del cuerpo, o cualquier punto que esté cerca del cuerpo, o podemos extender más su significado para significar la habitación, la casa, la ciudad o incluso el país en el que estamos viviendo ahora. Todos estos usos de estas palabras «aquí» y «ahora» son relativos. Toda forma relativa de «ahora» se extiende en el tiempo, y toda forma relativa de «aquí» se extiende en el espacio, y, por consiguiente, pueden ser medidas.

Sin embargo, el preciso momento presente y el preciso lugar presente, son puntos en el tiempo y en el espacio que no tienen ninguna extensión, y que por lo tanto no pueden ser medidos. Como hemos visto más arriba, el preciso momento presente es la frontera o interconexión inmensurablemente fina entre el pasado y el futuro. Donde el pasado acaba, el futuro comienza, de modo que la interconexión entre ellos es un punto infinitamente fino que no tiene ninguna medida o extensión. Similarmente, el preciso lugar presente es el punto inmensurablemente fino que existe en el centro mismo de nuestra percepción del espacio.

Puesto que ellos son ambos infinitamente finos y sutiles, y por lo tanto no están limitados a ninguna dimensión, el preciso momento presente y el preciso lugar presente no son relativos, sino que son el «aquí» absoluto y el «ahora» absoluto. Puesto que el movimiento y el cambio no pueden acontecer dentro de un punto infinitamente fino y por lo tanto sin dimensión, y puesto que la formación del pensamiento implica movimiento y cambio, ningún pensamiento puede ser formado ni dentro del preciso momento presente ni dentro del preciso lugar presente, y, por consiguiente, el preciso punto presente en el tiempo y el espacio es la morada exclusiva de nuestro ser auto-consciente, «yo soy».

Aunque hablamos del preciso momento presente y el preciso lugar presente como si fueran dos cosas diferentes, ellos parecen ser diferentes solo desde el punto de vista

limitado de la mente finita. La diferencia entre ellos es por lo tanto meramente conceptual. En realidad son uno y el mismo.

El preciso momento presente y el preciso lugar presente son el único punto en el que el tiempo y el espacio se tocan y devienen uno. Este único punto, en el que todas las dimensiones se tocan es, él mismo, exento de toda dimensión. Aunque las dimensiones que se tocan y devienen una en él son todas relativas, este punto único, no-dual y sin dimensión es, él mismo, exento de todas las formas de relatividad. Todo lo que está contenido dentro de él es nuestra mera consciencia de ser, «yo soy». Pero incluso decir esto no es correcto del todo. Él no contiene meramente la consciencia esencial de ser, es sinónimo de ella. La consciencia esencial no-dual de ser, «yo soy», es ella misma el «aquí» y «ahora» absoluto, el preciso lugar presente y el preciso momento presente.

Debido a que este punto absoluto no tiene ninguna dimensión, no puede ser medido de ninguna manera. Por lo tanto no solo es infinitamente pequeño, sino también infinitamente vasto. Es decir, debido a que es absoluto, está libre de todas las limitaciones, y, por consiguiente, no es limitado como meramente lo más pequeño, sino que es también lo más grande, el todo infinito que lo contiene. Es ambos, eso que está contenido dentro de todo, y eso dentro de lo cual todo está contenido.

Todo, todo tiempo y todo espacio, y todo lo que está contenido dentro del tiempo y el espacio, es solo una forma de conocimiento, una concepción o una percepción, y, por consiguiente, está todo contenido dentro de la consciencia. Y puesto que ninguna forma de conocimiento puede existir sin la consciencia que lo subyace, la consciencia no solo contiene todo, sino que está también contenida dentro de todo.

De hecho, la consciencia es la única sustancia fundamental de la que están hechas todas las cosas. Por lo tanto, puesto que todas las formas de conocimiento son en esencia solo la consciencia y ya que ella es esencialmente auto-consciente —es decir, es en esencia solo la consciencia de nuestro ser— y puesto que la consciencia de nuestro ser es el punto absoluto que experimentamos como el preciso lugar presente, «aquí», y el preciso momento presente «ahora», este punto absoluto contiene todo y está contenido dentro de todo.

Para estar contenido dentro de todo, este punto absoluto debe ser infinitamente pequeño, y para contener todo, debe ser infinitamente grande. Como eso que es infinitamente pequeño, él no contiene nada sino nuestro ser auto-consciente, «yo soy», pero como eso que es infinitamente grande, él contiene todo, la totalidad de todo nuestro conocimiento, tanto el verdadero como el falso. Todo lo que es conocido, lo es finalmente solo en el preciso momento presente «ahora», y en el preciso lugar presente «aquí» —en el presente absoluto, que es nuestro ser auto-consciente siempre presente, «yo soy», y que es el único punto en el tiempo y el espacio que existe verdaderamente.

CAPÍTULO 8

La Ciencia de la Consciencia

Una ciencia es un medio de adquirir conocimiento válido, conocimiento que puede ser verificado independientemente. Pero, ¿cuál es la definición correcta de conocimiento válido? ¿Es el conocimiento válido meramente porque puede ser verificado independientemente, o hay algún otro patrón más estricto por el que podamos medir la validez de un conocimiento dado?

Como hemos visto en los capítulos cinco y seis, hay dos formas de conocimiento válido: el conocimiento que es relativamente válido y el conocimiento que es absolutamente válido. Por consiguiente, hay también dos formas de ciencia, ciencia relativa y ciencia absoluta. Excepto la ciencia espiritual, que es la ciencia del auto-conocimiento verdadero o consciencia, todas las formas de ciencia son ciencias relativas, debido a que el conocimiento que buscan adquirir es solo relativamente válido.

Desde el punto de vista relativo de nuestra vida como un individuo en este mundo material, el conocimiento buscado y adquirido por las distintas ramas de la ciencia objetiva puede ser válido y útil, pero tal conocimiento no es absolutamente verdadero. No es válido y verdadero bajo todas las circunstancias y en todas las condiciones o estados. Las leyes de la ciencia que experimentamos como verdaderas en este estado de vigilia pueden ser experimentadas como no-verdaderas en el sueño con sueños. En el sueño con sueños, por ejemplo, a veces somos capaces de desafiar la ley de la gravedad volando. La ley de la gravedad, que es innegablemente válida de acuerdo a nuestra experiencia en este estado de vigilia, no es siempre igualmente válida en el sueño con sueños.

Todo el supuesto conocimiento científico, aunque es válido de acuerdo a la experiencia en este estado de vigilia, no es válido de acuerdo a la experiencia en el sueño profundo. De hecho, la experiencia en el sueño profundo pone en cuestión la validez de todo nuestro conocimiento y experiencia en este estado de vigilia. Aunque cada uno de nosotros podamos ser capaces de verificar independientemente la validez del conocimiento científico en este estado de vigilia, en el sueño profundo ninguno de nosotros puede verificar ni siquiera la existencia de este mundo.

En este estado de vigilia asumimos que este mundo existía mientras estábamos dormidos profundamente, pero no tenemos ningún medio por el que podamos verificar independientemente la validez de esta asumición. Para verificarla, debemos depender del testimonio de otras gentes que afirman haber estado despiertas mientras estábamos dormidos, pero esas otras gentes son parte del mundo cuya existencia deseamos verificar, de modo que ellos no pueden ser testigos independientes.

Algunos filósofos creen que aunque mucho de nuestro conocimiento concerniente a este mundo es relativo, nuestro conocimiento de las leyes de las matemáticas es absoluto. Ellos creen que puesto que dos más dos son cuatro bajo todas las circunstancias y en todas las condiciones, ello debe ser una verdad absoluta. Sin embargo, su asunción de que ello es verdadero bajo todas las circunstancias y en todas las condiciones es incorrecta, debido a que depende de la condición obvia de la existencia de dos. En el sueño profundo no experimentamos la existencia de dos, de modo que ninguna de las leyes de las matemáticas es válida en ese estado. Las matemáticas son una ciencia de dualidad y multiplicidad, y como tal es inherentemente relativa. Es relativa principalmente para la mente y su poder de imaginación, debido a que solo cuando la mente imagina la existencia de más de uno, vienen a la existencia las leyes de las matemáticas.

Todo nuestro conocimiento de dualidad es relativo, y por lo tanto aunque pueda ser relativamente válido, no es absolutamente válido. El único conocimiento que podemos considerar como absolutamente válido y verdadero es un conocimiento que es perfectamente no-dual —es decir, un conocimiento que se conoce solo a sí mismo y que es conocido solo por sí mismo.

Un conocimiento que es conocido por una consciencia otra que sí misma, implica necesariamente dualidad, distinción y relatividad. Por lo tanto, la única ciencia que podría ser absolutamente verdadera y válida es la ciencia de la consciencia, o más precisamente, la ciencia de la auto-consciencia.

¿Qué es consciencia? Es el poder de conocer, o poder para conocer. O para ser más preciso, es el poder dentro de nosotros que conoce. Sin embargo, puesto que eso que conoce es solo nosotros, la consciencia no es algo otro que nosotros, sino nuestro ser o esencia mismo.

De todas las cosas que conocemos, la primera es nuestro ser, que conocemos siempre como «yo soy». Todo nuestro otro conocimiento viene y se va, pero este conocimiento primero y más básico, «yo soy», no viene ni se va, sino que es experimentado por nosotros constantemente, en todos los tiempos y en todos los estados. Así pues, nuestra naturaleza misma como consciencia es conocernos. La consciencia es siempre auto-consciente, y no puede sino ser consciente de sí misma —es decir, de su propio ser o «soy»-dad esencial.

La forma original y primaria de la consciencia es por lo tanto la auto-consciencia «yo soy». Tanto si la consciencia conoce alguna otra cosa como si no, ella siempre se conoce a sí misma. En cada conocimiento que experimenta, su conocimiento básico «yo soy» está presente.

Es decir, la consciencia experimenta todo su conocimiento de alguna otra cosa que sí misma como «yo soy [estoy] conociendo esto». Mientras se conoce a sí misma solo como «yo soy», conoce otras cosas como «estoy conociendo esto». Sin embargo, aunque siempre se conoce a sí misma como «yo soy», cuando conoce otras cosas en adición

a sí misma, ella parece ignorar o pasar por alto su propio conocimiento básico «yo soy», y en lugar de ello da prominencia a lo que quiera que está conociendo.

Aunque la consciencia a veces parece estar conociendo otras cosas que a sí misma, su conocimiento de esas otras cosas es solo temporal, y, por consiguiente, ese conocimiento de otredad no es una parte esencial de su ser. En el sueño profundo sabemos que somos, pero no sabemos nada más, de modo que nuestro conocimiento de otredad es extraño a la consciencia esencial de nuestro ser.

Puesto que la consciencia de ser es permanente, mientras la consciencia de otredad es temporal, hay una clara distinción entre estas dos formas de consciencia. La primera es la consciencia esencial, mientras la segunda es un mero adjunto que está temporalmente sobreimpuesto en ella. Este adjunto temporal —que surge de la consciencia esencial no-dual de ser como una consciencia dualista de otredad, y que con ello parece estar sobreimpuesta en e íntimamente mezclada con la consciencia esencial —es la forma de consciencia limitada y relativa que llamamos nuestra «mente».

Para conocer otras cosas que a sí misma, la mente debe limitarse. Pero, ¿cómo puede la consciencia limitarse a sí misma? Solo eso que tiene una extensión definible o mensurable es limitado. Puesto que la consciencia no tiene fronteras, no tiene tal extensión definible, de modo que es ilimitada.

Una limitación de cualquier tipo requiere una o más dimensiones dentro de las que puedan establecerse fronteras definidas. Pero la consciencia no está confinada dentro de ninguna dimensión, y por lo tanto no tiene ninguna frontera que pueda limitarla de ninguna manera. Puesto que todas las dimensiones, fronteras, límites y extensiones son conceptos o pensamientos que son conocidos solo por la mente después de que ha surgido para conocer la otredad, están contenidos solo dentro de la mente y no tienen ninguna existencia independiente de ella. ¿Cómo entonces la mente se confina a sí misma dentro de cualquier límite?

La mente se limita a sí misma imaginándose ser uno de los objetos que ella conoce. Es decir, primero se imagina ser una forma, y solo después conoce las formas de otras cosas. Una forma es algo que está contenido dentro de límites, y que por lo tanto tiene una extensión definible en una o más dimensiones. Cada cosa finita tiene una forma de un tipo u otro, debido a que sin una forma una cosa no tendría límites y sería por lo tanto infinita. Todo lo que conocemos como otro que nosotros es una forma. Nuestros pensamientos, sentimientos, emociones, percepciones y todas las otras cosas que son conocidas por la mente son formas, excepto, por supuesto, la consciencia esencial de ser, que es sin-forma y por lo tanto infinita.

La forma que la mente imagina ser ella misma es el cuerpo físico, a través de cuyos cinco sentidos ella percibe un mundo de objetos y otros cuerpos. La mente no puede funcionar o conocer algo otro que su propio ser sin imaginarse primero ser la forma de un cuerpo físico. La identificación con el cuerpo físico es tan fuerte que imaginamos

que incluso los propios pensamientos acontecen solo dentro de él. Es decir, experimentamos las formas más groseras de los pensamientos, tales como percepciones, concepciones, imaginaciones visualizadas y pensamientos verbalizados, como si estuviesen aconteciendo todos en alguna parte dentro de la cabeza, y experimentamos las formas más sutiles de los pensamientos, tales como sentimientos y emociones, como si estuviesen aconteciendo en alguna parte dentro del pecho.

Cualquier cuerpo que en este momento imaginemos ser, ya sea el cuerpo presente en este estado de vigilia o algún otro cuerpo en uno de nuestros sueños, siempre imaginamos que toda la actividad mental está aconteciendo dentro de él, y que el mundo que percibimos a través de sus cinco sentidos, existe fuera de él. En el sueño con sueños, nos tomamos erróneamente por algún otro cuerpo, pero seguimos sintiendo que toda nuestra actividad mental está aconteciendo dentro de ese cuerpo, y que el mundo que percibimos a través de sus cinco sentidos existe fuera de él.

Sin embargo, aunque experimentamos los pensamientos como si estuvieran aconteciendo dentro del cuerpo que en este momento tomamos erróneamente por nosotros, seguimos sintiéndolos ser otros que nosotros. Habiendo limitado la consciencia al tomarnos erróneamente por este cuerpo finito, experimentamos todo lo demás que conocemos como si fuera otro que nosotros. Por nuestro acto mismo de limitarnos dentro de los confines de una forma particular, somos capaces de conocer todas las demás formas como aparte de nosotros.

De hecho, sin embargo, nuestro cuerpo, pensamientos y todos los otros objetos que conocemos, son solo imágenes que aparecen y desaparecen en la consciencia, y, por consiguiente, no tienen ninguna realidad sustancial otra que la consciencia. Es decir, todas las formas que conocemos son solo modificaciones que acontecen en la consciencia, como las olas en la superficie del océano. Lo mismo que el agua del océano es la única sustancia de la que están formadas todas las olas, así también la consciencia es la única sustancia de la que están formadas todas las cosas conocidas por nosotros.

Debido a que nos tomamos erróneamente por este cuerpo, imaginamos que tanto los pensamientos que parecen acontecer dentro de él como los objetos que parecen existir fuera de él, son todos otro que nosotros. Sin embargo, aunque para nosotros es absurdo imaginar que cualquiera de estas cosas, todas las cuales las conocemos solo dentro de la mente, son efectivamente otras que nosotros, esto es menos absurdo que la imaginación confusa que tenemos concerniente a este cuerpo, que tomamos erróneamente por nosotros. Aunque experimentamos este cuerpo como si fuera nosotros, y como si estuviéramos limitados dentro de los límites de su forma, sin embargo lo experimentamos como un objeto. Hablamos de mis brazos, mis manos, mis piernas, mi cabeza e incluso mi cuerpo, como si éstos fueran nuestras posesiones, pero al mismo tiempo los tomamos erróneamente por nosotros.

El conocimiento sobre nuestra identidad exacta es confuso y sin claridad debido a que, aunque tomamos erróneamente la forma de este cuerpo por nosotros, seguimos

sabiendo que somos consciencia. Puesto que este cuerpo y la mente, que erróneamente se toma por «yo», son efectivamente experimentados por nosotros como dos cosas diferentes, no estamos seguros de cuál es realmente nosotros. Cuando decimos «mi cuerpo», estamos identificándonos con la mente, que conoce este cuerpo como un objeto. Pero a veces también decimos «mi mente», como si la mente fuese algo distinto de nosotros.

Debido a que sabemos que somos consciencia, que es de hecho infinita, pero al mismo tiempo nos imaginamos ser un cuerpo, que es finito, estamos perpetuamente confusos sobre nuestra identidad verdadera. Sin embargo, como resultado de esta confusión, nos sentimos como algo limitado, y, por consiguiente, somos capaces de conocer cosas como otro que nosotros.

La mente no es en realidad nada más que la consciencia esencial «yo soy», que es sin-forma y por lo tanto infinita, indivisa y no-dual. Por consiguiente, puesto que es infinita, verdaderamente no hay nada más que ella para ser conocido. Sin embargo, al imaginarse ser una forma finita, es capaz de conocer otras formas como si fueran verdaderamente aparte de sí misma.

Por lo tanto, la mente es capaz de conocer otras cosas que sí misma solo engañándose para experimentarse como algo que ella no es —algo que es efectivamente solo un producto de su propia imaginación poderosa y auto-engañosa. Nada de lo que experimentamos en un sueño es efectivamente otro que nosotros, pero al imaginarnos ser una de las formas imaginarias que experimentamos en ese sueño, experimentamos todas las demás formas en ese sueño como si fueran otras que nosotros.

Toda la dualidad o multiplicidad que la mente parece experimentar, es por lo tanto solo un producto de su poder de imaginación auto-engañoso, y ella experimenta todos los múltiples productos de su imaginación solo imaginando que ella es uno entre ellos. Por lo tanto, aunque la mente es real como la consciencia de ser esencial y no-dual, como una consciencia que conoce otredad, es meramente una ficción de su propia imaginación, y por lo tanto es irreal.

Usamos el término «mente» para referirnos a la consciencia solo cuando ella parece conocer otredad. Cuando deja de conocer toda otredad, deja de ser una entidad finita separada, y por lo tanto permanece como la consciencia infinita «yo soy», que ella es siempre en realidad. Como nuestra verdadera consciencia infinita, ella se conoce solo a sí misma, pero como nuestra «mente», ella se imagina que conoce otras cosas y de ese modo es engañada.

Como la mente, no podemos obtener nunca el auto-conocimiento verdadero, debido a que como ella, solo podemos conocer la consciencia «yo soy» mezclada con el conocimiento de otredad imaginario. Es decir, como la mente, el poder de atención, que es otro nombre para el poder de conocer o consciencia, está dirigido constantemente hacia otras cosas, y con ello es desviado de nosotros —de nuestro ser esencial, «yo soy».

Por lo tanto, si queremos obtener conocimiento verdadero, no podemos hacerlo a través de la mente. Debemos retirar nuestro poder de atención, que hasta ahora hemos estado dirigiendo constantemente hacia fuera, a través de la mente, sus cinco sentidos y todos sus pensamientos, y volverlo hacia sí mismo, hacia la consciencia real «yo soy».

Sin embargo, cuando lo hagamos, probablemente encontremos que inicialmente somos incapaces de focalizar la atención total y exclusivamente en la consciencia de ser extremadamente sutil, «yo soy», porque nuestro poder de atención ha devenido grosero y tosco debido al hábito constante de prestar atención solo a los pensamientos. Solo tratando repetidamente de focalizar la atención total y exclusivamente en la consciencia esencial «yo soy», obtendremos gradualmente la pericia requerida para hacerlo.

Solo la práctica puede dar pericia. Por la práctica repetida y persistente de volver la atención hacia sí misma para descubrir qué es realmente esta consciencia «yo soy», refinaremos gradualmente nuestro poder de atención, haciéndolo más sutil, claro y penetrante, y así obtendremos una claridad de conocimiento firmemente creciente de la naturaleza real infinita y no-dual de la consciencia «yo soy». Finalmente, cuando nuestro poder de atención haya sido perfectamente refinado o purificado —es decir, cuando haya devenido liberado de su fuerte apego presente a prestar atención solo a pensamientos y objetos— seremos capaces de conocer con perfecta claridad la consciencia esencial «yo soy» como es realmente, exenta incluso de la más mínima sobreimposición de limitación o identificación alguna con ninguna otra cosa.

Esta práctica empírica de auto-atención, auto-escrutinio, auto-examen o auto-investigación, es el método experimental de la ciencia de la consciencia. El único medio práctico por el que podemos descubrir la verdadera naturaleza de la consciencia, es volviendo la atención hacia ella. Puesto que la consciencia no puede ser conocida como un objeto sino solo como nuestro sí mismo conocedor, la investigación científica sobre la consciencia debe consistir por lo tanto en el escrutinio de nuestra consciencia con un poder de atención agudo, focalizado y uni-dirigido. Excepto por tal auto-atención o auto-escrutinio, no podemos obtener nunca conocimiento o experiencia directa de la consciencia real «yo soy» como es realmente, exenta de cualquier sobreimposición o limitación imaginaria.

La consciencia «yo soy» no es alguna cosa desconocida que vayamos a descubrir, debido a que incluso ahora, todos sabemos claramente «yo soy». Sin embargo, aunque sabemos «yo soy», no lo conocemos como es realmente. Lo conocemos en una forma limitada y distorsionada debido a los adjuntos falsos que sobreimponemos en él por nuestro poder de imaginación. Lo conocemos erróneamente como «yo soy este cuerpo, soy una persona llamada fulano, estoy sentado aquí, estoy leyendo este libro, estoy pensando sobre las ideas discutidas en él» y así sucesivamente.

Todos estos adjuntos que estamos sobreimponiendo constantemente en la consciencia «yo soy», nos impiden conocerla como es realmente. Por lo tanto, para conocerla

como es, debemos mirar más allá de todos estos adjuntos a la única consciencia básica que subyace a todos ellos. Cuando escudriñemos la consciencia básica «yo soy» con un poder de atención agudo y penetrante, todos estos adjuntos falsos se disolverán o desaparecerán de ella, y así la conoceremos como es realmente.

Aunque hablamos de la consciencia real «yo soy» y de la consciencia irreal «yo soy este cuerpo», éstas no son de hecho dos consciencias diferentes, sino que son simplemente dos formas de la misma consciencia, la única consciencia que existe. La verdadera forma de la consciencia es solo la pura consciencia no-dual de nuestro ser, «yo soy». La mente, la consciencia mezclada o impura «yo soy este cuerpo», por la que toda dualidad es conocida, es meramente una forma falsa, distorsionada e ilusoria de nuestra única consciencia real «yo soy».

Cuando se conoce solo a sí misma, nuestra única consciencia real brilla como ella es, exenta de todos los adjuntos falsos, pero cuando por su poder de imaginación, conoce aparentemente otras cosas que a sí misma, esta misma única consciencia real, aparece como la mente. Esta única consciencia real «yo soy» es nuestro sí mismo verdadero. Por lo tanto, cuando permanecemos como somos realmente, conociéndonos solo a nosotros, somos la consciencia real no-dual «yo soy», pero cuando retiramos la consciencia o poder de atención de nosotros y lo llevamos hacia el mundo de pensamientos imaginario, devenimos aparentemente esta mente.

Así pues, en realidad la mente no es nada más que la consciencia real no-dual «yo soy», lo mismo que la serpiente que es sobreimpuesta por nuestra imaginación en una cuerda, en realidad no es nada más que esa cuerda. Su existencia aparentemente separada y limitada como «mente» es solamente una ilusión causada por nuestra falta de autoconocimiento claro, lo mismo que la serpiente es meramente una ilusión causada por la falta de la clara luz del día. Una vez que iluminemos con una luz clara la cuerda y que con ella la veamos inconfundiblemente como lo que es, en adelante nunca la tomaremos erróneamente por una serpiente. Similarmente, una vez que iluminemos con la luz clara de la atención agudamente focalizada en la consciencia «yo soy» y que con ella la conozcamos inconfundiblemente como es, en adelante nunca la tomaremos erróneamente por lo que no es —ninguno de los adjuntos extraños por los que la definíamos anteriormente.

Por tanto, puesto que la mente no es nada más que la consciencia real no-dual «yo soy», todo lo que se necesita hacer para conocer esa consciencia es volver su atención sobre sí misma, retirada de todas las otras cosas. Sin embargo, cuando se hace eso, ella deja de ser la consciencia individual limitada que llamamos «mente», y en lugar de ello deviene la consciencia real ilimitada «yo soy», que es en realidad lo que ella siempre ha sido y siempre será. Por lo tanto, eso que conoce la consciencia real «yo soy» no es la mente sino solo esa consciencia misma.

En años recientes ha surgido un interés renovado en la consciencia entre un grupo todavía pequeño de científicos y filósofos académicos. La «ciencia de la consciencia», como es conocida a veces, es ahora una rama reconocida aunque menor de la ciencia moderna. Sin embargo, se alude a ella más comúnmente como «estudios de la consciencia», debido a que se considera como un campo de estudio interdisciplinar que incluye contribuciones hechas por la filosofía, la psicología, la neurociencia y otras disciplinas afines.

Aunque estos «estudios de la consciencia» modernos se describen a sí mismos a veces como la «ciencia de la consciencia», o al menos dicen que son un intento de moverse hacia una «ciencia de la consciencia», ellos no deben ser confundidos con la verdadera ciencia de la consciencia que estamos discutiendo aquí, debido a que su comprensión sobre la consciencia y sus métodos de investigación son fundamentalmente diferentes de la clara comprensión y el método simple de investigación enseñado por Sri Ramana y otros sabios. La diferencia radical entre estas dos metodologías está en el hecho de que estos «estudios de la consciencia» tratan de estudiar la consciencia objetivamente, como si fuera un fenómeno objetivo, mientras que los sabios nos enseñan que la consciencia no puede devenir nunca un objeto de conocimiento, sino que solo puede ser conocida verdaderamente como la realidad esencial que subyace a la mente, que es el sujeto que conoce todos los objetos.

En conformidad con la demanda fundamental hecha por todas las ciencias modernas objetivas, a saber, que los científicos deben buscar adquirir «conocimiento objetivo» (conocimiento que puede ser demostrado y verificado objetivamente) sobre cualquier campo de estudio en el que ellos emprendan la investigación, los «estudios de la consciencia» modernos tratan de emprender una aproximación objetiva al estudio de la consciencia. Por lo tanto, puesto que en la visión limitada de la mente, sujeta al cuerpo, la consciencia parece estar centrada en el cerebro, los «estudios de la consciencia» ponen gran peso sobre los esfuerzos de la ciencia moderna por comprender la relación entre la actividad electroquímica en el cerebro y la consciencia, que ellos imaginan que resulta de tal actividad. Además, puesto que tomamos generalmente la consciencia como consciencia de algo, los «estudios de la consciencia» están también muy interesados en comprender la cognición y la experiencia subjetiva del estímulo sensorial que parecemos recibir del mundo externo.

En otras palabras, la asumición básica hecha por los filósofos y los científicos que están involucrados en estos «estudios de la consciencia» modernos, es que podemos comprender la consciencia intentando estudiarla como un fenómeno objetivo. Sin embargo, todo lo que es conocido como un fenómeno objetivo, es meramente un objeto de la consciencia, y no es la consciencia misma. Puesto que la consciencia es el sujeto que conoce todos los fenómenos objetivos, ella no puede devenir nunca un objeto de conocimiento.

La consciencia puede ser conocida o experimentada directamente solo por sí misma, y no por ninguna otra cosa. Por lo tanto, si tratamos de estudiar la consciencia como un

fenómeno objetivo, solo lograremos estudiar algo que no es la consciencia misma, sino meramente un efecto aparente de la consciencia. Si deseamos verdaderamente estudiar la consciencia y comprender qué es realmente, debemos estudiarla dentro, como nosotros, debido a que somos consciencia, y todo lo demás no lo es sino solo un objeto conocido por nosotros.

Mientras experimentemos cualquier forma de conocimiento dualista, es decir, cualquier conocimiento que implique una distinción entre sujeto y objeto, la consciencia será siempre el sujeto conocedor y nunca un objeto conocido. Por lo tanto, desde tiempos inmemoriales, uno de los principios fundamentales del *vedanta advaita* ha sido siempre que, para conocer la consciencia como ella es realmente, debemos distinguir eso que conoce de eso que es conocido.

Este proceso, que en sánscrito es conocido a menudo como *drik drisya viveka* o «discriminación entre el veedor y lo visto», es un pre-requisito fundamental para que seamos capaces de practicar auto-investigación efectiva. Hasta que no comprendamos esta distinción básica entre la consciencia e incluso el objeto más sutil conocido por ella, no seremos capaces de focalizar la atención total y exclusivamente en la consciencia esencial, y así no seremos capaces de experimentarla como es realmente —es decir, como la consciencia pura e inadulterada de nuestro ser, que es exenta incluso del menor rastro de dualidad u otredad.

A no ser que los científicos modernos estén dispuestos a aceptar este principio fundamental pero muy simple, todos sus esfuerzos para comprender la consciencia estarán desencaminados. Todos los científicos que imaginen que pueden comprender la consciencia estudiando el cerebro físico, su actividad electroquímica o su función cognitiva, no alcanzan a comprender que todas estas cosas son meramente objetos que son conocidos por la consciencia como otros que sí misma.

El cuerpo, su cerebro, los muchos procesos bioquímicos y electroquímicos que acontecen dentro de él, y el funcionamiento de su proceso cognitivo, son todos pensamientos o imágenes mentales que surgen en la mente debido al poder de imaginación, como también lo es la ilusión de que la consciencia está centrada en el cerebro. En la experiencia efectiva de cada uno de nosotros, la consciencia está siempre presente y es claramente conocida por nosotros como «yo soy», incluso cuando no somos conscientes de nuestro cuerpo presente o de cualquier otro cuerpo; y aunque el surgimiento y el funcionamiento de la mente es solo un fenómeno temporal, ningún otro fenómeno tal como un cuerpo o cerebro puede aparecer nunca a menos que la mente surja para conocerlo. Por lo tanto, puesto que experimentamos la mente siempre que experimentamos el cuerpo físico o cualquier otra cosa en este mundo material, no tenemos ninguna razón válida para creer y ni siquiera para suponer que la existencia de este mundo preceda a la existencia de la mente, o que la mente es un fenómeno que surge debido al funcionamiento del cerebro.

Puesto que experimentamos la mente incluso cuando no experimentamos cuerpo presente, como en el sueño con sueños, e incluso cuando no tenemos ninguna idea sobre el cerebro en este cuerpo, la mente es algo que es claramente distinto tanto del cuerpo como del cerebro. Además, puesto que experimentamos la consciencia incluso cuando no experimentamos la mente, el cuerpo presente o cualquier otro cuerpo, como en el sueño profundo, la consciencia es algo claramente distinto tanto de la mente como del cuerpo, y consecuentemente del cerebro en este cuerpo.

Puesto que todo lo que sabemos sobre el cerebro es solo una colección de pensamientos que surgen en la mente, no podemos descubrir nunca la naturaleza verdadera de la mente ni de la consciencia básica que le subyace estudiando el funcionamiento del cerebro. De hecho, al pensar de alguna manera sobre el cerebro o cualquier otro fenómeno subjetivo semejante, solo estamos desviando la atención de nosotros —es decir, de la consciencia que buscamos conocer.

Incluso si no supiéramos nada del cerebro, seguiríamos sabiendo «yo soy», de modo que si deseamos conocer efectivamente la naturaleza verdadera de esta consciencia básica que experimentamos como «yo soy», no necesitamos tratar de conocer nada sobre el cerebro. Todo lo que necesitamos hacer es retirar la atención de todo lo que es conocido por nosotros como otro que la consciencia esencial, y focalizarla en lugar de ello solo en la consciencia que conoce todas esas otras cosas.

Sin embargo, cuando volvamos efectivamente la atención hacia nosotros, lo que ahora sentimos como una consciencia que conoce otras cosas que nosotros, descubriremos que nuestro sí mismo real o consciencia esencial, no es de hecho una consciencia que conoce alguna otra cosa, sino solo la pura consciencia de ser, que no conoce nada otro que a sí misma. Esta pura consciencia no-dual de ser, es la consciencia real y fundamental que subyace a y soporta la apariencia ilusoria de la mente, que es la consciencia que conoce la otredad, de la misma manera que una cuerda es la realidad que subyace a y soporta la apariencia ilusoria de una serpiente.

Aunque como la forma conocedora de objetos, en la que experimentamos ahora la consciencia, no es su forma verdadera, no obstante, debemos investigarla con minuciosidad para descubrir la consciencia verdadera que la subyace. Lo mismo que para ver la cuerda como es realmente, debemos mirar con mucho cuidado a la serpiente que parece ser, así también, para conocer la consciencia verdadera como es realmente, debemos inspeccionar con mucho cuidado la consciencia que conoce objetos que parece ser ahora.

Si en lugar de mirar con cuidado a la serpiente aparente, miráramos, por cuidadosamente que fuera, a cualquier otra cosa, no seríamos capaces de ver la cuerda como es realmente. Del mismo modo, si en lugar de inspeccionar cuidadosamente la consciencia presente, que ahora parece conocer otras cosas que a sí misma, investigamos cualquiera de esas otras cosas que ella parece conocer, no seremos capaces de experimentar y conocer la consciencia verdadera como es realmente.

Como hemos visto al comienzo de este capítulo, toda ciencia es un intento hecho por la mente para adquirir conocimiento que sea verdadero y válido. Por lo tanto, la investigación más importante que cualquier científico puede emprender, es probar la verdad y validez de su propia mente, puesto que ella es la consciencia por la que él conoce todas las demás cosas.

Si no somos capaces de verificar la realidad de la consciencia que conoce, que es lo que llamamos nuestra «mente», nunca seremos capaces de verificar la realidad de ninguna otra cosa, debido a que todas esas otras cosas son conocidas solo por la mente. Por lo tanto, antes de considerar emprender cualquier otra investigación, todo científico verdadero debería emprender primero la investigación de su propia consciencia.

Si no conocemos el color de las lentes que llevamos, seremos incapaces de juzgar correctamente el de cualquiera de los objetos que veamos. Del mismo modo, si no conocemos la realidad de la mente, que es el medio a cuyo través conocemos todas las demás cosas, seremos incapaces de juzgar correctamente la realidad de ninguna de las que ahora parecemos conocer.

Como hemos estado observando a lo largo de todo este libro, la mente o consciencia que conoce es una forma de consciencia confusa e infiable. Como una consciencia finita que conoce objetos, la mente funciona básicamente como un poder de imaginación. Excepto la consciencia fundamental de nuestro ser, «yo soy», todo lo que conocemos a través del medio de la mente, es un producto de nuestro poder de imaginación. Incluso si elegimos creer que el mundo que parecemos percibir a través de los cinco sentidos es verdaderamente algo que existe fuera de nosotros, y, que por lo tanto, está separado de nosotros, una creencia que de hecho es enteramente infundada, no podemos negar el hecho de que este mundo, como lo experimentamos en la mente, no es nada sino una serie de pensamientos o imágenes mentales que hemos formado por nuestro poder de imaginación.

Además, si se analiza cuidadosamente, no solo encontramos que todas las cosas que conocemos a través del medio de la mente son meros productos de la imaginación, sino que también encontramos que la mente misma es meramente un producto de la imaginación. La mente no existe en el sueño profundo, pero surge como una imagen en la consciencia tan pronto como comenzamos a experimentar un estado de vigilia o de sueño con sueños. Cuando surge así, experimentamos la mente como si ella fuera nosotros. Es decir, a través de nuestro poder de imaginación parecemos devenir la mente, que es una consciencia que conoce, es decir, una consciencia que parece conocer otras cosas que a sí misma.

Puesto que la mente no es solo un fenómeno transitorio sino también una mera ficción de la imaginación, todo lo que podamos conocer a través de ella, también lo es. Por lo tanto, cualquier conocimiento que podamos adquirir mediante la investigación sobre algo conocido por la mente es imaginario, y no es más real que cualquier conocimiento

que podamos adquirir mediante la investigación sobre algo que experimentamos en un sueño. Por consiguiente, aunque el conocimiento que adquirimos mediante la investigación objetiva en nuestro estado de vigilia presente, puede parecer ser completamente válido y verdadero mientras experimentamos este estado de vigilia, de hecho no es nada sino una ficción de nuestra imaginación, y por lo tanto no puede ayudarnos a conocer y experimentar la realidad absoluta que subyace a y trasciende toda imaginación.

Para experimentar esa realidad absoluta, debemos penetrar debajo de la mente y de todas sus creaciones imaginarias buscando conocer la consciencia verdadera que le subyace. Puesto que somos la consciencia en la que la mente y todas sus imaginaciones aparecen y desaparecen, somos eso que le subyace y por lo tanto la trasciende. Por consiguiente, para penetrar debajo de la mente, debemos conocernos —nuestro sí mismo real o consciencia esencial, que experimentamos siempre como «yo soy»— y solo podemos hacerlo focalizando la atención total y exclusivamente en nosotros, retirándola con ello de todos los productos de nuestra imaginación.

Solo cuando conozcamos así la consciencia esencial «yo soy», que es la realidad absoluta que subyace a la apariencia transitoria de la mente, seremos capaces de juzgar correctamente la realidad de todas las otras cosas que conocemos. Hasta entonces, no debemos gastar el tiempo haciendo investigación sobre ninguna otra cosa, sino que debemos concentrar todos los esfuerzos en hacer investigación sobre la consciencia esencial, tratando de centrar persistentemente la atención entera en ella.

Una objeción que filósofos y científicos plantean a menudo sobre esta verdadera ciencia de la consciencia, es que sus descubrimientos no pueden ser demostrados objetivamente, y por lo tanto no pueden ser verificados independientemente. Sin embargo, mientras es verdadero que no podemos demostrar nunca la absoluta realidad de la consciencia objetivamente, no lo es decir que no puede ser verificada independientemente. Puesto que la consciencia es la experiencia básica y esencial de cada uno de nosotros, podemos verificar, cada uno independientemente, su realidad por nosotros.

La razón real por la que la mayoría de las gentes, incluyendo muchos filósofos y científicos e incluso gentes con mentes excepcionalmente brillantes, tienden a desviarse de esta ciencia de la consciencia o auto-conocimiento verdadero, y también en la mayoría de los casos de toda la filosofía simple y racional que la subyace, es que están muy fuertemente apegados a su propia individualidad, y a todas las cosas que gozan experimentando a través de sus mentes. A diferencia de otras filosofías y ciencias, que nos permiten retener el sí mismo individual y todos los intereses, deseos, apegos, preferencias y aversiones personales, esta filosofía y ciencia requiere que abandonemos todo, incluyendo la mente o sí mismo individual.

Hasta que y a no ser que estemos dispuestos a entregar nuestro sí mismo individual y todo lo que viene con él, seremos incapaces de conocer y permanecer como la consciencia infinita y no-dual, que es nuestro sí mismo real. No podemos comer nuestro pas-

tel y seguir teniéndolo. Tenemos que elegir entre mantenerlo intacto o comerlo. De la misma manera, tenemos que elegir entre retener la mente o consciencia individual y todo lo que experimenta, o aniquilarla, entregándola al fuego omniconsumiente del auto-conocimiento verdadero.

En el caso de un pastel, al menos tenemos una tercera opción, que es comer una parte y mantener el resto intacto, pero en del auto-conocimiento no tenemos ninguna tal opción intermedia. Debemos elegir entre imaginarnos como esta consciencia finita que llamamos «mente», o experimentarnos como la consciencia infinita que somos realmente.

Algunos filósofos están fascinados por la profundidad y poder de esta simple filosofía de la no-dualidad absoluta, pero sin embargo no están dispuestos a hacer el sacrificio personal que se requiere para experimentar la realidad no-dual que ella expone, y por lo tanto gozan dando conferencias y escribiendo libros sobre ella, pero evitan practicar efectivamente la auto-investigación verdadera, que es el medio empírico por el que el verdadero auto-conocimiento no-dual es obtenido. Tales filósofos son como una persona que goza mirando un pastel y leyendo sobre cuán sabroso y rico está, pero que nunca se aventura a saborearlo él mismo.

Su no puesta en práctica de lo que piensan que han comprendido, indica claramente que no han comprendido verdaderamente la filosofía que buscan explicar a otros. Si hemos comprendido realmente esta filosofía, ciertamente trataremos por todos los medios de ponerla en práctica, debido a que comprenderemos que tal práctica es el único medio por el que podemos obtener felicidad verdadera y perdurable.

Cada uno de nosotros puede verificar independientemente la realidad absoluta de la consciencia esencial «yo soy», pero para hacerlo, debemos pagar el precio necesario, lo que desafortunadamente la mayoría todavía no estamos dispuestos a hacer. La razón de ello, es que estamos muy fuertemente apegados a la individualidad, y por lo tanto no estamos dispuestos a entregarla, ni siquiera a cambio de la felicidad perfecta del auto-conocimiento verdadero.

Sin embargo, el aferrarnos así a la individualidad, es el súmmum de la necesidad, debido a que esta individualidad a la que nos aferramos con tanto apego, es de hecho la causa de toda la infelicidad, y el único obstáculo que nos impide el goce de la felicidad perfecta que es nuestra naturaleza verdadera. Como Sri Ramana solía decir, la falta de disposición a entregar la consciencia individual finita junto con todos los placeres y las miserias mezquinas que está experimentando constantemente, cuando a cambio de ella podemos devenir la verdadera consciencia infinita, que es la plenitud de la felicidad perfecta, es como no estar dispuestos a dar una moneda de cobre a cambio de una de oro.

No obstante, incluso si todavía no estamos enteramente dispuestos a entregar la individualidad aquí y ahora, si hemos comprendido al menos que esto es algo que debemos hacer para ser capaces de experimentar el auto-conocimiento verdadero, que es el

estado de felicidad suprema y absoluta, no debemos desanimarnos, sino que debemos persistir en nuestros intentos de focalizar la atención en la consciencia de ser básica.

Puesto que la consciencia de ser es la «luz» última, por la que todas las otras luces son iluminadas o conocidas, ella es la fuente de la claridad perfecta. Por lo tanto, cuanto más focalicemos la atención en ella, más encenderemos una profunda claridad interna en la mente, y esta claridad de auto-consciencia nos capacitará para discriminar y comprender verdaderamente que la felicidad real solo puede ser experimentada en el estado de «solo ser», es decir, el estado en el que permanecemos meramente como la simple esencia no-dual o «soy»-dad que siempre somos realmente.

Cuando discriminemos y comprendamos esta verdad con profunda claridad de auto-consciencia, seremos consumidos por el amor absoluto de conocer y ser la realidad que siempre somos, y con ello entregaremos sin esfuerzo nuestro sí mismo individual falso y nos fundiremos para siempre en la consciencia infinita que es nuestro sí mismo real.

CAPÍTULO 9

Auto-Indagación y Auto-Entrega

Sri Ramana decía a menudo que solo hay dos medios por los que podemos obtener la experiencia del auto-conocimiento verdadero, a saber: la auto-investigación y la auto-entrega. Sin embargo, él también decía que estos dos medios o «vías espirituales» son verdaderamente uno en esencia. Es decir, aunque son descritos con palabras diferentes, en su práctica efectiva son idénticos. ¿Qué son exactamente estos dos medios o vías, cómo son uno en esencia, cuál es su única esencia, y por qué él describe esa única esencia de estas dos maneras diferentes?

De acuerdo con la antigua filosofía del *vedanta*, hay cuatro vías que llevan a la emancipación espiritual, a saber: la «vía de la acción [sin-deseo]» o *karma marga*, la «vía de la devoción» o *bhakti marga*, la «vía de la unión» o *yoga marga* y la «vía del conocimiento» o *jñana marga*. De estas cuatro vías, la segunda y la cuarta son los medios principales, mientras que la primera y la tercera son meramente aspectos subsidiarios de estos dos medios principales. En otras palabras, todos los diversos tipos de práctica espiritual o «vías» pueden ser reducidos en esencia a estas dos vías principales, la «vía del conocimiento» y la «vía de la devoción». Si una práctica no contiene un elemento de una de estas dos vías o de ambas, no puede llevarnos al estado de emancipación espiritual, el estado en el que somos liberados de la esclavitud de la existencia finita.

Para expresar la misma verdad de una manera más simple, solo podemos obtener la emancipación espiritual o «salvación» experimentando el auto-conocimiento verdadero —es decir, conociéndonos ser solo el espíritu o consciencia real e infinito «yo soy», y no este individuo irreal y finito que ahora imaginamos ser. Para conocernos así, como la realidad absoluta, debemos ser consumidos por un amor intenso de nuestro ser esencial, debido a que si no somos consumidos por ese amor, no estaremos dispuestos a abandonar el sí mismo individual falso, que tenemos ahora en más querencia que ninguna otra cosa.

En otras palabras, para obtener la emancipación espiritual, debemos conocer nuestro ser esencial, y para conocerlo debemos amarlo. Así pues, «conocimiento» y «amor» o devoción son los dos medios esenciales por los que podemos obtener la emancipación de la ilusión presente de ser un individuo finito.

Cuanto más amemos el ser esencial, más atención le prestaremos, y cuanto más atención le prestemos, más claramente le conoceremos. A la inversa, cuanto más claramente le conozcamos, más le amaremos, debido a que es la fuente de toda felicidad ver-

dadera. Así pues, amor y conocimiento van de la mano, alimentándose el uno al otro. No podemos conocer sin amar, y no podemos amar sin conocer. Por lo tanto, la «vía del conocimiento» y la «vía del amor» o devoción no son dos medios alternativos, sino solo dos aspectos del único y solo medio por el que podemos recuperar nuestro estado natural de ser absoluto.

Los dos medios para obtener el auto-conocimiento verdadero enseñados por Sri Ramana corresponden a estas dos vías de «conocimiento» y «devoción». La práctica de la auto-investigación es la verdadera «vía del conocimiento», y la práctica de la auto-entrega es la verdadera «vía de la devoción». Por lo tanto, la auto-investigación y la auto-entrega no son dos vías separadas, sino solo dos aspectos de la misma única vía — el único medio por el que podemos experimentar la realidad absoluta, que es nuestro ser verdadero y esencial.

Aunque Sri Ramana enseñó la práctica que lleva al auto-conocimiento verdadero de estas dos maneras diferentes, describiéndola ya sea en los términos de la auto-investigación o ya sea en los términos de la auto-entrega, él la enseñó más frecuentemente en los términos de la primera. Por lo tanto, consideremos primero esta vía de la auto-investigación. ¿Qué es exactamente esta práctica que Sri Ramana describía como auto-investigación, auto-examen, auto-escrutinio, auto-indagación o auto-atención?

Aunque él usó varias palabras en tamil para describir esta práctica, uno de los términos principales que usaba era el término sánscrito *atma-vichara*, o más simplemente solo *vichara*. La palabra *atma* significa sí mismo, espíritu o esencia, y es usada a menudo como un pronombre reflexivo singular aplicable a cualquiera de las tres personas y a cualquiera de los tres géneros, aunque en este contexto sería aplicable solo a la primera persona, significando yo mismo, nosotros o uno mismo. La palabra *vichara*, como vimos en la introducción, significa investigación o examen, y también puede significar ponderar o considerar, en el sentido de pensar en o mirar algo cuidadosa y atentamente. Así pues, *atma-vichara* es la práctica simple de investigar, examinar, explorar, inspeccionar, escudriñar o prestarnos atención agudamente —a nuestro ser esencial auto-consciente, que experimentamos siempre como la consciencia básica «yo soy».

El término *atma-vichara* es traducido a menudo como «auto-indagación», lo que ha llevado a muchas gentes a malinterpretarlo como un proceso de preguntarnos «¿quién soy yo?». Sin embargo, tal preguntarse sería solo una actividad mental, de modo que claramente no es el significado entendido por Sri Ramana. Cuando él decía que debemos investigar «¿quién soy yo?», no quería decir que debemos hacernos mentalmente esta pregunta, sino que debemos escudriñar agudamente la consciencia básica «yo soy» para conocer exactamente qué es. Por consiguiente, si elegimos usar este término «auto-indagación», debemos comprender que no significa literalmente «auto-preguntarse» sino solo «auto-investigación» o «auto-escrutinio».

Debido a que algunas gentes habían malinterpretado su enseñanza de que debemos investigar «¿quién soy yo?» o «¿de dónde surge yo?», tomándolo como si debiéramos hacernos tales preguntas, y, por consiguiente, estaban perdiendo su tiempo en meditación haciéndose a sí mismos repetidamente estas preguntas, hacia el final de su vida corporal, cuando compuso el breve poema *Ekatma Panchakam*, Sri Ramana escribió en el verso 2:

No es lo mismo un borracho que diga, «¿quién soy yo? ¿qué lugar soy yo?», que una persona que se pregunta a sí misma «¿quién soy yo?» [o] «¿qué lugar es en el que yo soy?», aunque uno mismo es [siempre] como uno mismo [es decir, aunque de hecho somos siempre no otro que nuestro sí mismo real o ser esencial, que se conoce claramente a sí mismo como «yo soy»].

Aunque Sri Ramana algunas veces describía la práctica de la auto-investigación en términos de preguntas tales como «¿quién soy yo?» o «¿de qué fuente surge yo?», él lo hacía así solo para ilustrar cómo debemos desviar la atención de todos los pensamientos hacia nuestro ser auto-consciente esencial, que es lo que somos siempre verdaderamente, y que es la fuente de la que surgimos aparentemente como la mente o sentido individual de «yo». Es decir, cuando él decía que debemos investigar «¿quién soy yo?», él significaba que debemos volver la atención hacia la consciencia básica «yo» para escudriñarla y conocer qué es realmente. Él no significaba que debemos permitir que la mente more en la pregunta efectiva «¿quién soy yo?», debido a que una pregunta tal es solo un pensamiento, el cual no es nosotros y por lo tanto extraño a nuestro ser esencial.

Podemos conocer el propio sí mismo real con perfecta claridad solo focalizando la atención entera en nuestro ser esencial auto-consciente con exclusión de todos los pensamientos. Focalizando la atención así, retiraremos la mente de toda actividad, y así ella se sumergirá profundamente en la consciencia clara, libre de pensamiento y siempre inmóvil de nuestro mero ser.

En lugar de penetrar profundamente dentro de nuestro ser esencial de esta manera, si mantenemos la atención morando en pensamientos tales como «¿quién soy yo?» o «¿cuál es la fuente de la que yo he surgido?», continuaremos flotando en la superficie de la mente, siendo agitados perpetuamente por pensamientos que surgen y se sumergen ahí como olas en la superficie del océano, y con ello nos impediremos obtener la verdadera claridad de la auto-consciencia libre de pensamiento, que existe siempre en el núcleo o profundidad más íntima de nuestro ser.

Al comparar a una persona que medita en pensamientos tales como «¿quién soy yo?» o «¿cuál es el lugar en el que yo soy?», esperando obtener con ello el auto-conocimiento verdadero, a un borracho que balbucea tales preguntas debido a la confusión y consecuente falta de claridad que resulta de la intoxicación, Sri Ramana afirma muy enfáticamente que si meditamos así, estamos tan confusos sobre nosotros como lo

está un borracho, y que hemos malinterpretado enteramente la práctica que él trataba de enseñarnos de ser auto-atentos y por lo tanto libres de pensamiento. Hacernos repetidamente preguntas tales como «¿quién soy yo?» es la antítesis misma de la práctica de *atma-vichara* o auto-investigación que él enseñó, debido a que como él solía decir a menudo, la auto-investigación no es «hacer» sino solo «ser».

Es decir, la auto-investigación no es una acción o actividad de la mente, sino solo la práctica de mantener la mente perpetuamente sumergida en nuestro sí mismo real, es decir, en nuestro ser esencial y siempre claramente auto-consciente. Esto es dejado claro por Sri Ramana en el párrafo 16 de *Nan Yar?*, en el que él define el verdadero significado del término *atma-vichara* o «auto-investigación» diciendo:

...El nombre «*atma-vichara*» [es verdaderamente aplicable] solo a [la práctica de] ser siempre [morando o permaneciendo] habiendo puesto [colocado, mantenido, asentado, depositado, detenido, fijado o establecido nuestra] mente en *atma* [nuestro sí mismo real].

Tanto en sánscrito como en tamil, la palabra *atma*, que significa literalmente «sí mismo», es un término filosófico que denota nuestro ser auto-consciente verdadero, esencial y perfectamente no-dual, «yo soy». Por consiguiente, el estado que Sri Ramana describe en esta sentencia como *sadakalamum manattai atmavil vaittiruppadu*, es el estado de solo «ser», en el que mantenemos la mente firmemente fijada o establecida en y como *atma*, nuestro ser esencial auto-consciente no-dual.

La palabra compuesta *sada-kalamum* significa «siempre» o «en todos los tiempos», *manattai* es la forma acusativa de *manam*, que significa «mente», *atmavil* es la forma locativa de *atma* y por lo tanto significa «en sí mismo», y *vaittiruppadu* es un compuesto de dos palabras, *vaittu*, que es un participio pasado que significa «habiendo puesto», «habiendo colocado», «habiendo mantenido», «habiendo asentado», «habiendo fijado» o «habiendo establecido», e *iruppadu*, que es un gerundio formado por la raíz verbal *iru*, que significa «ser». Cuando se usa solo, este gerundio *iruppadu* significa «ser», pero cuando es añadido a un participio pasado para formar un gerundio compuesto, sirve como un nombre verbal auxiliar que denota una continuidad de cualquier acción o estado que sea indicado por el participio pasado. Por lo tanto, la palabra compuesta *vaittiruppadu* puede ser interpretada ya sea literalmente como «habiendo sido colocado», o ya sea idiomáticamente como denotando un estado continuo de «colocar», «asentar», «fijar», o «mantener». Sin embargo, de hecho no hay ninguna diferencia esencial entre estas dos interpretaciones, debido a que el estado en el que mantenemos la mente continuamente colocada, asentada, fijada o establecida en *atma* o «sí mismo», no es un estado de actividad o «hacer», sino el estado de solo «ser» como somos realmente.

Así, en esta frase Sri Ramana define claramente el significado exacto del término *atma-vichara*, diciendo que denota solo el estado de solo «ser» —la práctica espiritual

de mantener la mente firmemente establecida en y como *atma*, nuestro «sí mismo» real o ser auto-consciente esencial, «yo soy». En otras palabras, *atma-vichara* o la investigación «¿quién soy yo?» es solo la práctica de solo ser como realmente somos —es decir, solo ser en nuestro estado verdadero y natural, en el que la mente se ha sumergido apaciblemente en y como nuestro sí mismo esencial, el ser auto-consciente libre de pensamiento y por lo tanto absolutamente sin-acción.

Así, por esta definición extremadamente clara, simple e inambigua de *atma-vichara* que Sri Ramana ha dado en *Nan Yar?*, y también por muchas otras verdades compatibles que él ha expresado en otras partes en sus propios escritos, a nosotros no se nos deja absolutamente ningún espacio para dudar del hecho de que la práctica esencial de la auto-investigación no implica la más mínima actividad de la mente, el habla o el cuerpo, sino que simplemente es el estado no-dual libre de mente y por lo tanto ser auto-consciente perfectamente inactivo.

Puesto que nuestro sí mismo real es ser auto-consciente absolutamente no-dual, no podemos conocerlo haciendo algo, sino solo siendo como él es —es decir, solo siendo nosotros, el ser auto-consciente perfectamente libre de pensamiento. Así pues, el verdadero auto-conocimiento es una experiencia absolutamente libre de pensamiento, no-dual, y, por lo tanto no-objetiva, de ser auto-consciente claro e incontaminado. Por consiguiente, en el verso 26 de *Upadesa Undiyar*, Sri Ramana define el estado no-dual del auto-conocimiento verdadero diciendo:

Ser [nuestro] sí mismo [real], es ciertamente conocer [nuestro] sí mismo [real], debido a que [nuestro] sí mismo [real] es eso que es exento de dos. Esto es *tanmayanishtha* [el estado de ser firmemente establecido en y como *tat* o «ello», la realidad absoluta llamada *brahman*].

Puesto que la meta es solo el estado no-dual de ser auto-consciente, la vía por la que podemos obtener esa meta no debe ser igualmente otra que ser auto-consciente. Si la naturaleza de la vía fuera esencialmente algo diferente de la naturaleza de la meta, la vía nunca podría capacitarnos para alcanzarla. Es decir, puesto que nuestra meta es un estado que es infinito y por lo tanto exento de toda otredad, división, separación o dualidad, el único medio por el que podemos «obtener» o «alcanzar» esa meta es solo ser uno con ella fundiéndose en ella —es decir, perdiéndonos nosotros, la mente finita aparentemente separada, enteramente en ella.

En otras palabras, no podemos ser firmemente establecidos como el ser auto-consciente no-dual real haciendo algo o conociendo algo otro que nosotros. Ninguna suma de «haceres» puede capacitarnos para fundirnos completamente en el estado real de solo «ser». Por consiguiente, para conocer y ser nuestro sí mismo real, no debemos prestar atención a nada aparte de nosotros mismos, nuestro ser esencial auto-consciente.

Prestar atención a algo otro que nosotros es una acción, un movimiento de la mente o atención, lejos de nosotros. Prestarnos atención, por otra parte, no es una acción o movimiento, sino solo un estado sin-acción de ser auto-consciente, como siempre somos realmente. Por lo tanto, *atma-vichara* o «auto-investigación» es solo la práctica de ser auto-consciente —es decir, la práctica de ser consciente de nada más que nuestro sí mismo, «yo soy». Solo por esta simple práctica de auto-consciencia o auto-atención libre de pensamiento, podemos conocer quién o qué somos realmente.

Sin embargo, aunque *atma-vichara* o «auto-investigación» no es verdaderamente una forma de actividad mental, tal como preguntarnos «¿quién soy yo?» o cualquier otra pregunta semejante, sino solo la práctica de permanecer sin movimiento en nuestro ser auto-consciente perfectamente libre de pensamiento, en algunos libros encontramos ocasionalmente declaraciones atribuidas a Sri Ramana que están redactadas de tal modo que podrían hacer que parezca como si a veces él aconsejara a las gentes practicar la auto-investigación haciéndose a sí mismos preguntas tales como «¿quién soy yo?». Para comprender por qué tal redacción potencialmente confundidora aparece en algunos de los libros en los que las enseñanzas orales de Sri Ramana han sido registradas, tenemos que considerar varios hechos.

En primer lugar, siempre que a Sri Ramana se le hacía alguna pregunta concerniente a filosofía o práctica espiritual, él usualmente respondía en tamil, u ocasionalmente en telugu o malayalam. Aunque él comprendía y podía hablar inglés con bastante fluidez, al discutir filosofía o práctica espiritual rara vez hablaba en inglés, excepto ocasionalmente cuando hacía una declaración simple. Incluso cuando se le hacían preguntas en inglés, usualmente respondía en tamil, y cada una de sus respuestas sería traducida inmediatamente al inglés por alguna persona presente que sabía ambas lenguas. Si lo que él decía en tamil era traducido notoriamente mal, ocasionalmente corregía la traducción, pero en la mayoría de los casos no interfería en la tarea del intérprete.

Sin embargo, aunque él rara vez expresaba sus enseñanzas en inglés, muchos de los libros en los que sus enseñanzas orales fueron registradas durante su vida corporal, fueron escritos originalmente en inglés. Desafortunadamente, por lo tanto, de tales registros no podemos conocer con certeza exactamente qué palabras usó él en tamil en cada ocasión particular. Sin embargo, por sus propios escritos originales en tamil, y por el registro de muchas de sus enseñanzas orales que Sri Muruganar preservó para nosotros en *Guru Vachaka Kovai*, sabemos qué palabras tamilyas usaba él frecuentemente para expresar sus enseñanzas.

Por lo tanto, cuando leemos los libros en los que están registradas sus enseñanzas en inglés, tenemos que tratar de inferir qué palabras pudo haber usado él efectivamente en tamil. Por ejemplo, cuando leemos esos libros y encontramos en ellos declaraciones atribuidas a él tales como «pregúntese a usted mismo “¿quién soy yo?”» o «cuestiónese a usted mismo “¿quién soy yo?”», para comprender el sentido correcto en el que él usa-

ba cualquier verbo tamil que haya sido traducido como «preguntar» o «cuestionar», tenemos que tratar de inferir lo que ese verbo podría haber sido.

El verbo tamil que se usa más comúnmente en situaciones en las que usaríamos los verbos «preguntar» o «cuestionar» en inglés es *kettal*. Además de significar preguntar, cuestionar o indagar, *kettal* también significa oír, escuchar a, investigar, aprender o llegar a conocer, de modo que si este fuera el verbo que Sri Ramana usó en cualquiera de las ocasiones en las que los libros ingleses le han registrado diciendo «pregúntese a usted mismo “¿quién soy yo?”» o «cuestiónese a usted mismo “¿quién soy yo?”», el significado interno que él implicaba con estas palabras habría sido «indague “¿quién soy yo?”», «investigue “¿quién soy yo?”» o «encuentre “¿quién soy yo?”».

Otro verbo tamil que se usa a menudo en el sentido de «preguntar» o «indagar», y que Sri Ramana usaba algunas veces al describir la práctica de *atma-vichara* o auto-investigación, es *vinavutal*. Además de significar preguntar o indagar, *vinavutal* también significa investigar, examinar, escuchar a, prestar atención a, tener en mente o pensar en.

Un ejemplo del uso que Sri Ramana hacía de este verbo *vinavutal* está en el verso dieciséis de *Upadesa Tanippakkal*, que hemos discutido en el capítulo seis. Las palabras en este verso que he traducido como «...por la sutil investigación [o examen minucioso], que es [la práctica de] escudriñarse constantemente a uno mismo...» son *endrum tannai vinavum usaval*. La palabra *endrum* es un adverbio que significa siempre, constantemente o en todos los tiempos, *tannai* es una forma acusativa del pronombre *tan*, que significa sí mismo, uno mismo, nosotros, vosotros mismos y demás, y *usaval* es la forma instrumental del nombre *usa*, que significa investigación o examen sutil, estrecho o minucioso. Junto con su adverbio *endrum* y su objeto *tannai*, el verbo *vinavum* actúa como una cláusula adjetival, que describe la naturaleza de la *usa* o «investigación sutil» y que significa «que es [la práctica de] escudriñar constantemente al sí mismo».

Al ser la forma singular de la tercera persona de *vinavutal*, en este contexto *vinavum* significa «que está investigando», «que está escudriñando» o «que está prestando atención a». Si se toma como principal, *vinavum* podría ser traducido también aquí como «que está preguntando», implicando con ello que la *usa* o «investigación sutil» a la que Sri Ramana se refiere aquí, es meramente la práctica de preguntarnos constantemente. Sin embargo, puesto que la idea central de la primera mitad de este verso, es que “en la vigilia, el estado de sueño profundo resultará por la investigación sutil”, esta «investigación sutil» debe ser una práctica que es mucho más profunda que el mero acto mental de preguntarse a uno mismo, y, por consiguiente, no podemos hacer justicia a la verdad que Sri Ramana expresa en este verso a menos que interpretemos *tannai vinavum* como «que está investigándose a sí mismo» más bien que «que está preguntándose a sí mismo».

Como *kettal* y *vinavutal*, la mayoría de los demás verbos tameses que podrían ser traducidos como «preguntar», «cuestionar» o «indagar» también podrían ser traducidos

como «investigar», «examinar», «escudriñar» o «prestar atención a». Por lo tanto, solo debido a que en algunos libros ingleses encontramos ocasionalmente declaraciones atribuidas a Sri Ramana tales como «pregúntese a usted mismo “¿quién soy yo?”» o «cuestiónese a usted mismo “¿quién soy yo?”», no debemos concluir de estas palabras que él quería decir que debemos preguntarnos literalmente «¿quién soy yo?», o que preguntarnos de ese modo es la práctica efectiva de *atma-vichara* o auto-investigación.

En algunos lugares donde ha sido registrado que Sri Ramana dijo «pregúntese a usted mismo “¿quién soy yo?”» o «cuestiónese a usted mismo “¿quién soy yo?”», el verbo tamil que él usó podría haber sido *vicharittal*, que es la forma verbal del nombre *vichara*, debido a que en tales lugares él parece estar refiriéndose más o menos directamente al siguiente pasaje del párrafo 6 de *Nan Yar?*:

...Si surgen otros pensamientos, sin tratar de completarlos [nosotros] debemos investigar a quién han acontecido. Por muchos pensamientos que surjan, ¿qué [importa]? Tan pronto como cada pensamiento aparece, si [nosotros] investigamos vigilan-temente a quién ha acontecido, «a mí» estará claro [es decir, nos acordaremos cla-ramente de nosotros, a quien cada pensamiento acontece]. Si [nosotros] investiga-mos [así] «¿quién soy yo?» [es decir, si volvemos la atención hacia nosotros y la mantenemos fijada firme, aguda y alertamente sobre nuestro ser auto-consciente esencial para descubrir qué es realmente este «mí»], [nuestra] mente vuelve a su lu-gar de nacimiento [al núcleo más íntimo de nuestro ser, que es la fuente de la que surgió], [y puesto que con ello nos abstenemos de prestarle atención] el pensamien-to que había surgido se sumerge también. Cuando [nosotros] practicamos de esta manera, para [nuestra] mente el poder de permanecer firmemente establecida en su lugar de nacimiento aumenta...

En este pasaje, el verbo tamil que he traducido como «investigar» es *vicharittal*, que aparece una vez en la forma *vicharikka vendum*, que significa «es necesario investigar» o «[nosotros] debemos investigar», y dos veces en la forma condicional *vicharittal* (con una «a» larga en la sílaba final), que significa «si [nosotros] investigamos».

Como la forma tamil del verbo sánscrito *vichar*, el significado principal de *vicharittal*, es investigar, examinar, escudriñar, verificar, considerar o ponderar, pero en tamil se usa también en el sentido secundario de «indagar» en contextos tales como indagar sobre el bienestar de una persona. Este sentido secundario en tamil, nos da algún pequeño campo para interpretar el significado de *vicharittal* en este contexto como «indagar», «preguntar» o «cuestionar», pero incluso si elegimos interpretarlo de esta manera más bien secundaria, debemos comprender que Sri Ramana no quiere decir que debemos preguntarnos o cuestionarnos literalmente «¿quién soy yo?», sino solo que debemos preguntarnos o cuestionarnos figurativamente.

Es decir, si algunas palabras utilizadas por Sri Ramana pueden ser interpretadas en el sentido de que debemos hacernos una pregunta tal como «¿quién soy yo?», debemos

comprender que el verdadero significado interno de esas palabras es que debemos preguntarnos figurativamente «¿quién soy yo?», en el sentido de que debemos escudriñar-nos agudamente para conocer claramente a través de nuestra experiencia no-dual inmediata, qué es verdaderamente la naturaleza real de la auto-consciencia esencial «yo soy». Puesto que la única respuesta real a esta pregunta «¿quién soy yo?» es la experiencia absolutamente no-dual y por lo tanto perfectamente clara de nuestro ser verdadero auto-consciente y libre de pensamiento, el único medio por el que podemos «preguntarnos» o «cuestionarnos» efectivamente «¿quién soy yo?» —es decir, el único medio por el que podemos «indagar» de una manera tal que con ello verifiquemos efectivamente quién o qué somos realmente— es retirar la atención enteramente de todos los pensamientos u objetos y focalizarla aguda y exclusivamente en la auto-consciencia esencial no-dual, «yo soy».

En sus enseñanzas, Sri Ramana empleaba frecuentemente palabras ordinarias en un sentido figurativo, debido a que la realidad absoluta acerca de la que él estaba hablando o escribiendo, es no-objetiva y no-dual, y, por consiguiente, está más allá del alcance de los pensamientos y las palabras. Puesto que la única realidad indivisa e infinita no puede ser conocida nunca objetivamente por la mente, sino que solo puede ser experimentada subjetivamente por y como la auto-consciencia esencial no-dual, ninguna palabra puede describirla adecuadamente, y, por consiguiente, su naturaleza verdadera a menudo puede ser expresada más claramente por un uso metafórico o figurativo de palabras simples que por un uso literal de los términos técnicos más abstractos de la filosofía escolástica.

Puesto que la naturaleza verdadera de la única realidad absoluta no puede ser conocida por la mente ni descrita por ninguna palabra (que son meramente herramientas creadas por la mente para expresar su conocimiento o experiencia de los fenómenos objetivos), el único medio por el que podemos sumergirnos en y como esa realidad absoluta no-dual y sin otro, está igualmente más allá del alcance de los pensamientos y las palabras. Por consiguiente, Sri Ramana a menudo usaba palabras simples figurativamente no solo cuando estaba expresando la naturaleza de la única realidad absoluta, sino también cuando estaba expresando el medio por el que podemos obtener nuestro estado verdadero y natural de unidad indivisible con esa realidad infinita.

Por lo tanto, cuando leemos las enseñanzas espirituales de Sri Ramana, no debemos tomar siempre literalmente el significado de cada palabra o combinación de palabras que él usa, sino que debemos comprender el significado interno que trata de transmitir con esas palabras. Esto no es decir que sus enseñanzas sean difíciles de comprender, o que contengan algún significado oculto. De hecho, él expresaba sus enseñanzas de una manera extremadamente abierta, clara y simple, y, por consiguiente, son muy fáciles de comprender. Sin embargo, para comprenderlas correctamente debemos armonizar la mente y el corazón a la verdad que él estaba expresando y a la manera en que la expresaba.

Aunque una de las grandes fuerzas de sus enseñanzas —una de las razones por las que son tan poderosas y convincentes— es la simplicidad y claridad con las que él expresaba incluso las verdades más sutiles y profundas, la simplicidad misma de sus enseñanzas a veces puede ser engañosa. Debido solo a que él usaba palabras muy simples, no debemos pasar por alto el hecho de que lo que estaba expresando mediante esas palabras simples, era una verdad extremadamente sutil —una verdad que puede ser comprendida perfectamente solo por una claridad de mente y corazón igualmente sutil.

La claridad interna extremadamente sutil que requerimos para ser capaces de comprender perfectamente la verdad de todo lo que Sri Ramana expresó en sus enseñanzas, surgirá en nosotros solo cuando la mente haya sido purificada o limpiada de todos los deseos y apegos que ahora la nublan. Sin embargo, aunque podamos no poseer ahora tal claridad interna perfectamente despejada, en el grado en que la mente esté purificada, seremos capaces de comprender sus enseñanzas, y si tratamos de poner en práctica sinceramente lo que quiera que hayamos sido capaces de comprender, gradualmente pero sin ninguna duda la mente será cada vez más purificada y clarificada.

Aunque no podemos esperar ser capaces de comprender sus enseñanzas perfectamente desde el comienzo, si deseamos comprenderlas sinceramente, no solo debemos tratar de poner en práctica nuestra comprensión imperfecta presente, sino que también debemos continuar estudiando sus enseñanzas cuidadosa y repetidamente, porque a medida que nuestra práctica de auto-investigación y auto-entrega progrese y se desarrolle, seremos capaces de comprender lo que estudiamos con creciente claridad. Por esto es por lo que se dice que *sravana*, *manana* y *nididhyasana* —estudio, reflexión y práctica— deben continuar en la vida de un aspirante espiritual hasta que es obtenida la meta final del auto-conocimiento verdadero no-dual.

Para comprender las enseñanzas de Sri Ramana tan clara y perfectamente como podamos, no debemos tratar de comprender estrechamente ninguna de sus palabras, escritos o dichos aislados, sino que debemos tratar de comprender cada uno de ellos ampliamente a la luz de todas sus demás enseñanzas. A menos que comprendamos todas sus enseñanzas ampliamente, no seremos capaces de comprender cada enseñanza individual en su perspectiva correcta. Solo si cultivamos una comprensión verdaderamente amplia de sus enseñanzas, seremos capaces de reconocer y entender el significado real interno de las palabras simples que él usa figurativamente, y de evitar con ello el error de interpretar demasiado literalmente cualquiera de sus expresiones figurativas de la verdad.

Por lo tanto, si leemos en un libro que Sri Ramana dijo, «Hágase a usted mismo la pregunta “¿quién soy yo?”», o cualquier declaración similar, para comprender qué significado trataba de transmitir él realmente con tales palabras, debemos considerarlas cuidadosamente a la luz de todas sus demás enseñanzas, particularmente las enseñanzas que él expresó en sus propios escritos. Al hacer eso, debemos considerar primero si el significado literal de una declaración tal es enteramente congruente con los principios fundamentales de sus enseñanzas o no, debido a que debemos aceptar ese significado

literal solo si es claramente congruente con esos principios. Si no es congruente, entonces debemos considerar si el significado real de esa declaración podría quizá no ser meramente su significado literal aparente sino solo algún otro significado más profundo y más figurativo.

Si alguna declaración atribuida a Sri Ramana parece ser de alguna manera incongruente con los principios centrales de sus enseñanzas, puede haber varias explicaciones plausibles para esto. En primer lugar, podría ser un registro inexacto o una traducción inexacta de lo que él dijo efectivamente. En segundo lugar, podría ser uno de los muchos ejemplos en los que él expresaba sus enseñanzas de una manera modificada o diluida para adaptarse a la comprensión o madurez de mente limitada de un interlocutor particular. O en tercer lugar, si es un registro exacto de sus palabras reales, y si no es claramente un ejemplo en el que él diluyó deliberadamente su expresión de la verdad para adaptarse a las necesidades individuales del interlocutor en cuestión, podría ser un caso en el que el significado real de sus palabras es figurativo más que literal.

Aunque Sri Ramana expresó a menudo la verdad de una manera diluida para adaptarse a las necesidades puntuales de quienquiera a quien estuviera hablando, él usualmente lo hizo solo respecto a aspectos más generales de filosofía o práctica espiritual, pero no con respecto a la práctica efectiva de la auto-indagación, que es el núcleo mismo de sus enseñanzas. Siempre que él aconsejaba o alentaba a alguien a practicar la auto-indagación, expresaba muy claramente qué es realmente esa práctica. Por lo tanto, si él dijo alguna vez cualesquiera palabras que significaran literalmente «pregúntese a usted mismo “¿quién soy yo?”» o «cuestiónese a usted mismo “¿quién soy yo?”», ciertamente él no estaba expresando la práctica de la auto-indagación de una manera diluida, sino solo de una manera figurativa.

De la misma manera que él a menudo describía figurativamente nuestro sí mismo real y esencial, que es espíritu o consciencia sin-forma, infinito, ininterrumpido y no-dual —consciencia que no conoce nada otro que a sí misma, debido a que no hay nada que sea verdaderamente otro que sí misma— como un *idam*, *sthana* o «lugar», o a veces más específicamente como el «lugar de nacimiento» o «lugar de emergencia» de la mente, nuestra falsa consciencia finita que conoce objetos, y de la misma manera que a menudo él también la describía figurativamente como una «luz», así también él pudo haber descrito figurativamente la práctica de la auto-investigación libre de pensamiento, sin acción y no-dual como un estado de «cuestionarse a uno mismo», «indagar [en o sobre] uno mismo» o simplemente «preguntar “¿quién soy yo?”». Sin embargo, solo porque él usara palabras que significan literalmente «lugar» o «luz» para denotar nuestro sí mismo real, no debemos malinterpretar su uso figurativo de tales palabras como implicando que nuestro sí mismo esencial es efectivamente un lugar confinado dentro de las dimensiones objetivas del espacio y el tiempo, o que es efectivamente una luz que podemos ver objetivamente con nuestros ojos físicos o con la mente. Así mismo, solo debido a que él usó ocasionalmente palabras que podían ser tomadas literalmente como

«cuestiónese a usted mismo», «indague [en o sobre] usted mismo» o «pregúntese a usted mismo “¿quién soy yo?”», no debemos malinterpretar su uso figurativo de tales palabras como implicando que la práctica espiritual última conocida como auto-investigación es meramente un acto mental de hacernos preguntas tales como «¿quién soy yo?».

En la filosofía espiritual, a menudo ha de hacerse una distinción importante entre *vachyartha*, el significado literal de una palabra o grupo de palabras, y *lakshyartha*, el significado que se da a entender. Mientras *vachyartha*, el «significado hablado» o «significado declarado», es meramente el significado que es expresado superficialmente por una palabra o grupo de palabras particular, *lakshyartha*, el «significado indicado» o «significado objetivo», es el significado implícito que se denota realmente con ella —el verdadero significado interno que se pretende transmitir efectivamente.

En muchos contextos en los que Sri Ramana habla de la pregunta «¿quién soy yo?», el *vachyartha* o significado sugerido superficialmente por estas palabras, es el pensamiento verbalizado «¿quién soy yo?», mientras que el *lakshyartha*, o verdadero significado interno que él pretendía que estas palabras transmitieran efectivamente, es el estado en el que miramos atentamente dentro de nosotros para ver quién o qué es realmente este «yo». Por lo tanto, si él dice algunas palabras que superficialmente parecen significar que debemos hacernos la pregunta «¿quién soy yo?», comprender que el *lakshyartha* de tales palabras es focalizar la atención entera en la consciencia «yo soy» para conocer qué es exactamente.

Cuando vemos sus palabras traducidas como «¿quién soy yo?», en la mayoría de los casos las palabras efectivas que él usó en tamil eran «*nan yar?*», que significan literalmente «¿yo [soy] quién?». Al colocar *nan* antes de *yar*, es decir, «yo» antes de «quién», él le dio la importancia principal a «yo», enfatizando con ello el hecho de que solo «yo» es nuestro *lakshya* —el objetivo o meta real.

En estas palabras, «*nan yar?*» o «¿yo [soy] quién?», el *vachyartha* o significado superficial de «yo» es la mente o ego, pero su *lakshyartha* es nuestro sí mismo real, el ser auto-consciente libre de adjuntos, «yo soy», que es la única realidad que subyace a esta aparición ilusoria que llamamos la mente o ego. Así mismo, el *vachyartha* de «quién» es meramente una pregunta que formamos en la mente como un pensamiento, pero su *lakshyartha* es la atención agudamente escudriñadora que busca experimentar este «yo» como él es realmente —es decir, experimentar la claridad libre de pensamiento, inadulterada y por lo tanto absoluta de la auto-consciencia verdadera.

No podemos verificar quién o qué somos realmente haciendo meramente la pregunta verbalizada «¿quién soy yo?», sino solo prestando atención agudamente. Si Sri Ramana estuviera para decirnos, «Investigad qué hay escrito en este libro», no imaginaríamos que podríamos descubrir lo que hay escrito en él haciendo meramente la pregunta

«¿Qué hay escrito en este libro?». Para conocer lo que hay escrito en él, debemos abrirlo y leer efectivamente lo que hay escrito dentro. Similarmente, cuando él nos dice, «Investigad “¿quién soy yo?”», no debemos imaginar que él quiere decir que podemos conocer verdaderamente quién somos haciendo meramente la pregunta «¿quién soy yo?». Para conocer qué o quién somos realmente, debemos mirar dentro de nosotros para ver qué es realmente este «yo» —la auto-consciencia esencial.

Para experimentarnos como realmente somos, debemos retirar la atención de todo otro que nuestro sí mismo real —el ser auto-consciente esencial, «yo soy». Puesto que la pregunta verbalizada «¿quién soy yo?» es un pensamiento que solo puede surgir después de que la mente haya surgido y esté activa, es experimentado como algo otro que nosotros, y, por consiguiente, no podemos saber quién somos realmente mientras permitamos que la mente continúe morando en ella.

Por lo tanto, aunque podamos usar esta pregunta verbalizada «¿quién soy yo?» para desviar la atención de todos los otros pensamientos hacia la auto-consciencia esencial «yo soy», no debemos prestarle atención continuamente. Tan pronto como la hemos usado efectivamente para desviar la atención de todos los demás pensamientos hacia esta consciencia que experimentamos como «yo», debemos olvidar esta pregunta y prestar atención aguda y exclusivamente a su objetivo o *lakshya*, que es «yo» —nuestro ser esencial auto-consciente libre de pensamiento.

Este dejar ir la pregunta verbalizada «¿quién soy yo?» es un significado secundario aunque sin embargo válido de la segunda mitad de la primera sentencia del párrafo 6 de *Nan Yar?*, en el que Sri Ramana dice:

Solo por [medio de] la investigación «¿quién soy yo?» se sumerge [o deja de ser] [nuestra] mente; el pensamiento «¿quién soy yo?», habiendo destruido todos los otros pensamientos, finalmente él mismo es destruido como una vara de quemar cadáveres [es decir, como una vara que se usa para avivar una pira funeraria a fin de asegurar que el cadáver está enteramente quemado...]

El significado principal de la declaración «...el pensamiento “¿quién soy yo?”, habiendo destruido todos los otros pensamientos, finalmente él mismo es destruido...» es eso que está implícito cuando comprendemos el término «el pensamiento “¿quién soy yo?”» como una descripción figurativa del esfuerzo que la mente hace para investigar «¿quién soy yo?» —es decir, el esfuerzo que hace para desviar su atención de todos los otros pensamientos hacia ella misma. Este esfuerzo para investigar «¿quién soy yo?» es el *lakshyartha* o significado interno pretendido de este término «el pensamiento “¿quién soy yo?”».

Dado que la mente tiene una inclinación fuerte y profundamente implantada de prestar atención a pensamientos que parecen ser distintos de nosotros, si deseamos volver la atención hacia nosotros para conocer «¿quién soy yo?», tenemos que hacer un esfuerzo

para desviar la atención de todos los pensamientos que nos están distrayendo ahora de nosotros. Puesto que este esfuerzo por investigar «¿quién soy yo?» es hecho por la mente, Sri Ramana lo describe figurativamente como «el pensamiento “¿quién soy yo?”».

Puesto que otros pensamientos solo pueden sobrevivir cuando les prestamos atención, y puesto que este esfuerzo por investigar «¿quién soy yo?» desvía la atención de todos los otros pensamientos, Sri Ramana dice que este esfuerzo los destruirá todos. Aunque la mente comienza la práctica de la auto-indagación haciendo este esfuerzo por prestarse atención a sí misma, como resultado de este esfuerzo ella se sumergirá, debido a que ella solo puede surgir y permanecer activa prestando atención a los pensamientos. Por lo tanto, dado que la mente comenzará a sumergirse tan pronto como haga este esfuerzo por prestarse atención a sí misma, y puesto que al persistir en este esfuerzo eventualmente se sumergirá enteramente en la claridad perfecta de la auto-consciencia libre de pensamiento, el esfuerzo que hace por prestarse atención a sí misma se sumergirá junto con ella. Éste es el significado real que Sri Ramana pretendió transmitir cuando dijo, «...el pensamiento “¿quién soy yo?”, habiendo destruido todos los otros pensamientos, finalmente él mismo es destruido como una vara de quemar cadáveres».

Aunque éste es el significado principal de esta declaración, un significado secundario de ella, es eso que está implícito cuando comprendemos que el término «el pensamiento “¿quién soy yo?”» significa literalmente el pensamiento verbalizado «¿quién soy yo?». Este pensamiento verbalizado «¿quién soy yo?» es el *vachyartha* o significado superficial de este término «el pensamiento “¿quién soy yo?”». Si interpretamos esta declaración de acuerdo a este significado más superficial, debemos comprender que el pensamiento verbalizado «¿quién soy yo?» es solo un soporte que nos ayuda a acordarnos de dirigir la atención hacia nosotros, retirándola con ello de todos los pensamientos que nos están distrayendo ahora.

El pensamiento verbalizado «¿quién soy yo?» destruirá todos los demás solo cuando permitamos que desvíe la atención de esos pensamientos hacia nosotros, y él mismo será destruido cuando desvíe la atención de sí mismo hacia su objetivo o meta efectivo, que es nuestro ser auto-consciente esencial, «yo soy». Lo mismo que una «vara de quemar cadáveres» es destruida por el mismo fuego que aviva para destruir el cadáver completamente, así también el pensamiento verbalizado «¿quién soy yo?», si es usado correctamente, será destruido por el mismo fuego de la clara auto-consciencia no-dual que él despierta y que destruye todos y cada uno de los otros pensamientos.

Es decir, si usamos el pensamiento verbalizado «¿quién soy yo?» para desviar la atención de otros pensamientos y volverla hacia nosotros, con ello él encenderá dentro de nosotros una fresca claridad de auto-consciencia. Esta claridad no-dual es el fuego del conocimiento verdadero que es el único que puede destruir, no solo cada pensamiento individual que surge, sino también la mente, que es el primer pensamiento y la raíz de todos nuestros otros pensamientos. Aunque esta claridad de auto-consciencia libre de pensamiento será despertada siempre que usemos el pensamiento verbalizado «¿quién

soy yo?» para atraer la atención hacia nosotros, si mantenemos entonces la atención fijada firmemente en nosotros, el pensamiento verbalizado «¿quién soy yo?» se sumergirá con ello automáticamente junto con todos los otros pensamientos.

Por consiguiente, como un pensamiento verbalizado, la pregunta «¿quién soy yo?», puede ser de utilidad para nosotros solo cuando han surgido otros pensamientos. Tan pronto como nos ha ayudado a desviar la atención de otros pensamientos hacia nosotros, este pensamiento verbalizado «¿quién soy yo?» ha servido a su propósito. Es decir, al hacernos preguntas tales como «¿quién está pensando este pensamiento?», «¿quién conoce este pensamiento?» o «¿quién soy yo?», podemos acordarnos del «yo» que está pensando, y así podemos retirar la atención de cualquier otro pensamiento hacia nosotros. Esta vuelta de la atención, es el único beneficio a obtener haciendo tales preguntas.

Si elegimos usar un pensamiento tal como la pregunta «¿quién soy yo?» como un medio para retirar la atención de otros pensamientos hacia nosotros, ese pensamiento auto-dirigido actuará como una puerta a cuyo través podemos entrar al estado de auto-atención o auto-consciencia clara, que es nuestro estado natural de ser libre de mente que Sri Ramana llama *atma-vichara* o auto-indagación. Ningún pensamiento, palabra, frase o pregunta puede ser el estado efectivo de auto-consciencia no-dual verdadera, debido a que todos los pensamientos y palabras son solo formas de conocimiento objetivo, y, por consiguiente, solo pueden existir en el estado de dualidad. Como Sri Ramana dice en el verso 25 de *Upadesa Tanippakkal*:

Las preguntas y respuestas solo [pueden acontecer] en el lenguaje de esta *dvaita* [dualidad]; en [el estado verdadero de] *advaita* [no-dualidad], ellas no pueden existir.

De la misma manera que una puerta es un medio por el que podemos entrar en casa, pero no es la casa misma, así también un pensamiento tal como «¿quién soy yo?» puede ser un medio por el que podemos entrar al estado natural de clara auto-consciencia no-dual, pero no es la auto-consciencia misma. Si deseamos entrar en casa, no debemos permanecer solo en la puerta, sino que debemos pasar a través de ella y dejarla detrás de nosotros. Similarmente, si deseamos entrar al estado real de auto-consciencia no-dual, no debemos aferrarnos a ningún pensamiento tal como «¿quién soy yo?», sino que debemos pasar a través de esos pensamientos y dejarlos detrás de nosotros.

Si permanecemos continuamente en el pensamiento «¿quién soy yo?», en lugar de pasar a través de él y más allá de él, no seremos capaces de entrar en nuestro estado natural de ser auto-consciente libre de pensamiento. Por lo tanto, habiendo vuelto la atención hacia nosotros preguntando «¿quién soy yo?», debemos sumergirnos calmadamente sin el menor pensamiento, dentro de la profundidad más íntima de nosotros — es decir, en la soledad absoluta de nuestro ser no-dual auto-consciente verdadero.

Aunque podamos usar un pensamiento tal como «¿quién soy yo?» como un medio para volver la atención hacia nosotros y con ello sumergirnos profundamente en nuestro ser real auto-consciente libre de pensamiento, no debemos imaginar que el pensamiento «¿quién soy yo?» es la práctica real de *atma-vichara* o auto-indagación. La práctica real de *atma-vichara* es solo el estado en el que hemos dejado atrás todos los pensamientos, incluyendo el de «¿quién soy yo?», y con ello nos hemos sumergido profundamente en nuestro ser auto-consciente esencial y perfectamente claro.

Por lo tanto, habiéndonos preguntado una vez «¿quién soy yo?», no necesitamos hacer esta misma pregunta. De hecho, no debemos preguntarla de nuevo, debido a que una vez que hemos vuelto la atención exitosamente hacia nosotros, el pensamiento verbalizado «¿quién soy yo?» solo nos distraería del estado vigilantemente atento de clara auto-consciencia libre de pensamiento, igual que haría cualquier otro pensamiento.

Ésta es la razón por la que, siempre que alguien preguntaba a Sri Ramana si debemos repetir la pregunta «¿quién soy yo?» como un *mantra*, él respondía enfáticamente que no es un *mantra* y no debe ser repetida como tal, y explicaba que el único objetivo al practicar *atma-vichara* debe ser focalizar la mente o poder de atención enteramente en su fuente, que es nuestro ser auto-consciente. En el mismo contexto, él también declaraba algunas veces explícitamente que, si la *vichara* o indagación «¿quién soy yo?» fuera meramente un acto mental de preguntar, no sería de ningún beneficio real para nosotros.

Sin embargo, aunque él declaraba explícitamente que no debemos repetir la pregunta «¿quién soy yo?» como si fuera un *mantra*, y que la práctica de *atma-vichara* no es meramente un acto mental de hacernos esta pregunta, Sri Ramana no dijo efectivamente que no debemos hacernos nunca esta pregunta, o que preguntárnosla no sea de algún valor, como una ayuda a la práctica efectiva de *atma-vichara*. Lo que él nos advertía que evitáramos, era en primer lugar, la práctica fútil de abusar de esta pregunta repitiéndola como un loro, y en segundo lugar, la noción errónea de que *atma-vichara* es meramente una práctica mental de hacernos esta pregunta repetida o incluso ocasionalmente.

Si leemos cuidadosamente todas las enseñanzas de Sri Ramana, que están expresadas con extrema claridad tanto en sus escritos originales en tamil como en *Guru Vachaka Kovai*, y algo menos claramente en los diversos libros en los que fueron registradas en inglés, debemos ser capaces de comprender muy claramente qué es y qué no es la práctica efectiva de *atma-vichara* o auto-indagación. Aunque muchos pasajes en los diversos libros ingleses, pueden parecer poco claros o confusos, si estudiamos tales libros con discriminación a la luz de sus escritos originales en tamil y de *Guru Vachaka Kovai*, debemos ser capaces de discriminar e identificar todos los granos de sabiduría genuina de la paja de ideas registradas imperfecta o inadecuadamente.

Al considerar la práctica de *atma-vichara* o auto-investigación, dos de las verdades fundamentales que debemos ser capaces de comprender leyendo los diversos libros disponibles, son las siguientes: En primer lugar, *atma-vichara* no es una práctica mental de preguntarnos repetidamente una pregunta tal como «¿quién soy yo?». Y en segundo lugar, hacernos una pregunta tal siquiera una vez no es de hecho una parte esencial de la práctica de *atma-vichara*.

Cuando tratamos de practicar al principio la auto-atención, podemos encontrar que hacernos tales preguntas ocasionalmente es de ayuda, como un medio para desviar la atención de otros pensamientos hacia nosotros, pero después de haber obtenido un poco de experiencia en esta simple práctica de auto-atención, encontraremos fácil volver la atención hacia la consciencia natural y claramente auto-evidente «yo soy» sin tener que pensar «¿quién soy yo?» o algún otro pensamiento semejante.

Tanto si elegimos o no usar alguna pregunta tal como «¿quién soy yo?» como una ayuda en el esfuerzo para volver la atención hacia nosotros, finalmente es irrelevante, debido a que todo lo que es efectivamente necesario, es que focalicemos la atención aguda y exclusivamente sobre nosotros —es decir, sobre nuestro ser auto-consciente esencial, «yo soy». La práctica efectiva de *atma-vichara* o auto-indagación, es solo esta intensa focalización de la atención entera en nosotros. Esta práctica de auto-atención o auto-consciencia intensa y clara, no es un pensamiento o una acción de ningún tipo, sino solo el estado absolutamente silente y apacible de solo ser como somos realmente.

Además de usar la palabra sánscrita *vichara*, Sri Ramana usó muchas otras palabras tamiles y sánscritas para describir la práctica de la auto-investigación. Una palabra que él usaba frecuentemente tanto en sus escritos originales, tales como *Ulladu Narpadu*, como en sus enseñanzas orales, era el verbo tamil *nadutal*, que puede significar buscar, perseguir, examinar, investigar, conocer, pensar o desear, pero que en referencia a nosotros, claramente no significa literalmente buscar o perseguir, sino solo examinar, investigar o conocer.

Él también usó a menudo la palabra *nattam*, que es un nombre derivado de este verbo, *nadutal*, y que tiene varios significados estrechamente relacionados, tales como «investigación», «examen», «escrutinio», «visión», «mirada», «objetivo», «intención», «persecución» o «búsqueda». En el sentido de «escrutinio», «mirada» o «visión», *nattam* significa el estado de «mirar», «ver» u «observar», y, por consiguiente, también puede ser traducido como «inspección», «observación» o «atención». Así pues, es una palabra que Sri Ramana usaba en tamil para transmitir el mismo sentido que la palabra «atención».

Puesto que el término *atma-vichara* es un término técnico de origen sánscrito, en conversación, Sri Ramana usaba a menudo en su lugar el término tamil más coloquial *tannattam*, que es un compuesto de dos palabras, *tan*, que significa «sí mismo», y *nattam*, que en este contexto significa «escrutinio», «investigación», «examen», «inspec-

ción», «observación» o «atención». En los libros ingleses que registran o discuten sus enseñanzas, este término *tannattam*, es traducido usualmente como auto-atención, auto-investigación o auto-indagación, pero a veces también es traducido como «buscar al sí mismo» o «búsqueda del sí mismo».

Aunque el verbo *nadutal* puede significar buscar, inquirir o perseguir, y aunque el nombre *nattam* puede significar correspondientemente una búsqueda o persecución, cuando Sri Ramana usa estas palabras en el contexto de la auto-investigación, él no quiere decir que debemos literalmente buscar, inquirir, ir en pos de o perseguir a nuestro sí mismo como si fuera algo distante o desconocido para nosotros, sino que debemos simplemente investigarnos, inspeccionarnos, examinarnos o escudriñarnos —es decir, que debemos prestar atención agudamente a nuestro ser esencial auto-consciente, «yo soy», que experimentamos siempre claramente, pero que ahora tomamos erróneamente por la mente limitada por el cuerpo o ego, la falsa consciencia finita concedora de objetos que siente «yo soy este cuerpo».

Otro verbo que Sri Ramana usaba en el mismo sentido que *nadutal*, es *tedutal*, que significa literalmente «buscar», «inquirir», «rastrear», «perseguir» o «indagar» en. Sin embargo, solo porque él usaba palabras que significan literalmente «buscar» o «inquirir», no debemos imaginar que el «sí mismo» que él nos pide «buscar» es algo otro que nosotros —algo otro que eso que experimentamos ya y siempre como «yo».

La práctica de *atma-vichara*, *tannattam* o auto-investigación, no es una práctica de un «yo» buscando algún otro «yo», sino que es simplemente la práctica de nuestro uno y único «yo» conociéndose a sí mismo y siendo sí mismo. En otras palabras, es simplemente la práctica absolutamente no-dual de nosotros conociéndonos y siendo nosotros.

Puesto que somos en verdad siempre auto-conscientes, para conocernos como somos realmente, no necesitamos «buscarnos» literalmente sino solo ser nosotros —es decir, solo ser como somos realmente, que es ser auto-consciente no-dual libre de pensamiento. Por esa razón, la práctica que Sri Ramana describía algunas veces figurativamente como «buscarnos», es simplemente la práctica de ser nosotros conscientemente.

Como hemos discutido anteriormente, Sri Ramana a menudo usaba palabras simples en un sentido figurativo, y su uso del verbo *tedutal* es un ejemplo claro de esto. Por lo tanto, siempre que él usa este verbo *tedutal* en el contexto de la auto-investigación, debemos comprender que él no está usándolo literalmente para decir que debemos buscar algún objeto que no conocemos ya, sino que solo lo está usando figurativamente para decir que debemos «buscar» la claridad perfecta del auto-conocimiento no-dual verdadero, escudriñando agudamente la esencia siempre auto-consciente «yo soy».

Otras palabras que él usaba para describir esta práctica extremadamente simple de la auto-indagación, incluyen los nombres tameses *araycchi* y *usa*, que significan ambos una investigación o escrutinio estrecho y sutil, sus formas verbales *araytal* y *usavutal*, que significan «investigar», «examinar» o «escudriñar» agudamente, el término tamil *summa iruppadu*, que significa «solo ser», el término sánscrito *atma-nishtha*, que signifi-

fica auto-permanencia o estar firmemente establecido como nuestro sí mismo real, *atma-chintana*, que significa auto-contemplación o «pensar en el sí mismo», *svarupa-dhyana*, que significa auto-meditación o auto-atención, *svarupa-smarana*, que significa auto-recuerdo, *ahamukham*, que significa hacer cara a «yo», o prestar atención a «yo», y *atma-anusandhana*, que en sánscrito significa auto-investigación o inspección estrecha de nosotros, y que en tamil también se usa en el sentido de auto-contemplación. Éstas y otras palabras que él usaba denotan todas la misma práctica simple de focalizar la atención entera en nosotros, es decir, en nuestro ser esencial auto-consciente, la consciencia fundamental «yo soy», para saber quién o qué somos realmente.

La práctica de *atma-vichara* o auto-investigación es por lo tanto solo una focalización calmada y apacible de la atención entera en el núcleo más íntimo de nuestro ser, y, por consiguiente, es la misma práctica que en otras tradiciones místicas es conocida como contemplación o recogimiento —recogimiento, es decir, no tanto en el sentido de recordación, como en el sentido de re-coger o juntar de nuevo la atención dispersada de todas las otras cosas, llevándola a su centro y fuente natural, que es nuestro ser más íntimo —el ser verdadero auto-consciente esencial «yo soy».

Mientras que prestar atención a algo otro que nosotros es una actividad, un movimiento o dirección de la atención hacia algo lejos de nosotros, prestarnos atención no es una actividad o movimiento, sino una retención sin-movimiento de la atención dentro de nosotros. Puesto que somos consciencia o atención, mantener la atención centrada en nosotros es permitirle descansar en su morada natural. La auto-atención es así un estado de solo ser, y no de hacer algo. Consecuentemente, es un estado de reposo, serenidad, tranquilidad, calma y paz perfectas, y como tal, de felicidad suprema e incualificada.

Debido a que la práctica de la auto-investigación es así un estado de solo ser, un estado en el que la atención no hace nada sino permanecer simplemente como es realmente —como la claridad perfecta de la auto-consciencia no-dual natural— más bien que describir la auto-investigación como «auto-atención», podríamos describirla más exactamente como la cualidad de la «auto-atención». Es decir, verdaderamente no es un estado de atender o prestar atención activamente, sino que en lugar de ello es un estado de solo ser pasivamente atento o consciente de nuestro ser esencial.

Puesto que no somos en realidad nada otro que ser auto-consciente absoluto y eternamente claro, cuando practicamos este arte de solo ser auto-atento o auto-consciente, meramente estamos practicando ser nosotros —ser nuestro sí mismo real, ser lo que somos realmente, o como Sri Ramana solía describirlo a menudo, simplemente ser como somos.

Consideremos ahora la vía de la auto-entrega. En este contexto, ¿qué significa exactamente la palabra «entrega», qué es el sí mismo que hemos de entregar, y cómo podemos entregarlo?

En un contexto espiritual, la palabra «entrega» significa rendirse, deshacerse de, renunciar a todo, abandonar todas las formas de apego, renunciar a todos los deseos personales, abandonar nuestra voluntad individual, resignarnos a la voluntad de Dios, y someternos completamente a él. Puesto que la raíz de todos los deseos y apegos es nuestro sí mismo finito —el sentido de ser una persona individual separada— solo podemos entregar todos los deseos y apegos completa y efectivamente entregando este sí mismo finito. No podemos deshacernos verdaderamente de todo lo que consideramos ser «mío», hasta que nos deshagamos de todo lo que consideramos ser «yo».

El sí mismo que hemos de entregar es por lo tanto el falso sí mismo finito, la mente o ego. Puesto que este sí mismo individual es una mera ilusión, que surge debido a nuestro imaginarnos ser algo que no somos, solo podemos entregarlo conociendo el sí mismo verdadero como es realmente. Si conocemos claramente qué somos realmente, seremos incapaces de imaginarnos ser otro. Por lo tanto, tan pronto como conozcamos nuestro sí mismo verdadero, automáticamente abandonaremos o entregaremos todas las nociones falsas que tenemos ahora sobre nosotros. Entonces, solo podemos entregar verdaderamente el falso sí mismo imaginario conociendo nuestro sí mismo real.

El estado de entrega es el estado en el que no nos apegamos a nada ni nos identificamos con nada. De todos los apegos, el más fundamental es el apego al cuerpo, debido a que lo tomamos erróneamente por nosotros. La mente o consciencia individual separada solo puede surgir identificando un cuerpo particular como «yo», de modo que toda la experiencia de dualidad o multiplicidad está enraizada en la identificación de nosotros con un cuerpo. Sin apegarnos primero a un cuerpo, no podemos apegarnos a nada más. Por esa razón, para abandonar todo apego, debemos abandonar el apego al cuerpo.

Estamos apegados al cuerpo debido a que lo tomamos erróneamente por nosotros, y lo tomamos así debido solo a que no tenemos un conocimiento claro de qué somos realmente. Si supiéramos qué somos realmente, no podríamos tomarnos erróneamente por lo que no somos. Inversamente, hasta que sepamos qué somos realmente, seremos incapaces de liberarnos de todas las nociones erróneas que ahora tenemos sobre nosotros. Por consiguiente, mientras continuemos careciendo de un conocimiento claro y correcto de nosotros, continuaremos tomándonos erróneamente por lo que no somos.

Así pues, no podemos entregarnos enteramente sin conocer primero nuestro sí mismo real, es decir, sin experimentar efectivamente nuestra naturaleza real o ser esencial. En otras palabras, para entregar el sí mismo individual falso, debemos focalizar la atención entera en nuestro ser esencial para conocer qué somos realmente. Así pues, la auto-indagación es el único medio efectivo por el que podemos entregarnos enteramente.

Por lo tanto, en el párrafo 13 de *Nan Yar?*, Sri Ramana define la verdadera auto-entrega diciendo:

Estar completamente absorbidos en *atma-nishtha* [auto-permanencia, el estado de solo ser como somos realmente], no dando el más mínimo espacio al surgimiento de

ningún otro pensamiento que *atma-chintana* [el pensamiento de nuestro sí mismo real], es darnos a Dios...

El término *atma-chintana* significa literalmente «auto-pensamiento» o «pensamiento de nosotros», pero quizás podría ser traducido mejor como «auto-contemplación», debido a que en este contexto la palabra *chintana* o «pensamiento» no significa efectivamente «pensamiento» en el sentido de una actividad mental. La mente está activa solo cuando prestamos atención a algo otro que nosotros, y toda su actividad cesará por lo tanto cuando tratemos de «pensar» solo en nosotros. Así pues, «auto-pensamiento» o «auto-contemplación» no es efectivamente un acto de pensar, sino solo un estado perfectamente inactivo de ser auto-atento o auto-consciencia libre de pensamiento.

Es decir, cuando tratemos de «pensar» en nosotros, la atención será retirada de todos los otros pensamientos y permanecerá inmóvil focalizada en nosotros. Así pues, al «pensar» en nosotros exclusivamente, evitaremos dar espacio al surgimiento de ningún otro pensamiento, y con ello permaneceremos calmadamente absorbidos en auto-permanencia, el estado libre de pensamiento, de solo ser nuestro sí mismo real. Puesto que en este estado claro de ser auto-atento o auto-permanencia firme, no surgimos como la consciencia pensante separada que llamamos nuestra «mente» o «sí mismo individual», éste es el estado de auto-entrega completa.

Toda acción o «hacer», incluyendo la acción básica de pensar o conocer pensamientos, es un resultado de la no-entrega del sí mismo individual falso. Sentimos que estamos pensando y haciendo otras cosas debido solo a que nos imaginamos ser esta mente pensante y este cuerpo hacedor.

Es decir, mientras nos identifiquemos con el cuerpo, habla o mente, sentiremos que las acciones de estos instrumentos están siendo hechas por nosotros. Todo lo que experimentamos como un hacer, «yo estoy caminando», «estoy hablando», «estoy viendo», «estoy escuchando», «estoy pensando», «estoy sintiendo», «estoy conociendo» y demás, es un efecto de nuestra identificación con el cuerpo, habla, sentidos, emociones y mente.

Todas las acciones y conocimiento dualista, surgen solo debido a que nos identificamos con estos instrumentos de acción y conocimiento —este complejo cuerpo-mente entero. Por lo tanto, mientras sintamos que estamos haciendo algo o conociendo algo otro que nuestro ser esencial auto-consciente, «yo soy», no hemos entregado el apego a este complejo cuerpo-mente, o al sí mismo individual, que identifica este complejo como «yo».

Puesto que la entrega completa y perfecta es el estado en el que hemos renunciado enteramente al sí mismo individual, y así a toda conexión con su cuerpo y mente, es un estado carente de cualquier acción y cualquier conocimiento de dualidad. Eso que siente «yo estoy haciendo» o «yo estoy conociendo» no es nuestro sí mismo real sino solo el sí

mismo individual falso. La naturaleza de nuestro sí mismo real es solo ser, y no hacer o conocer nada otro que a sí mismo. Por lo tanto, si hemos entregado verdaderamente el sí mismo individual finito, permaneceremos como mero ser y no sentiremos que estamos haciendo nada o conociendo nada otro que nuestro ser auto-consciente. El estado de entrega verdadera es por lo tanto un estado de solo ser y no un estado de hacer nada.

Puesto que la entrega perfecta es el estado de solo ser, el medio para obtener ese estado debe ser también solo ser. La práctica de la auto-entrega es por lo tanto el cultivo de la pericia de solo ser, y no ser esto o eso. ¿Cómo podemos cultivar esta pericia? De acuerdo a los principios sobre los que se basa la vía de la auto-entrega, podemos cultivarla entregando nuestra voluntad individual a la voluntad de Dios, es decir, abandonando todos los deseos personales propios, debido a que los deseos son el poder que nos impele a hacer acciones, y con ello nos impide solo ser.

Cultivando la actitud «Hágase tu voluntad, no mi voluntad, sino solo la tuya», seremos capaces de reducir gradualmente la fuerza de la voluntad individual —los gustos y disgustos, deseos, apegos y aversiones— y así comenzaremos a privar a la mente de la fuerza o poder que la impele a estar activa. Cuanto más capaces seamos de reducir el poder de nuestra voluntad individual, más se sumergirá la mente, y más cerca estaremos del estado de solo ser.

Para entregarnos completamente, debemos abandonar todos los deseos. ¿Pero es posible para nosotros permanecer completamente libres de deseo? ¿No es natural para nosotros ser empujados siempre por alguna forma de deseo? ¿No podemos entregarnos a Dios simplemente abandonando todos los deseos egoístas, y reemplazándolos por deseos inegoístas?

Podemos responder a esta última pregunta comprendiendo qué queremos decir por un deseo inegoísta. Algunas gentes creen que si se preocupan solo por el bienestar de los demás, y que si sacrifican sus propias comodidades y conveniencias personales y dedican todo su tiempo y dinero a ayudar a otras personas, con ello están actuando inegoístamente y sin ningún deseo personal. Sin embargo, incluso si somos capaces de actuar de tal manera «inegoísta», lo que pocos de nosotros, si es que hay alguno, somos efectivamente capaces de hacer, ¿qué nos impele efectivamente a hacerlo?

Si somos perfectamente honestos con nosotros, tendremos que admitir que actuamos «inegoístamente» por nuestra satisfacción. Nos sentimos bien con nosotros cuando actuamos «inegoístamente», y por lo tanto, actuar de esta manera nos hace felices. Por consiguiente, el deseo de ser felices es lo que final y verdaderamente nos motiva a actuar «inegoístamente». Por lo tanto, no hay verdaderamente ninguna cosa tal como un deseo absolutamente «inegoísta», debido a que subyaciendo incluso al deseo más inegoísta está el deseo fundamental de ser felices.

Todos deseamos ser felices. Sin embargo, debido a que cada uno de nosotros tiene su propia comprensión personal de lo que nos hace felices, cada uno busca felicidad a

nuestra manera individual. Todas nuestras acciones, ya sean buenas o malas, morales o inmorales, virtuosas o pecaminosas, piadosas o malvadas, están motivadas solo por el deseo de felicidad. Lo que quiera que podamos hacer, y cualquier esfuerzo que podamos hacer, no podemos evitar tener el deseo de ser felices, debido a que ese deseo es inherente a nuestro ser mismo.

¿Es entonces imposible para nosotros ser completamente libres de todo deseo? Sí, lo es, o al menos en un cierto sentido lo es. Si por la palabra «deseo» entendemos el anhelo básico de ser felices, entonces sí, es imposible para nosotros ser libres de él. Sin embargo, el anhelo de ser felices existe en dos formas, una de las cuales es llamada correctamente «amor» y la otra es llamada correctamente «deseo». ¿Cuál es entonces la diferencia entre el amor de ser felices y el deseo de ser felices?

«Amor» es la única palabra adecuada que podemos usar para describir el anhelo de ser felices que es inherente a nuestro ser mismo. La felicidad no es verdaderamente algo extraño a nosotros, sino que es nuestro ser mismo, el sí mismo real. El anhelo de felicidad es por lo tanto en esencia solo el amor de nuestro sí mismo real.

Todos nos amamos, pero no podemos decir que nos deseamos. El deseo es siempre por algo otro que nosotros. Deseamos cosas que son aparte de nosotros debido a que imaginamos erróneamente que podemos obtener felicidad de ellas. Por lo tanto, podemos usar la palabra «amor» para describir el anhelo de ser felices cuando no buscamos felicidad en nada fuera de nosotros, pero cuando buscamos felicidad fuera de nosotros, nuestro amor natural de ser felices toma la forma de deseo.

Por lo tanto, solo podemos ser completamente libres del deseo cuando nuestro amor natural de la felicidad no está dirigido hacia nada otro que nuestro ser esencial. No seremos nunca capaces de librarnos de la esclavitud del deseo hasta que reemplacemos todo deseo de adquirir felicidad de otras cosas, por un amor omniconsumiente de experimentar felicidad solo en nosotros. En otras palabras, solo podemos transformar todos los deseos finitos en amor puro e infinito, desviando el anhelo de la felicidad de todas las otras cosas hacia nuestro ser esencial.

El obstáculo que nos impide entregarnos enteramente, es el deseo de obtener felicidad de algo otro que nosotros. ¿Pero cómo surge tal deseo en primer lugar? Si el amor de solo ser es nuestra naturaleza real, ¿cómo hemos olvidado tal amor y caído presa de los buitres de los deseos?

Mientras permanecemos como la consciencia de ser infinita, que es lo que somos siempre verdaderamente, no podemos experimentar nada otro que nosotros. En un estado tal, para nosotros no existe nada que desear, y por lo tanto somos perfectamente apacibles y felices en nosotros. Pero tan pronto como surgimos como la consciencia finita limitada por el cuerpo que llamamos la «mente» o «sí mismo individual», nos separamos aparentemente de la felicidad que somos verdaderamente, y experimentamos cosas que parecen ser distintas. Habiéndonos separado de nuestro sí mismo real, que es felici-

dad infinita y por el que tenemos naturalmente amor infinito, somos abrumados por el deseo de recuperar esa felicidad.

Sin embargo, debido a que hemos olvidado lo que somos realmente, y a que vemos nuestro sí mismo como los muchos objetos de este mundo, estamos confundidos e imaginamos que podemos obtener la felicidad que deseamos de esos objetos. A causa de la apariencia ilusoria de dualidad u otredad, experimentamos tanto la felicidad natural como el amor natural por esa felicidad como dos pares de opuestos, a saber, placer y dolor, deseo y aversión. Es decir, imaginamos que ciertas cosas nos dan placer o felicidad, y que otras cosas nos causan dolor o sufrimiento, y por lo tanto sentimos deseo por aquellas cosas que parecen darnos felicidad, y aversión por las que parecen hacernos infelices.

Así pues, la causa raíz de todo deseo es el olvido o ignorancia de nuestro sí mismo real. Cuando ignoramos nuestro ser verdadero e infinito, nos imaginamos ser un individuo falso y finito, y por lo tanto experimentamos cosas que parecen ser otras que nosotros, y sentimos deseo por ellas, pensando que pueden darnos la felicidad que parecemos haber perdido. Puesto que nuestra auto-ignorancia imaginaria es la única causa de todos los deseos, solo podemos librarnos de ellos recuperando nuestro estado natural de auto-conocimiento verdadero.

Hasta que recuperemos el auto-conocimiento verdadero, no podemos permanecer libres de deseo. Podemos ser capaces de reemplazar los deseos «malos» por deseos «buenos», pero al hacerlo así solo estaremos reemplazando las cadenas de hierro por cadenas de oro. Tanto si las cadenas que nos atan están hechas de hierro como si están hechas de oro, continuaremos estando atados por ellas. Por lo tanto, para experimentar libertad verdadera y perfecta, debemos abandonar todos los deseos, tanto los deseos bajos como los deseos nobles, lo que podemos hacer solo conociéndonos como somos realmente.

Puesto que solo podemos obtener auto-entrega verdadera y completa experimentando el auto-conocimiento no-dual, ¿por qué la vía de la auto-entrega está asociada generalmente con la devoción dualista a Dios? Aunque Sri Ramana enseñó que solo podemos entregarnos completamente conociendo nuestro sí mismo real, a menudo él describía la auto-entrega en términos de devoción dualista, y lo hacía así por una razón muy buena.

En el párrafo 13 de *Nan Yar?*, por ejemplo, al definir la auto-entrega verdadera como el estado de auto-permanencia libre de pensamiento, él lo describe como «darnos a Dios», y continúa explicando la práctica de la auto-entrega en términos de devoción dualista a Dios:

Estar completamente absorbidos en auto-permanencia, sin dar el menor espacio al surgimiento de ningún pensamiento otro que la auto-contemplación, es darnos a Dios. Aunque coloquemos cualquier suma de carga sobre Dios, esa suma entera él la llevará. Puesto que una única *paramesvara sakti* [poder supremo de Dios] está

llevando todas las actividades [es decir, puesto que ella está causando y controlando todo lo que acontece en este mundo], ¿por qué debemos pensar siempre, «es necesario [para mí] actuar de esta manera; es necesario [para mí] actuar de esa manera», en lugar de ser [calmos, apacibles y felices] habiéndonos entregado [junto con nuestra carga entera] a ese [poder gobernante supremo]? Si sabemos que el tren está llevando todas las cargas, ¿por qué debemos nosotros, que viajamos en él, sufrir llevando el pequeño equipaje sobre la cabeza en lugar de dejarlo colocado en ese [tren]?

¿Por qué explica Sri Ramana la auto-entrega en tales términos dualistas? La necesidad de entregarnos surge solo cuando nos tomamos erróneamente por un individuo finito, y en este estado experimentamos toda dualidad como si ella fuera real. Como vimos en el capítulo cuatro, mientras nos sentimos ser una persona finita o consciencia individual, tanto el mundo como Dios existen como entidades que están separadas de nosotros. Dios como un ser separado es tan real como la individualidad separada. Debido a que nos hemos limitado como un individuo finito, el amor y poder infinito que es nuestro sí mismo real, nos parece estar separado de nosotros, y por lo tanto le damos el nombre «Dios». Es este poder de nuestro sí mismo real lo que Sri Ramana describe aquí como la «única *paramesvara sakti*», el único «poder supremo de Dios» o «poder gobernante supremo».

Todo lo que acontece en este mundo, acontece solo por la «voluntad de Dios», es decir, por el amor de este único poder supremo gobernante. Puesto que Dios es omniconocedor, nada puede acontecer sin que él lo conozca. Puesto que él es todopoderoso, nada puede acontecer sin su consentimiento. Y puesto que él es omni-amoroso, nada puede acontecer que no sea para el beneficio verdadero de todo lo concernido (aunque nuestro limitado intelecto humano sea incapaz de comprender cómo cada acontecimiento es verdaderamente bueno y beneficioso). De hecho, puesto que él es la fuente y totalidad de todo el poder que vemos manifiesto en este universo, cada actividad o acontecimiento aquí, es impelido, conducido y controlado por él. Como dice un antiguo proverbio tamil, «*avan arul andri or anuvum asaiyadu*», que significa, «excepto por su gracia, ni siquiera un átomo se mueve».

Puesto que Dios está por lo tanto llevando la carga entera de este universo, él puede llevar perfectamente bien cualquier carga que coloquemos sobre él. ¿Pero qué entendemos exactamente cuando hablamos de colocar la carga sobre él, y cómo podemos hacerlo? Todos sentimos que tenemos algunas preocupaciones y responsabilidades, pero puesto que Dios es responsable de todo, y puesto que él cuida perfectamente de todo, la verdad es que no necesitamos preocuparnos ni responsabilizarnos de nosotros.

Nuestra única responsabilidad es entregarnos a él —es decir, entregar la voluntad individual a su voluntad divina, que significa simplemente abandonar todos los deseos, miedos, gustos y disgustos personales, y dejar con ello todas las preocupaciones e inquietudes en sus manos perfectamente capaces. Si entregamos la voluntad individual de

esta manera, él se hará cargo perfecto de nosotros y llevará todas nuestras responsabilidades.

Sin embargo, la entrega tiene que ser sincera. No debemos engañarnos pensando que nos hemos entregado a él, y después condescender en una conducta irresponsable. Si le hemos entregado verdaderamente la voluntad individual, él moverá la mente, habla y cuerpo a actuar de una manera apropiada en cada situación. Pero mientras tengamos algunos deseos, algunos gustos o disgustos escondidos, tenemos que aceptar la responsabilidad por cualquiera de nuestras acciones que resulten de tales deseos. Sin embargo, aunque todavía no hayamos sido capaces de abandonar todos nuestros deseos, mientras queramos entregarnos sinceramente a su voluntad y hacer todos los esfuerzos para que así sea, podemos estar seguros de que él guiará nuestras acciones y nos salvaguardará de caer presa del engaño «yo me he entregado a Dios».

Si pensamos «yo me he entregado a Dios», todavía hemos retenido nuestro «yo» individual, de modo que la supuesta «entrega» es meramente un auto-engaño. Cuando nos hayamos entregado verdaderamente a él, no existiremos como un individuo que piense nada. Nos habremos perdido en el fuego omniconsumiente del auto-conocimiento verdadero, y por lo tanto solo permaneceremos como mero ser.

Hasta ese momento, debemos conducirnos con perfecta humildad, tanto interior como exteriormente, y no debemos imaginar nunca que hemos obtenido ningún tipo de logro espiritual. Mientras seamos conscientes de alguna otredad o dualidad —algo otro que la mera consciencia de ser— continuaremos tomándonos erróneamente por un individuo finito, y por consiguiente debemos comprender que no nos hemos entregado verdaderamente u obtenido ningún logro espiritual importante.

Evitar cualquier forma de orgullo o auto-engaño es una parte integral de la auto-entrega. La auto-entrega verdadera es auto-negación total. Como individuos no somos nada, y debemos comprendernos como nada. Sin la ayuda de Dios, somos absolutamente impotentes para hacer nada, ni siquiera entregarnos a él. Por lo tanto, si deseamos entregarnos verdaderamente, debemos suplicar su ayuda, y dependerá de él enteramente salvaguardarnos del surgimiento auto-engañoso del ego y el orgullo.

Sin embargo, al conocer nuestra impotencia e indignidad, no debemos sentirnos abatidos. Como una mente finita, confusa y auto-engañada, verdaderamente no podemos hacer nada para obtener el auto-conocimiento verdadero, ¿pero por qué debemos imaginar siquiera que necesitamos hacer algo? Nuestra responsabilidad no es hacer algo, sino solo ser. Para ser, debemos rechazar la mente junto con su sentido de hacedor, y simplemente entregarnos al poder supremo del amor que llamamos «Dios». Si tenemos siquiera el más mínimo deseo de entregarnos así, él nos dará toda la ayuda que es necesaria para hacer la entrega completa.

En verdad, incluso el ápice de anhelo de entregarnos que tenemos ahora nos ha sido dado por él, y habiéndonos dado este pequeño sabor de amor verdadero por el ser infini-

to que es él mismo, no nos engañará dejando de nutrir esta semilla de amor que él ha plantado en nuestro corazón. Habiendo plantado esta semilla, ciertamente la nutrirá y verificará que crece hasta la fruición —el estado en el que somos totalmente consumidos por nuestro amor de ser absoluto.

Por lo tanto, siempre que nos sintamos abatidos, conociendo cuán débil es nuestro amor de solo ser, y cuán poco entusiastas son nuestros intentos de entregarnos, debemos consolarnos rezando a Dios de la manera mostrada por Sri Ramana en el verso 60 de *Sri Arunachala Aksharamanamalai*:

Habiéndome mostrado a mí, que soy carente de amor [verdadero] [por ti], [un sabor del] deseo [de ti], otorga tu gracia sin engañar[me], ¡Oh Arunachala!

Sri Ramana ha compuesto muchas oraciones como ésta, mostrándonos cómo debemos implorar a Dios para que nos ayude en nuestros esfuerzos para obtener el estado de solo ser, debido a que la oración es una parte importante del proceso de auto-entrega. Dios, por supuesto, no necesita que le digamos que requerimos su ayuda, pero ése no es el verdadero propósito de la oración. El propósito de la oración es encender en el corazón un sentido de dependencia total de Dios. Puesto que no podemos entregarnos y obtener el estado de solo ser por nuestro esfuerzo, debemos aprender a depender enteramente de Dios, debido a que solo él nos puede capacitar para entregarnos completamente a él.

Además, puesto que Dios existe en el núcleo de nuestro ser como su núcleo, es decir, como nuestro sí mismo verdadero, siempre que le supliquemos, no necesitamos pensar en él como algún ser lejano arriba en el cielo, sino que podemos dirigir nuestras oraciones a él directamente dentro de nosotros, y así podemos hacer de la oración una oportunidad más para volver la atención hacia nuestro ser más íntimo.

Toda la ayuda que necesitamos para ser capaces de obtener el estado de solo ser, está disponible en el corazón, es decir, en el núcleo de nuestro ser, que es la verdadera morada de Dios, el poder de amor supremo. Para obtener toda la ayuda o gracia divina que necesitamos, no necesitamos mirar a ninguna otra parte que al corazón, nuestro sí mismo real o ser esencial. Todos los esfuerzos, oraciones y atención deben ser dirigidos por lo tanto hacia dentro, hacia nuestro ser.

Esta verdad es claramente declarada por Sri Ramana en el verso 8 de *Upadesa Undiyar*:

Más bien que *anya-bhava*, *ananya-bhava* [con la convicción] «él es yo» es ciertamente la mejor entre todas [las formas de meditación].

En este contexto, *bhava* significa «meditación», pero también tiene la connotación añadida de «opinión», «actitud» o «perspectiva», y *anya* significa «otro», mientras que *ananya* significa «no-otro». Así pues, el significado implícito de *anya-bhava* es meditación en Dios considerándole ser otro que nosotros, mientras que el significado implícito de *ananya-bhava* es meditación en Dios considerándole no ser otro que uno mismo. Este significado de *ananya-bhava* es más enfatizado con las palabras «él es yo», que son colocadas añadidas él.

Por lo tanto, en cualquier manera que podamos practicar la devoción a Dios, es siempre mejor considerarle ser nuestro sí mismo real, más bien que considerarle ser otro que nosotros. El beneficio de desarrollar la actitud de que Dios es nuestro sí mismo real o ser más íntimo, y meditar en él, adorarle o rezarle acordemente, es explicado por Sri Ramana en el verso 9 de *Upadesa Undiyar*:

Por la fuerza de [tal] meditación [o actitud], solo ser [morar o permanecer] en el estado de ser, que trasciende [toda] meditación, es el verdadero estado de devoción suprema.

Mientras consideremos a Dios como otro que nosotros, siempre que pensemos en él, la atención se dirigirá hacia fuera, lejos de nosotros, pero cuando le consideremos ser nuestro sí mismo real o ser esencial «yo soy», siempre que pensemos en él, la atención será dirigida hacia dentro, hacia el núcleo más íntimo de nuestro ser. Cuando la atención es dirigida hacia fuera de nosotros, la mente está activa, pero cuando la atención vuelve hacia el núcleo de nuestro ser, la mente deviene inmóvil y con ello se sumerge en el estado de ser, que trasciende todo pensamiento o meditación. El estado en el que permanecemos así sumergidos en el estado de ser, es el verdadero estado de devoción suprema, debido a que es el estado en el que nos hemos entregado enteramente a Dios, que es nuestro ser esencial.

Este estado de solo ser, en el que la mente o sí mismo individual se ha sumergido completamente, no es solo el pináculo de la devoción o amor verdadero, sino también la meta y el cumplimiento últimos de las otras tres vías espirituales, las vías de la acción sin-deseo, la unión y el conocimiento, como es afirmado por Sri Ramana en el verso 10 de *Upadesa Undiyar*:

Ser [firmemente establecido como nuestro sí mismo real] habiendo[nos] sumergido en [nuestro] lugar de surgimiento [el núcleo de nuestro ser, que es la fuente de la que habíamos surgido como la mente], eso es *karma* y *bhakti*, eso es *yoga* y *jñana*.

Aunque es la mente la que se pone a practicar cualquiera de las cuatro «vías» o tipos de esfuerzo espiritual, a saber: la vía del *karma* o la acción hecha sin deseo de ninguna recompensa, la vía de la *bhakti* o la devoción, la vía del *yoga* o la unión, y la vía del

jñana o el conocimiento, la mente es de hecho el único obstáculo que se levanta en la vía de nuestro logro de la meta de estas cuatro vías. Por lo tanto, el fin de cada una de estas vías solo puede ser alcanzado cuando la mente, que se esfuerza por practicarlas, se sumerge finalmente en el estado de ser, que es la fuente de la que ella había surgido originalmente. Así pues, la auto-entrega completa es la meta verdadera de todas las formas de práctica espiritual.

Incluso la auto-investigación, que es la verdadera vía del conocimiento o *jñana*, es necesaria debido solo a que todavía no nos hemos entregado completamente. Puesto que la práctica correcta de auto-investigación no es hacer algo, sino solo ser, no podemos practicarla correctamente sin entregarnos —sin entregar nuestro sí mismo «hacedor» o mente pensante. A la inversa, puesto que no podemos entregar efectivamente el falso sí mismo finito sin saber qué somos realmente, la práctica correcta de la auto-entrega es escudriñarnos agudamente y con ello sumergirnos en el estado de solo ser. Así pues, en la práctica, la auto-investigación y la auto-entrega son inseparables una de otra, como las dos caras de una única hoja de papel.

Cuando tratemos de entregarnos, tenemos que estar extremadamente vigilantes para asegurar que la mente o sí mismo individual no surge subrepticamente para pensar en algo. Puesto que la mente surge solo cuando pensamos en o prestamos atención a algo otro que nosotros, solo podemos impedir que surja prestando atención vigilantemente a la fuente de la que surge, que es nuestro sí mismo real.

Cuando prestemos atención así vigilantemente a nuestro ser más íntimo, seremos capaces de detectar la mente en el momento mismo en el que surge, y así seremos capaces de aplastar su surgimiento instantáneamente. De hecho, si estamos vigilantemente auto-atentos, la mente no será capaz de surgir, porque efectivamente ella surge solo debido al descuido en la auto-atención.

Para volver de nuevo a la discusión del párrafo trece de *Nan Yar?*, en la tercera frase, Sri Ramana pregunta, «Puesto que una única *paramesvara sakti* está llevando todas las actividades, ¿por qué debemos pensar siempre, “es necesario [para mí] actuar de esa manera”, en lugar de ser, habiéndonos entregado a eso?» Además de lo que hemos discutido ya, hay dos puntos importantes que observar en esta sentencia.

En primer lugar, cuando él nos pregunta por qué debemos pensar que necesitamos hacer esto o eso, el significado que él implica no es solo que es innecesario para nosotros hacer nada, sino también que es innecesario para nosotros pensar nada. Si creemos verdaderamente que Dios está haciendo todo, y que está cuidando siempre de cada ser vivo, incluyéndonos, tendremos la confianza para colocar sobre él la carga de pensar, y así seremos librados de la carga de pensar cualquier cosa.

Si nos entregamos real y enteramente a Dios, él tomará el pleno control de la mente, habla y cuerpo, y los hará actuar de la manera que sea apropiada en todas las situacio-

nes. Solo cuando dejemos así de pensar cualquier cosa, nuestra entrega a Dios será completa.

En segundo lugar, las palabras que he traducido como «en lugar de ser, habiéndonos entregado a eso» son muy significativas, debido a que son una descripción adecuada de lo que es la auto-entrega real. En el original tamil, las palabras usadas por Sri Ramana son *adarku adangi iramal*. La palabra *adarku* significa «a eso» o «a ello», es decir, a la única *paramesvara sakti* o «poder gobernante supremo». La palabra *adangi* es un participio pasado que significa no solo «habiendo entregado», sino también habiendo «sumergido», «establecido», «recedido», «depositado», «doblegado», «sido sometido», «devenido calmado», «cesado» o «desaparecido». La palabra *iramal* significa «sin ser» o «en lugar de ser». Así pues, el significado implícito en estas palabras, es que la verdadera auto-entrega, es un estado de solo ser, es decir, un estado en el que permanecemos como mero ser, habiéndonos entregado o sometido a Dios, y habiéndonos con ello sumergido, establecido y devenido calmados, y habiendo cesado de hecho de existir enteramente como un individuo separado.

Como hemos visto anteriormente, Dios es nuestro sí mismo real, y él parece estar separado de nosotros debido solo a que nos hemos limitado como una consciencia individual finita. En otras palabras, tan pronto como nos engañamos imaginando que somos un individuo finito, nuestro sí mismo real se manifiesta como Dios, el poder que guía y controla la vida entera como un individuo, y que con ello nos lleva gradualmente de vuelta hacia el estado natural de auto-conocimiento verdadero.

Sin embargo, Dios no es la única forma en la que nuestro sí mismo real se manifiesta para guiarnos de vuelta a sí mismo. En una cierta etapa del desarrollo espiritual, nuestro sí mismo real también se manifiesta como *gurú*, y en esta forma nos revela a través de palabras habladas o escritas, la verdad de que somos ser, consciencia y felicidad infinita, y que para experimentarnos como tal, debemos escudriñarnos y con ello entregar el sí mismo individual falso. Cuando hemos escuchado o leído una vez esta verdad revelada por nuestro sí mismo real en la forma del *gurú*, y si hemos sido genuinamente atraídos por esta verdad, hemos devenido verdaderamente bajo la influencia del *gurú*, y por lo tanto estamos en el camino de alcanzar la meta final de auto-conocimiento verdadero.

Este estado en el que hemos devenido bajo la influencia del *gurú*, es descrito por Sri Ramana en el párrafo 12 de *Nan Yar?* como ser agarrados o atrapados por la «mirada de gracia del *gurú*»:

Dios y el *gurú* en verdad no son diferentes. De la misma manera que [la presa] que ha sido atrapada en las fauces de un tigre no vuelve, así también aquellos que han sido atrapados en la mirada de gracia del *gurú*, ciertamente son salvados por él y nunca son abandonados; sin embargo, es necesario [para ellos] proceder [a comportarse o actuar] infaliblemente de acuerdo con la vía que el *gurú* ha mostrado.

Aunque el *gurú* real parece ser externamente un ser humano, él es de hecho Dios en forma humana, manifestado como tal para darnos las enseñanzas espirituales que son necesarias para empujarnos a volver la mente hacia la fuente de la que había surgido, y con ello sumergirse y disolverse en esa fuente para siempre. O para explicar la misma verdad de otra manera, puesto que la persona que había ocupado previamente el cuerpo en el que el *gurú* está manifestado, se había entregado él mismo enteramente a Dios y con ello había sido consumido en el fuego del auto-conocimiento verdadero, eso que permanece y funciona a través de ese cuerpo es solo Dios mismo. Por lo tanto, eso que habla, ve, oye y actúa a través de la forma humana en la que el *gurú* está manifestado, no es un individuo finito, sino el poder infinito del amor y el conocimiento verdadero que de otra manera llamamos Dios.

Esta unidad absoluta de Dios, el *gurú* y nuestro sí mismo real, es la verdadera significación de la Trinidad Cristiana, como es explicado por Sri Ramana. Dios Padre es Dios como el poder que gobierna este universo entero y la vida de cada individuo en él; Dios Hijo es el *gurú*, y Dios Espíritu Santo es nuestro sí mismo real. Aunque en la perspectiva limitada y distorsionada de la mente, ellos parecen ser tres entidades o «personas» distintas, Dios, el *gurú* y el sí mismo son en realidad el único ser infinito e indivisible.

Aunque la palabra *gurú* se usa en muchos contextos diferentes y por lo tanto puede significar un maestro de cualquier arte, ciencia o pericia ordinaria, en un contexto espiritual denota correctamente solo al *sadgurú*, al «*gurú* real» o «ser-*gurú*», es decir, el *gurú* que es *sat*, la realidad o ser verdadero de cada uno de nosotros. Aunque hay muchas gentes que proclaman ser *gurús* espirituales, el verdadero *gurú* espiritual es muy raro, y, por consiguiente, en un contexto espiritual, el término *gurú* solo debe ser aplicado a aquellos seres raros como el Buddha, Sri Krishna, Cristo, Adi Sankara, Sri Ramakrishna y Sri Ramana, que tienen una clara misión divina de revelarnos la vía para obtener el auto-conocimiento verdadero. Ningún *gurú* real tal proclamará nunca ser el *gurú*, ni explícita ni implícitamente, debido a que el *gurú* real es totalmente carente de ego, y por lo tanto se conoce a sí mismo solo como «yo soy» y no como «yo soy Dios» o «yo soy *gurú*».

Una vez que somos atrapados en la influencia del *gurú* real, somos como la presa que ha sido atrapada en las fauces de un tigre. Lo mismo que un tigre devorará indefectiblemente a la presa que ha atrapado, así también el *gurú* nos devorará indefectiblemente, destruyendo la mente o consciencia individual, y absorbiéndonos con ello en sí mismo, es decir, haciéndonos uno con nuestro ser verdadero y esencial, que es lo que él es realmente.

Sin embargo, Sri Ramana añade una nota preventiva, diciendo que aunque el *gurú* ciertamente nos salvará de esta manera, y nunca nos abandonará, debemos seguir no obstan-

te indefectiblemente la vía que él nos ha mostrado. En la frase «es necesario proceder indefectiblemente de acuerdo con la vía que el *gurú* ha mostrado», la palabra tamil original que he traducido por «proceder» es *nadakka*, que significa caminar, ir, proceder o comportarse, y por lo tanto implica que debemos comportarnos o actuar de acuerdo con sus enseñanzas, o en otras palabras, debemos practicar indefectiblemente la vía doble de la auto-investigación y la auto-entrega que él nos ha enseñado.

El propósito de la manifestación de nuestro sí mismo real en la forma humana del *gurú*, es enseñarnos el medio por el que podemos obtener la salvación, que es el estado del auto-conocimiento verdadero. Él no se ha manifestado como *gurú* meramente para que le adoremos como Dios, esperando que nos otorgue cualquier beneficio o felicidad finita en este o en algún otro mundo.

La función del *gurú* es la función última de Dios, que es destruir para siempre la ilusión de la individualidad —el engaño de que somos el cuerpo y la mente que ahora imaginamos que somos —y él cumple esta función enseñándonos que debemos volver la atención hacia dentro, hacia nuestro ser más íntimo, para conocer nuestro sí mismo real y con ello entregar el falso sí mismo individual. Por lo tanto, si deseamos verdaderamente ser salvados del engaño auto-impuesto, debemos hacer infaltablemente como el *gurú* nos ha enseñado, aplicando todo el esfuerzo posible por prestar atención a nuestro ser esencial, «yo soy», y con ello entregar el sí mismo finito en la infinitud de ese ser o «soy»-dad.

La gracia de Dios o el *gurú* está proporcionando siempre toda la ayuda que necesitamos para seguir esta vía espiritual, pero debemos valernos plenamente de esa ayuda volviendo la mente hacia dentro y con ello permanecer en nuestro estado natural de solo ser, que es el estado de auto-investigación y auto-entrega verdadero. Dios o el *gurú* está siempre otorgando su gracia brillando dentro de nosotros como «yo soy», pero debemos corresponder a esa gracia o amor prestando atención a «yo soy».

La razón por la que todavía no hemos obtenido la salvación, es que continuamos ignorando la forma verdadera de la gracia, que brilla siempre dentro de nosotros como «yo soy». Como dice Sri Ramana en el verso 966 de *Guru Vachaka Kovai*:

Puesto que solo *ulladu* [la realidad, «ser» o «eso que es» absoluto] es [la forma verdadera de] *tiruvarul* [gracia divina], que surge [clara y prominentemente dentro de cada uno de nosotros] como *ullam* [nuestro «corazón», «núcleo» o consciencia esencial «soy»], el defecto de ignorar [o no prestar atención a] «eso que es», es propio [a ser considerado como un defecto que pertenece] solo a los individuos, que no piensan incesantemente [recuerdan o prestan atención a esta gracia, que brilla amorosamente como «soy»], fundiéndose interiormente [de amor por ella]. En lugar de ello, ¿cómo puede la falta de no otorgar dulce gracia ser [considerada como un defecto que pertenece] a [Dios o al *gurú*, que es] «eso que es»?

Ser carente de gracia, de amor, de bondad o de solicitud es una falta que solo puede ser achacada a los individuos, que ignoramos y no prestamos atención a la realidad infinita y absoluta —*ulladu*, «ser» o «eso que es»— que brilla dentro de nosotros efulgentemente como «soy» o «yo soy», y no a Dios o el *gurú*, que es esa realidad. Dios o el *gurú* no nos ignora nunca, sino que brilla constantemente dentro de nosotros como nuestro ser o «soy»-dad, reclamándonos amorosamente a volver dentro y a fundirnos en él. Sin embargo, aunque él está siempre haciéndose tan fácilmente disponible para nosotros, elegimos ignorarle constantemente y prestar atención en lugar de ello a nuestros pensamientos sobre nuestra vida miserable como un individuo en este mundo imaginario.

Para que obtengamos la salvación, solo son necesarias dos cosas: la gracia de Dios o el *gurú* y nuestra disposición para someternos a esa gracia. De estos dos ingredientes indispensables, el primero es siempre abundantemente disponible, y solo el segundo es insuficiente. Hasta que estemos perfectamente dispuestos a entregar y perder la individualidad, Dios o el *gurú* nunca nos forzará, pero él estará alimentando constantemente la semilla de tal disposición o amor en nuestro corazón, ayudándolo a crecer hasta que un día nos consuma.

Por lo tanto, aunque el *gurú* nos salvará ciertamente y nunca nos abandonará, es esencial que hagamos nuestra parte, que es someternos gustosamente a su gracia, que es la claridad perfecta de la auto-consciencia fundamental —la consciencia absolutamente no-dual de ser, «yo soy». La única manera de que podamos así someternos o entregarnos a su gracia, es «pensar en» o «prestar atención constantemente a» nuestro ser esencial auto-consciente «yo soy», fundiéndonos interiormente de irresistible amor por él. Tratar de entregarnos sinceramente de esta manera, es lo que Sri Ramana quería expresar cuando dijo: «Sin embargo, es necesario proceder infaltablemente de acuerdo con la vía que el *gurú* ha mostrado».

Para conocer nuestro sí mismo real, que es ser-consciencia-felicidad o *sat-chit-ananda* absoluto, infinito, eterno e ininterrumpido, debemos estar dispuestos a entregar o renunciar al falso sí mismo finito. Y para entregar el sí mismo falso, debemos ser consumidos completamente por un amor irresistible de conocer y ser nuestro sí mismo real o ser esencial.

Mientras nos sintamos complacidos de nuestra condición presente, en la que nos hemos limitado imaginariamente como esta mente y cuerpo finitos, careceremos de la intensa motivación que debemos tener para estar suficientemente dispuestos a entregar el sí mismo falso. Puesto que imaginamos ahora que la mente y el cuerpo son nosotros, el apego a ellos es muy fuerte, y, por consiguiente, no estaremos dispuestos a entregar este apego a no ser que estemos muy fuertemente motivados a hacerlo.

Nuestro apego a la mente y cuerpo es tan fuerte que nos induce a ilusionarnos en un estado de complacencia engañoso, haciéndonos sentir que la condición presente no es

tan intolerable como realmente es. Más bien que reconocer el hecho de que la profunda insatisfacción que sentimos con la condición presente, como una consciencia individual finita limitada por el cuerpo, es una consecuencia inevitable de la separación imaginaria de la felicidad infinita, que es nuestra naturaleza real, y que por lo tanto no podemos vencer nunca esta insatisfacción por ningún otro medio que el verdadero auto-conocimiento —es decir, por ningún otro medio que experimentarnos como la auto-consciencia libre de adjuntos, infinita, indivisa y por lo tanto absolutamente no-dual, «yo soy»— continuamos complacientemente nuestra vida como un individuo limitado por un cuerpo, imaginando que podemos obtener la felicidad que buscamos gozando los miserables placeres transitorios que experimentamos al satisfacer cualquiera de nuestros incontables deseos temporales.

Esta complacencia auto-engañososa es un serio problema que todos los aspirantes espirituales verdaderos experimentan, y debemos vencerla si deseamos entregar verdaderamente el falso sí mismo finito y con ello conocer nuestro sí mismo real infinito. Puesto que esta complacencia profundamente enraizada es una consecuencia inevitable de haber sucumbido a nuestro poder de *maya* o auto-engaño, que es el poder que hace que nos imaginemos ser este cuerpo y mente finitos, normalmente no podemos vencerla a no ser que experimentemos una intensa crisis interna, tal como ser confrontados repentinamente con un profundo miedo interno de la muerte.

Por lo tanto, cuando alcancemos un cierto estadio de madurez espiritual, el poder de la gracia generalmente nos inducirá a experimentar alguna crisis interna tal, y cuando la experimentemos, seremos sacudidos del sentido de complacencia y volveremos por lo tanto la atención hacia el sí mismo con intenso amor de conocer qué somos realmente.

En la vida de Sri Ramana, tal crisis interna aconteció en la forma del intenso miedo repentino de la muerte, que experimentó cuando era un muchacho de dieciséis años. Como vimos en la introducción a este libro, este intenso miedo le empujó a volver su atención hacia dentro para descubrir si él era realmente el cuerpo, que está sujeto a la muerte. Tan intensamente focalizó su atención en su ser más íntimo —su auto-consciencia esencial «yo»— que lo experimentó con perfecta claridad, y así llegó a saber por su propia experiencia directa que él no era el cuerpo mortal sino solo el espíritu inmortal, eterno e infinito, que es ser, consciencia y felicidad absolutamente no-dual.

Sri Ramana describe esta experiencia suya en el segundo de los dos versos del *man-galam* o «introducción auspiciosa» de *Ulladu Narpadu*:

Aquellas gentes maduras que tienen miedo intenso de la muerte, tomarán refugio a los pies de Dios, que es exento de muerte y nacimiento, [dependiendo de él] como su fortaleza [protectora]. Por su entrega, ellos experimentan la muerte [la muerte o disolución de su sí mismo finito]. ¿Se aproximarán aquellos que son sin-muerte [habiendo muerto a su sí mismo mortal, y habiendo devenido con ello uno con el espíritu inmortal] al pensamiento-muerte [o pensamiento de la muerte] [alguna vez de nuevo]?

Aunque la palabra tamil *am*, significa literalmente «aquellos» o «belleza», la he traducido aquí como «aquellas maduras», debido a que, en este contexto, la belleza que denota es la belleza verdadera de la madurez espiritual, que es la condición verdaderamente deseable en la que la mente ha sido limpiada de la mayoría de sus impurezas —a saber, sus formas de deseo más crudas— y por lo tanto está lista para entregarse enteramente a Dios.

El miedo de la muerte es naturalmente inherente a todos los seres vivos, pero usualmente permanece en una forma durmiente, debido a que gastamos la mayoría del tiempo pensando en nuestra vida en este mundo, y, por consiguiente, rara vez pensamos en la muerte. Incluso cuando algún acontecimiento externo o algún pensamiento interno nos recuerda que más pronto o más tarde moriremos, el miedo de la muerte rara vez deviene intenso, debido a que el pensamiento de la muerte nos empuja a pensar en las cosas de la vida a las que estamos más fuertemente apegados.

Sin embargo, aunque usualmente permanece en una forma durmiente, el miedo de la muerte es de hecho el más grande, el más fundamental y el más profundamente enraizado de todos los miedos. Tenemos miedo de la muerte debido a que ella nos parece ser un estado de no-existencia —un estado en el que dejaremos de existir, o al menos dejaremos de existir como nos conocemos ahora. Puesto que amamos nuestro ser o existencia más que a ninguna otra cosa, tenemos miedo de perder el ser o existencia más de lo que tememos a ninguna otra cosa. En otras palabras, el miedo de la muerte está enraizado en nuestro auto-amor —el amor básico por nuestro sí mismo o ser esencial.

La razón por la que amamos nuestro sí mismo o ser, es que somos felicidad. Debido a que por nuestra naturaleza misma amamos la felicidad, y debido a que ella es de hecho nuestro ser, no podemos evitar amar nuestro ser o existencia, y, por consiguiente, no podemos evitar tener miedo de la pérdida o destrucción de nuestro ser o existencia. Por lo tanto, mientras nos experimentemos como un cuerpo físico —es decir, mientras confundamos nuestra existencia con la existencia de un cuerpo mortal— no podemos evitar tener un miedo de la muerte profundamente enraizado.

Por consiguiente, el miedo de la muerte existirá siempre en nosotros hasta que decidamos verdaderamente librarnos de la ilusión auto-creada de que somos un cuerpo mortal. Debido a que nos imaginamos ser este cuerpo, estamos inevitablemente apegados a él, y por lo tanto tenemos miedo de perderlo. Sin embargo, aunque todos sabemos que un día el cuerpo morirá, y que la muerte puede venir en cualquier momento, el poder de *maya* o auto-engaño nos adormece en un estado de complacencia, haciéndonos imaginar que la muerte está muy lejos, o que realmente no tenemos miedo de la muerte.

Aunque podamos imaginar que no tenemos miedo de la muerte, si nuestra vida es puesta de repente en peligro, responderemos ciertamente con miedo intenso. Sin embargo, tan pronto como pase el peligro inmediato, el miedo se sumergirá y continuaremos la vida en el estado usual de complacencia auto-engañoso.

Aunque experimentamos miedo intenso de la muerte siempre que la vida del cuerpo está en peligro extremo, la intensidad de ese miedo es breve. No es sostenida debido a que cuando somos confrontados con la muerte, reaccionamos pensando en nuestros seres queridos, amigos, posesiones materiales, nuestro estatus en la vida y otras cosas externas semejantes a las que estamos apegados, y que en consecuencia tememos perder.

Incluso las creencias religiosas pueden ser un medio por el que sostengamos el confort de nuestra complacencia. Si creemos, por ejemplo, que después de la muerte del cuerpo iremos a algún otro mundo llamado cielo, donde seremos reunidos con todos nuestros seres queridos y amigos, y donde viviremos con ellos una vida eterna libre de todo sufrimiento, esa creencia nos ayudará a alejar el miedo de la muerte. Incluso si tenemos alguna creencia menos optimista sobre la vida después de la muerte, mientras la creencia sea suficientemente confortante, como lo son la mayoría de tales creencias, ella nos ayudará a sentirnos condescendientes con la certeza de la muerte.

Mientras carezcamos de verdadera madurez espiritual o libertad del deseo de algo externo, el miedo de la muerte impulsará a la mente a precipitarse hacia fuera para pensar en nuestra vida en este mundo o en el otro, y debido a tales pensamientos, la atención será desviada del pensamiento de la muerte, y así el miedo perderá su intensidad. Sin embargo, cuando finalmente obtengamos verdadera madurez espiritual, nuestra reacción al pensamiento de la muerte será diferente.

Si somos espiritualmente maduros, la intensidad de nuestro deseo por y apego a las cosas externas, tanto en este mundo como en el otro, será grandemente reducida. Por lo tanto, cuando pensemos en la muerte, no tendremos miedo de perder ninguna cosa externa, sino solo tendremos miedo de perder nuestra existencia o ser. Puesto que los últimos vestigios del deseo y apego estarán centrados en nuestra existencia misma como un individuo, y puesto que confundimos nuestra existencia con la existencia del cuerpo que en ese momento imaginemos ser, cuando el pensamiento de la muerte del cuerpo surja en nosotros, la mente se volverá hacia dentro para aferrarse a su propia existencia o ser esencial.

Esto es lo que aconteció en el caso de Sri Ramana. Cuando el pensamiento de la muerte surgió repentinamente en él, su reacción fue volver su atención adentro, hacia su ser mismo, para descubrir si él mismo moriría junto con la muerte de su cuerpo. Debido a que su atención fue focalizada tan agudamente en su propio ser o «soy»-dad esencial, él se experimentó claramente sin ningún adjunto sobreimpuesto, tal como su mente o cuerpo, y así descubrió que su sí mismo real no era un cuerpo mortal o una mente transitoria, sino solo el espíritu infinito, eterno, sin-nacimiento y sin-muerte —la única consciencia de ser no-dual verdadera, que conoce siempre «yo soy» y nada otro que «yo soy».

En la primera sentencia de este segundo verso *mangalam* de *Ulladu Narpadu*, Sri Ramana dice:

Aquellas gentes maduras que tienen miedo intenso de la muerte, tomarán refugio a los pies del *mahesan* [el «gran Señor»], que es exento de muerte y nacimiento, [dependiendo de él] como [su] fortaleza [protectora]...

Ésta es una manera poética de describir su propia experiencia de auto-investigación y auto-entrega. Aunque la palabra *mahesan*, que significa literalmente el «gran Señor», es un nombre que normalmente denota al Señor Shiva, la forma en la que muchos hindúes adoran a Dios, Sri Ramana no lo usó en este contexto para denotar ninguna forma particular de Dios, sino solo como una descripción alegórica del espíritu sin-nacimiento y sin-muerte, que existe siempre en cada uno de nosotros como nuestro ser esencial auto-consciente, «yo soy».

Ningún nombre o forma de Dios es verdaderamente exento de nacimiento o muerte —aparición o desaparición— debido a que como todos los otros nombres y formas, los diversos nombres y formas en los que los devotos adoran a Dios son apariencias transitorias. Ellos pueden aparecer solo cuando la mente ha surgido para conocerlos, y desaparecen cuando la mente se sumerge. Por lo tanto, en este contexto, las palabras «el gran Señor, que es exento de muerte y nacimiento», no denotan meramente el aspecto *saguna* o cualificado de Dios —es decir, Dios como es concebido por la mente finita— sino solo su aspecto *nirguna* esencial o no-cualificado —es decir, Dios como él es realmente, que es la realidad absoluta sin-nombre y sin-forma, nuestro ser auto-consciente verdadero, que siempre conoce su propia existencia sin aparecer ni desaparecer nunca.

Sin embargo, aunque en este contexto Sri Ramana no está describiendo efectivamente ninguna forma de *saguna upasana* o adoración de Dios en nombre y forma, al usar la palabra *mahesan*, que es un nombre personal de Dios, él alude a tal adoración. Esta alusión es intencionada, debido a que si adoramos a Dios en nombre y forma con verdadera devoción de corazón fundido, la mente gradualmente será purificada o limpiada de sus formas de deseo más crudas, y así finalmente obtendrá la madurez que requiere para ser capaz de entregarse enteramente a él.

No obstante, no importa cuánto podamos adorar a Dios en nombre y forma, no podemos obtener la meta final de la vía de la devoción, que es la entrega completa de nosotros a él, hasta que volvamos la atención hacia dentro para adorarle en la profundidad del corazón —en el núcleo más íntimo de nuestro ser— como nuestro ser verdadero y esencial. En otras palabras, para que obtengamos la meta verdadera de *saguna upasana* o adoración de Dios en nombre y forma, tal adoración debe florecer finalmente en *nirguna upasana*, que es la verdadera adoración de Dios como la única realidad absoluta sin-nombre y sin-forma, que existe siempre dentro de nosotros como nuestro ser auto-consciente esencial.

Podemos experimentar a Dios como él es realmente solo cuando volvamos la mente hacia dentro —lejos de todos los nombres y formas, que son meramente pensamientos que hemos formado en la mente por nuestro poder de imaginación— permitiéndole con

ello disolverse en la claridad absoluta de nuestro ser auto-consciente verdadero y esencial, que es la «forma» o naturaleza verdadera de Dios. Sin embargo, para volver la mente hacia dentro y con ello entregarla completamente en la luz omniconsumiente del propio ser verdadero de Dios, debemos tener amor irresistible de él, y tal amor es cultivado por la práctica de *saguna upasana* o adoración dualista.

Sin embargo, aunque el verdadero amor que requerimos para estar dispuestos a entregarnos enteramente en la claridad absoluta del ser puro auto-consciente, que es la realidad tanto de Dios como de nosotros, puede ser cultivado gradualmente por la práctica de la devoción dualista, la manera más rápida y efectiva de cultivarlo, es por la práctica de la devoción no-dualista —es decir, por la práctica de auto-atención, que es la verdadera adoración de Dios como nuestro sí mismo real o ser esencial.

Si cultivamos el verdadero amor o disposición a entregarnos enteramente a la realidad absoluta, que es la plenitud de ser infinita que llamamos «Dios», por la devoción dualista o la devoción no-dualista, una vez que la hayamos cultivado suficientemente, cualquier crisis interna tal como un miedo intenso de la muerte, empujará la mente a volverse hacia dentro y a sumergirse en la profundidad más íntima de nuestro ser para entregarse enteramente a él. Solo cuando la mente se funda así en la fuente de la que había surgido, que es nuestro ser auto-consciente verdadero y esencial, su entrega a Dios devendrá completa.

Esta entrega completa de la mente o sí mismo individual en la profundidad más íntima de nuestro ser, es lo que Sri Ramana describe en este verso con las palabras «tomarán refugio a los pies de Dios, que es exento de muerte y nacimiento, [dependiendo de él] como [su] fortaleza [protectora]».

En la poesía y literatura devocional hindú, la adoración de Dios es descrita a menudo como postrarse a sus pies, caer a sus pies, aferrarse a sus pies, tomar refugio en o a sus pies, y sucesivamente, debido a que tales acciones implican humildad, devoción y sumisión. Por lo tanto, en las lenguas indias, el término «pies» ha llegado a ser sinónimo de Dios como el objeto último de adoración.

Además, como Sri Ramana explicó a menudo, el término «los pies de Dios», es una descripción alegórica de su estado verdadero —el estado sin-ego y perfectamente no-dual de ser auto-consciente puro, que brilla siempre dentro de cada uno de nosotros como «yo soy». Para recordarnos que solo podemos experimentar a Dios como realmente es en el núcleo de nuestro ser, él siempre enfatizaba la verdad de que los «pies de Dios» no pueden ser encontrados fuera sino solo dentro de nosotros. En una ocasión, cuando una devota se postró ante él y se agarró a sus pies diciendo: «Me estoy aferrando a los pies de mi *gurú*», él la miró tiernamente y dijo: «¿Son estos los pies del *gurú*?» Los pies del *gurú* son eso que está brillando siempre dentro de usted como “yo, yo”. Comprenda eso».

Por lo tanto, las palabras «Aquellas gentes maduras tomarán refugio a los pies de Dios» significan que se sumergirán amorosamente en la profundidad más íntima de su

propio ser, donde experimentarán a Dios como su propio sí mismo real. El único refugio o fortaleza verdadera que nos protegerá del miedo de la muerte y toda otra forma de miseria, es el núcleo más íntimo de nuestro ser, que es la morada real de Dios y que, siendo el fundamento que subyace a y sostiene la mente y todo lo conocido por ella, es descrito figurativamente como sus «pies».

En la segunda sentencia de este verso, Sri Ramana dice: «Por su entrega, ellos experimentan la muerte» La muerte que previamente temían era la muerte de su cuerpo, pero cuando el temor de esa muerte les empuja a tomar refugio a los «pies de Dios», ellos experimentan una muerte de un tipo enteramente diferente. Es decir, cuando tomen refugio a los «pies de Dios» sumergiéndose dentro de la profundidad más íntima de su propio ser, experimentarán la claridad absoluta de auto-consciencia inadulterada, que tragará su mente lo mismo que la luz traga la oscuridad.

La mente o sí mismo individual finito es una imaginación —una forma de consciencia falsa que se experimenta a sí misma como un cuerpo, que es una de sus propias creaciones imaginarias. Nos imaginamos ser esta mente debido solo a que ignoramos o no prestamos atención a nuestro ser verdadero y esencial. Si supiéramos qué somos realmente, no podríamos tomarnos erróneamente por ninguna otra cosa. Por consiguiente, puesto que la mente ha venido a la existencia debido a la auto-ignorancia imaginaria, será destruida por la experiencia del auto-conocimiento verdadero.

Por lo tanto, cuando nos sumerjamos dentro de nuestro «corazón», el núcleo más íntimo de nuestro ser, donde la auto-consciencia verdadera brilla libre de todos los adjuntos, todos los pensamientos, todas las imaginaciones, toda la dualidad y todas las formas de limitación, la mente desaparecerá en la claridad absoluta de esa auto-consciencia pura, lo mismo que una serpiente imaginaria desaparecerá cuando veamos claramente que lo que tomamos erróneamente por esa serpiente, es de hecho solo una cuerda. Debido a que la mente es un conocimiento falso sobre nosotros —una imaginación de que somos un cuerpo material— la experiencia del auto-conocimiento verdadero revelará que ella es irreal.

Por lo tanto, la muerte que experimentaremos cuando entreguemos el sí mismo individual falso en la claridad absoluta del auto-conocimiento verdadero, que brilla siempre en el núcleo más íntimo de nuestro ser, es la muerte de la mente. La muerte del cuerpo no es una muerte verdadera, debido a que cuando el cuerpo muera, la mente creará para sí misma otro cuerpo por su poder de imaginación. Mientras la mente sobreviva, continuará creando así, para sí misma, un cuerpo tras otro. Por consiguiente la única muerte verdadera es la muerte de la mente.

Sin embargo, aunque la experiencia del auto-conocimiento verdadero es descrita figurativamente como la muerte o destrucción de la mente, no debemos imaginar que esto implica que la mente haya existido nunca realmente. La muerte de la mente es como la «muerte» de una serpiente que imaginamos ver en la débil luz de la noche. A la mañana, cuando el sol surja, esa serpiente imaginaria desaparecerá, debido a que veremos clara-

mente que de hecho ella es solo una cuerda. Similarmente, en la clara luz del auto-conocimiento verdadero, la mente desaparecerá, debido a que reconoceremos claramente que ella es de hecho solo la consciencia infinita y no-dual de nuestro ser esencial.

De la misma manera que la serpiente no muere realmente, debido a que nunca ha existido efectivamente, así también la mente no muere realmente, debido a que ella nunca ha existido efectivamente. Su muerte es real solo en relación a su aparente existencia presente. Por lo tanto, aunque en términos figurativos, la experiencia del auto-conocimiento verdadero puede ser descrita como la muerte del sí mismo irreal y como el nacimiento de nuestro sí mismo real, en realidad es el estado en el que sabemos que solo nuestro sí mismo real existe, que ha existido siempre, y que la mente o sí mismo irreal nunca ha existido verdaderamente.

En la tercera y última sentencia de este verso, Sri Ramana dice: «¿Se aproximarán aquellos que son sin-muerte al pensamiento de la muerte?» Aquí la palabra *savadavar*, que significa «aquellos que no mueren» o «aquellos que son sin-muerte», denota a aquellos que se han entregado enteramente a Dios, muriendo con ello como su mente o sí mismo mortal, y deviniendo así uno con el espíritu inmortal, la auto-consciencia infinita y eterna «yo soy», que es el ser verdadero y esencial tanto de Dios como de nosotros.

La pregunta retórica «¿se aproximarán ellos al pensamiento de la muerte?» es una manera idiomática de decir que ellos nunca experimentarán de nuevo ningún pensamiento de muerte. La muerte es solo un pensamiento, como también lo es el miedo de la muerte. Solo podemos pensar en la muerte y experimentar miedo de ella cuando nos imaginamos ser un cuerpo mortal.

Nuestro cuerpo, su nacimiento y su muerte son todos meros pensamientos o imaginaciones. Cuando imaginamos que somos este cuerpo, imaginamos acordemente que hemos nacido en algún tiempo en el pasado y que moriremos en algún tiempo en el futuro. ¿Quién o qué imagina todo esto? Solo la mente imagina estos y todos los otros pensamientos. Si la mente es real, estos pensamientos son también reales, pero si escudriñamos agudamente la mente para ver si es real, ella desaparecerá, y solo nuestro ser esencial auto-consciente permanecerá como la realidad eterna y sin-muerte.

La mente, que imagina la existencia del cuerpo, su nacimiento y su muerte, es ella misma un mero pensamiento o imaginación. Es un fantasma que solo viene a la existencia imaginándose ser un cuerpo mortal, y aunque desaparecerá cuando este cuerpo muera, de la misma manera que desaparece cada día en el sueño profundo, reaparecerá imaginándose ser algún otro cuerpo, de la misma manera que reaparece en un sueño o al despertar del sueño profundo. Ella misma morirá o desaparecerá permanentemente solo cuando la entreguemos en la claridad absoluta del auto-conocimiento verdadero.

Puesto que la muerte es un pensamiento, e incluso el pensador de la muerte es también un pensamiento, el verdadero estado de sin-muerte o inmortalidad es solo el estado libre de pensamiento del ser auto-consciente absolutamente claro —el estado en el que la mente pensante ha muerto. Cuando, por la auto-entrega completa, moremos perma-

nementemente en este estado sin-ego y libre de mente, de inmortalidad verdadera, nunca más seremos capaces de imaginar el pensamiento de la muerte o algún otro pensamiento.

Así pues, en este verso Sri Ramana describe tanto la meta como el medio para obtener esa meta. La meta es el estado de inmortalidad, en el que la mente pensante, temiente y deseante ha muerto, y el medio por el que podemos obtener ese objetivo es la auto-entrega completa, que solo podemos obtener sumergiéndonos dentro de nosotros y tomando refugio ahí en la realidad absoluta sin-nacimiento y sin-muerte, que es nuestro ser auto-consciente esencial «yo soy».

Como hemos estado viendo a lo largo de todo este capítulo, la esencia de la auto-investigación y de la auto-entrega es solo ser. Mientras nos sentimos estar pensando o haciendo algo, la atención no está enteramente focalizada en nuestro ser, y por lo tanto todavía no nos hemos entregado enteramente a Dios.

La esencia de toda la práctica espiritual puede ser resumida en dos palabras, «solo ser». Sin embargo, aunque estas dos palabras son la descripción más precisa posible del único medio por el que podemos obtener la experiencia infinitamente feliz del auto-conocimiento verdadero, la mayoría de nosotros somos incapaces de comprender su significación plena, y por lo tanto nos preguntamos cómo podemos solo ser.

Estamos tan acostumbrados a hacer, y a considerar que no podemos obtener nada sin hacer algo, que tendemos a pensar: «¿Qué debo hacer para solo ser?» Aunque hayamos comprendido que ser no es hacer nada, y que por lo tanto no podemos hacer nada para ser, seguiremos preguntándonos cómo podemos abstenernos de pensar o de hacer algo.

Para salvarnos de toda esta confusión, Sri Ramana nos dio una simple indicación para capacitarnos para ser sin hacer nada. Es decir, él nos enseñó que para ser sin hacer nada, todo lo que necesitamos «hacer» es focalizar la atención entera en nosotros, es decir, en nuestro ser esencial «yo soy». Aunque esta práctica de focalizar la atención en nuestro ser puede parecer un «hacer», el único «hacer» que implica efectivamente es la retirada de la atención de todas las otras cosas, debido a que una vez que la atención es así retirada y le es permitida establecerse en sí misma, todo «hacer» habrá cesado y solo permanecerá «ser».

Además, aunque esta retirada de la atención de todas las otras cosas hacia nuestro ser más íntimo puede parecer un «hacer» o acción, de hecho no es así, debido a que en la práctica es solo una submersión y cesación de toda actividad. Es decir, puesto que la mente solo surge y deviene activa prestando atención a otras cosas que a sí misma, cuando recoge su atención de vuelta hacia sí misma, se sumerge y toda su actividad o «hacer» cesa. Así pues, esta indicación de auto-atención que Sri Ramana nos ha dado, es un medio infalible por el que podemos hacer que la mente se sumerja en nuestro estado natural de solo ser.

Esta submersión de la mente en nuestro estado de ser natural, es lo que se conoce de otra manera como auto-entrega completa. La verdadera auto-entrega es una cesación consciente y voluntaria de toda actividad mental, y lo que permanece cuando todos nuestros pensamientos distraentes han sido sumergidos así, es la consciencia clara e imperturbada de nuestro ser verdadero. Por lo tanto, de la misma manera que la cualidad de auto-atento resulta automáticamente en auto-entrega, así también la auto-entrega resulta automáticamente en la cualidad de auto-atento, que es la verdadera práctica de la auto-investigación.

De hecho, aunque hablamos de auto-investigación y auto-entrega como si fueran dos prácticas diferentes, en realidad no es así, sino que son meramente dos aproximaciones aparentemente diferentes a la misma práctica, que es la práctica de solo ser —solo ser, es decir, con plena consciencia de nuestro ser. ¿Qué queremos decir exactamente cuando las describimos así como aproximaciones diferentes? Aunque en la práctica efectiva son una y la misma, difieren solo en su ser dos maneras diferentes de conceptualizar y describir la única práctica de solo ser.

Mientras la auto-investigación es la práctica de solo ser concebida en términos más estrictamente filosóficos, la auto-entrega es la misma práctica concebida en términos más devocionales. Sin embargo, esta distinción no es una distinción rígida, debido a que cuando se comprenden correctamente desde una perspectiva más profunda y amplia, la auto-investigación y la auto-entrega están basadas de hecho en la misma filosofía amplia y están motivadas por el mismo amor y devoción profundos.

Es solo en la visión de las gentes que tienen una comprensión superficial y estrecha de la filosofía y la devoción, y que por lo tanto las ven como puntos de vista fundamentalmente diferentes, donde esta distinción aparente existe. Sin embargo, si somos capaces de reconocer que la filosofía y la devoción sincera a la verdad absoluta son esencialmente la misma cosa, comprenderemos que no hay realmente ninguna diferencia entre auto-investigación y auto-entrega.

Por lo tanto, puesto que la auto-investigación y la auto-entrega son dos nombres dados a la misma práctica de ser auto-atento, consideremos ahora esta práctica o arte de ser en mayor profundidad.

CAPÍTULO 10

La Práctica del Arte de Ser

El arte de ser es la pericia de permanecer firmemente establecidos en el estado sin acción, y por lo tanto, libre de pensamiento, en el estado de ser auto-consciente perfectamente claro, que es el estado de auto-entrega absoluta y de auto-conocimiento verdadero.

Como cualquier otra pericia, el arte de ser es cultivado y perfeccionado por la práctica. Cuanto más lo practiquemos, más desarrollaremos la fuerza que requerimos para permanecer firmemente aplomados en la consciencia natural, libre de pensamiento, del propio ser esencial.

Cuánta práctica efectiva requerirá cada uno de nosotros para perfeccionar la pericia en este arte de ser, dependerá del grado relativo de la madurez actual de mente. En el caso de Sri Ramana, solo se requirió un momento de práctica, debido a que en ese tiempo su mente estaba ya perfectamente madura y por lo tanto dispuesta a entregarse y ser consumida en la luz refulgente de la auto-consciencia infinitamente clara. Sin embargo, la mayoría de nosotros no poseemos siquiera una fracción de tal madurez, de modo que para desarrollar este arte de ser requerimos una práctica larga y persistente.

¿Qué queremos decir cuando hablamos de madurez de mente? La mente estará espiritualmente madura cuando haya sido purificada o limpiada de todos sus deseos —todos sus agrados y desagradados, apegos, aversiones, miedos y demás— y cuando se haya desarrollado con ello la disposición y amor verdadero a entregarse por completo y sumergirse así apaciblemente en su propio ser o «soy»-dad auto-consciente esencial. Los deseos son los obstáculos que nos hacen reacios a entregarnos a nuestro ser infinito, y por lo tanto son la causa y la forma de la inmadurez para el auto-conocimiento.

¿Cómo podemos desarrollar la madurez espiritual que requerimos para ser capaces de entregarnos enteramente al estado de ser absoluto? Aunque hay muchos medios por los que podemos comenzar a cultivar tal madurez indirecta y gradualmente, al final, solo podemos perfeccionarla practicando el arte de ser. Todas las demás formas incontables de práctica espiritual —tales como el servicio desinteresado, devoción dualista, adoración ritual, repetición de un nombre de Dios, oración, meditación, diversas formas de auto-control interno y externo (incluyendo la importante virtud de *ahimsa* o «no-hacer daño», es decir, la evitación compasiva de causar cualquier forma de daño o sufrimiento a cualquier ser vivo), «ramas óctuples» del *yoga* y demás— son medios indirectos que pueden capacitarnos gradualmente para purificar la mente, limpiándola de las

formas más groseras de sus deseos y madurándola con ello, pero solo hasta un cierto punto.

Es decir, puesto que todas las prácticas espirituales otras que el arte de ser, implican una extroversión de la mente, una desviación de la atención fuera de nosotros hacia otro, ellas pueden capacitarnos para librarnos efectivamente solo de las formas más groseras de los deseos y apegos, pero no de las formas más sutiles. Hasta que y a menos que comencemos a practicar el arte de ser, manteniendo la atención fijada firme y exclusivamente en el propio ser esencial, como él mismo, no podremos obtener la claridad interna y focalizar eso que se requiere para detectar e impedir el surgimiento de la mente y sus deseos en su punto de comienzo mismo.

¿Cómo somos así capaces de detectar e impedir el surgimiento de la mente practicando el arte de ser? Cuando practicamos este arte, la atención está fijada en nuestro ser esencial auto-consciente, que es la fuente de la que surge la mente junto con todos sus deseos más sutiles, y mientras la atención permanezca así vigilante y firmemente fijada sobre, en y como su fuente, la mente será incapaz de surgir.

Sin embargo, siempre que debido a la más ligera relajación de la auto-atención vigilante permitimos que la atención fluctúe y sea distraída por cualquier pensamiento, con ello surgimos en la forma de la mente que piensa. Pero practicando repetidamente este arte de ser auto-atento, obtendremos la pericia para detectar cualquier relajación tal en la auto-atención vigilante en el momento mismo en que acontezca, y así seremos capaces de retomar la auto-atención instantáneamente y de impedir con ello el surgimiento de la mente en el momento mismo en que acontezca.

Cuanto más practiquemos este arte de ser, tanto más aguda, afilada y clara devendrá la auto-atención, y con ello la pericia en el arte de aplastar el surgimiento de la mente en su fuente misma, aumentará firmemente. Cada momento en que logremos impedir así vigilantemente el más mínimo surgimiento de la mente, los deseos que la llevan a surgir serán sostenidamente debilitados, y nuestro amor por permanecer apacibles en el estado natural de solo ser, será fortalecido proporcionalmente, hasta que por fin vencerá por completo a todos los deseos remanentes y muy debilitados, capacitándonos con ello para entregarnos por entero en la claridad infinita del auto-conocimiento verdadero.

Aparte de esta práctica de ser agudamente vigilante y auto-atento, no hay ningún medio adecuado por el que podamos debilitar y destruir todos los deseos, incluidos los deseos más sutiles y por lo tanto más poderosos. Todas las demás prácticas espirituales implican algún tipo de actividad de la mente, y mientras ella esté activa, estará guardando y protegiendo efectivamente todos sus deseos más íntimos, incluido su deseo fundamental de existir como una consciencia individual separada. Al involucrar a la mente en cualquier actividad, no podemos destruir su deseo básico de auto-preservación, y mientras retenga este deseo básico, continuaremos sosteniéndola y alimentándola cultivando otros deseos.

Es decir, el deseo de auto-preservación de la mente, que es satisfecho y sostenido por todas las formas de práctica espiritual a excepción del arte totalmente auto-negador de ser vigilantemente auto-atento, no puede sostenerse por sí mismo, sino que debe estar acompañado por un deseo u otro de algo excepto de sí mismo. Esta necesidad es satisfecha por cualquier otra forma de práctica espiritual, debido a que todas esas prácticas, proporcionan a la mente algo distinto de ella misma a lo que prestar atención —de hecho, fuerzan a la mente a prestar atención a algo distinto de sí misma. Por lo tanto, ninguna práctica tal puede enseñar a la mente a abandonar todos los deseos, particularmente el deseo de preservar su propia existencia separada.

Algunas otras prácticas espirituales, fuerzan a la mente a sumergirse, pero tal sumersión es solo temporal, debido a que no está acompañada por la auto-atención clara. Por lo tanto, en el párrafo ocho de *Nan Yar?*, Sri Ramana dice:

Para hacer que la mente se sumerja [permanentemente], no hay ningún medio adecuado otro que *vichara* [investigación, es decir, el arte de ser auto-atento]. Si es controlada por otros medios, la mente permanecerá como si estuviera sumergida, [pero] emergerá de nuevo. Por el *pranayama* [control de la respiración], la mente se sumergirá; sin embargo, [aunque] la mente permanezca sumergida mientras la respiración permanece sumergida, cuando la respiración emerja [o devenga manifiesta] ella también emergerá y vagará errante bajo el dominio de [sus] *vasanas* [inclinaciones, impulsos o deseos]. El lugar de nacimiento tanto de la mente como del *prana* [la respiración o fuerza vital] es uno. Solo el pensamiento es la *svarupa* [la «forma propia»] de la mente. Solo el pensamiento «yo» es el primer pensamiento [o pensamiento básico] de la mente; solo él es el ego. De donde surge el ego, solo de ahí surge también la respiración. Por lo tanto, cuando la mente se sumerge, el *prana* también [se sumerge], [y] cuando el *prana* se sumerge, la mente también se sumerge. Sin embargo, en el sueño profundo, aunque la mente se haya sumergido, la respiración no se sumerge. Está dispuesto así por el ordenamiento de Dios con el propósito de proteger al cuerpo, y para que otras gentes no se pregunten si el cuerpo ha muerto. Cuando la mente se sumerge en la vigilia y en *samadhi* [cualquiera de los distintos tipos de absorción mental que resultan del *yoga* u otras formas de práctica espiritual], el *prana* se sumerge. Se dice que el *prana* es la forma grosera de la mente. Hasta el tiempo de la muerte, la mente mantiene el *prana* en el cuerpo, y en el momento en que el cuerpo muere, ella [la mente] lo toma y se lo lleva [el *prana*]. Por lo tanto, el *pranayama* es solo una ayuda para controlar la mente, pero no efectuará *mano-nasa* [la aniquilación de la mente].

Antes de continuar discutiendo la eficacia de otras formas de práctica espiritual, Sri Ramana comienza este párrafo exponiendo la importante verdad de que «Para hacer que la mente se sumerja [permanentemente], no hay ningún medio adecuado otro que *vichara* [investigación]». ¿Por qué es esto así?

Puesto que el estado del auto-conocimiento verdadero, que es el único en el que la mente permanecerá sumergida permanentemente, es un estado de solo ser, no puede ser efectuado por ninguna acción o «hacer», sino solo por la práctica de solo ser. Puesto que *vichara* o investigación, que es simplemente la práctica de la auto-atención, no implica ninguna acción sino que es solo un estado de ser auto-consciente, y puesto que toda otra forma de práctica espiritual es una acción de un tipo u otro, *vichara* es la única práctica que nos capacitará para permanecer en el estado de ser eterno, infinito y absoluto, que es el estado del auto-conocimiento verdadero.

Esta misma verdad es expuesta también claramente por Sri Adi Sankara en el verso once de *Vivekachudamani*:

La acción [*karma*, que generalmente significa acción de cualquier tipo, pero que en este contexto significa específicamente cualquier acción que se haga por el beneficio espiritual] es [prescrita solo] para [obtener] *chitta-suddhi* [la purificación de la mente] y no para [obtener] *vastu-upalabdhi* [el conocimiento o la experiencia directa de la realidad, la sustancia o esencia verdadera, que es ser absoluto]. La obtención de [esta experiencia de] la realidad [solo puede ser obtenida] por *vichara* y no por diez millones de acciones.

Es decir, excepto *vastu-vichara*, investigación o escrutinio del ser o realidad esencial, todas las prácticas espirituales son acciones, y como tal solo pueden servir para purificar la mente y con ello hacerla apta para sumergirse y quedar permanentemente en nuestro ser esencial o *vastu*. Sin embargo, aunque pueden purificar la mente hasta un cierto punto, por sí mismas no pueden capacitarnos para experimentar nuestro ser verdadero como es realmente. Para experimentar un conocimiento absolutamente claro de nuestro ser, debemos abandonar todas las acciones u «obras» y cultivar amor perfectamente puro de solo ser, lo cual solo podemos hacerlo por *vichara*, la práctica de ser auto-atento.

Por lo tanto, al discutir la eficacia de otras formas de práctica espiritual en los párrafos ocho y nueve de *Nan Yar?*, Sri Ramana enfatiza repetidamente que todas ellas son solo ayudas que pueden prepararnos para la práctica de *vichara* o ser auto-atento, pero que por sí mismas no pueden efectuar *mano-nasa*, la aniquilación completa de la mente, que es el estado del auto-conocimiento verdadero o ser auto-consciente absoluto.

Debido a que el propósito de Sri Ramana en el párrafo ocho es explicar el valor limitado del *pranayama* o control de la respiración, que es una de las prácticas centrales del *yoga*, él explica el principio que subyace al *pranayama* en términos de la filosofía del *yoga*. Por lo tanto, es solo desde el punto de vista de la filosofía del *yoga* que él dice que la respiración no se sumerge en el sueño profundo, que Dios lo ha dispuesto así para proteger el cuerpo, y que la mente se lleva el *prana* en el momento de la muerte.

Sin embargo, desde el punto de vista de sus enseñanzas principales, debemos comprender que todo esto es solo relativamente verdadero, y está basado en la creencia falsa

muy apreciada por la mayoría de nosotros de que el cuerpo y el mundo existen independientes de la mente. De acuerdo a la verdad revelada y explicada por él en incontables ocasiones, el cuerpo y el mundo existen solo en la imaginación de nuestra mente, lo mismo que el cuerpo y el mundo que experimentamos en un sueño, y, por consiguiente, cuando la mente se sumerge en el sueño profundo o en la muerte, no solo se sumerge y se desvanece junto con ella nuestra respiración o fuerza vital, sino que incluso nuestro cuerpo deja de existir.

El significado central de este párrafo es la verdad que es expuesta en las dos primeras sentencias. La mente solo se sumergirá para siempre permaneciendo firmemente fijada en el estado de ser auto-atento, debido a que solo en ese estado será revelada la verdad de que la mente es verdaderamente no-existente siempre. Si en lugar de practicar el arte de permanecer así fijada en ese estado de ser auto-atento, tratamos de hacer que la mente se sumerja por *pranayama* o cualquier otro medio, ella permanecerá como si estuviera sumergida por un breve periodo, como lo hace en el sueño profundo, pero surgirá y vagará errante de nuevo bajo el dominio de sus impulsiones o deseos profundamente enraizados, que no son más debilitados por tal sumersión inatenta de lo que lo son en el sueño profundo.

Como el *pranayama* todas las otras formas de práctica espiritual, excepto el arte de ser auto-atento, son meramente ayudas que nos capacitan para controlar la mente temporalmente, pero que por sí mismas no pueden capacitarnos para destruirla. Solo podemos destruir con seguridad nuestra mente permaneciendo en nuestro estado natural de ser auto-atento perfectamente claro, y no por ningún otro medio cualquiera que sea.

Esta verdad, que fue declarada explícitamente por Sri Ramana en las dos primeras sentencias del párrafo ocho de *Nan Yar?*, es aún más enfatizada por él con algunos ejemplos más en el párrafo nueve:

De la misma manera que el *pranayama*, la *murti-dhyana* [la meditación en una forma de Dios], el *mantra-japa* [la repetición de palabras sagradas tales como un nombre de Dios] y el *ahara-niyama* [la restricción de la dieta, particularmente la restricción de consumir solo comida vegetariana] son [solo] ayudas que controlan la mente [pero no efectúan su aniquilación]. Tanto por la *murti-dhyana* como por el *mantra-japa*, la mente obtiene agudeza [o concentración]. De la misma manera que, si [alguien] pone una cadena en la trompa de un elefante, que siempre se está moviendo [balanceándose tratando de agarrar una cosa u otra], ese elefante procede a aferrarse a ella firmemente sin [agarrar ni] aferrarse a nada más, así también ciertamente la mente, que está siempre moviéndose [vagando errante pensando en una cosa u otra], si es entrenada en [la práctica de pensar en] cualquier nombre o forma [particular] [de Dios], permanece aferrada firmemente a él [sin pensar innecesariamente en nada más]. Debido a que la mente se derrama [esparciendo su energía] en pensamientos innumerables, cada pensamiento deviene extremadamente débil. Para la

mente que ha obtenido agudeza cuando los pensamientos se reducen y se reducen [es decir, que ha obtenido agudeza debido a la reducción progresiva de sus pensamientos] y que con ello ha obtenido fuerza, *atma-vichara* [la auto-investigación, que es el arte de ser auto-atento] es logrado fácilmente. Por el *mita sattvika ahara-niyama* [el control de consumir solo una cantidad moderada de alimento puro o *sattvika*], que es la mejor entre todas las restricciones, el *sattva-guna* [la cualidad de la calma, claridad o «sei-dad»] de la mente aumenta y [con ello] surge la ayuda para la auto-investigación.

Tanto la *murti-dhyana* como el *mantra-japa* son prácticas de la vía de la devoción dualista, y, por consiguiente, son eficaces en la medida en que son practicadas con amor genuino por Dios. Si tratamos de practicar cualquiera de ellas sin amor verdadero, la mente vagará constantemente hacia otros pensamientos debido a la fuerza de su deseo por lo que quiera que le acontezca pensar, y, por consiguiente, será incapaz de concentrarla enteramente en cualquier nombre o forma de Dios. Por lo tanto, cuando Sri Ramana dice que practicando la *murti-dhyana* o el *mantra-japa* la mente obtendrá agudeza, el significado que implica es que el amor por Dios devendrá focalizado y concentrado. Al concentrar así nuestro amor y atención en cualquier nombre o forma particular de Dios, el deseo de pensar otros pensamientos será debilitado, y nuestro amor de pensar en Dios ganará fuerza con ello. Una vez que la mente ha obtenido esta fuerza de amor concentrado a Dios, será capaz de practicar el arte de ser auto-atento fácilmente.

Puesto que nuestro amor por Dios no puede ser completo hasta que nos entreguemos enteramente a él, cualquier devoto que intente sinceramente pensar en Dios constantemente, desarrollará naturalmente un anhelo de entregarse enteramente a él. Para entregarnos así, debemos permanecer sin hacer ni pensar nada, sino simplemente siendo calma y apaciblemente conscientes de la presencia omniabarcante de Dios.

Puesto que Dios es la totalidad o plenitud infinita de ser, y puesto que él está por lo tanto presente en cada uno de nosotros como nuestro ser esencial, «yo soy», entregarnos a él no es nada más que entregarnos enteramente a ser. En otras palabras, es solo estar sumisa y firmemente establecidos en el estado de ser profundamente auto-attentos y por lo tanto libres de pensamiento, que es el verdadero estado de *atma-vichara* o «auto-investigación». Practicar este arte de ser auto-atento es también por lo tanto el estado verdadero de «practicar la presencia de Dios», y para una mente que ha desarrollado el amor de pensar en Dios constante y concentradamente, obtener este estado de *atma-vichara* o ser auto-atento será fácil y natural.

Por lo tanto, aunque la meditación en un nombre o forma de Dios es una actividad mental y por lo tanto no es en sí misma el estado en el que la mente se ha sumergido en ser, si se practica con amor verdadero y sincero, tal meditación puede ser una gran ayuda para llevar a la mente al estado de madurez espiritual en el que estará genuinamente dispuesta a entregarse enteramente en el estado apacible y omniconsumiente de ser auto-atento.

Mientras la práctica del *pranayama* o control de la respiración nos capacitará para obtener meramente un estado temporal de sumersión mental, la práctica de meditar con amor en un nombre o forma de Dios, nos capacitará para obtener el estado de amor entregado a Dios y la consecuente libertad de otros deseos, que es el estado de mente que requerimos para ser capaces de permanecer firmemente establecidos en nuestro estado natural de ser auto-atentos. Sin embargo, lo mismo que la actividad mental de meditar en un nombre o forma de Dios, si es practicada con amor verdadero, deviene una ayuda que prepara la mente para la práctica de la auto-investigación o ser auto-atento, así también el *pranayama*, si es practicado con la actitud correcta, puede devenir también una ayuda que prepara la mente para la práctica de la auto-investigación.

¿Cuál es la actitud correcta con la que una persona debe practicar el *pranayama*? Es la comprensión de que obtener un estado de sumersión temporal de la mente como el sueño profundo no es una meta válida, debido a que no puede capacitarnos para debilitar nuestros deseos, y que por lo tanto un beneficio espiritual verdadero solo puede ser obtenido practicando *pranayama* si, antes de permitir que la mente se sumerja en un estado tal de suspensión como de sueño profundo, usamos la calma de la mente provocada por el *pranayama* para retirar la atención de la respiración y fijarla en lugar de ello en nuestro ser auto-consciente simple.

Es decir, como un medio para calmar la mente, que usualmente está agitada por muchos otros pensamientos, el *pranayama* puede darnos un espacio relativamente libre de pensamiento en el que podemos practicar el arte de ser auto-atentos con un mínimo de distracción. Sin embargo, esta ayuda que puede ser proporcionada potencialmente por el *pranayama* es verdaderamente innecesaria, debido a que nosotros solo podemos permanecer en el estado de ser auto-atento si tenemos amor genuino por él, y si tenemos amor genuino por él permaneceremos en él sin esfuerzo sin la necesidad de ninguna ayuda externa tal como el *pranayama* para calmar la mente. Además, debido a que el espacio relativamente libre de pensamiento proporcionado por el *pranayama* es producido por un medio artificial y no por una reducción en la fuerza de nuestros deseos, si tratamos de hacer uso de ese espacio retirando la atención de la respiración y fijándola en lugar de ello en el propio ser auto-consciente, es muy probable que experimentemos un poderoso impulso a pensar en algo más tan pronto como tratemos de prestar atención a nuestro ser.

Por lo tanto, si realmente queremos hacer otra cosa que auto-investigación con la esperanza de que nos ayude finalmente a practicar auto-investigación, tratar de meditar con amor en un nombre o forma de Dios, es un camino a seguir mucho más seguro y beneficioso que el *pranayama*. Sin embargo, si comprendemos verdaderamente que Dios está siempre presente dentro de nosotros como el propio ser esencial auto-consciente, ¿por qué debemos esforzarnos en prestar atención a nada más, en lugar de tratar simplemente de estar como mejor podamos constantemente atentos al propio ser?

La otra ayuda a la auto-investigación que Sri Ramana menciona en el párrafo nueve de *Nan Yar?* es *mita sattvika ahara-niyama*. El término *ahara-niyama* significa «restricción del alimento», pero puesto que la palabra sánscrita *ahara* significa etimológicamente procurar, ir a buscar o tomar, puede aplicarse no solo al alimento físico que ponemos en la boca, sino también al alimento sensorial que tomamos en la mente a través de los cinco sentidos. Por lo tanto, para mantener la mente en una condición que sea más favorable para los esfuerzos por cultivar la habilidad en el arte de ser auto-atento, debemos esforzarnos por todos los medios razonables en asegurar que tanto el alimento físico que introducimos en el cuerpo, como el alimento sensorial que introducimos en la mente, son de una cantidad y cualidad apropiada.

La cantidad y cualidad del alimento que debemos consumir, es descrita por Sri Ramana como *mita* y *sattvika*. La palabra *mita* se refiere a la cantidad de alimento que debemos consumir, y significa medido, limitado, frugal o moderado. La palabra *sattvika* se refiere a la cualidad del alimento que debemos consumir, y significa básicamente puro y sano, o más precisamente, dotado de la cualidad conocida como *sattva*, que significa literalmente «sei»-dad, «es»-dad, esencia o realidad, y que por extensión significa calma, claridad, pureza, sabiduría, bondad y virtud. La restricción o *niyama* de comer solo alimento *sattvika*, significa abstenerse de todos los tipos de alimento no-*sattvika*, que incluye toda la carne, pescado y huevos, todos los intoxicantes tales como el alcohol y el tabaco, y todas las otras sustancias que excitan las pasiones o turban la claridad de la mente de alguna manera.

Aunque los hindúes usualmente consideran los productos lácteos como *sattvika*, en la mayoría de los casos en la actualidad esto ya no es así, debido a que la industria láctea moderna está basada en las prácticas crueles y explotadoras de las granjas factorías. Incluso la leche que es producida por medios menos crueles, tales como las granjas orgánicas, no está enteramente limpia de crueldad, debido a que se obtiene de vacas que han sido criadas para producir cantidades de leche innaturales y por lo tanto básicamente insanas, y debido a que el destino usual de las vacas lecheras y sus terneros es terminar su vida siendo matados por su carne, su piel o ambos.

Puesto que uno de los principios importantes que subyace a la observancia de consumir solo alimento *sattvika* es *ahimsa*, el principio compasivo de «no hacer daño» o evitar causar sufrimiento a cualquier ser vivo, cualquier alimento cuya producción implique o esté asociada con el sufrimiento de cualquier ser humano u otra criatura, debe ser considerado como no *sattvika*. En nuestras circunstancias presentes de hoy en día, por lo tanto, el único alimento que puede ser considerado verdaderamente como *sattvika*, es ese que es producido orgánicamente, comercializado honestamente y sobre todo vegetariano.

Además del principio importante y moralmente imperativo de *ahimsa*, otra razón importante para cuidar el alimento que comemos, es que el efecto que tiene ese alimento sobre la mente es extremadamente sutil. Si el alimento ha sido producido a través del

sufrimiento de cualquier criatura, la influencia sutil de ese sufrimiento estará contenida en ese alimento, y afectará a la mente. Similarmente, si el alimento ha sido manipulado, procesado o cocinado por una persona con pensamientos infelices o negativos en su mente, la influencia sutil de tales pensamientos estará contenida en ese alimento. Por lo tanto, generalmente se recomienda que un aspirante espiritual coma solo en la medida de lo posible alimento que esté crudo o que haya sido cocinado recientemente con ingredientes crudos o mínimamente procesados por una persona en un estado de ánimo feliz y con pensamientos buenos, dulces y amables en su mente, debido a que la bondad y el amor son los ingredientes *sattvika* más importantes que pueden ser añadidos al alimento.

Respecto al «alimento» que introducimos en la mente a través de nuestros cinco sentidos, debemos evitar en la medida de lo posible prestar atención a ningún objeto de los sentidos que excite pasión, avaricia, lujuria, ira, envidia o cualesquiera otros pensamientos y emociones indeseables tales. Aunque no siempre podemos evitar estar expuestos a visiones y sonidos indeseables, debemos tratar de mantener tal exposición en un mínimo. Además, no solo debemos tratar de ver y escuchar solo visiones y sonidos *sattvika*, sino que también debemos restringir la cantidad de las percepciones sensoriales a un *mita* o nivel moderado. En otras palabras, debemos evitar el hábito de bombardear constantemente los sentidos con estimulación innecesaria, que con toda la tecnología moderna está tan abundantemente disponible para nosotros.

¿Qué tiene que ver todo esto exactamente con practicar el arte del ser auto-atento? Para que seamos capaces de permanecer firmemente establecidos en el estado extremadamente sutil de ser auto-atento, es esencial que restrinjamos los deseos y pasiones, que reduzcamos la cantidad y vigor de los pensamientos, y que cultivemos una actitud de mente contenta, calma y apacible. Tales carencia de deseos, contento, calma y paz, son cualidades que en sánscrito se describen como *sattva-guna* o la cualidad de «sei-dad», que es la original y natural de la consciencia esencial «yo soy».

Aunque esta cualidad de *sattva* o «sei-dad» es la cualidad básica que siempre subyace a la consciencia finita que llamamos «mente», la actividad mental tiende a nublarla y oscurecerla. Por lo tanto, además de esta cualidad básica, hay siempre otras dos que funcionan y compiten en la mente, a saber: *rajo-guna*, la cualidad disipadora de *rajas*, pasión, emoción, desasosiego, agitación y actividad, y *tamo-guna*, la cualidad oscurecedora de *tamas*, oscuridad, torpor, engaño, ignorancia, insensibilidad, inhumanidad, crueldad, mezquindad, egoísmo, orgullo y emociones más bajas tales como ira, avaricia y lujuria. Mientras *sattva* es la cualidad natural de nuestro ser esencial o *sat*, *rajas* y *tamas* son las cualidades respectivas de los dos aspectos básicos del poder de auto-engaño o *maya*, siendo el primero la cualidad del poder de disipación o *vikshepa sakti*, y el segundo la cualidad del poder de oscurecimiento o *avarana sakti*.

La mente está compuesta de una mezcla de estas tres cualidades, pero en proporciones siempre variables. Mientras exista, cada una de ellas estará siempre presente en ella

en un grado mayor o menor, y a lo largo de los estados de vigilia y sueño con sueños estarán compitiendo por dominarla. En cualquier tiempo dado, una o más de ellas predominará, y su predominio relativo influenciará la capacidad para estar vigilantemente atentos al ser esencial, la consciencia «yo soy».

Para que seamos capaces de permanecer calmada y agudamente atentos al ser auto-consciente verdadero pero extremadamente sutil, la cualidad de *sattva* o «sei-dad», debe predominar en la mente, dominando y suprimiendo las otras dos cualidades. Mientras una o ambas de las otras dos cualidades predomine, la mente carecerá de la claridad y calma que se requiere para que seamos capaces de permanecer agudamente auto-atentos.

Sri Ramana solía ilustrar esto por medio de dos símiles. De la misma manera que seríamos incapaces de separar las fibras extremadamente finas de una tela de seda usando una barra de hierro gruesa y pesada, así también seremos incapaces de distinguir nuestro ser extremadamente sutil mientras la mente esté bajo el influjo de *tamas*, la cualidad densa y pesada de la oscuridad, insensibilidad y orgullo. Igualmente, de la misma manera que seríamos incapaces de encontrar un objeto extremadamente pequeño en la oscuridad usando una lámpara que está parpadeando en un fuerte viento, así también seremos incapaces de discernir nuestro ser extremadamente sutil e inmóvil mientras la mente esté bajo el influjo de *rajas*, la cualidad disipadora y distraedora de la pasión y la actividad inagotable. Por lo tanto, para estar firme y establemente establecidos en nuestro estado natural de ser auto-atento claro y constante, debemos hacer todo esfuerzo posible para cultivar y mantener un predominio de *sattva* en la mente.

Puesto que la cualidad de la mente es fuertemente influenciada por la cualidad del alimento físico que comemos, Sri Ramana dice que consumiendo solo cantidades moderadas de alimento *sattvika*, la cualidad *sattvika* de la mente aumentará, y esto nos ayudará en nuestra práctica de auto-investigación. Para cultivar esta cualidad *sattvika*, no debemos consumir solo alimento *sattvika*, sino que también debemos consumir tal alimento solo en cantidades moderadas, debido a que si comemos una cantidad excesiva incluso del alimento más *sattvika*, tendrá un efecto entorpecedor sobre la mente.

Mientras podemos dispensarnos de la mayoría de las otras ayudas, tales como el *pranayama*, la *murti-dhyana* y el *mantra-japa*, observar esta restricción sobre la cantidad y cualidad del alimento que consumimos, es una ayuda de la que no debemos dispensarnos nunca en la medida de lo posible, debido a que mientras otras ayudas distraen la mente del objetivo central de practicar el arte de ser auto-atento, esta restricción sobre la naturaleza y la cantidad del alimento no es una distracción y solo puede ayudarnos en la práctica.

Si el arte de ser auto-atento fuera realmente difícil, requeriríamos de ayudas tales como el *pranayama*, la *murti-dhyana* y el *mantra-japa* para practicarlo, pero en realidad no lo es. De hecho, es la cosa más fácil de todas, debido a que mientras todos los demás es-

fuerzos que hacemos son innaturales a nosotros, ser auto-atento es el estado natural y verdaderamente no requiere ningún esfuerzo. El esfuerzo parece ser necesario solo porque tenemos una inclinación mayor a prestar atención a otras cosas que a permanecer atentamente en el propio ser.

El deseo de y el apego a otras cosas que nosotros, nos hace reacios a dejar ir todo y permanecer calmos, desapegados y constantes en el estado natural libre de pensamiento de ser auto-atento, y la renuencia a permanecer así lo hace parecer difícil. Sin embargo, en sí mismo, permanecer en este estado verdadero de ser auto-atento no es difícil. Por lo tanto, en el estribillo y sub-estribillo que él compuso para su canto *Anma-Viddai*, Sri Ramana canta:

¡Qué maravilla, *atma-vidya* [la ciencia y arte del auto-conocimiento] es [tan] extremadamente fácil! ¡Qué maravilla, extremadamente fácil!

[Nuestro] sí mismo [verdadero] es [tan] real incluso para las gentes ordinarias [iletradas], que [en comparación] incluso un fruto *amalaka* en [la] palma [de la mano] acaba [palideciendo en la insignificancia] como [si fuera] irreal.

La palabra sánscrita *vidya* significa básicamente «conocimiento», pero en el uso efectivo tiene un amplio campo de significados que incluye filosofía, ciencia, arte, aprendizaje o cualquier pericia práctica. Así pues, la palabra compuesta *atma-vidya*, que en tamil es modificada generalmente como *anma-viddai*, significa la ciencia y arte prácticos de conocer el propio sí mismo real o ser esencial.

La consciencia del propio ser «yo soy», que es el sí mismo verdadero, es el conocimiento primero y más básico, y, por consiguiente, es claramente real para nosotros en todos los tiempos, incluso antes de que aprendamos o comprendamos nada más. «Tan real como un fruto *amalaka* en la mano» es una manera idiomática de decir que algo es perfectamente claro y obvio, pero en comparación con nuestra consciencia absolutamente clara y real «yo soy», incluso la claridad y realidad de un fruto tal en nuestra mano palidece en la insignificancia completa. Cuando el sí mismo verdadero o ser esencial «yo soy» es tan real para cada uno de nosotros, la ciencia y arte de conocer y ser es extremadamente fácil —mucho más fácil que cualquier otra cosa imaginable.

Para conocer el sí mismo real, no necesitamos hacer nada. Debido a que somos la realidad que llamamos «sí mismo» o *atman*, no podemos conocernos como un objeto. Conocemos objetos por un acto de conocimiento, es decir, prestándoles atención. Este acto de prestar atención a un objeto es un movimiento de la atención fuera de nosotros hacia ese objeto, que imaginamos que es otro que nosotros. Debido a que el proceso de conocer algo otro que nosotros implica este movimiento de la atención, sacarla de su estado natural de reposo como la simple consciencia no-dual de ser, y dirigirla hacia fuera a algo que parece ser otro que nosotros mismos, es una acción o «hacer».

Sin embargo, no podemos conocernos a nosotros de esta misma manera, debido a que cualquier movimiento o acción de la atención la lleva fuera de nosotros. Por lo tanto, no nos podemos conocernos por ningún acto de conocimiento, ni por ningún otro tipo de «hacer».

Debido a que nuestro sí mismo real es ser auto-consciente perfectamente claro, solo podemos conocerlo siéndolo, y no «haciendo» algo. Siendo meramente auto-atentos, permanecemos naturalmente como nuestro ser auto-consciente, sin hacer nada. Por esto, puesto que este arte de ser auto-atento no implica siquiera la más mínima acción de la mente, habla o cuerpo, es el medio más fácil —y de hecho el único medio verdaderamente adecuado— para que experimentemos la felicidad infinita del auto-conocimiento verdadero.

Por consiguiente, en el verso 4 de *Anma-Viddai*, Sri Ramana canta:

Para desatar los lazos que comienzan con *karma* [es decir, los lazos de la acción, y de todo lo que resulta de la acción], [y] surgir [o revivir de] la ruina que comienza con el nacimiento [es decir, trascender y devenir libres de las miserias de la existencia incorporada, que comienza con el nacimiento y acaba con la muerte, solo para comenzar una vez más con el nacimiento en otro cuerpo creado por la mente], [mejor] que ninguna [otra] vía, esta vía [simple de ser auto-atento] es sumamente fácil. Cuando [nosotros] solo somos, habiéndonos establecido [calma y apaciblemente en perfecto reposo como nuestro simple ser auto-consciente] sin siquiera el más mínimo *karma* [acción] de la mente, el habla o el cuerpo, ¡ah!, en [nuestro] corazón [el núcleo más íntimo de nuestro ser] la luz del sí mismo [brilla claramente como la consciencia de ser no-dual «yo soy yo»]. [Habiendo con ello sumergido y perdido nuestro sí mismo individual en este estado perfecto, apacible e infinitamente claro del auto-conocimiento verdadero, descubrimos que es nuestra] experiencia eterna. El miedo no existe. Solo [permanece] el océano de felicidad [infinita].

Para obtener esta experiencia eterna de felicidad infinita, no necesitamos hacer nada con la mente, el habla o el cuerpo, sino que simplemente debemos sumergirnos y establecernos con calma en nuestro estado natural de ser auto-consciente perfectamente claro.

Las palabras que Sri Ramana usa aquí para describir este estado de solo ser son *summa amarndu irukka*. La palabra *irukka* es la forma infinitiva de la raíz verbal *iru*, que significa «ser», y se usa idiomáticamente en el sentido «cuando [nosotros] somos». La palabra *amarndu* es el participio pasado del verbo *amartal*, que significa morar, permanecer, estar establecido, devenir sereno, devenir calmo, devenir tranquilo, descansar, establecer o ser extinguido. Y el adverbio *summa* significa solo, simplemente, descansadamente, silentemente, tranquilamente, calmadamente, inmóvilmente, inactivamente, sin hacer nada, o en reposo y paz perfecta. Puesto que *summa* puede tomarse como calificativo tanto de *amarndu* como de *irukka*, la frase *summa amarndu irukka*

significa «cuando [nosotros] solo somos, habiéndonos establecido silente, calmada y apaciblemente en reposo perfecto».

El sentido de estas tres palabras, especialmente *summa*, es enfatizado además por las precedentes, que significan «sin siquiera la más mínima acción de la mente, el habla o el cuerpo». Por lo tanto, la práctica de *atma-vidya*, la ciencia y arte de conocer nuestro sí mismo real, es solo ser, sin siquiera la más mínima acción de la mente, el habla o el cuerpo —habiéndose sumergido y establecido la mente apacible en y como nuestro simple ser auto-consciente.

Esta práctica de «solo ser» o *summa iruppadu* es también explicada con claridad por Sri Ramana en el párrafo seis de *Nan Yar?*, donde él la define como «hacer [que la mente] se sumerja [se establezca, se funda, se disuelva, desaparezca, esté absorbida o perezca] en *atma-svarupa* [nuestro sí mismo esencial]». Por lo tanto, puesto que esta práctica de *atma-vidya* es solo ser siempre nuestro ser auto-consciente, y puesto que no implica ninguna acción de la mente, habla o cuerpo, ella es en verdad «extremadamente fácil», mucho más que cualquier otra «vía» o forma de práctica espiritual.

No obstante, debido a la densidad del engaño auto-impuesto o *maya*, y debido a la fuerza de los deseos resultantes, conocer y ser nuestro sí mismo real, en la visión de la mente parece ser difícil. Es decir, aunque el estado de ser auto-consciente absolutamente claro es verdaderamente nuestro estado natural, y aunque es siempre experimentado por nosotros como «yo soy», a la mente su claridad natural le parece estar nublada y oscurecida por pensamientos, que son impelidos por los deseos profundamente enraizados, y, por consiguiente, discernirle claramente en medio de todos estos pensamientos a la mente le parece ser difícil.

Esta dificultad aparente persistirá mientras la mente esté bajo el dominio de *maya* y sus *gunas* o «cualidades», *tamas* y *rajas*. Como vimos antes, tratar de focalizar la atención en nuestra consciencia esencial de ser cuando la mente está bajo el dominio del *tamo-guna*, la cualidad ensombrecedora de la oscuridad y la insensibilidad, es como tratar de separar los finos hilos de una tela de seda con la punta roma de una pesada barra de hierro, y tratar de hacerlo así cuando la mente está bajo el dominio del *rajo-guna*, la cualidad disipadora del desasosiego y la agitación, es como tratar de encontrar un pequeño objeto en la oscuridad con la ayuda de la luz parpadeante de una linterna zarrandeada por un fuerte viento. Por consiguiente, para aquellos de nosotros cuyo auto-engaño y deseos son fuertes, y en cuya mente predominan por tanto estos dos *gunas*, prestar atención con calma y permanecer como nuestra consciencia de ser esencial, no parecerá ser fácil.

Sin embargo, de la misma manera que la única forma de aprender a hablar es hablar, que la única forma de aprender a caminar es caminar, y que la única forma de aprender a leer es leer, así también la única forma de aprender el arte de prestar atención a y permanecer como nuestro ser puro auto-consciente, es practicar este arte. No importa cuán-

tas veces fracasen nuestros intentos, debemos perseverar intentándolo una y otra vez. Al hacerlo así, gradual pero firmemente obtendremos la pericia requerida para permanecer con firmeza como nuestro sí mismo real, la consciencia de ser verdadera y esencial, «yo soy».

La auto-permanencia, que es el arte de ser auto-atento, no es imposible para nadie. Todo lo que se necesita es esfuerzo persistente. Cada momento que estamos atentos a la consciencia natural del propio ser, «yo soy», por muy torpe e imperfecto que sea, la luz clara de tal auto-consciencia relativamente inadulterada, estará limpiando y purificando la mente, dispersando la oscuridad del *tamo-guna* y calmando la agitación del *rajo-guna*, y permitiendo con ello que la claridad natural del *sattva-guna* o «sei-dad» se manifieste.

Para expresar la misma verdad de otra manera, cuando practicamos el arte de ser auto-atento, la claridad de nuestra auto-atención, actúa como los rayos abrasadores del sol, secando todas las semillas del deseo en el corazón y haciéndolas de ese modo infértiles. Aunque la destrucción de estas semillas de nuestros deseos es la meta y propósito último de todas las formas de práctica espiritual, de hecho ellas solo pueden ser efectivamente destruidas —abrasadas y hechas infértiles— por la claridad de nuestra sei-dad auto-atenta y no por ningún otro medio.

Estas semillas —que en la filosofía del *vedanta* son llamadas *vasanas*, una palabra que es usualmente traducida como «tendencias» o «inclinaciones» mentales, pero cuyo sentido efectivo puede ser traducido mejor como «impulsiones» o «fuerzas motrices»— son lo que surge y se manifiesta en la mente como pensamientos. Puesto que su existencia misma es amenazada por la claridad de nuestra auto-permanencia o sei-dad auto-atenta, cuando tratamos de practicar permanecer en este estado de ser auto-atento, ellas surgen en rebelión, manifestándose en la mente como innumerables pensamientos de diversos tipos.

Cuando ellas se rebelan contra nuestra sei-dad auto-atenta de esta manera, la única forma de vencerlas es ignorarlas, manteniendo nuestra atención firmemente fijada en nuestro ser esencial, como explicó Sri Ramana en el siguiente pasaje del párrafo seis de *Nan Yar?*:

...Si otros pensamientos surgen, sin tratar de completarlos [nosotros] debemos investigar a quién le han acontecido. Por muchos pensamientos que surjan, ¿qué [importa]? Tan pronto como aparece cada pensamiento, si [nosotros] investigamos vigilantemente a quién ha acontecido, «a mí» será claro [es decir, nosotros nos acordaremos claramente de nosotros mismos, a quien acontece cada pensamiento]. Si [nosotros] investigamos [así] «¿quién soy yo?» [es decir, si volvemos nuestra atención hacia nosotros mismos y la mantenemos fijada firme y atentamente en nuestro ser auto-consciente esencial para descubrir qué es realmente este «mí»], [nuestra] mente vuelve a su lugar de nacimiento [el núcleo más íntimo de nuestro ser, que es

la fuente de la que surgió]; [y puesto que con ello nos abstenemos de prestarle atención] el pensamiento que había surgido también se sumerge. Cuando [nosotros] practicamos y practicamos de esta manera, para [nuestra] mente el poder de permanecer firmemente establecida en su lugar de nacimiento aumenta...

Ningún pensamiento puede surgir sin que lo pensemos. Por lo tanto, la manera fácil de que apartemos nuestra atención de cada pensamiento como y cuando surge, es recordar que ha acontecido solo a nosotros mismos. En lugar de permitirnos ser distraídos por cualquier pensamiento, si continuamos recordándonos vigilantemente solo a nosotros mismos, cada uno de nuestros pensamientos perecerá tan pronto como intente surgir, debido a que sin nuestra atención no puede sobrevivir.

Si devenimos no obstante momentáneamente distraídos por algún pensamiento, debemos apartar inmediatamente nuestra atención de él hacia nosotros mismos, recordando que ha acontecido solo «a mí». Tan pronto como recordemos este «mí» a quien ese pensamiento ha acontecido, nuestra atención volverá a su fuente, que es nuestra consciencia de ser, «yo soy».

Este proceso de llevar la atención hacia nuestro ser auto-consciente escudriñándonos a nosotros mismos agudamente en un intento de descubrir «¿quién soy yo a quien estos pensamientos han acontecido?» es lo que Sri Ramana describe cuando dice, «Si [nosotros] investigamos “¿quién soy yo?”, [nuestra] mente vuelve a su lugar de nacimiento». La mente es nuestro poder de atención, que deviene extrovertido pensando en otras cosas que nosotros mismos, y su lugar de nacimiento o fuente es nuestro ser —nuestra auto-consciencia básica y esencial «yo soy». Por lo tanto, cuando apartamos la mente de todos los pensamientos y la focalizamos exclusivamente en nuestro ser, estamos simplemente devolviéndola a su propio lugar de nacimiento, la fuente de la que había surgido.

La mente solo surge imaginando otras cosas que ella misma, y esas cosas imaginadas son sus pensamientos. Por lo tanto, cuando volvemos la mente o atención hacia nuestro ser esencial, ella es apartada de todos sus pensamientos imaginarios, y, por consiguiente, se sumerge en su fuente y permanece como mero ser auto-consciente. Cuando permanecemos así como ser en lugar de surgir como la mente pensante, todos los pensamientos son privados de nuestra atención, y puesto que ninguno de ellos puede existir sin que se la prestemos, Sri Ramana añade que cuando la mente se sumerge así en su lugar de nacimiento o fuente, «el pensamiento que había surgido también se sumerge».

Entonces él concluye diciendo, «Cuando [nosotros] practiquemos y practiquemos de esta manera, para [nuestra] mente el poder de permanecer firmemente establecida en su lugar de nacimiento» aumenta. Es decir, cuando practicamos repetidamente este arte de volver inmediatamente nuestra atención hacia su fuente, siempre que sea distraída, aunque sea lo más mínimo, por el surgimiento de algún pensamiento, la capacidad de la mente para permanecer firme y auto-atentamente establecida como mero ser aumentará.

Por lo tanto, la práctica repetida y persistente de este arte de ser auto-atento, es el único medio por el que podemos cultivar la capacidad y la fuerza de permanecer no-movidos por los pensamientos, y debilitar con ello y finalmente destruir todos nuestros *vasanas*, las semillas de los deseos que les dan surgimiento.

Este proceso gradual de fijar nuestra atención cada vez más firme en nuestro ser esencial auto-consciente, retirándola repetida y persistentemente de todos los pensamientos aparte de nosotros mismos, es claramente descrito por Sri Krishna en dos versos extremadamente importantes de la *Bhagavad Gita*, versos 25 y 26 del capítulo 6, que Sri Ramana ha traducido al tamil como versos 27 y 28 de *Bhagavad Gita Saram*, una selección que hizo él de cuarenta y dos versos de la *Bhagavad Gita* que expresan su *sara* o esencia:

Con [un] intelecto [un poder de discriminación o discernimiento] imbuido de firmeza [estabilidad, resolución, persistencia o coraje] uno debe retirar suave y gradualmente [su propia mente] de [toda] actividad. Habiendo hecho que la mente [de uno] permanezca firme en el *atman* [el propio sí mismo o ser esencial de uno], uno no debe pensar ni siquiera un poco [en nada, sea lo que sea].

Dondequiera que vaya la [siempre] vacilante e inestable mente, reteniéndola [o retirándola] de ahí, uno debe someterla [manteniéndola siempre firmemente fija] solo en el *atman* [el propio sí mismo real de uno].

Las palabras clave usadas aquí son *atma-samstham manah kritva*, que significan literalmente «habiendo hecho que la mente permanezca firme [o quieta] en sí misma», y por clara implicación deben ser aplicadas a cada una de las tres sentencias en estos dos versos. Es decir, debemos retirar suave y gradualmente la mente de toda actividad o pensamiento, haciéndola permanecer firme y quieta en nuestro sí mismo esencial, y haciéndola hecho permanecer así, debemos abstenernos de pensar en nada, sea lo que sea, y, si debido a nuestra falta de vigilancia, ella vaga errante de nuevo hacia algo, haciéndola permanecer firme una vez más en nuestro sí mismo esencial, debemos contener sus vagabundeos, retirándola de lo que quiera que esté pensando, y con ello sujetarla y hacerla sumergirse en nuestro sí mismo esencial.

¿Qué quiere decir exactamente Sri Krishna cuando dice que debemos hacer que la mente permanezca firme en el sí mismo o *atman*? La palabra *samstha* es la palabra *stha*, que significa literalmente «permanecer», calificada por el prefijo *sam*, que significa literalmente «con» o «junto con», pero que se usa para expresar no solo conjunción o unión, sino también intensidad, completud o totalidad. Así, *samstha* significa permanecer con, permanecer unido con, permanecer firme, permanecer inmóvil, permanecer fijo, o simplemente morando, permaneciendo o siendo firmemente. Por consiguiente, las palabras *atma-samshtam manah* denotan el estado en el que la mente está firme e ina-

moviblemente establecida en nuestro ser esencial, como él mismo, habiéndose sumergido y con ello fundido, unido y devenido conscientemente uno con él. Por lo tanto, lo que Sri Krishna implica claramente con estas palabras, es que debemos mantener la mente o atención entera fijada firmemente o focalizada agudamente en nuestro sí mismo real o ser esencial, y con ello debemos permanecer con firmeza en el estado de ser auto-atento claro.

Sin embargo, mientras que nuestros *vasanas* o deseos latentes no estén muy debilitados, la mente continuará siendo errante e inestable, y por lo tanto andaremos dispersos repetidamente hacia otras cosas que nosotros mismos. Cuando la mente está en una condición tal, no podemos forzarla contra su voluntad a permanecer calmada y apaciblemente en nuestro estado natural de ser auto-atento, y por esto practicando repetidamente este arte de ser firmemente auto-atenos, debemos entrenarla y cultivar en ella suave y gradualmente la disposición a retirarse de su actividad habitual de pensar en otras cosas que nosotros mismos.

Las palabras en el verso veinticinco que he traducido como «suave y gradualmente» son *sanaih sanaih*. Esta repetición de la palabra *sanaih*, que es un adverbio que significa «serenamente», «calmadamente», «suavemente», «gentilmente» o «gradualmente», transmite el sentido de que esta práctica de retirarse de toda actividad estableciendo la mente firmemente en nuestro ser, debe ser hecha no solo suavemente y sin ninguna fuerza o compulsión, sino también repetida y persistentemente.

Este mismo sentido es transmitido también en el verso siguiente. Es decir, siempre que y dondequiera que la mente pueda vagar, nosotros debemos practicar retenerla persistentemente, retirándola cada vez de los objetos que está pensando, y sumergirla estableciéndola firmemente en nuestro ser esencial.

Siempre que tengamos éxito en nuestros esfuerzos por establecer la mente así en nuestro sí mismo real o *atman*, nosotros debemos permanecer firmemente establecidos en ese estado de ser auto-atento, sin pensar lo más mínimo sobre ninguna otra cosa. Practicando este arte de retirar una y otra vez la mente o atención desde los pensamientos hacia nosotros mismos, gradual y eventualmente debilitaremos y destruiremos todos nuestros *vasanas* o deseos profundamente enraizados.

Este proceso de destruir nuestros *vasanas* tan pronto como surgen en la forma de pensamientos, es descrito por Sri Ramana con más detalle en los párrafos 10 y 11 de *Nan Yar?* En el párrafo diez él dice:

Aunque los *vishaya-vasanas* [las impulsiones o deseos latentes por prestar atención a cosas otras que nosotros mismos], que vienen desde tiempos inmemoriales, surgen [como pensamientos] en números incontables como olas en el océano, ellos son destruidos todos cuando *svarupa-dhyana* [la auto-atención] aumenta y aumenta. Sin dar espacio al pensamiento dubitativo, «¿Es posible disolver tantos *vasanas* y ser [o

permanecer] solo como sí mismo?, [nosotros] debemos aferrarnos tenazmente a la auto-atención. No importa cuán pecador pueda ser una persona, si en lugar de lamentarse y llorar, «¡Yo soy un pecador! ¿Cómo voy yo a ser salvado?», [él] rechaza completamente el pensamiento de que él es un pecador y es ardiente [o firme] en la auto-atención, ciertamente él es realizado [o transformado en la «forma» verdadera del ser auto-consciente libre de pensamiento].

Los *vasanas* o deseos latentes, que son las fuerzas motrices que nos impelen a pensar, y los pensamientos, que son sus formas manifiestas, no tienen ningún poder suyo propio. Derivan su poder solo de nosotros. Mientras les prestemos atención, estamos alimentándolos con el poder que es inherente a la atención.

Como solía decir Sri Sadhu Om, la atención es el poder de gracia divino, debido a que en esencia ella es la suprema *chit-sakti* o poder de consciencia, que es nuestro ser esencial y la realidad absoluta. La atención o consciencia es el poder que subyace, soporta y da vida a la imaginación, y como tal es el poder que crea este mundo entero de dualidad y multiplicidad.

Por lo tanto, a lo que quiera que prestemos atención, eso es alimentado y hecho aparentemente real. Los deseos y pensamientos parecen ser reales solo porque les prestamos atención, y, por consiguiente, el poder que ellos parecen tener se deriva solo de la atención. De la misma manera que la experiencia de un sueño parece ser real y tiene poder sobre nosotros solo mientras le prestamos atención, así también todos nuestros deseos y pensamientos parecen ser reales y tienen poder sobre nosotros, solo mientras les prestamos atención.

Por lo tanto, si fijamos la atención entera y exclusivamente en el propio ser esencial y con ello ignoramos todos los pensamientos que los *vasanas* o deseos latentes fuerzan a surgir, privaremos a esos deseos del poder que necesitan para sobrevivir, y que solo pueden obtener de la atención. Cuanto más les privemos así de la atención que buscan, más débiles devendrán, y con ello obtendremos un poder creciente para resistir al poder de atracción con el que hasta ahora nos han estado dominando.

Ésta es la razón por la que Sri Ramana dijo en el párrafo seis de *Nan Yar?*, «Cuando [nosotros] practicamos y practicamos de esta manera, para [nuestra] mente aumenta el poder de permanecer firmemente establecida en su lugar de nacimiento». Es decir, cuanto más practiquemos este arte de ser vigilantemente auto-atentos, ignorando firmemente todos los impulsos o deseos de pensar en nada más, más fuerza obtendremos para permanecer firmemente establecidos en nuestro ser auto-consciente siempre natural y claro.

Cuando la fuerza aumente así, todos los deseos o *vasanas* latentes serán progresivamente debilitados y eventualmente perderán el poder que ahora tienen para distraernos del estado natural de solo ser. Ésta es la razón por la que Sri Ramana dice que «todos ellos son destruidos cuando *svarupa-dhyana* [auto-atención] aumenta y aumenta», y por lo que dice que no debemos dar espacio por lo tanto al surgimiento de ningún tipo de

pensamiento, sino que en lugar de ello debemos «aferrarnos tenazmente a la auto-atención».

Cualquier pensamiento que podamos sentirnos impelidos a pensar, si nos aferramos tenazmente a la auto-atención, podemos debilitar inmediatamente no solo esa impulsión o *vasana* particular, sino también, simultáneamente, todas las impulsiones latentes a pensar cualquier otro, y con tenacidad continuada podemos eventualmente destruir completamente todos los impulsos o deseos latentes. Por lo tanto, si deseamos destruir verdaderamente todos nuestros deseos latentes y obtener con ello nuestro estado natural de auto-conocimiento verdadero, debemos ser extremadamente tenaces y persistentes en nuestra práctica de la auto-atención, que es el verdadero arte de ser.

¿Qué quiere decir Sri Ramana, en la práctica, con las palabras: «Sin dar espacio al pensamiento» cuando él dice aquí: «Sin dar espacio al pensamiento dubitativo de si es posible disolver tantos *vasanas* y ser solo como el sí mismo, nosotros debemos aferrarnos tenazmente a *svarupa-dhyana* [auto-atención]», y cuando él dice en el párrafo trece, «Sin dar siquiera el más mínimo espacio al surgimiento de ningún pensamiento excepto *atma-chintana* [el pensamiento del sí mismo], estar completamente absorbidos en *atma-nishtha* [auto-permanencia] es darnos a Dios»? No dar espacio al surgimiento de ningún otro pensamiento significa ignorarlos completamente, sin permitirles siquiera el más mínimo espacio dentro del campo de la atención o consciencia. ¿Pero para nosotros, cómo es posible en la práctica excluir todos los pensamientos de la consciencia? Para nosotros es posible hacerlo solo colmando nuestra atención o consciencia total y exclusivamente con el «pensamiento del sí mismo», *svarupa-dhyana* o *atma-chintana*, es decir, con auto-atención clara, aguda y vigilante.

Aunque Sri Ramana algunas veces se refería a la auto-atención como el «pensamiento del sí mismo», usando palabras que implican pensamientos tales como *dhyana* o *chintana*, él a menudo aclaró que de hecho es un estado de solo ser, y no un estado de «pensar» o de actividad mental. Por lo tanto, puesto que prestar atención a otra cosa que nosotros mismos es «pensar», y puesto que estar atento solo a nosotros mismos es un estado de no «pensar» sino de solo «ser», la auto-atención es el único medio práctico y efectivo por el que podemos excluir todos los pensamientos de nuestra consciencia.

En la última sentencia de este párrafo, Sri Ramana nos asegura que si nosotros somos ardientes o firmes en la auto-atención, ciertamente seremos «reformados» o «transformados». La palabra que he traducido como ardientes o firmes es *ukkam-ullavan*, que significa una persona que tiene *ukkam*, impulso, ardor, celo, fuerza, convicción firme y sinceridad. Así pues, en este contexto, la palabra *ukkam* implica la misma tenacidad y firmeza ardiente que se enfatiza con las palabras *vidappidiyay pidikka vendum*, que aparecen anteriormente en este párrafo y que he traducido como «debemos aferrarnos tenazmente a». Aferrarse firmemente a la auto-atención con tal tenacidad, celo, firmeza y perseverancia ardiente, es esencial si deseamos verdaderamente tener éxito en nuestros

esfuerzos por obtener la felicidad absoluta, que solo puede ser experimentada en el estado calmo y libre de pensamiento del auto-conocimiento verdadero.

La palabra final de este párrafo es *urupaduvan*, que significa etimológicamente «deviene formado» pero que se usa comúnmente en un sentido idiomático como «es elevado» o mejorado en cuerpo, mente o ética, y por consiguiente lo he traducido como «es reformado» o «es transformado». Sin embargo, puesto que la palabra *uru* o «forma» también puede denotar *svarupa*, nuestra «propia forma» o sí mismo esencial, en este contexto el significado implícito de *urupaduvan* no es meramente que nosotros «devenimos moralmente reformados» o que «somos transformados en una persona mejor», sino que somos transformados en nuestra «forma» verdadera y eterna, que es ser auto-consciente libre de pensamiento, infinito, omnitrascendente, absoluto y perfectamente claro.

En el párrafo once de *Nan Yar?* Sri Ramana continúa explicando más acerca de cómo la práctica del ser auto-atento nos capacita para destruir todos nuestros *vasanas* o deseos latentes de experimentar otras cosas que nosotros mismos:

Mientras los *vishaya-vasanas* [impulsiones o deseos latentes de prestar atención a algo aparte de nosotros mismos] existan en [nuestra] mente, es necesaria la indagación «¿quién soy yo?» En el momento en que surgen los pensamientos, inmediatamente es necesario [para nosotros] aniquilarlos a todos por la investigación [la auto-atención aguda y vigilante] en el lugar mismo del que surgen. Ser [morar o permanecer] sin prestar atención a [nada] otro [que nosotros mismos] es *vairagya* [desapasionamiento] o *nirasa* [no-deseación]; ser [morar o permanecer] sin dejar [separarse o apartarse de nuestro] sí mismo [real] es *jñana* [conocimiento]. En verdad [estos] dos [no-deseación y conocimiento verdadero] son solo uno. De la misma manera que un buscador de perlas, atando una piedra a su cintura y sumergiéndose, recoge una perla que yace en el océano, así también cada persona, sumergiéndose [debajo de la actividad superficial de su mente] y hundiéndose [profundamente] dentro de sí mismo con *vairagya* [libertad del deseo o pasión aparte de ser], puede obtener la perla del sí mismo. Si uno se aferra firmemente a *svarupa-smarana* [auto-recuerdo] ininterrumpido hasta que uno obtiene *svarupa* [el propio sí mismo esencial de uno], eso solo [es] suficiente. Mientras los enemigos estén dentro del fuerte, continuarán saliendo de él. Si [nosotros] continuamos destruyendo [o acabando] a todos ellos en el momento en que vienen, el fuerte [finalmente] viene a [nuestra] posesión.

La investigación o *vichara* «¿quién soy yo?» a la que Sri Ramana se refiere aquí, es la misma práctica de la auto-atención a la que él se refiere en el párrafo anterior como *svarupa-dhyana* o «meditación en la propia forma esencial de uno». Puesto que esta práctica de ser auto-atento es el único medio por el que nosotros podemos debilitar con

eficacia y eventualmente destruir todos nuestros *vasanas* o deseos latentes, es necesario que continuemos practicándola tenazmente hasta que todos ellos hayan sido erradicados completamente. Puesto que estos deseos latentes son las fuerzas motrices que nos impelen a pensar, mientras cualquier pensamiento —cualquier rastro de un conocimiento de algo otro que nuestro mero ser auto-consciente, «yo soy»— aparezca en nuestra consciencia, debemos perseverar tenazmente aferrándonos a la auto-atención aguda y vigilante.

Mientras continuemos siendo vigilantemente auto-atentos, estaremos aniquilando efectivamente cada pensamiento que intenta surgir. Debido a que nuestra aguda auto-atención no dará espacio para que surja ningún pensamiento, en el momento en que cualquier deseo latente intente surgir en la forma de un pensamiento, será inmediatamente aniquilado en el mismo momento y lugar en el que así intenta surgir.

El «lugar» o fuente en el que y del que surgen todos nuestros pensamientos, es nuestro ser o consciencia esencial «yo soy». Por la auto-atención, nosotros permanecemos en y como nuestro ser auto-consciente, y así cortamos cada pensamiento inmediatamente, tan pronto como comienza a surgir.

Sin embargo, si nuestra auto-vigilancia flaquea siquiera un ápice, con ello estaremos dando espacio al surgimiento de pensamientos, y, por consiguiente, ellos se precipitarán en gran número en un intento por distraer nuestra atención lejos de nuestro ser. Si somos atraídos por estos pensamientos y fracasamos por lo tanto en retomar nuestra auto-atención inmediatamente, ellos continuarán surgiendo con gran vigor y con ello nos dominarán, sometiéndonos una vez más al engaño de la dualidad.

Esta auto-negligencia, auto-olvido o flaqueza en la auto-atención natural es denominada en la filosofía del *vedanta* como *pramada*. Puesto que ella capacita al poder de *maya* o auto-engaño para dominarnos con los múltiples productos de la imaginación, comenzando con la individualidad ilusoria e incluyendo todos los deseos, los pensamientos y los objetos de este mundo, desde los tiempos antiguos los sabios han afirmado repetidamente la verdad de que tal auto-negligencia o *pramada* es la muerte. Es decir, cuando debido a la auto-negligencia caemos de la firme permanencia auto-atenta como ser, nos transformamos aparentemente en la consciencia individual finita e irreal que llamamos «mente», y con ello morimos en efecto al sí mismo real infinito.

Cuando triunfemos en nuestros intentos de aferrarnos tenazmente a la auto-atención, con ello evitaremos prestar atención a cualquier otra cosa, o en otras palabras, evitaremos imaginar o pensar en nada otro que nosotros mismos. Puesto que las fuerzas que nos impelen a imaginar y conocer cosas otras que nosotros mismos son nuestros deseos latentes, solo seremos capaces de abstenernos de prestar atención a cualquier otra cosa cuando evitemos el error fatal de sucumbir a la atracción engañosa de los objetos imaginarios de los deseos. Por lo tanto, siempre que permanezcamos sin prestar atención a nada otro que nosotros mismos, en ese momento estamos permaneciendo libres de todos

los deseos, y, por consiguiente, Sri Ramana dice, «Ser sin prestar atención a [nada] otro [que nosotros mismos] es *vairagya* [desapasionamiento] o *nirasa* [no-deseación]».

En este estado de ser auto-atento, en el que todo el conocimiento imaginario de otras cosas es enteramente excluido, todo lo que conocemos es la consciencia no-dual de ser, «yo soy». Puesto que (como hemos visto en capítulos anteriores) esta auto-consciencia no-dual «yo soy» es el único conocimiento verdadero, debido a que es el único conocimiento que no es finito o relativo, Sri Ramana dice: «Ser sin dejar [nuestro] sí mismo [real] [nuestro ser esencial auto-consciente, «yo soy»] es *jñana* [conocimiento]». Es decir, siempre que seamos capaces de ser sin dejar la adhesión firme y atenta al ser auto-consciente claro, natural y eterno, «yo soy», en ese momento estamos experimentando solo el único conocimiento verdadero, infinito y absoluto.

Puesto que no prestar atención a nada aparte de nosotros mismos y no abandonarnos son solo dos maneras alternativas de describir el estado natural de ser auto-atento libre de pensamiento, después de describir la no-deseación como «ser sin prestar atención a [nada] otro [que nosotros mismos]» y conocimiento verdadero como «ser sin dejarnos a nosotros mismos», Sri Ramana concluye diciendo: «En verdad [estos] dos son solo uno». Es decir, el único estado de no-deseación verdadero es el estado de auto-conocimiento verdadero. Puesto que este estado no es algo extraño a nosotros, sino que es solo el estado de ser natural y eterno, podemos comenzar a experimentarlo, incluso ahora, permaneciendo simple y firmemente vigilante como nuestro mero ser auto-atento.

Debido a que siempre sabemos «yo soy», la consciencia de ser está siempre presente. Sin embargo, debido al deseo de prestar atención a los pensamientos y objetos que hemos creado por nuestro poder de imaginación auto-engañoso, tendemos a ignorar o pasar por alto esta auto-consciencia fundamental.

Cuanto más fuertemente impelan los deseos a la mente o atención a fluir hacia los objetos de la imaginación, tanto más tenderemos a pasar por alto nuestro ser esencial auto-consciente. En otras palabras, cuanto más fuertes devengan nuestros deseos, tanto más densa crecerá la auto-ignorancia. A la inversa, cuanto más débiles devengan nuestros deseos, tanto más lustrosa y claramente brillará nuestra auto-consciencia o auto-conocimiento natural. En otras palabras, el grado de nuestra claridad de auto-consciencia es inversamente proporcional a la fuerza de nuestros deseos y la consecuente densidad de nuestros pensamientos o actividades mentales.

Por lo tanto, la auto-consciencia —o auto-atención, como la llamamos cuando la practicamos como un ejercicio espiritual— no es algo que sea blanco o negro. Es decir, no es una cualidad que esté presente o ausente, sino que es una cualidad que está presente pero en grados ampliamente variables de claridad o intensidad.

Naturalmente esto es verdadero solo desde el punto de vista de la mente, que siendo una forma extrovertida de atención o consciencia, no experimenta nunca su propia cons-

ciencia esencial de ser con claridad perfecta y absoluta. Desde el punto de vista de nuestro sí mismo real, que es él mismo la claridad absoluta de nuestra consciencia de ser, no hay grados relativos de auto-consciencia, debido a que solo existe verdaderamente su consciencia natural e infinita de ser.

Sin embargo, aunque la verdad absoluta es que solo existe realmente nuestra auto-consciencia, y que por lo tanto no hay ninguna otra cosa que pueda oscurecer o disminuir nunca su claridad intensa y perfecta, en la perspectiva relativa y dualista de la mente, la auto-consciencia parece ser algo que nosotros experimentamos con grados variables de claridad e intensidad. Desde el punto de vista de nuestra práctica espiritual, por lo tanto, nuestra meta debe ser siempre experimentar nuestra auto-consciencia o auto-atención con el mayor grado de claridad.

Por consiguiente, debemos tratar de focalizar nuestra atención tan agudamente en nuestro ser auto-consciente que todo conocimiento de cualquier otra cosa esté enteramente excluido. Cuanto más capaces seamos de excluir por tal auto-atención aguda todo otro conocimiento o pensamientos, tanto más clara e intensamente devendremos conscientes de nosotros mismos como realmente somos.

Para ilustrar este proceso por el que podemos hacer que nuestra auto-consciencia devenga crecientemente clara e intensa, Sri Ramana nos da la analogía del buscador de perlas que se sumerge profundamente en el océano para recoger una perla. Nuestros pensamientos, que son el conocimiento imaginario que tenemos de otras cosas que nosotros mismos, son como las olas siempre incansables en la superficie del océano. Cuanto más cerca estamos de la superficie de la mente, tanto más zarandeados seremos por el movimiento de nuestros pensamientos. Sin embargo, en lugar de flotar cerca de la superficie, si nos sumergimos, zambullimos o penetramos profundamente dentro de nuestro ser, nos aproximaremos crecientemente al núcleo y esencia absoluto del mismo, que es enteramente libre de todos esos movimientos. Cuanto más profundo nos sumergamos en nuestro ser, tanto menos afectados seremos por el movimiento de ningún pensamiento.

Sumergirse o sumirse profundamente dentro de nosotros mismos, significa por lo tanto penetrar profundamente debajo de la actividad superficial de la mente focalizando nuestra atención siempre más aguda, concentrada, exclusiva y firmemente en nuestra «soy»-dad —nuestra consciencia fundamental de ser esencial, que experimentamos siempre como «yo soy». Cuando nuestra atención penetre así en la esencia misma de ser, la mente se sumergirá o zambullirá en el estado de solo ser, y de este modo toda su actividad o pensamiento cesará automáticamente y sin esfuerzo.

Solo penetrando repetida y persistentemente así en la profundidad de nuestra «soy»-dad —nuestro ser auto-consciente esencial— seremos capaces eventualmente de alcanzar su profundidad más íntima o núcleo absoluto, que es él mismo la «perla del sí mismo», el estado perfecto de auto-conocimiento verdadero e infinitamente claro, que nosotros estamos buscando obtener.

Sri Ramana a menudo usaba esta analogía de sumergirse o zambullirse en el agua para ilustrar cuán profunda e intensamente debe penetrar nuestra atención en el núcleo o esencia más íntimo de nuestro ser. Por ejemplo, en el verso veintiocho de *Ulladu Narpadu* dice:

Como sumergirse [sumirse o zambullirse] para encontrar un objeto que ha caído en el agua, zambullirse [sumergirse, sumirse, perforar o penetrar] dentro de [nosotros mismos] reteniendo [nuestra] habla y respiración por [medio de un] intelecto agudo [un poder de discernimiento o atención afilado, intenso, agudo y penetrante] debemos conocer el lugar [o fuente] donde aparece [nuestro] ego surgente. Sabed [esto].

Las palabras clave en este verso son *kurnda matiyal*, que significa una mente, intelecto o poder de discernimiento, cognición o atención agudo, afilado, vivaz, intenso, perspicaz y penetrante, y están colocadas en este verso en una posición tal que se adoptan por implicación a todos los verbos que las siguen. Es decir, nosotros debemos retener nuestro habla y respiración por un intelecto agudamente focalizado y penetrante, sumergirnos o sumirnos dentro de nosotros mismos por un intelecto agudamente focalizado y penetrante, y debemos conocer la fuente de la que surge nuestro ego por un intelecto agudamente focalizado y penetrante.

¿Pero qué quiere decir Sri Ramana exactamente en este contexto con estas palabras *kurnda mati* —una mente o intelecto afilado, concentrado, agudamente focalizado y penetrante? La indicación que nos da para responder a esta pregunta está en los dos últimos verbos que califican. Es decir, puesto que este intelecto agudo y penetrante es el medio o instrumento por el que podemos sumergirnos, sumirnos, zambullirnos o penetrar profundamente dentro de nosotros mismos, y por el que podemos conocer así la fuente de la que surge nuestro ego, debe ser un intelecto —un poder de discernimiento o atención— que es vuelto hacia dentro y focalizado aguda, concentrada y penetrantemente en nuestro sí mismo real o ser esencial, que es la fuente o «lugar» de la que surge nuestro ego o sentido individual de «yo». Por lo tanto, un *kurnda mati* es un intelecto agudo, afilado, intenso y penetrantemente auto-atento.

En este contexto es importante observar que aunque las palabras sánscritas *buddhi* y *mati* son usualmente traducidas al español por la palabra «intelecto», no significan meramente «intelecto» en el sentido superficial en el que esta palabra se usa normalmente en español. Es decir, en español la palabra «intelecto» es comprendida normalmente como nuestro poder de razonar superficial o pensamiento racional solo, mientras que en sánscrito, tamil y otras lenguas indias, las palabras *buddhi* y *mati* transmiten un significado mucho más profundo que éste.

El significado real de estas dos palabras, particularmente en el sentido en que Sri Ramana usa la palabra *mati* en este verso, es «intelecto» en su sentido original, que se

deriva de las palabras latinas *inter legere*, que significa «elegir entre», y que por lo tanto denota nuestro poder o facultad de discernimiento o discriminación. Por lo tanto, en este verso la palabra *mati* denota nuestro poder de discernimiento profundo interno o capacidad para distinguir y reconocer claramente eso que es real —un poder que no se deriva solo del razonamiento intelectual o pensamiento racional, sino más bien de la profunda claridad natural de la auto-consciencia pura que existe siempre dentro de nosotros, pero que usualmente está nublada por la densidad e intensidad de nuestros deseos y apegos y de nuestros pensamientos resultantes.

Aunque en la filosofía del *vedanta advaita* las dos palabras *manas* o «mente» y *buddhi* o «intelecto» son usadas a menudo de tal forma que parecen denotar dos entidades diferentes, Sri Ramana aclaró el hecho de que en realidad no son dos entidades diferentes sino solo dos aspectos o funciones diferentes de una única entidad —a saber, nuestra consciencia individual finita, a la que nosotros nos referimos usualmente como nuestra «mente». Por lo tanto, siempre que haya una distinción implícita en el significado de estas dos palabras, la palabra *manas* o «mente» denota a la mente en su función más superficial y dinámica como un poder de pensamiento, sensación y percepción, mientras que la palabra *buddhi* o «intelecto» denota a la mente en su función más profunda y estática como un poder calmo de claridad interna, discernimiento, discriminación o comprensión verdadera.

Por consiguiente, la palabra *mati*, que se usa en este verso como un equivalente de la palabra *buddhi*, significa la mente, pero más bien que solo la mente en un sentido vago o general, significa más específicamente la mente como un poder de claridad y discernimiento interno —un poder de atención que es capaz de retirarse de todas las apariencias y focalizarse aguda y claramente en la única realidad que les subyace, a saber, nuestra auto-consciencia esencial «yo soy».

Puesto que la mente es una consciencia individual separada que merece este nombre de «mente» solo mientras presta atención a algo otro que nuestro ser esencial, y puesto que se sumerge y deviene una con nuestro ser cuando le presta atención verdadera, total y exclusivamente, la «mente» agudamente auto-atenta que denotan estas palabras *kurnda mati*, cesa de ser realmente una mente individual o ego tan pronto como deviene en verdad auto-atenta y con ello se sumerge y se funde en la profundidad de nuestro ser, y así es transformada por su auto-atención en nuestro sí mismo real, del que es ahora totalmente consciente. En otras palabras, una *kurnda* verdadera o una mente agudamente auto-atenta no es de hecho otro que nuestro ser natural y eternamente auto-consciente.

Aunque Sri Ramana menciona: «retener [nuestro] habla y respiración» en asociación a «sumergirse [hundirse, sumirse o penetrar] dentro», de hecho no es necesario para nosotros hacer un esfuerzo especial por retener el habla o la respiración, debido a que lo mismo que nuestros pensamientos o actividades mentales se sumergirán todos automáticamente y sin esfuerzo cuando devengamos intensamente auto-atentos, así también lo harán el habla y la respiración. Por lo tanto, si emprendemos esta práctica simple y dire-

cta de ser auto-atentos, desde el comienzo mismo nunca habrá ninguna necesidad para nosotros de practicar ninguno de los ejercicios artificiales del *pranayama* o control de la respiración, debido a que por nuestra mera auto-atención se retendrá naturalmente y detendremos por completo toda la actividad de la mente, habla, respiración y cuerpo.

Puesto que todas estas actividades son meramente imaginaciones que surgen solo cuando permitimos que nuestra atención se filtre hacia algo otro que nosotros mismos, todas ellas desaparecerán y devendrán no-existentes tan pronto como retiremos efectivamente nuestra atención entera dentro de la profundidad más íntima o núcleo de nuestro ser, que es la fuente de la que surge y fluye hacia fuera como la mente, intelecto o ego.

Aunque la palabra *mati* se usa en tamil en el sentido de mente, intelecto, comprensión, discriminación o discernimiento, de hecho es una palabra de origen sánscrito, y en sánscrito además de estos significados puede significar también intención, resolución, voluntad, deseo o devoción. Si comprendemos las palabras *kurnda matiyal* en este último sentido, significarían «por devoción o amor intenso». Aunque éste no es el significado principal de estas palabras en este contexto, sin embargo es apropiado como un significado secundario, debido a que nosotros seremos capaces de sumergirnos o penetrar profundamente dentro de nosotros mismos solo si tenemos gran amor por el estado de solo ser, que es la verdadera forma de Dios.

A no ser que tengamos verdaderamente amor intenso de ser, seremos reacios a entregarnos a ello, y, por consiguiente, la mente, junto con todos sus *vasanas* o deseos latentes continuará surgiendo en rebelión siempre que intentemos aferrarnos firmemente a la auto-atención y con ello sumergirnos profundamente dentro de nuestro ser más íntimo. Devoción y no-deseación —es decir, amor verdadero de ser y libertad del deseo de nada otro que ser— son como las dos caras inseparables de una única hoja de papel, y cada uno de ellos aumenta en proporción directa al aumento del otro. Por lo tanto, cuando Sri Ramana compara *vairagya* o libertad del deseo a la piedra que un buscador de perlas ata a su cintura, al decir que sumergiéndonos debajo de la actividad superficial de la mente y sumiéndonos profundamente dentro de nosotros mismos con *vairagya*, nosotros podemos obtener la «perla del sí mismo», él implica que para ser capaces de sumergirnos en la profundidad más íntima de nuestro ser, requerimos no solo *vairagya* sino también gran amor o *bhakti*.

Devoción y no-deseación, o *bhakti* y *vairagya* tal como son llamadas respectivamente en sánscrito y otras lenguas indias, no son solo inseparables sino que son realmente solo dos formas distintas de describir el mismo estado de mente. Sin embargo, normalmente se habla de ellas como dos cualidades separadas debido a que cada una de ellas es un aspecto particular de ese único estado de mente. Debido a que ambas son cualidades indispensables que requerimos para ser capaces de obtener el auto-conocimiento verda-

dero, algunas veces se dice que son las dos alas con las que debemos aprender a volar al estado trascendente del ser absoluto.

Tanto la devoción como la no-deseación surgen debido a otra cualidad esencial, que es llamada *viveka*, una palabra sánscrita que significa discriminación, discernimiento o la capacidad de distinguir lo real de lo irreal, lo eterno de lo efímero, la sustancia de la forma, o la verdad real de lo que meramente parece ser verdadero. *Viveka* verdadera no es meramente una comprensión intelectual de la verdad, sino una profunda claridad interna que existe naturalmente en el núcleo de nuestro ser y que surge en la mente cuando deviene purificada o limpiada de las formas más groseras de sus deseos. Una comprensión intelectual de la verdad es un punto de partida útil desde el que podemos comenzar nuestra búsqueda interior de la experiencia efectiva del conocimiento verdadero, pero florecerá en discriminación verdadera o *viveka* solo si la aplicamos en la práctica volviendo realmente la mente hacia dentro para descubrir la naturaleza verdadera de nuestro ser esencial.

En la medida en que la mente esté purificada de sus deseos, en esa misma medida surgirá dentro de ella la claridad de la discriminación verdadera o *viveka*. Inversamente, cuanto más claramente seamos capaces de discriminar, comprender y estar verdaderamente convencidos de que la felicidad existe solo dentro de nosotros mismos y no en ninguna otra cosa, tanto más fuerte devendrá nuestra devoción y no-deseación. Así pues, la discriminación o *viveka* verdadera enciende en la mente devoción verdadera o *bhakti* y no-deseación verdadera o *vairagya*, y la devoción y no-deseación verdaderas clarifican la mente, aumentando con ello nuestro poder de discriminación.

El medio más potente y efectivo por el que podemos encender la claridad de la discriminación verdadera en la mente es estar constante y profundamente auto-atentos, debido a que cuando lo estamos, focalizamos la atención en nuestra consciencia de ser, que no es solo la luz que ilumina la mente, sino también la plenitud y fuente infinita de toda claridad, conocimiento o comprensión. O para explicar la misma cosa de otra manera, cuando estamos auto-atentos, estamos alejando todos los pensamientos que nublan y oscurecen la claridad infinita de ser que brilla siempre en nuestro corazón o núcleo más íntimo. Así pues, por la auto-atención estamos abriendo nuestro corazón a la gracia verdadera de Dios, que es nuestra claridad natural de auto-consciencia perfecta, y que por su luz pura nos capacitará para discriminar, comprender y estar verdadera y profundamente convencidos de la verdad.

Si nuestra comprensión o discriminación no nos da suficiente fuerza de convicción capacitándonos para retirar la mente fácilmente de todo otro que nosotros mismos y focalizarla intensamente en nuestro ser esencial, debe ser solo una forma de discriminación o *viveka* superficial y no clara. Cuando nuestra discriminación devenga verdaderamente profunda, clara e intensa —es decir, cuando devenga una *kurnda mati* verdadera o un poder de discernimiento agudamente penetrante— brillará dentro de nosotros como una fuerza de convicción inquebrantable, que experimentaremos como *bhakti* o amor

intenso por nuestro estado natural de solo ser y como firme *vairagya* o libertad del deseo de nada otro que ser, y así nos capacitará para entregar nuestro sí mismo individual finito, la mente o ego, y con ello sumergirnos sin esfuerzo en la profundidad más íntima de nuestro ser esencial.

De la misma manera que el peso de una piedra capacita a un buscador de perlas para sumergirse profundamente en el océano, así la intensidad de nuestra *bhakti* y *vairagya*, nos capacitará para sumergirnos profundamente dentro del núcleo más íntimo de nuestro ser. Sin embargo, hasta que cultivemos efectivamente *bhakti* y *vairagya* suficientemente intensos, siempre que tratemos de estar vigilantemente auto-atentos, no seremos capaces de sumergirnos muy profundamente, sino que continuaremos flotando solo debajo de la superficie de la mente, donde nuestros pensamientos continuarán perturbándonos. Es decir, nuestra auto-atención no será muy profunda y clara, sino que continuaremos siendo tragados y nublados por los pensamientos que constantemente gustamos pensar debido a nuestra falta de *vairagya* o no-deseación verdadera.

Nuestro gusto de pensar en algo otro que nosotros mismos es el único obstáculo que nos impide sumergirnos profundamente en nuestro ser auto-consciente real, y tal gusto está causado por nuestra falta de discriminación o *viveka* verdadera. Si nosotros estuviéramos verdaderamente convencidos de que la felicidad existe solo dentro de nosotros mismos y no en ninguna otra cosa, ciertamente obtendríamos el amor para sumergirnos dentro de la apacible profundidad libre de pensamiento de nuestro ser auto-consciente, y por lo tanto perderíamos nuestro deseo de pensar en nada más. Sin embargo, aunque nosotros necesitamos esta firme convicción, que surge como un resultado de la discriminación clara, para ser capaces de permanecer firme y profundamente auto-atentos, la única manera para obtenerlo es practicar la auto-atención.

Practicando repetida y persistentemente el arte de ser auto-atento hasta el punto que podamos, encenderemos gradualmente dentro de la mente la necesaria claridad de discriminación o *viveka* verdadera, y así cultivaremos una fuerza firmemente creciente de amor o *bhakti* verdadero y no-deseación o *vairagya* verdadera, que a su vez nos capacitarán para sumergirnos más profundamente dentro de nuestro ser siempre naturalmente auto-consciente.

Así pues, las tres cualidades inseparables de *viveka*, *bhakti* y *vairagya* —que Sri Ramana describe colectivamente como *kurnda mati* o un poder de discernimiento y amor agudamente penetrante— llevarán a la mente más profundamente dentro de nuestro estado natural de ser auto-consciente o auto-atento, y al sumergirnos profundamente en este estado, cultivaremos y aumentaremos estas tres cualidades. Por lo tanto, no importa lo débiles o fuertes que nuestras *viveka*, *bhakti* y *vairagya* presentes puedan ser, la única manera de que nosotros progresems desde donde estamos ahora hacia nuestra meta de obtener la experiencia infinitamente feliz del auto-conocimiento verdadero, es tratar repetida y persistentemente de estar siempre auto-atentos.

Después de decir que para obtener la perla del auto-conocimiento, nosotros debemos sumergirnos profundamente dentro de nosotros mismos con no-deseación firme, Sri Ramana continua diciendo: «Si uno se aferra firmemente a *svarupa-smarana* [auto-recuerdo] ininterrumpido hasta que uno obtiene *svarupa* [el propio ser esencial o sí mismo real de uno], solo eso [es] suficiente». ¿Por qué usa él exactamente el término *svarupa-smarana* o «auto-recordación» aquí?

De hecho nunca nos olvidamos de nosotros mismos, debido a que sabemos siempre «yo soy». Sin embargo, aunque somos siempre conscientes del propio ser como «yo soy», tendemos a ignorarlo o pasarlo por alto, debido a que estamos muy interesados en prestar atención a otras cosas que nosotros mismos, que son todas meros productos de la imaginación. Cuando la mente está así constantemente absorbida pensando en otras cosas que sí misma, olvida en efecto su propio sí mismo real, su ser esencial, que no piensa nada, sino que solo es. Puesto que todos los pensamientos o imaginaciones están así distrayendo constantemente la atención de la consciencia natural de solo ser, solo podemos poner un final a su influencia distrayente tratando de recordar nuestro ser ininterrumpidamente.

Por lo tanto, el auto-recuerdo es el antídoto a nuestra fascinación por el pensamiento de otras cosas que nosotros mismos. Sin embargo, debido a que el deseo de pensar otras cosas es tan fuerte, cuando tratemos de aferrarnos firmemente al auto-recuerdo, la mente se revelará y surgirá en la forma de innumerables pensamientos, interrumpiendo con ello el esfuerzo por recordarnos solo a nosotros mismos.

Siempre que el auto-recuerdo es así interrumpido por el surgimiento de otros pensamientos, debemos recordar de nuevo nuestro ser y con ello retirar la atención de ellos. Cuanto más practiquemos recordarnos de esta manera, tanta más fuerza y capacidad obtendremos para aferrarnos exclusiva e ininterrumpidamente al recuerdo del propio ser simple auto-consciente.

Esta práctica o ejercicio de auto-recuerdo no es un intento de recuperar la memoria de algo que hemos olvidado, como por ejemplo cuando debemos tratar de recordar dónde habíamos dejado algo que hemos perdido y que ahora estamos intentando encontrar, debido a que nuestro sí mismo o ser esencial está siempre presente y es conocido por nosotros, y por lo tanto es algo que nunca hemos perdido ni olvidado realmente. Mejor dicho, esta práctica es un intento de retener la memoria de algo que deseamos evitar olvidar, como por ejemplo cuando queremos tratar de recordar constantemente a una persona o una cosa cuya memoria nos da gran alegría. El auto-recuerdo es por lo tanto simplemente otro nombre para la auto-atención, es decir, ser constantemente atentos, conscientes, despiertos o sabedores del propio ser o «soy»-dad.

Por lo tanto, este término *svarupa-smarana* o «auto-recuerdo» que Sri Ramana usa aquí en este párrafo once, el término *svarupa-dhyana* o «auto-meditación» que él usa en el párrafo anterior, el término *atma-chintana*, «auto-reflexión», «auto-pensamiento», «auto-consideración» o «auto-contemplación», que usa en el párrafo trece, y el término

atma-vichara, «auto-investigación», «auto-examen» o «auto-escrutinio» que usa en muchos otros lugares, denotan todos la misma práctica simple de ser auto-atento. Como Sri Ramana dice en el párrafo dieciséis de *Nan Yar?*:

...El nombre «*atma-vichara*» [es verdaderamente aplicable] solo a [la práctica de] ser siempre [morando o permaneciendo] habiendo puesto [colocado, mantenido, asentado, depositado, detenido, fijado o establecido la] mente en *atma* [el propio sí mismo real]...

¿Qué significa exactamente Sri Ramana cuando habla de poner, colocar, mantener o detener la mente en *atma* o nuestro sí mismo real? Nuestro sí mismo real o ser esencial es la única realidad que subyace a la apariencia de la mente, y como tal es su fuente y morada natural. Mientras no conocemos nada otro que nuestro ser, la mente permanece naturalmente en y como el propio sí mismo real infinito, indiviso y no-dual. Sin embargo, cuando comenzamos a imaginar y a conocer algo otro que el propio ser, la mente aparentemente sale del sí mismo real como una consciencia individual separada y finita, cuya naturaleza parece ser pensar —es decir, prestar atención constantemente a esas otras cosas, que ella ha creado por su imaginación. Por consiguiente, poner, colocar, mantener o detener la mente en nuestro sí mismo real, significa impedirle surgir y salir como un pensamiento separado o consciencia que conoce objetos.

Por lo tanto, puesto que la mente sale del sí mismo real solo prestando atención a otras cosas que a sí misma, y puesto que permanece en el sí mismo real siempre que presta atención a y conoce solo nuestro ser, poner, colocar, mantener o detener la mente en nuestro sí mismo real significa fijar o retener nuestra atención total y exclusivamente en nuestro ser esencial auto-consciente, sin permitirle salir a conocer o experimentar ninguna otra cosa.

Así pues, esta simple definición dada por Sri Ramana, que expresa perfectamente la esencia misma de la práctica llamada *atma-vichara* o auto-investigación, puede ser parafraseada diciendo que *atma-vichara* es un nombre aplicable solo a la práctica de ser siempre firmemente auto-atento o consciente solo del propio ser esencial, «yo soy».

El auto-recuerdo o auto-atención es una práctica que podemos entrenar para mantenerla incluso mientras estamos involucrados en otras actividades. Lo que quiera que sea lo que podamos estar haciendo con la mente, el habla o el cuerpo, sabemos siempre que nosotros somos, de modo que por la práctica persistente, es posible para nosotros obtener la pericia de mantener una corriente tenue de auto-atención en medio de todas las demás actividades. Cuando cultivemos esta pericia de ser siempre tenuamente conscientes de nuestra auto-consciencia subyacente a lo largo de nuestros estados de vigilia y sueño con sueños, devendremos también más claramente conscientes de nuestra auto-consciencia continua en el sueño profundo.

Es decir, practicando persistentemente la auto-atención o el auto-recuerdo, siempre que la mente esté libre de cualquier otro trabajo, nosotros devendremos gradualmente tan familiarizados con nuestra auto-consciencia natural y esencial que continuaremos siendo tenuamente conscientes de ella incluso cuando la mente esté involucrada en la actividad, e incluso cuando se haya sumergido en el sueño profundo. Aunque nosotros no podamos estar total o profundamente atentos a nuestro ser cuando la mente está involucrada en la actividad, no obstante podemos estar tenuamente atentos a él en todos los tiempos. Éste es el estado que Sri Ramana describe como «aferrarse firmemente a *sva-rupa-smarana* o auto-recuerdo ininterrumpido», y como «ser o permanecer siempre manteniendo la mente fijada en *atma* o nuestro sí mismo real», y él dice que practicar así solo «es suficiente».

¿Por qué dice él que «aferrarse firmemente a *svarupa-smarana* o auto-recuerdo ininterrumpido hasta que obtengamos nuestro sí mismo real solo es suficiente»? Aunque en las etapas iniciales de esta práctica nuestro auto-recuerdo será interrumpido frecuentemente por el surgimiento de pensamientos y la consecuente actividad de la mente, y aunque en las etapas de práctica más avanzadas pueda no ser enteramente interrumpido pero no obstante es grandemente disminuido por cualquier actividad en la que la mente pueda estar involucrada, debido a nuestra persistencia en esta práctica, nuestros *vasanas* o deseos latentes de pensar en cosas otras que nosotros mismos, serán grandemente debilitados, y así obtendremos la *vairagya* o libertad del deseo que se requiere para que seamos capaces de sumergirnos en la profundidad más íntima de nuestro ser, donde podemos obtener la perla del auto-conocimiento verdadero.

Mientras nos tomemos erróneamente por este cuerpo físico, nos sentiremos impelidos a involucrarnos en actividades físicas, vocales y mentales, si no en todos los tiempos, al menos en algunos, debido a que tal actividad es necesaria para el mantenimiento de nuestra vida en este cuerpo. Por lo tanto, hasta que trascendamos esta ilusión de que nosotros somos este cuerpo, no seremos capaces de permanecer completamente intocados por el surgimiento de pensamientos. Por consiguiente, sumergirse o zambullirse profundamente dentro de nosotros mismos es una práctica en la que no podemos involucrarnos ininterrumpidamente en todos los tiempos.

Sin embargo, aunque no podamos estar profunda, aguda, intensa y claramente auto-atentos ininterrumpidamente y en todo momento, hasta que obtengamos efectivamente la experiencia perfecta del auto-conocimiento verdadero y absoluto, incluso durante la etapa de práctica, podemos esforzarnos por estar ininterrumpidamente auto-atentos al menos tenuemente. Al tratar de mantener al menos un grado tenue de auto-atención en todo momento, podemos debilitar firmemente nuestros deseos latentes y con ello hacer más fácil el sumergirnos profundamente en nuestro ser en ciertos momentos, podemos obtener un grado creciente de claridad de auto-consciencia, que nos hará más fácil mantener una corriente de auto-atención tenue pero ininterrumpida incluso en medio de diversas actividades.

Sin embargo, aunque tratar de mantener sin interrupción una corriente tenue de auto-atención de esta manera es un elemento importante de nuestra práctica espiritual, nosotros no podemos obtener realmente la experiencia verdadera del auto-conocimiento absoluto hasta que con ello obtengamos suficiente *viveka*, *bhakti* y *vairagya* para ser capaces de sumergirnos en la profundidad más íntima de nuestro ser, donde la luz brillante e infinita de la auto-consciencia perfectamente clara y absolutamente no-dual está luciendo eternamente como «yo soy».

En las dos sentencias finales de este párrafo once, Sri Ramana da otra analogía para ilustrar lo que había dicho en las dos sentencias primeras, a saber:

Mientras los *vishaya-vasanas* [los deseos latentes de otras cosas que nosotros mismos] existan en [nuestra] mente, es necesaria la investigación «¿quién soy yo?». En el momento en que surgen otros pensamientos, inmediatamente es necesario [para nosotros] aniquilarlos a todos por *vichara* [auto-investigación o auto-atención] en el lugar mismo del que surgen...

La analogía que él da para ilustrar este proceso de aniquilación de todos los pensamientos tan pronto como surgen, es como sigue:

...Mientras los enemigos estén dentro del fuerte, continuarán saliendo de él. Si [nosotros] continuamos destruyendo [o acabando con] todos ellos en el mismo momento en que salen, el fuerte [eventualmente] viene a [nuestra] posesión.

En el símil, el fuerte es nuestro sí mismo real, el núcleo de nuestro ser, que es la fuente de la mente, y los enemigos que residen dentro de él son nuestros *vasanas* o deseos latentes de cosas otras que nuestro ser. Para tomar posesión de un fuerte, debemos asediarlo, y cuando hagamos eso, los enemigos de dentro no permanecerán ahí apacible y sumisamente. Por su propia supervivencia les es necesario salir en un intento de romper nuestro asedio y rellenar su abastecimiento de alimento.

El alimento que nuestros deseos latentes requieren para su gratificación y supervivencia, es el conocimiento de otras cosas que nuestro ser. Mientras alimentemos la mente con el conocimiento de otredad o dualidad, ella sobrevivirá y florecerá, pero si la privamos de tal conocimiento, se debilitará, debido a que en la ausencia de tal conocimiento su identidad o individualidad separada será disuelta. Por su propia supervivencia, por lo tanto, la mente surgirá en rebelión tan pronto como tratemos de retenerla en nuestro mero ser. Es decir, se rebelará constantemente tratando de pensar en algo otro que nuestro ser esencial auto-consciente.

Puesto que los pensamientos solo pueden surgir cuando les prestamos atención, solo pueden ser destruidos en el mismo lugar y momento en que surgen, aferrándonos tenazmente a la auto-atención. Si nosotros somos firmes en nuestra auto-atención o auto-

recuerdo, cada pensamiento que la mente trate de pensar, perecerá debido a que es ignorado por nosotros.

Este ignorar todos los pensamientos por nuestro aferrarnos tenazmente a la auto-atención, es lo que Sri Ramana describe como derrotar a todos los enemigos en el mismo momento en que salen del fuerte. Por lo tanto, si nosotros persistimos lo suficiente en nuestra práctica de ser auto-atentos, todos nuestros *vasanas* o deseos latentes de pensar, serán eventualmente destruidos, y con ello la mente se sumergirá en la fuente de la que surgió.

Esta sumersión eventual de la mente o atención dentro de nuestra fuente o ser esencial es lo que Sri Ramana describe diciendo que: «el fuerte [eventualmente] viene a [nuestra] posesión». No es necesario que nosotros continuemos luchando eternamente para resistir la atracción de otras cosas que nosotros mismos y permanecer con ello en nuestro mero ser, debido a que al hacerlo por un tiempo, seremos capaces de aniquilar completamente nuestros deseos, que hacen que esas otras cosas parezcan ser tan atractivas.

Otras cosas nos atraen debido a que creemos erróneamente que podemos obtener felicidad de ellas, y creemos esto debido a nuestra falta de *viveka* o discriminación verdadera. Sin embargo, al estar constantemente auto-atentos, estaremos alimentando la mente con la claridad natural de *viveka* que existe dentro de nosotros como la luz clara de nuestra consciencia siempre auto-luminosa de nuestro ser, y con ello obtendremos firmemente una convicción creciente y fuerte de que la felicidad está solo dentro de nosotros mismos y no en ninguna otra cosa. Cuanto más fuerte devenga esta convicción, tanto más crecerá nuestra *bhakti* o amor por nuestro ser y nuestra *vairagya* o libertad del deseo de alguna otra cosa que nuestro ser, y más fácil devendrá por lo tanto para nosotros resistir a la atracción falsa y engañosa de conocer algo otro que ser.

Por esto, como una práctica, la auto-atención es necesaria solo hasta el tiempo en que todos nuestros *vasanas* o deseos latentes son destruidos por el amanecer del auto-conocimiento verdadero, en el que descubriremos que la auto-atención o auto-consciencia es la naturaleza misma de nuestro ser, y por lo tanto es algo que verdaderamente no requiere ningún esfuerzo o práctica. Cuando la mente y todos sus *vasanas* sean destruidos así por nuestra experiencia del auto-conocimiento verdadero, nuestra individualidad falsa e imaginaria se disolverá y permaneceremos sin esfuerzo y eternamente como la consciencia de ser infinita y absoluta, «yo soy».

En este estado de *mano-nasa* o aniquilación completa de la mente, que es el estado que también es conocido como *nirvana* o extinción total de la ilusión de nuestro sí mismo individual, para nosotros no hay nada más que hacer, ni nada otro que conocer que nuestro ser. Ésta es la verdadera experiencia de Sri Ramana y todos los otros sabios, y es claramente expresada por él en el verso quince de *Upadesa Undiyar* y el verso treinta y uno de *Ulladu Narpadu*:

Cuando [su] mente-forma es aniquilada, para el gran *yogi* que [con ello] está establecido como la realidad, no hay una sola acción [o «hacer»], [debido a que] él ha obtenido su [propia] naturaleza [verdadera] [que es ser sin acción].

Para el que está [completamente inmerso en y es por lo tanto uno con] *tanmaya-ananda* [felicidad compuesta solo de *tat*, «ello» o la realidad infinita y absoluta], que surge [como auto-conocimiento verdadero, «yo soy yo»] habiendo destruido [su] sí mismo [individual finito], ¿qué cosa hay que hacer [o por «hacer»]? Él no conoce ninguna otra cosa sino solo [su propio] sí mismo [real]. [Por lo tanto], ¿cómo pensar [o quién puede pensar] que su estado es tal-y-tal?

El estado del auto-conocimiento verdadero, que es el estado de felicidad infinita y absoluta, es el estado de solo ser —el estado en el que nosotros hemos descubierto que la consciencia pensante finita que nosotros llamábamos nuestra «mente» era una mera ilusión que existía solo en su propia visión limitada y distorsionada, y que por lo tanto es en realidad enteramente no-existente. Puesto que la mente es la causa original, fuente y base de toda actividad, este estado de solo ser, libre de mente, es enteramente exento de la menor actividad, acción, *karma* o «hacer».

Puesto que este estado de auto-conocimiento verdadero es así absolutamente exento de la mente «que piensa», «hace» y «conoce», es también exento de todo conocimiento de otredad o dualidad. Debido a que es por lo tanto un estado que trasciende completamente todos los pensamientos y palabras, Sri Ramana pregunta cómo alguien podría concebirlo o pensar en él como es realmente.

Toda concepción que podamos formar en la mente sobre este estado de auto-conocimiento verdadero es por lo tanto inexacta, debido a que es meramente un intento de concebir lo inconcebible. Así mismo, cualesquiera palabras que podamos usar para describirlo son inadecuadas, debido a que son meramente un intento de definir lo indefinible.

El estado de auto-conocimiento verdadero no puede ser conocido nunca por la mente finita, sino que solo puede ser experimentado cuando la mente pensante es destruida. Para experimentarlo, por lo tanto, debemos volver la mente hacia dentro y sumergirla en su propia fuente, que es nuestro ser verdadero y esencial. Por consiguiente, nosotros no podemos obtener nunca conocimiento verdadero de meras palabras, o volviendo nuestra atención hacia fuera para leer libros llenos de palabras, sino solo volviendo nuestra atención hacia dentro para leer el libro silencioso de nuestro corazón.

Las palabras y los libros pueden servir a un propósito útil solo en la medida en que dirigen la mente en la dirección correcta en la que debe focalizar su atención para ser capaz de experimentar el conocimiento verdadero. Sin embargo, incluso aquellos pocos libros que nos dirigen para volver la mente hacia el sí mismo, solo serán verdaderamen-

te beneficiosos si seguimos sus directrices y tratamos de hacer que la mente se sumerja con verdadero amor y no-deseación firme en el núcleo más profundo de nuestro ser.

Por lo tanto, si en lugar de concentrar nuestros esfuerzos en estudiar repetidamente unos pocos libros que verdaderamente nos convencen y nos recuerdan nuestra necesidad de volver la mente hacia dentro, y tratar sincera y persistentemente de practicar el arte de ser auto-atento que esos libros nos enseñan, nosotros continuamos leyendo innumerables libros para juntar más y más conocimiento extraño, estaremos perdiendo nuestro valioso tiempo y distraendo la mente de nuestro propósito verdadero, que es abandonar todo otro conocimiento y sumergirnos con ello en el único verdadero —el simple conocimiento o consciencia no-dual de nuestro ser, «yo soy».

Por ello, en el párrafo dieciséis de *Nan Yar?* Sri Ramana dice:

Puesto que en todo tratado [espiritual verdadero] se dice que para obtener *mukti* [emancipación espiritual, liberación o salvación] es necesario [para nosotros] retener [nuestra] mente, después de saber que *mano-nigraha* [sujetar, sujetar dentro, retener, sojuzgar, suprimir o destruir la mente] es la intención [o propósito] último de [tales] tratados, no hay ningún beneficio [que obtener] estudiando sin límite [un número incontable de] tratados. Para retener [nuestra] mente, es necesario [que nosotros] nos investiguemos a nosotros mismos [para saber] quién [somos realmente], [pero] en lugar [de hacer eso] ¿cómo [podemos nosotros conocernos a nosotros mismos] investigando en tratados? Es necesario [para nosotros] conocernos a nosotros mismos solo por nuestro ojo de *jñana* [conocimiento verdadero, es decir, por nuestra consciencia vuelta hacia sí misma]. ¿Necesita [una persona llamada] Raman un espejo para conocerse a sí mismo como Raman? [Nuestro] «sí mismo» está dentro de las *pancha-kosas* [las «cinco envolturas» con las que parecemos haber cubierto y oscurecido nuestro ser verdadero, a saber, el cuerpo físico, el *prana* o fuerza vital, la mente, el intelecto y la oscuridad o ignorancia aparente del sueño profundo], mientras que los tratados están fuera de ellas. Por lo tanto, investigar en tratados [esperando ser capaces con ello de conocernos] a nosotros mismos, a quien debemos investigar [con una atención vuelta hacia dentro] habiendo eliminado [dejado de lado, abandonado o separado] todas las *pancha-kosas*, es inútil [o improductivo]. Conocer nuestro *yathartha svarupa* [nuestro sí mismo real o ser esencial] habiendo investigado quién es [nuestro] sí mismo [falso individual], que está en esclavitud [al estar limitado dentro de los confines imaginarios de la mente], es *mukti* [emancipación]. El nombre «*atma-vichara*» [es verdaderamente aplicable] solo a [la práctica de] estar siempre [morando o permaneciendo] habiendo puesto [colocado, mantenido, asentado, depositado, detenido, fijado o establecido nuestra] mente en *atma* [nuestro sí mismo real], mientras que *dhyana* [meditación] es imaginarnos ser *sat-chit-ananda brahman* [la realidad absoluta, que es ser-consciencia-felicidad]. En algún momento devendrá necesario [para nosotros] olvidar todo eso que hemos aprendido.

Para obtener la emancipación o salvación de la esclavitud de imaginarnos ser un individuo finito, debemos conocernos como somos realmente, es decir, como la consciencia no-dual, infinita y absoluta de nuestro ser esencial. ¿Pero dónde debemos mirar para conocernos a nosotros mismos así? ¿Podemos conocernos meramente leyendo libros o textos sagrados? No, obviamente no podemos, debido a que para conocernos verdadera y exactamente, debemos mirar dentro para discernir la esencia verdadera de nuestro ser.

Es decir, puesto que nosotros mismos somos el «sí mismo» que deseamos conocer, solo podemos conocernos investigando o examinando nuestro ser más íntimo con una atención agudamente focalizada e internamente penetrante. Nuestro poder de atención, que es nuestro poder de dirigir y focalizar nuestra consciencia en algo, es el instrumento básico y esencial por el que somos capaces de conocer algo. Sin prestar atención a algo, no podemos conocerlo. Por lo tanto, a no ser que prestemos atención efectivamente a nosotros mismos muy aguda y cuidadosamente, no podremos conocernos verdadera y exactamente como somos realmente.

El auto-conocimiento verdadero no es solo un conocimiento teórico que podamos comprender por el intelecto, sino solo un conocimiento no-dual, claro y directo que solo podemos adquirir a través de la auto-experiencia efectiva. Prestando atención a libros que nos proporcionan información conceptual sobre nuestro sí mismo real, nosotros solo podemos conocer esa información conceptual, pero no podemos conocernos efectivamente a nosotros mismos. Cualquier información conceptual o conocimiento teórico que podamos adquirir sobre nosotros mismos es extraño a nosotros, y, por consiguiente, es algo otro que nosotros mismos. Aprender alguna información teórica sobre el sabor del chocolate es enteramente diferente a experimentar efectivamente el sabor del chocolate. Igualmente, aprender algún conocimiento teórico sobre nuestro sí mismo real es enteramente diferente a experimentarnos a nosotros mismos efectivamente como somos realmente.

Nosotros no podemos conocernos nunca mirando fuera de nosotros mismos, sino solo mirando dentro. De hecho, es nuestro hábito de mirar fuera de nosotros mismos, y nuestra intensa inclinación a hacerlo, lo que nos impide efectivamente conocernos a nosotros mismos como somos realmente. No necesitamos ningún otro conocimiento para conocernos a nosotros mismos, debido a que siempre sabemos «yo soy». Todo lo que necesitamos «hacer» para conocernos es eliminar todo el conocimiento extraño que hemos sobreimpuesto en nuestro conocimiento básico «yo soy».

El conocimiento extraño que nos hemos sobreimpuesto viene de muchas maneras diferentes, pero lo que es común a todas estas múltiples formas de conocimiento, es que las experimentamos todas como «yo soy [estoy] conociendo esto». Lo que es real en esta experiencia es solo el «yo soy» y no el «conociendo esto», que es meramente una apariencia transitoria. Por lo tanto, para conocer el «yo soy» real como es, todo lo que

tenemos que «hacer» es experimentarlo sin la sobreimposición de esta aparición o adjunto efímero «conociendo esto».

De todos los adjuntos efímeros e imaginarios que sobreimponemos en nuestro conocimiento básico «yo soy», el más fundamental es nuestro cuerpo y los otros objetos que tomamos erróneamente por nosotros mismos. Debido a que imaginamos ciertos objetos tales como nuestro cuerpo como nosotros mismos, imaginamos otros objetos fuera de él como otros que nosotros mismos, y, por consiguiente, creamos la ilusión de una distinción entre nosotros mismos y otras cosas, y la ilusión paralela de «dentro» y «fuera».

En la filosofía del *vedanta*, los objetos que imaginamos ser nosotros mismos son descritos como las *pancha-kosas*, las «cinco envolturas» o «cinco cubiertas», debido a que, en efecto, ellas encierran o cubren nuestro sí mismo real, oscureciendo en nuestra visión su naturaleza verdadera e infinita. Estas «cinco envolturas» que son clasificadas en el *vedanta*, son: el cuerpo físico, el *prana* o fuerza vital dentro de este cuerpo, la mente pensante, el intelecto discerniente, y la felicidad que experimentamos en el sueño profundo como una oscuridad o ignorancia aparente.

Debido a que la distinción entre algunas de esas «envolturas» es más bien arbitraria, esta clasificación es a menudo simplificada diciendo que nuestro sí mismo real está aparentemente encerrado dentro de tres cuerpos, el «cuerpo grosero», que significa el cuerpo físico, el «cuerpo sutil», que es la mente, y que usualmente se dice que incluye tanto al *prana* como al intelecto, y el «cuerpo causal», que es la aparente oscuridad-y-sin-embargo felicidad que experimentamos en el sueño profundo. Sin embargo, cómo eliminamos clasificar esos fenómenos que imaginamos ser nosotros mismos carece de importancia, debido a que ninguno de ellos es el «sí mismo» real que buscamos conocer.

Sri Ramana menciona este término *pancha-kosas* o «cinco envolturas» en este contexto solo para enfatizar el hecho de que nos experimentamos a nosotros mismos como si existiéramos dentro de estas «envolturas» o adjuntos extraños, mientras que experimentamos los libros como si existieran fuera de ellas. Aunque los libros parecen existir fuera de nosotros mismos, solo podemos conocerlos y comprenderlos por medio de al menos tres de estas envolturas, a saber, los sentidos del cuerpo físico, la mente y el intelecto. Sin embargo, para conocer nuestro sí mismo real, debemos dejar de lado o ignorar las cinco envolturas, puesto que ellas no son realmente nosotros mismos, y debemos concentrar nuestra atención entera en la auto-consciencia esencial —nuestra consciencia fundamental de ser, «yo soy».

Por lo tanto, puesto que no podemos estudiar ningún libro sin tomarnos erróneamente por este cuerpo y mente, y puesto que no podemos conocer nuestro sí mismo real sin abandonar esta identificación errónea, no podemos conocernos nunca meramente estudiando libros. Puesto que el último significado de todos los textos sagrados y otros libros verdaderamente útiles es que debemos conocernos a nosotros mismos para experimentar felicidad verdadera y perfecta, eventualmente debemos olvidar todo lo que

hemos aprendido en los libros, volviendo nuestra atención hacia dentro con amor entregado de conocer solo nuestro sí mismo real o ser esencial.

Todo lo que aprendemos de libros o de cualquier otra fuente fuera de nosotros mismos es un conocimiento extraño, que, habiendo venido en un tiempo, debe dejarnos en algún otro tiempo. El único conocimiento que está con nosotros eternamente es nuestro conocimiento básico «yo soy», que es nuestra consciencia de ser esencial.

Sin embargo, aunque está siempre presente y es conocido por nosotros como nuestro ser auto-consciente, la naturaleza verdadera de este conocimiento eterno ahora parece estar nublada y oscurecida por la sobreimposición transitoria de todo nuestro otro conocimiento. Puesto que ningún conocimiento que viene y va puede darnos felicidad permanente, el único que debemos buscar es el conocimiento perfectamente claro y preciso de nuestro ser —es decir, el de nosotros mismos libre de la sobreimposición de cualquier otra forma de conocimiento.

El único conocimiento verdaderamente útil y beneficioso que podemos adquirir de libros u otras fuentes externas, incluyendo incluso los libros más sagrados y espirituales, es el conocimiento que imprime en nosotros y nos convence de nuestra necesidad de volver nuestra atención hacia el sí mismo, para experimentar y conocer directamente nuestro ser esencial. Mientras la mente se sienta impelida por sus deseos de ser activa, estudiar unos pocos libros selectos que constante, repetida y convincentemente enfatizen la verdad de que para experimentar felicidad eterna e infinita, nosotros debemos conocer nuestro sí mismo real, y meditar frecuentemente sobre la verdad revelada en tales libros, será una gran ayuda para dar ímpetu a nuestro amor y esfuerzos de practicar la auto-atención.

Este proceso triple de leer repetidamente tales libros, meditar en su significado, y tratar de poner en práctica lo que aprendemos de ellos, es conocido en el *vedanta* como *sravana*, *manana* y *nididhyasana*, y es recomendado por Sri Ramana y otros sabios como el medio por el que podemos adquirir gradualmente la pericia de permanecer firmemente en el estado de ser auto-atento. Sin embargo, aunque *sravana* o leer el tipo adecuado de libros es recomendado por Sri Ramana, esto no significa que debemos leer un número inacabable de libros. Unos pocos realmente pertinentes, son por completo suficientes para sostenernos en nuestros esfuerzos de practicar la auto-atención.

Mientras estudiar profundamente unos pocos libros verdaderamente pertinentes puede ser una gran ayuda para nuestra práctica de ser auto-atentos, leer un vasto número de libros puede ser un serio impedimento. Por lo tanto, en el verso treinta y cuatro de *Ulladu Narpadu Anubandham*, Sri Ramana dice:

Para gentes de poca inteligencia, esposa, hijos y otros [familiares] forman [solo] una familia. [Sin embargo] sabe que en la mente de las gentes que tienen vasta erudi-

ción, no hay [solo] una [sino] muchas familias [en la forma] de libros [que se alzan] como obstáculos al *yoga* [la práctica espiritual].

Aunque un fuerte apego a nuestra familia puede ser un obstáculo a nuestra práctica espiritual, debido a que puede llevar la mente hacia fuera y hacer difícil que permanezcamos libres de pensamientos en el estado de ser auto-atento, un fuerte apego a todo el conocimiento que hayamos adquirido de estudiar muchos libros, es un obstáculo aún más grande, debido a que llenará la mente de muchos pensamientos.

Si nosotros estamos realmente atentos a experimentar la verdadera meta del *yoga*, que es auto-conocimiento perfectamente claro, no nos sentiremos inclinados a leer vastas cantidades de textos sagrados u otros libros espirituales, debido a que estaremos ansiosos de poner en práctica lo que hemos aprendido de unos pocos libros realmente pertinentes que explican que el ser simplemente auto-atento es el único medio por el que podemos experimentar esa meta. Si en lugar de eso sentimos entusiasmo solo por estudiar un inacabable número de libros, meramente lograremos llenar la mente de incontables pensamientos, que llevarán nuestra atención lejos de la consciencia esencial de ser. Así pues, llenar la mente de conocimiento sacado de muchos libros, será un gran obstáculo para nuestra práctica de ser auto-atento.

El estudio excesivo no solo llenará la mente de innumerables pensamientos, que nublarán nuestra claridad interna natural de auto-consciencia, sino que también la llenarán con el orgullo de la erudición, que nos llevará a exhibir nuestro vasto conocimiento a otras gentes, y esperar que lo aprecien y lo alaben. Por lo tanto, en el verso treinta y seis de *Ulladu Narpadu Anubandham*, Sri Ramana dice:

Antes que las gentes que, aunque eruditos, no se han sumergido [entregado o devenido sometidos, humildes o calmados], se salvan los iletrados. Están a salvo del fantasma del orgullo que posee [el erudito]. Están a salvo de la enfermedad de los muchos pensamientos dando vueltas. Están a salvo del correr en búsqueda de la fama [reputación, respeto, estima o gloria]. Sabe que de lo que ellos están a salvo, no es de un [solo mal].

De todos los obstáculos que pueden surgir en nuestra vía cuando estamos buscando auto-conocimiento verdadero, el deseo de alabanza, aprecio, respeto, alta consideración, renombre o fama, es uno de los más engañosos y por lo tanto peligrosos, y es uno al que los eruditos son particularmente susceptibles. Por lo tanto, en el verso treintay siete de *Ulladu Narpadu Anubandham*, Sri Ramana dice:

Aunque todos los mundos son [considerados por ellos como] insignificantes, y aunque todos los textos sagrados están dentro de [su] mano, [para] las gentes que están bajo el dominio de la puta malvada que es *puhazhchi* [alabanza, aplauso, aprecio,

respeto, alta consideración, renombre o fama], escapar de [su] esclavitud [a ella], ¡ah!, es raro [o muy difícil].

La primera cláusula de este verso, «aunque todos los mundos son insignificantes», implica que aquellos de nosotros que han estudiado vastas sumas de filosofía, podremos despreciar los placeres mundanos normales de este mundo, cielo y todos los otros mundos como una mera fruslería, y podremos por lo tanto imaginar que hemos renunciado a todo deseo de ellos. La segunda cláusula, «aunque todos los textos sagrados están dentro de la mano», implica que nosotros podremos haber dominado una vasta amplitud de conocimiento escolástico sobre diversos sistemas de filosofía, creencia religiosa y otros temas semejantes. Sin embargo, a pesar de toda nuestra vasta erudición y nuestra aparente renunciación, si caemos víctimas del deseo del placer extremadamente engañoso de ser un objeto de alabanza, aprecio, admiración, respeto, alta consideración, aclamación o fama, librarnos de tal deseo es ciertamente muy difícil.

El deseo de aprecio y respeto es muy sutil y por lo tanto poderoso en su capacidad de engañarnos, y del que incluso gentes de otro modo perfectamente buenas, pueden caer presa fácilmente, particularmente si se involucran en cualquier actividad que parezca beneficiar a otras gentes, tal como la enseñanza de principios de religión, filosofía o conducta moral a través de su habla o escritura. Este deseo es particularmente peligroso para un aspirante espiritual, debido a que el placer que sentimos al ser apreciados y respetados deriva del apego al ego o personalidad individual —nuestro sentido engañoso de que somos la persona que es apreciada y respetada. Por lo tanto, si somos sinceros en nuestro deseo de obtener auto-conocimiento verdadero, debemos ser extremadamente vigilantes para evitar dar ningún espacio en la mente al surgimiento de este deseo.

Hasta que no obtengamos la experiencia no-dual de auto-conocimiento verdadero, no seremos capaces de permanecer completamente inafectados por cualquier reconocimiento, respeto, aprecio o alabanza que podamos recibir, o por cualquiera de sus opuestos tales como falta de consideración, de respeto, desprecio o crítica. Solo cuando obtenemos auto-conocimiento verdadero y con ello descubrimos que no somos esta persona individual que está siendo reconocida, apreciada o alabada, o no considerada, no respetada, despreciada o criticada, podremos ser verdaderamente inafectados por ellos. Por lo tanto en el verso treinta y ocho de *Ulladu Narpadu Anubandham*, Sri Ramana dice:

Cuando permanecemos siempre inquebrantablemente en nuestro estado [verdadero] [de auto-conocimiento no-dual], sin conocer [la distinción ilusoria entre] «mí mismo» [y] «otros», ¿quién hay aparte de nosotros mismos? ¿Qué [importa] si cualquiera dice lo que sea sobre nosotros? [Puesto que en ese estado nosotros sabemos que no hay ningún otro que nuestro ser esencial, sería como si estuviésemos ensalzándonos o denigrándonos a nosotros mismos]. ¿Qué [nos importa] ciertamente si nos ensalzamos o nos denigramos a nosotros mismos?

Mientras experimentemos la existencia de cualquier persona aparte de nosotros mismos, o la existencia de cualquier otro que nuestra consciencia simple, indivisa y no-dual de nuestro ser, «yo soy», no debemos imaginar que hemos obtenido auto-conocimiento verdadero, o que somos impermeables a todas las formas de aprecio y desprecio. Y más importante aún, no debemos engañarnos nunca a nosotros mismos imaginando que podemos ser un *gurú* espiritual verdadero para otras gentes, o posar como tal, debido a que el *gurú* espiritual verdadero es solo la «persona» que ha cesado de existir como una persona individual separada, habiéndose fundido y disuelto en la realidad absoluta, deviniendo con ello uno con ella, y que por lo tanto sabe que solo existe la realidad absoluta, que es nuestro ser esencial, y que verdaderamente no hay ninguna persona otra que ella.

Mientras nos sintamos ser un individuo separado, debemos ser siempre cautos con el engaño del orgullo, que puede surgir muy fácilmente dentro de nosotros. Incluso si, por ejemplo, nos acontece que escribimos un libro como este que estoy escribiendo ahora, explorando y discutiendo las enseñanzas de un *gurú* espiritual verdadero tal como Sri Ramana, no debemos nunca permitir caer presas del sutil y poderoso engaño del orgullo o egoísmo, imaginando que podemos pretender crédito por cualquier claridad o sabiduría que pueda aparecer en lo que escribimos.

Si somos capaces de expresar alguna claridad de comprensión sobre la naturaleza de la realidad absoluta, o sobre el medio por el que podemos obtenerla, debemos comprender que esa claridad no es nuestra, sino que pertenece solo a la fuente de la que surge, que es la única realidad absoluta que existe dentro de cada uno de nosotros como nuestro ser esencial auto-consciente, y que se manifiesta exteriormente en la forma del *gurú* verdadero para indicar la verdad de que nosotros somos esa realidad, y que para conocerla debemos volver nuestra atención sobre nosotros mismos para experimentar y con ello sumergirnos en nuestro ser esencial. Si hemos comprendido verdaderamente las enseñanzas de cualquier manifestación del único *gurú* verdadero, tal como Sri Ramana, comprenderemos que verdaderamente no somos nada como una persona individual, y que la mente o personalidad individual es un mero engaño, y por lo tanto no es digna de ninguna alabanza u otra forma de aprecio.

El orgullo auto-engañoso es el peligro más grande que puede surgir como un resultado del estudio excesivo de textos sagrados y otros libros filosóficos. El propósito real de estudiar tales libros, y el único beneficio verdadero que podemos derivar de hacerlo, es doble. En primer lugar, es comprender claramente el medio por el que podemos aniquilar nuestro ego, nuestro sentido de individualidad separada, y con ello experimentar el único conocimiento verdadero y absoluto, que es nuestra consciencia no-dual de nuestro ser esencial. En segundo lugar y aún más importante, es cultivar un amor entregado de practicar ese medio y con ello sumergirse en la felicidad y paz infinita de esa auto-consciencia no-dual verdadera. Por lo tanto, en el verso treinta y cinco de *Ulladu Narpadu Anubandham*, Sri Ramana dice:

¿De qué [sirve] a las gentes que no tratan de borrar la letra [del destino], escudriñar dónde ellos, que conocen la letra [las palabras escritas en los libros] nacieron, conociendo [esa] letra? O Sonagiri el Sabio dice: ¿quién [son ellos] sino gentes que han adquirido la erudición [o naturaleza] de una máquina de grabar sonidos?

La «letra» es una manera idiomática de referirse al destino, los «dictados del destino», y también a las palabras escritas en los libros, la «letra de las escrituras», como opuesta a su espíritu o significado verdadero. El propósito o espíritu de las palabras escritas en los textos sagrados es enseñarnos cómo podemos «borrar las letras del destino» solo aniquilando nuestro ego o mente, que imagina que está realizando acciones o *kar-mas* y experimentando el destino que resulta de tales acciones.

Si estudiamos las palabras escritas en los textos sagrados y otros libros filosóficos, pero continuamos sin hacer ningún esfuerzo por poner en práctica lo que aprendemos de esos libros, volviendo la mente hacia dentro para experimentar nuestro ser esencial, que es la fuente de la que nosotros como ego «hemos nacido» o somos originados, y con ello aniquilamos este ego, que experimenta las letras del destino, todo nuestro estudio y erudición no son de ninguna utilidad.

Por lo tanto, dirigiéndose a Dios poéticamente como «Sonagiri el Sabio», Sri Ramana concluye que si ganamos una vasta erudición estudiando libros que enseñan que solo podemos obtener felicidad verdadera y perdurable aniquilando nuestro ego o mente, pero continuamos sin tener ninguna intención de practicar el auto-escrutinio, que es el único medio por el que podemos aniquilarle, estamos meramente ganando la erudición de una máquina de grabar sonidos —es decir, la capacidad de regurgitar repetidamente cualquier palabra o concepto que hayamos grabado en la mente como resultado de nuestro estudio.

Lo que inicialmente nos motiva a leer libros sobre filosofía o religión es nuestro deseo de conocer la verdad, pero el conocimiento verdadero que buscamos adquirir no puede estar contenido en ningún libro ni en ninguna palabra. El conocimiento verdadero es el único absoluto que está más allá del alcance de todos los pensamientos y palabras.

Las palabras y conceptos que están expresados en los escritos filosóficos solo pueden mostrarnos el medio por el que podemos obtener el conocimiento verdadero que buscamos, que existe siempre dentro de nosotros como la consciencia fundamental no-dual de nuestro ser esencial «yo soy». Por lo tanto, para obtener conocimiento verdadero, debemos retirar nuestra atención de los libros y en lugar de ello concentrarla en nuestro ser esencial auto-consciente.

La verdadera *jñana-vichara*, investigación o examen del conocimiento, no es el estudio de ningún concepto filosófico, sino solo el escrutinio agudo y vigilante de nuestra

auto-consciencia fundamental. Por lo tanto, en el verso diecinueve de *Upadesa Undiyar*, Sri Ramana dice:

Cuando [nosotros] escudriñamos dentro de [nosotros mismos] «¿Cuál es el lugar en el que ella [la mente] surge como yo?» [este] «yo» [falso] muere. [Solo] esto es *jñana-vichara*.

La palabra que he traducido aquí como «muere» es el verbo compuesto *talai-sayndidum*, que significa literalmente «deviene con la cabeza inclinada», es decir, inclina su cabeza con vergüenza, modestia o reverencia, pero que comúnmente se usa en un sentido idiomático para significar «muere». Mientras la mente o ego —nuestro falso sentido individual de «yo», que es nuestra consciencia básica «yo soy» mezclada con diversos adjuntos o *upadhis* que nosotros imaginamos ser nosotros mismos— parece existir, nosotros no podemos experimentar la verdadera naturaleza libre de adjuntos de nuestra auto-consciencia real «yo soy» —es decir, la consciencia incualificada, indivisa, no-dual y absoluta de nuestro ser esencial.

Puesto que esta mente, nuestro «yo» falso o ego, surge solo conociendo cosas que parecen ser otras que sí misma, y puesto que parece existir solo mientras nosotros le permitimos continuar morando en esas otras cosas, para aniquilarla debemos retirarla de todos sus pensamientos y conceptos —es decir, de todas las formas de conocimiento que son extrañas a nuestra auto-consciencia fundamental— concentrándola entera y exclusivamente en nuestro ser esencial auto-consciente, que es la fuente de la que había surgido para conocer todas esas otras formas de conocimiento. No importa cuántos libros podamos leer, nosotros no podemos obtener conocimiento verdadero hasta que y a no ser que olvidemos todo lo que hemos aprendido de ellos concentrando así nuestra atención entera solo en nuestro ser auto-consciente no-dual verdadero.

Si nosotros tenemos gran entusiasmo por estudiar un vasto número de libros, y recordar todos los conceptos que hemos aprendido de ellos, probablemente vamos a olvidar el propósito verdadero de los libros que estudiamos. Por lo tanto, más que leer muchos libros, debemos ser sabios para seleccionar unos pocos libros que enfatizen clara y repetidamente nuestra necesidad de volver la mente hacia dentro y sumergirla en la fuente de la que ha brotado, y que con ello enciendan y sostengan nuestro entusiasmo de practicar el arte de ser vigilantemente auto-atentos y libres de pensamiento.

Los libros más importantes que debemos estudiar son aquellos que contienen las enseñanzas de nuestro *gurú*. Aunque todos los sabios han enseñado la misma verdad, cada uno de ellos la ha expresado en términos diferentes y con grados de claridad igualmente diferentes, para adaptarse a las circunstancias y la comprensión de aquellos a los que se estaban dirigiendo. Aunque nuestro sí mismo real se ha manifestado en diversos tiempos en la forma de distintos sabios, ahora se ha manifestado para nosotros en la forma

de nuestro *gurú* particular para enseñarnos la verdad de la manera que es más apropiada a nuestras propias necesidades particulares.

No importa si nunca hemos visto a nuestro *gurú* en forma física, como la mayoría de nosotros nunca ha visto a Sri Ramana, debido a que él es siempre manifiesto y disponible para nosotros en la forma de sus enseñanzas. Por lo tanto, aunque debemos tener respeto por las enseñanzas de todos los sabios, las enseñanzas de nuestro *gurú* son suficientes y nos proporcionarán toda la ayuda y guía que necesitemos para ser capaces de volver la mente hacia dentro y practicar firmemente el arte de ser auto-atentos.

Cualquier libro que podamos leer, debemos recordar siempre que el único beneficio verdadero que podemos derivar de leerlo es un ímpetu o impulso añadido a volver la mente hacia dentro y permanecer firmemente auto-atentos. Si un libro no enciende en la mente una clara comprensión y una fuerte convicción de que el único medio por el que podemos obtener felicidad verdadera es practicar persistentemente el arte de ser auto-atentos, o si no refuerza nuestra comprensión y convicción existente concerniente a esta verdad, verdaderamente no hay ningún beneficio en que leamos un libro tal.

Para que desarrollemos la pericia que requerimos para aferrarnos firmemente a la auto-atención —es decir, para que cultivemos la necesaria *bhakti* o amor por nuestro ser y la necesaria *vairagya* o libertad del deseo de algo otro que nuestro ser—debemos estar únicamente interesados y focalizados en esta única meta, y, por consiguiente, debemos evitar en la medida de lo posible todo lo que nos distraiga de ella o que disperse nuestra concentración. Por lo tanto, aunque pueda haber muchos libros que enfatizen más o menos directamente que debemos retener la mente de correr hacia fuera y que en lugar de ello debemos volverla hacia dentro para prestar atención a nuestro mero ser, no obstante seríamos sabios si evitásemos leer más de tales libros, debido a que la misma verdad está expresada en muchos libros de muchas maneras diferentes y con grados variables de claridad e intensidad, y, por consiguiente, al leer demasiados libros, la mente tenderá a devenir dispersa y a perder con ello su ímpetu concentrado y agudamente focalizado a aferrarse tenazmente a la simple auto-atención.

Además, aunque leer repetidamente unos pocos libros seleccionados puede ayudar a clarificar nuestra comprensión y fortalecer nuestra convicción, debemos recordar siempre que la verdad que buscamos no está efectivamente contenida en esos libros sino solo dentro de nosotros mismos. La verdad o realidad trasciende todos los pensamientos y palabras, de modo que no puede ser nunca expresada adecuadamente en ningún libro, no importa cuán sagrado pensemos que es ese libro.

Las palabras en los libros sagrados nunca pueden expresar la verdad como es realmente, sino que solo pueden dirigir la mente hacia esa verdad, que existe en la profundidad más íntima de nuestro ser. Por lo tanto, el beneficio que podemos obtener de leer cualquier libro es muy limitado. Como Sri Adi Sankara escribió en el verso 364 de *Vivekachudamani*: «Cien veces más grande que el beneficio de *sravana* o leer, es el beneficio de *manana*, meditar o reflexionar sobre la verdad que hemos leído, y cien mil ve-

ces más grande que el beneficio de *manana* es el beneficio de *nididhyasana* o auto-atención aguda, que es la aplicación correcta de la verdad que hemos aprendido por *sra-vana* y comprendido por *manana*».

En la primera sentencia de este párrafo dieciséis, Sri Ramana dice que todo texto o tratado sagrado enseña que para obtener la emancipación o salvación, debemos retener la mente, y que enseñar la retención de la mente es por lo tanto la meta o intención última de todos esos textos.

Sin embargo, aunque todos los textos sagrados están de acuerdo en el hecho de que debemos retener la mente, textos diferentes explican lo que se entiende por «retener la mente» en términos diferentes. Algunos textos sagrados enfatizan solo los aspectos menos sutiles de la retención de la mente, tales como reprimir las formas más groseras de nuestros deseos, pero aunque podamos reprimir muchos o incluso la mayoría de nuestros deseos, no podemos retener la mente completa y perfectamente a no ser que nos las ingenemos para impedirle surgir a conocer siquiera lo más mínimo ninguna cosa otra que nosotros mismos.

Por lo tanto, puesto que solo podemos impedir o retener el surgimiento de la mente siendo vigilantemente auto-atentos, en la segunda sentencia Sri Ramana clarifica el verdadero significado del término retención de la mente o *mano-nigraha* diciendo: «Para retener [nuestra] mente es necesario [para nosotros] investigarnos a nosotros mismos [para saber] quién [somos nosotros realmente]». Lo que ocurre cuando nos investigamos a nosotros mismos verdaderamente es revelado por él en el verso veinticinco de *Ulladu Narpadu* y el verso diecisiete de *Upadesa Undiyar*:

Aferrándose a la forma [un cuerpo] él [la mente o ego] viene a la existencia. Aferrándose a la forma [ese cuerpo] persiste. Aferrándose y alimentándose de la forma [los pensamientos u objetos] él florece abundantemente. Al abandonar la forma [un cuerpo o un pensamiento] él se aferra a la forma [de otro cuerpo u otro pensamiento]. [Sin embargo] si [nosotros] [le] examinamos, [este] ego fantasma sin forma se desvanece. Sabe [es decir, conoce esta verdad, o experimenta esta desaparición del ego examinándole].

Cuando [nosotros] escudriñamos la forma de [nuestra] mente sin olvido, [descubrimos que] no hay ninguna cosa tal como la «mente» [separada de u otra que nuestro sí mismo real y esencial]. Para cada uno, ésta es la vía directa [al auto-conocimiento verdadero].

Es decir, cuanto más agudamente nos investiguemos, examinemos o escudriñemos, que ahora sentimos ser esta consciencia individual finita que llamamos nuestro «ego» o «mente», tanto más se sumergirá y disolverá esta «mente» en nuestro ser, debido a que, no teniendo existencia o forma sustancial suya propia, no puede permanecer frente a la

mirada clara e intensa de nuestra auto-atención. Cuando por la práctica repetida obtenemos la capacidad de mantener nuestra atención auto-escudriñadora sin olvido, la mente eventualmente se sumergirá en la profundidad o núcleo más íntimo de nuestro ser, donde nosotros experimentaremos la claridad infinita del auto-conocimiento verdadero, que disolverá la mente enteramente, revelando la verdad de que ninguna cosa tal ha existido nunca realmente.

Es decir, en la clara luz del auto-conocimiento verdadero, nosotros descubriremos que nunca hemos sido la mente que imaginábamos ser, sino que hemos sido siempre la consciencia real, infinita y absoluta del mero ser, lo mismo que a la clara luz del día descubriríamos que una cuerda, que en la oscuridad de la noche imaginábamos ser una serpiente, nunca fue una serpiente sino que fue siempre solo una cuerda. Lo mismo que la serpiente, la mente es una mera ficción de nuestra imaginación, y lo mismo que la cuerda, nuestra consciencia infinita de ser es la única realidad subyacente a la apariencia ilusoria de esta mente. De la misma manera que nosotros estábamos viendo efectivamente solo una cuerda incluso cuando la imaginábamos ser una serpiente, así también nosotros estamos experimentando efectivamente solo nuestra auto-consciencia infinita y absolutamente no-dual, incluso cuando la imaginamos ser esta consciencia que conoce la dualidad que llamamos nuestra «mente».

Por lo tanto, puesto que la mente es meramente una ilusión, un fantasma insustancial, elusivo y siempre efímero creado por nuestra imaginación, nosotros solo podemos retenerla efectivamente conociendo la verdad de que realmente no somos ella, como ahora imaginamos ser, sino solo la infinita plenitud de ser, consciencia y felicidad. Hasta que conozcamos esta verdad como nuestra experiencia efectiva, continuaremos siendo engañados por esta mente imaginaria, y nunca seremos en realidad capaces de retenerla enteramente. Por consiguiente, puesto que solo podemos conocernos como somos realmente, escudriñando nuestro ser, aguda y atentamente, esta práctica del auto-escrutinio, auto-atención o auto-investigación es el único medio por el que podemos retener la mente total y efectivamente.

Después de decir que para obtener *mukti* o la emancipación nosotros debemos retenerla, y que para retener la mente debemos investigarnos o examinarnos para conocer quién o qué somos realmente, Sri Ramana continua definiendo la emancipación verdadera más tarde, en el mismo párrafo, diciendo:

...Conocer nuestra *yathartha svarupa* [nuestro sí mismo o ser real], habiendo investigado quién es [nuestro] sí mismo [falso individual], que está en esclavitud, es *mukti* [emancipación o liberación]...

¿Qué quiere decir él exactamente cuando dice que estamos en esclavitud? La «esclavitud» en que estamos ahora no es solo nuestro confinamiento imaginario dentro de

los límites de este cuerpo físico, sino que es más fundamentalmente nuestro confinamiento imaginario dentro de los límites de esta consciencia finita que llamamos nuestra «mente». Nosotros somos en realidad la consciencia no-dual infinita que no conoce otro que su propio ser, que es paz absoluta y felicidad perfecta. Por lo tanto, al imaginarnos ser esta mente finita, que surge al conocer la dualidad u otredad, estamos confinando aparentemente nuestro ser perfectamente feliz e infinito dentro del reino finito del conocimiento dualista, en el que experimentamos una mezcla de felicidad e infelicidad relativas.

Si queremos ser eternamente libres de toda infelicidad, debemos librarnos de la ilusión de que somos esta mente finita, y para librarnos de esta ilusión debemos conocernos como somos realmente, es decir, como ser, consciencia y felicidad infinitos. Puesto que el auto-conocimiento verdadero es nuestro estado real de no-dualidad absoluta, es el estado de libertad infinita, debido a que cuando lo experimentemos sabremos que solo nosotros existe, y que no hay por lo tanto nada otro que nosotros mismos para limitar nuestra libertad.

La esclavitud que experimentamos ahora es una ilusión, una ficción de nuestra imaginación, debido a que en realidad nuestro ser infinito nunca es limitado ni esclavizado de ninguna manera. Por lo tanto, cuando experimentemos el auto-conocimiento verdadero, sabremos la verdad de que nosotros hemos sido siempre perfectamente libres. La esclavitud es un estado que es experimentado solo por la mente irreal, y no por nuestro sí mismo real. Por consiguiente, puesto que la esclavitud solo existe en la visión limitada y distorsionada de la mente, y no en la visión clara e ilimitada de nuestro sí mismo real, el concepto de liberación o emancipación es solo verdadero en relación a la mente atrapada en la esclavitud. Por ello, en el verso treinta y nueve de *Ulladu Narpadu* Sri Ramana dice:

Solo mientras [imaginamos] «yo soy una persona en esclavitud», [surgirán] los pensamientos de esclavitud y liberación. Cuando [nosotros] vemos [nuestro] sí mismo [real] [investigando] «¿quién es [esta] persona en esclavitud?, [nuestro] sí mismo [real], [que está] eternamente liberado, permanece [solo experimentándose a sí mismo] como eso que está [siempre] obtenido. Cuando [nuestro sí mismo real permanece experimentándose a sí mismo de este modo], puesto que el pensamiento de la esclavitud no puede permanecer, ¿puede el pensamiento de la liberación permanecer [solo] frente [a tal auto-conocimiento claro]?

La liberación o el auto-conocimiento verdadero no es efectivamente un estado que podamos obtener como si fuera nuevo, debido a que en verdad somos siempre la consciencia no-dual de ser, que no cesa nunca de conocerse a sí misma y que por lo tanto está eternamente liberada. Sin embargo, puesto que nos imaginamos ahora ser esta mente atrapada en la esclavitud, desde el punto de vista de esta experiencia imaginaria, es necesario que nos libremos de esta ilusión de auto-ignorancia y esclavitud. Por lo tanto,

mientras nos experimentemos como esta mente, nuestras nociones de esclavitud y liberación son en efecto completamente verdaderas y perfectamente válidas. Es decir, mientras nos experimentemos a nosotros mismos como esclavizados por limitaciones, nuestro deseo de obtener el auto-conocimiento verdadero y con ello ser liberados de tal esclavitud, es a la vez válido y necesario.

Sin embargo, aunque nos es necesario hacer ahora todo el esfuerzo posible por obtener el auto-conocimiento verdadero investigando la realidad de la mente, que está en esclavitud, cuando experimentemos efectivamente el auto-conocimiento que buscamos ahora, descubriremos que no somos esta mente atrapada en la esclavitud, sino solo nuestro sí mismo real eternamente liberado. Cuando descubramos así que nuestra esclavitud es enteramente irreal, siendo una mera ficción de nuestra imaginación, nuestra liberación o emancipación de esa esclavitud también será irreal. Es decir, descubriremos que somos eterna e infinitamente libres, y, por consiguiente, no sentiremos que hayamos sido nunca librados o liberados de nada.

Después de definir *mukti* o la liberación, e indicar que nosotros podemos obtenerla solo investigando o escudriñándonos a nosotros mismos, Sri Ramana continua definiendo *atma-vichara* o la «auto-investigación», y al hacerlo, él la contrasta con la práctica de *dhyana* o «meditación», diciendo:

...El nombre «*atma-vichara*» [es aplicable verdaderamente] solo a [la práctica de] siempre ser [o permanecer] habiendo puesto [colocado, mantenido, asentado, depositado, detenido, fijado o establecido nuestra] mente en *atma* [nuestro sí mismo real], mientras *dhyana* [meditación] es imaginarnos ser *sat-chit-ananda brahman* [la realidad absoluta, que es ser-consciencia-felicidad]...

Mientras que la auto-investigación o *atma-vichara* es la práctica de permanecer con la mente fijada en nuestro sí mismo real, que es ser infinito y absoluto, es una práctica de solo ser, sin ninguna actividad mental. En contraste, el término meditación o *dhyana* es comprendido comúnmente como denotando la práctica de pensarnos o imaginarnos ser Dios o *brahman*, la realidad infinita y absoluta, cuya naturaleza es *sat-chit-ananda* o ser-consciencia-felicidad, y, como tal meditación, es meramente una actividad mental.

Esta distinción radical entre la práctica de la auto-investigación verdadera o *atma-vichara* y la práctica de meditar «yo soy *brahman*» era a menudo enfatizada por Sri Ramana, como por ejemplo en el verso veintinueve de *Ulladu Narpadu*, en el que dice:

Sin decir «yo» con la boca, solo escudriñar con [nuestra] mente sumergida [zambullida o penetrante] «¿dónde surge [esta mente] como yo?» es la vía de *jñana* [la práctica que lleva al conocimiento verdadero]. En lugar [de practicar tal profundo auto-escrutinio libre de pensamiento], pensar «[yo] no [soy] este [cuerpo o mente],

yo soy ese [*brahman* o la realidad absoluta]» es [meramente] una ayuda, [pero] ¿puede ello ser *vichara* [auto-investigación o auto-escrutinio]?

La verdadera *vichara* o auto-investigación es solo la práctica de nuestro sumergirnos o penetrar dentro con la mente o atención entera focalizada en nuestra fuente o ser verdadero, nuestra consciencia fundamental «yo soy». Meditar o morar en el pensamiento de que no somos este cuerpo o mente, sino solo la realidad infinita y absoluta, puede ser una ayuda para convencernos de nuestra necesidad de volvernos hacia dentro para conocernos, pero no puede ser el proceso efectivo de auto-investigación, debido a que es una actividad extrovertida de la mente.

Cuando los sabios y los libros sagrados nos dicen que no somos este cuerpo o mente finita, sino solo la realidad infinita y absoluta, su meta es empujarnos a volver nuestra atención hacia dentro, a fin de escudriñarnos para descubrir qué somos realmente. En lugar de volvernos y sumergirnos así dentro, si pensamos meramente «yo no soy esto, yo soy eso», no hemos comprendido claramente el propósito de su enseñanza. Por ello, en el verso treinta y dos de *Ulladu Narpadu* Sri Ramana dice:

Cuando los Vedas [u otros textos sagrados] proclaman «eso [realidad absoluta] es tú», nuestro pensamiento «yo soy esa [realidad absoluta], [y] no esto [cuerpo o mente]», [y] no ser [solo] [esa realidad absoluta al] examinarnos a nosotros mismos [para verificar] «¿qué [soy yo]?», es debido a la falta de fuerza mental [o discriminación], debido a que esa [realidad absoluta] permanece siempre como nosotros mismos.

Cuando se nos dice «eso es tú», nosotros debemos investigar y conocer «¿qué soy yo?». Si en lugar de ello simplemente meditamos «yo soy eso», Sri Ramana dice que esto es debido a la ausencia o falta de *uran* o fuerza mental. La palabra *uran* significa literalmente fuerza de voluntad, auto-control o conocimiento, pero en este contexto significa específicamente fuerza de convicción. Si nosotros estamos verdaderamente convencidos de que somos eso, no sentiremos ninguna necesidad o deseo de meditar «yo soy eso», sino que en lugar de ello solo sentiremos un fuerte impulso y amor de escudriñarnos a nosotros mismos para descubrir «¿yo soy qué?».

Puesto que esa realidad absoluta e infinita existe siempre como nuestro sí mismo real o ser esencial, no podemos conocerla hasta que nos conozcamos a nosotros mismos. Por lo tanto, si tenemos verdaderamente amor por la plenitud infinita de ser que llamamos «Dios», debemos meditar solo en nosotros mismos, y no en ningún pensamiento de Dios, y ni siquiera en el pensamiento «yo soy Dios».

Cualquier pensamiento que formamos en la mente es una imaginación, y es experimentado por nosotros como algo otro que nosotros mismos, de modo que ningún pensamiento puede ser Dios. Lo que quiera que pueda ser nuestra concepción de Dios, ella

no es Dios, y no llega ni siquiera a definirle, debido a que él es la realidad infinita, que trasciende todos los pensamientos y conceptos mentales.

El pensamiento de Dios es útil para nosotros solo mientras nos imaginamos ser este individuo finito que siente «yo soy este cuerpo», pero si nos deshacemos de esta imaginación conociéndonos como somos realmente, ningún pensamiento de Dios será necesario, debido a que le experimentaremos directamente como nuestro sí mismo real. Hasta que le experimentemos así, pensar en él es beneficioso, pero mejor que pensar en él como otro que nosotros mismos, lo es más pensar en él como nuestro sí mismo real. Por esto en el verso ocho de *Upadesa Undiyar*, Sri Ramana dice:

Mejor que *anya-bhava* [considerar a Dios como *anya* u otro que nosotros mismos], *ananya-bhava* [considerarle *ananya* o no otro que nosotros mismos], «él es yo», es en verdad la mejor entre todas [las maneras de pensar en Dios].

Sin embargo, puesto que Dios es nuestro sí mismo real, mejor que meditar «él es yo» o pensar en él como no otro que nosotros mismos, dejar de lado todos los pensamientos de Dios y meditar solo en nuestro sí mismo o ser esencial es la manera más perfecta de meditar en él. Si nosotros estamos verdaderamente convencidos de que «él es yo», ¿por qué debemos continuar pensando repetidamente «él es yo», en lugar de solo ser agudamente auto-atentos para experimentarnos a nosotros mismos como el ser puro e infinito que somos realmente? Por ello en el verso treinta y seis de *Ulladu Narpadu* Sri Ramana pregunta:

Si pensamos que nosotros somos [este] cuerpo, esa [meditación] que es pensar [en su lugar] que «no [nosotros no somos este cuerpo], nosotros somos eso» es una buena ayuda [para convencernos y recordarnos la necesidad] de permanecer [en el estado de auto-consciencia no-dual verdadera, en el que nos experimentamos a nosotros mismos] como «nosotros somos eso [la realidad absoluta]». [Sin embargo] puesto que nosotros [en verdad] permanecemos [siempre] como eso, ¿Por qué [debemos estar] pensando siempre que nosotros somos eso? [Para conocer que nosotros somos humanos] ¿[necesitamos] pensar «yo soy un hombre»?

Pensar que somos Dios o la realidad absoluta es beneficioso solo en la medida en que puede ayudarnos a convencernos y recordarnos que no debemos surgir como esta mente pensante, sino que en lugar de ello debemos permanecer como nuestro sí mismo real, que es esa realidad absoluta, cuya naturaleza es solo ser y no hacer o pensar nada. Pero de la misma manera que no sentimos ninguna necesidad de pensar «yo soy un ser humano», debido a que nos experimentamos siempre a nosotros mismos como tal, así también no hay ninguna necesidad de pensar repetidamente «yo soy eso», debido a que somos siempre eso, tanto si lo pensamos como si no.

Por lo tanto, puesto que en verdad somos siempre solo esa realidad absoluta, nuestra meta debe ser experimentarnos como tal, y para experimentarnos así, debemos sumergirnos en nuestro ser, permaneciendo sin surgir para pensar nada. Por ello en el verso veintisiete de *Ulladu Narpadu*, Sri Ramana dice:

El estado de [solo] ser, en el que «yo» [esta mente] no surge [como una entidad aparentemente separada], es el estado en el que nosotros somos eso. Sin escudriñar el lugar [morada o fuente] donde «yo» surge, ¿cómo [es posible para nosotros] obtener la pérdida de [nuestro] sí mismo [individual], [que es el estado sin ego] en el que «yo» no surge? Sin obtener [este estado de no-egoidad o aniquilación de nuestra individualidad,] di, ¿cómo [podemos nosotros] permanecer en el estado de [nuestro] sí mismo [real], en el que [nosotros nos experimentamos a nosotros mismos como] «mí mismo es eso»?

Podemos experimentarnos como Dios, la realidad infinita y absoluta, solo en nuestro estado natural de completa no-egoidad, en el que no surgimos como un «yo» individual separado o mente. Para permanecer sin surgir como esta mente, debemos escudriñar agudamente nuestro ser más íntimo, que es la fuente de la que hemos surgido. Cuando escudriñemos aguda, vigilante e inquebrantablemente nuestro ser más íntimo, nos sumergiremos y fundiremos en él, deviniendo uno con él, y en el estado resultante de auto-consciencia no-dual sin ego, experimentaremos la verdad de que nosotros somos la realidad absoluta que ahora llamamos «Dios» o *brahman*.

Esta práctica de auto-escrutinio o auto-atención aguda, vigilante e inquebrantable, es la práctica de «ser habiendo puesto [nuestra] mente en [nuestro] sí mismo [real]», que Sri Ramana describió cuando dijo: “El nombre «*atma-vichara*» [es verdaderamente aplicable] solo a [la práctica de] ser siempre [morando o permaneciendo], habiendo puesto [colocado o fijado nuestra] mente en *atma* [nuestro sí mismo real]”, y es el único medio por el que efectivamente podemos retener o impedir el surgimiento de la mente. En contraste con esta práctica simple de ser auto-atento, que es enteramente exenta de actividad mental, la práctica de meditar «yo soy la realidad absoluta» es una actividad mental, y, por consiguiente, sostiene efectivamente el surgimiento de la mente e impide su submersión.

En la práctica, la meditación o *dhyana* que Sri Ramana describió cuando dijo: “...mientras *dhyana* es imaginarnos a nosotros mismos como *sat-chit-ananda brahman* [la realidad absoluta, que es ser-consciencia-felicidad]”, es solo un proceso de recordar alguna información que hemos aprendido de libros sagrados o sabios, a saber, que en verdad somos la realidad absoluta, que es ser, consciencia y felicidad infinitos, y tratar de imaginarnos como tal. Mientras practiquemos tal *bhavana* o meditación imaginativa, claramente no conocemos nuestro sí mismo real, debido a que si lo conociéramos no sentiríamos ninguna necesidad de tal práctica. Por lo tanto, puesto que nosotros no conocemos nuestro sí mismo real, claramente no conocemos el *brahman* o la realidad ab-

solata, ni conocemos la verdadera experiencia de ser ser-consciencia-felicidad infinito. Para la mente auto-ignorante, términos tales como Dios, *brahman*, la realidad absoluta y *sat-chit-ananda* o ser-consciencia-felicidad, todos denotan solo conceptos mentales, y ninguna experiencia efectiva.

Sri Ramana concluye el párrafo dieciséis diciendo: «En un momento devendrá necesario [para nosotros] olvidar todo lo que hemos aprendido», debido a que toda la información que hayamos aprendido, incluyendo todo lo que hemos aprendido de libros sagrados sobre Dios o la realidad absoluta, es solo una colección de pensamientos o concepciones mentales, mientras que la realidad trasciende no solo todos los pensamientos y conceptos, sino incluso la mente que piensa y conoce tales pensamientos y conceptos. Por lo tanto, para conocernos a nosotros mismos como la realidad absoluta o *brahman*, debemos olvidar todos esos pensamientos e incluso la mente que los piensa, y en lugar de ello debemos permanecer auto-atentamente como nuestro mero ser, que es exento de todo pensamiento y actividad mental.

Cuando Sri Ramana define *dhyana* o «meditación» como la práctica de «imaginarnos a nosotros mismos como *sat-chit-ananda brahman*», no debemos confundir su uso de la palabra *dhyana* en este contexto con su uso anterior del término *svarupa-dhyana* o «auto-meditación» en el párrafo diez. La palabra sánscrita *dhyana* deriva de la raíz verbal *dhya* o *dhyai*, que significa pensar en, imaginar, meditar en, cavilar sobre, reflexionar sobre, considerar o recordar, y, por consiguiente, significa literalmente meditación, pensamiento o reflexión. Como tal, *dhyana* es definitivamente una actividad mental, un proceso de imaginar o pensar en algo.

Sin embargo, cuando la palabra *dhyana* es aplicada a nosotros mismos como en *svarupa-dhyana*, no significa literalmente meditación o pensamiento, debido a que nuestro sí mismo o ser real no es un objeto que podamos pensar. Si nosotros tratamos de pensar en o meditar en nosotros mismos, la mente pensante comenzará a sumergirse, debido a que solo puede surgir y ser activa pensando en o prestando atención a otras cosas que a sí misma. Por lo tanto, la práctica de *svarupa-dhyana* o «auto-meditación» es diferente de todas las otras formas de meditación, debido a que no es una actividad mental ni ninguna forma de «hacer» o «pensar», sino solo el estado de ser auto-atento.

El significado verdadero de «meditar» en ser, la realidad o «eso que es», es bellamente explicado por Sri Ramana en el primero de los dos versos del *mangalam* o «introducción auspiciosa» a *Ulladu Narpadu*, que él compuso inicialmente como un verso de dos líneas en métrica *kural venba*, en el que dijo:

¿Cómo [o quién puede] meditar en [nuestro] ser-esencia? Solo ser en [nuestro] corazón como [nosotros] somos [verdaderamente] es meditar [en nuestro ser]. Sabe [esto].

Sin embargo, para adaptarse a la métrica de los demás versos en *Ulladu Narpadu* y explicar con más detalle la verdad sutil que él expresó tan sucintamente en este verso *kural*, le añadió más tarde dos líneas de apertura, transformándolo con ello en su forma presente, que es un verso de cuatro líneas en métrica *venba*, en el que dice:

¿Aparte de *ulladu* [«eso que es» o ser] hay consciencia de ser? Puesto que [este] ser-esencia [esta sustancia o realidad existente que es] es en [nuestro] corazón exento de [todo] pensamiento, ¿cómo [o quién puede] pensar en [o meditar sobre este] ser-esencia, que es llamado «corazón»? Solo ser en [nuestro] corazón como [nosotros] somos [verdaderamente] [es decir, nuestra consciencia de ser no-dual libre de pensamiento, «yo soy»] es meditar [en nuestro ser]. Conoce [esta verdad experimentándola].

El original tamil de este verso es una bella composición rica en aliteración y profunda en significado. De sus quince pies métricos, los primeros catorce comienzan con la sílaba *ul*, que es una palabra raíz que tiene dos significados distintos pero estrechamente relacionados. Es decir, *ul* es la base de un verbo sin tiempo que significa «ser» o «tener», y es también una palabra separada pero relacionada que quiere decir «dentro», «en» o «interior».

De las catorce palabras de este verso que comienzan con esta sílaba *ul*, ocho son diversas palabras derivadas del primer sentido de *ul* como la base de un verbo sin tiempo que en este contexto significa «ser», mientras que las otras seis son palabras derivadas del segundo sentido de *ul* como una palabra que significa «dentro», «en» o «interior». De estas seis palabras, tres son formas de la palabra *ullam*, que significa «corazón», «núcleo», «mente», «consciencia» o «sí mismo», y las otras tres son la palabra *ullal*, que significa «pensamiento», «pensar» o «meditar», siendo una forma literaria del tronco verbal *ullutal*, que significa «pensamiento».

La primera sentencia de este verso es una pregunta simple, pero una pregunta con un significado muy profundo y amplio, ¿*ulladu aladu ulla-unarvu ullado?* Como un nombre, *ulladu*, que es un término usado en literatura filosófica tamil para denotar la realidad, verdad o espíritu, es tanto un nombre compuesto que significa «eso (*adu*) que es (*ulla*)» como un gerundio que significa «ser». Sin embargo, estos dos significados son esencialmente idénticos, debido a que «eso que es» no es otro que, o no es de ninguna manera distinto de su propio estado de ser natural, y, por consiguiente, ambos son apropiados en este contexto. La palabra *aladu* puede ser una conjunción adversativa que significa «o», «si no» o «más», o que puede significar «excepto como», «otro que» o «además». La palabra compuesta *ulla —unarvu* significa «consciencia que es», «ser-consciencia» o «consciencia de ser», y *ullado* es una forma interrogativa de la tercera persona del singular del verbo *ulladu* y por lo tanto significa «¿hay?» o «¿existe?».

Así pues, esta primera sentencia da varios matices de significado tales como «Si no hubiera ser, ¿podría haber consciencia de ser?», «Excepto como [otro que o además de]

eso que es, ¿hay [alguna] consciencia de ser?» o «¿Puede [nuestra] consciencia de ser [«yo soy»] ser otra que [nuestro] ser?». Aunque todos estos matices de significado están estrechamente relacionados, son paralelos y compatibles unos con otros, cada uno de ellos es una manera alternativa y útil de comprender la misma verdad básica.

Entre los diversos matices de significado implícitos en esta primera sentencia, uno importante deriva del hecho de que *ulladu* significa «eso que es», y por lo tanto en su sentido literal denota solo eso que es realmente, y no algo que meramente parezca ser. Es decir, no denota meramente una forma de ser relativa, finita, parcial o cualificada, sino solo la forma de ser absoluta, infinita, indivisible e incualificada —el ser que es realmente. Por consiguiente, un significado importante implícito en esta frase es que si no hubiera un ser absoluto, ¿podríamos nosotros ser conscientes de ser?

Es decir, nosotros somos conscientes de ser debido solo a que hay algo que es realmente —algo que es absoluta, incondicional, infinita, eterna e inmutablemente real. Así pues, esta sentencia es un poderoso argumento que establece la verdad de que nuestra mera consciencia de ser indica claramente la existencia de una realidad absoluta —una forma de ser incualificada, una «es»-dad o «soy»-dad esencial que subyace a todas las formas de conocimiento.

Este ser esencial y absoluto es nuestro ser, «yo soy», debido a que «yo soy» es el ser fundamental que nosotros experimentamos siempre y que es la base de nuestro conocimiento de todas las otras formas de ser. Puesto que nuestro ser esencial o «soy»-dad subyace a y sostiene todo nuestro conocimiento, incluyendo nuestro conocimiento del tiempo, el espacio y todas las otras dimensiones limitativas, él mismo debe trascender todas las limitaciones y por lo tanto debe ser eterno, inmutable, infinito y absolutamente real.

Aunque superficialmente la palabra *ulladu*, o «eso que es», pueda parecer denotar un ser que existe como «eso», un objeto otro que nosotros mismos, éste no es el sentido en el que Sri Ramana pretende que la comprendamos. Eso que realmente existe, y que nosotros conocemos siempre como existente, es solo nuestro ser, que nosotros experimentamos como «yo soy».

Nuestro conocimiento o consciencia del ser o la existencia de cualquier otra cosa aparece y desaparece, y por lo tanto es solo una aparición efímera. Además, la «consciencia» que conoce el ser o la existencia de otras cosas es solo la mente, y esas «otras» cosas que ella conoce son todas meramente pensamientos o imágenes mentales que forma dentro de ella misma por su propio poder de imaginación. Puesto que tanto la mente como todas las «otras» cosas que conoce, aparecen y desaparecen, su realidad aparente es finita, relativa y condicional, y, por consiguiente, no pueden ser la realidad absoluta que es denotada por la palabra *ulladu* o «eso que es [realmente]».

Por lo tanto, en el contexto en el que Sri Ramana la usa, la palabra *ulladu* no denota alguna realidad aparente que la mente conozca como otra que sí misma, sino que denota

solo la realidad absoluta que subyace a y sostiene la apariencia de la mente. Es decir, denota solo nuestro ser, el ser de primera persona, «yo soy», y no alguna otra forma de ser, algún ser de segunda o tercera persona tal como «él es». Esta realidad es hecha incluso más clara por Sri Ramana en la segunda sentencia de este verso, en la que él dice que la *ulla-porul*, la «sustancia que es» o «realidad que es», existe en nuestro corazón y es exenta de pensamiento, y que de hecho es eso que nosotros llamamos nuestro «corazón» o el núcleo de nuestro ser. Por lo tanto, las palabras *ulladu* y *ulla-porul* denotan solo la realidad libre de pensamiento que existe dentro de nosotros como nuestro ser esencial.

Mientras la mayoría de textos sagrados y otros escritos filosóficos que tratan de establecer la existencia de Dios o la realidad absoluta lo hacen argumentando que debe haber una causa absoluta, fuente o base para la apariencia de este mundo, en esta primera sentencia de *Ulladu Narpadu*, Sri Ramana establece la existencia de la realidad absoluta señalando simplemente que nosotros no podríamos ser conscientes de nuestro ser o existencia si no fuéramos eso que es realmente. Es decir, si nosotros no existiéramos realmente, no podríamos saber «yo soy». Por lo tanto, nuestro ser auto-consciente esencial, que nosotros experimentamos siempre como «yo soy», es absolutamente real.

Puesto que todas las otras cosas dependen para su existencia o ser aparente de nuestro conocimiento de ellas, ellas son todas solo relativamente reales, y no absolutamente reales. La única cosa que nosotros conocemos como la realidad absoluta es nuestro ser o «soy»-dad esencial, mientras que el ser o «es»-dad de todas las otras cosas, incluyendo tanto este mundo entero como cualquier Dios que concibamos como un ser separado de nuestro ser, son solo formas de realidad relativas.

Por lo tanto, en esta simple sentencia, «Si eso que es no fuera, ¿habría consciencia de ser?», Sri Ramana indica que la única evidencia que nosotros requerimos para probar la existencia de la realidad absoluta, a saber, «eso que realmente es», es nuestra simple consciencia de ser. Así pues, él implica que, puesto que nuestro conocimiento de todas las otras cosas depende de nuestro conocimiento de ser, «yo soy», cualquier argumento que podamos dar para establecer la existencia de la realidad absoluta basado meramente en la aparente existencia de otredad, en lugar de en nuestro conocimiento fundamental de ser, es inherentemente deficiente.

Por eso es por lo que todos los argumentos usuales sobre la existencia o no-existencia de Dios nunca pueden ser resueltos, a no ser que consideremos primero la realidad de nuestra existencia. Nosotros no podemos establecer nunca la existencia de la realidad absoluta o «Dios» sobre la base de la existencia aparente de este mundo, sino solo sobre la existencia indudable de nosotros mismos.

Debido a que conocemos el mundo, sabemos que existimos ciertamente para conocerlo. La existencia del mundo puede ser una mera aparición o imaginación, como la existencia aparente del mundo que conocemos en un sueño, pero nuestra existencia es indudablemente real, debido a que si no existiéramos realmente, no podríamos conocer

ni nuestra existencia ni la existencia aparente de ninguna otra cosa. Por lo tanto, Sri Ramana comienza el texto principal de *Ulladu Narpadu* diciendo en el verso uno:

Debido a que nosotros vemos [o percibimos] el mundo, aceptar [la existencia de] un único *mudal* [principio primero, origen, fuente, base, realidad fundamental o sustancia primaria] que tiene un poder que es múltiple [o diverso, es decir, un poder para aparecer como si fuera muchas cosas diversas] es en verdad inevitable. La imagen de nombres y formas [esta apariencia del mundo entera], el veedor [la mente que lo percibe], la pantalla subyacente [o existente] [sobre la que aparece] y la luz brillante [de la consciencia por la que nosotros lo percibimos] —todos estos son él [esta única sustancia primaria], que es [nuestro] sí mismo [real].

El único *mudal* —la única realidad fundamental, esencia básica o sustancia primaria— a la que Sri Ramana alude en este verso, y que él dice que es nuestro sí mismo real, es la misma realidad absoluta que él describe como *ulladu* o «eso que es» en el primer verso *mangalam*. Debido a que sabemos «yo soy», sabemos que esta única realidad original, fundamental y absoluta, que es nuestro sí mismo real o ser esencial, en verdad existe. Y debido a que cuando surgimos como la mente, experimentamos aparentemente dentro de ella muchas otras cosas además de nuestro ser, nosotros sabemos que nuestro único ser auto-consciente tiene el poder de aparecer como si fuera muchas cosas diversas.

Todas estas cosas diversas —a saber, esta apariencia del mundo entera, que surge en la mente como series de imágenes mentales y que es como una película proyectada sobre una pantalla, la mente, que experimenta esta película, la «pantalla» o sustrato de ser subyacente de la que, en la que y sobre la que tanto la mente como esta película entera de imágenes mentales siempre cambiantes aparece, y la clara luz de consciencia que nos capacita para experimentar este espectáculo de sueño entero— son en esencia solo la única sustancia primaria o realidad fundamental no-dual, que es nuestro sí mismo real o ser esencial. Es decir, debido a que toda esta multiplicidad surge en nosotros como un sueño, y desaparece cuando la mente se sumerge en el sueño profundo, la sustancia de la que está formada es solo nuestro ser auto-consciente no-dual, que es la única realidad fundamental y absoluta.

Aunque en este verso Sri Ramana parece afirmar la existencia de esta única realidad absoluta no-dual sobre la base de nuestra experiencia de esta apariencia del mundo, él comienza efectivamente este verso con la palabra *nam*, que significa «nosotros», poniendo con ello el énfasis no sobre el mundo como tal, sino solo sobre nosotros mismos, que parecemos percibir este mundo. Este énfasis es reiterado por él aún más fuertemente en las palabras finales de este verso, *tan am avan*, que significan «él que es sí mismo», y que por lo tanto indican claramente lo que él quiere decir de hecho con el término «único *mudal*», a saber, que «él», el «único *mudal*» o Dios, que es la única realidad fundamental o sustancia primaria que subyace a y aparece como toda esta multiplicidad, es

solo nuestro sí mismo real o ser esencial. Así pues, en este verso, Sri Ramana establece efectivamente la existencia de la realidad absoluta basada no en la existencia aparente del mundo, sino solo en la existencia indudable de nosotros mismos, que parecemos conocerlo.

Sin embargo, mientras que en este primer verso del texto principal de *Ulladu Narpadu*, él establece la existencia de la realidad absoluta de una manera indirecta basada en nuestra consciencia transitoria de este mundo, en la primera sentencia del primer verso del *mangalam* o «introducción auspiciosa» a *Ulladu Narpadu*, él la establece de una manera directa basada en nuestra consciencia permanente de nuestro simple ser. Es decir, tanto si percibimos este mundo como si no, nosotros experimentamos siempre la realidad absoluta, «eso que es», debido a que somos siempre conscientes de nuestro ser esencial, «yo soy».

Puesto que siempre conocemos claramente nuestro ser o «soy»-dad, él es en verdad «eso que es realmente», y, por consiguiente, no necesitamos ninguna otra evidencia para convencernos de la existencia indudable de «eso que es». Nosotros mismos, que en esencia somos el ser auto-consciente que experimentamos siempre como «yo soy», somos eso que es verdaderamente, eso que es definitivamente, eso que existe incondicional e independientemente, y que es por lo tanto absolutamente real.

Otro matiz de significado, transmitido en esta primera sentencia, está basado en el significado implícito en la palabra compuesta *ulla-unarvu*. Es decir, puesto que *ulla-unarvu* significa «ser-consciencia» o «consciencia de ser», y puesto que la forma primera y fundamental en la que nosotros somos conscientes de ser es la consciencia o conocimiento que tenemos de nuestro ser, que experimentamos como «soy», el significado implícito por *ulla-unarvu* es esta consciencia básica «soy», que es la consciencia de primera persona de nuestro ser. Puesto que «soy» es un predicado, debe tener un sujeto, y ese sujeto solo puede ser «yo», que es el ser real denotado aquí por la palabra *ulladu*. Por lo tanto, un significado implícito en esta primera sentencia es: «Si el ser fundamental “yo” no existiera realmente, ¿podríamos experimentar nosotros esta consciencia “soy”?».

Además, puesto que *aladu* significa no solo «a no ser que» o «si no», sino también «otro que» o «además de», otro matiz paralelo pero ligeramente diferente del significado transmitido en esta sentencia es: «¿Puede nuestra consciencia “soy” ser otra que nuestro ser esencial “yo”?». Es decir, nuestra consciencia de ser, que es denotada por la palabra «soy», no es otra que nuestro ser, que es denotado por la palabra «yo».

Cuando nosotros interpretamos *aladu* como significando «otro que», este mismo significado básico es válido incluso sin que impliquemos las palabras inferidas «yo» y «soy». Es decir, un significado que es claramente transmitido en esta primera sentencia es: «Otro que eso que es, ¿hay [alguna] consciencia que sea [para conocer eso que es]?», o más simplemente, «Otro que ser, ¿hay [alguna] consciencia de ser?».

En otras palabras, la consciencia es ella misma ser, debido a que si fuera otro que ser, la consciencia no sería y por lo tanto no podría conocer ser. Ésta es la misma verdad crucialmente importante que Sri Ramana expresa en palabras muy similares en el verso veintitrés de *Upadesa Undiyar*:

Debido a la no-existencia de [ninguna] *unarvu* [consciencia] otra [que *ulladu*] para conocer *ulladu* [«eso que es» o ser], *ulladu* es *unarvu*. [Esa] *unarvu* misma existe como «nosotros» [nuestro ser esencial o sí mismo verdadero].

La verdad crucial que es declarada explícitamente en este verso de *Upadesa Undiyar*, y que también está claramente implícita en esta primera sentencia de *Ulladu Narpadu*, está en perfecto acuerdo con la experiencia de cada uno de nosotros, debido a que la forma básica en la que cada uno de nosotros experimentamos nuestra consciencia, es como la consciencia de nosotros mismos o nuestro ser. Nuestra consciencia es consciente de su propio ser porque, puesto que es consciencia, su ser es esencialmente auto-consciente. O para expresar la misma verdad más directamente, somos conscientes de nuestro ser porque, puesto que somos consciencia, nuestro ser es esencialmente auto-consciente, y, por consiguiente, nuestra consciencia y nuestro ser son inseparables. Es decir, nosotros no somos solo ser o *ulladu*, «eso que es» sino también somos consciencia de ser o *ulla-unarvu*, «eso que es consciente de eso que es».

Otro matiz de significado, que es importante en el contexto del resto de este verso, deriva del hecho de que además de significar «que es» o «de ser», la palabra *ulla* en *ulla-unarvu* puede significar también «pensar», debido a que puede ser interpretada como la forma infinitiva del verbo *ullutal*. Visto en este sentido, el significado de esta primera sentencia sería, «Otro que eso que es, ¿hay una consciencia para pensar [en ello]?». Es decir, puesto que no estamos separados de la realidad absoluta sobre la que deseamos meditar, solo podemos meditar en ella verdaderamente experimentándola como nosotros mismos, y puesto que ella es exenta de todo pensamiento, solo podemos experimentarla experimentándonos sin ningún pensamiento, como nuestro ser simple auto-consciente.

La segunda sentencia de este verso es más larga pero aún así una pregunta bastante simple, ¿*ulla-orul ullal ara ullatte ulladal, ullam enum ulla-porul ullal evan?* La palabra compuesta *ulla-porul*, que denota el mismo ser real y absoluto que es denotado por la palabra *ulladu* en la primera sentencia, significa literalmente «la cosa», «entidad», «realidad», «sustancia o esencia que es», o en otras palabras, «la realidad existente o esencia que es». La palabra *ullal* significa «pensamiento» o «pensar» y *ara* significa «exento de». La palabra *ullatte* es una forma locativa de *ullam* y por lo tanto significa «en [nuestro] corazón», es decir, en el núcleo o profundidad más íntima de nuestro ser, y *ulladal* significa «puesto que [ello] es». Las palabras *ullam enum ulla-porul* significan «el ser-

esencia, que es llamado corazón», *ullal* aquí significa «pensar» o «meditar», y *evan* significa «cómo» o «quién».

Así pues, esta sentencia significa, «Puesto que [este] ser-esencia es en [nuestro] corazón exento de [todo] pensamiento [o todo pensar], ¿cómo [o quién puede] meditar [en este] ser-esencia, que es llamado [nuestro] corazón?». Es decir, puesto que nuestro ser verdadero y esencial trasciende, y, por lo tanto, es exento de todos los pensamientos, ¿cómo puede una persona pensar en él, concebirle o meditar en él?

En esta sentencia, el uso de la palabra *ullam* o «corazón» es muy significativo, debido a que Sri Ramana no solo dice que nuestro ser esencial existe en nuestro corazón o núcleo más íntimo, sino que también dice que es llamado nuestro corazón. En otras palabras, *ullam* o «corazón» es solo otro nombre para nuestro ser esencial, que es la realidad infinita y absoluta. Puesto que nuestro «corazón» o núcleo más íntimo es nuestro sí mismo real, nosotros mismos somos la realidad o ser absoluto que existe en nuestro corazón como nuestro corazón.

Además, en la literatura tamil, *ullam* puede ser usado como una forma alternativa de *ullom*, la primera persona del plural del verbo *ul*, y como tal significa «somos» como en «nosotros somos». En este contexto, sin embargo, *ullam* no pretende significar «somos» como una primera persona del verbo en plural, sino más bien «somos» como una forma inclusiva de la primera persona del singular del verbo «soy», y, por consiguiente, nosotros podemos traducirlo simplemente como «soy». Interpretado en este sentido, por lo tanto, las palabras *ullam enum ulla-porul* significarían el «ser-esencia, que es llamado “soy”».

Al usar así esta palabra *ullam* en este contexto, Sri Ramana indicó que el significado real de la palabra «corazón» o «núcleo», cuando se usa en un contexto espiritual, es solo nuestro ser esencial auto-consciente, «soy», y también que un nombre apropiado para la realidad absoluta, la esencia o sustancia que solo es, no es solo «corazón» o «núcleo», sino también «soy». De hecho, puesto que la palabra «soy» implica necesariamente la palabra «yo», y viceversa, o conjunta o separadamente «yo» y «soy» son el más apropiado de todos los nombres que nosotros podemos usar para denotar la realidad absoluta o «Dios», debido a que la realidad absoluta es siempre experimentada directamente por cada uno de nosotros como «yo soy».

En la tercera sentencia Sri Ramana concluye definiendo qué es la «meditación» verdadera en la realidad, diciendo *ullatte ullapadi ullade ullal*. Como hemos visto, *ullatte* significa «en [nuestro] corazón», o por implicación «en soy», y *ullal* significa aquí «meditación» o «meditar». La palabra *ullade* es el gerundio de *ulladu* que significa «ser» con el sufijo *e* añadido como un énfasis que implica «solo», «ello mismo» o «en verdad». Así pues, estas tres palabras *ullatte ullade ullal* significan «solo ser en [nuestro] corazón [o «soy»-dad] es meditar», o en otras palabras, ser en nuestro sí mismo real o ser auto-consciente esencial, «yo soy», es «meditar» verdaderamente en él.

Sin embargo, la palabra más importante en esta frase es *ullapadi*, debido a que explica precisamente qué se quiere decir con las palabras *ullatte ullade* o «solo ser en [nuestro] corazón». Cómo exactamente hemos de ser en nuestro corazón o ser verdadero es *ullapadi*, que significa «como [ello] es» o «como [nosotros] somos». ¿Pero qué implica de hecho Sri Ramana en este contexto usando este término «como [ello] es» o «como [nosotros] somos»? El significado que implica es «exento de pensamiento» o «sin pensar», debido a que en la sentencia anterior, él reveló la verdadera naturaleza de nuestro ser-esencia diciendo que existe dentro de nosotros «exento de [todo] pensamiento» o «exento de [todo] pensar».

Además, puesto que él indicó en la primera sentencia que nuestro ser verdadero es, él mismo, nuestra consciencia de ser —en otras palabras, que nuestro ser verdadero es auto-consciente— y que nosotros somos por lo tanto, la consciencia perfectamente no-dual de nuestro ser, «yo soy», él usa aquí este término, *ullapadi*, no solo para implicar «exento de pensamiento», sino también para implicar «como nuestra consciencia no-dual de ser» o «como nuestra auto-consciencia no-dual». Por lo tanto, el significado de esta sentencia entera, *ullatte ullapadi ullade ullal*, es: «Solo ser en [nuestro] corazón como [nosotros] somos [verdaderamente] [es decir, como nuestro ser auto-consciente no-dual libre de pensamiento, «yo soy»] es meditar [en nuestro ser, que es la realidad absoluta]».

La palabra final con la que Sri Ramana concluye entonces este verso es *unar*, que es un imperativo que significa «sabe» o «sé consciente», y que en este contexto implica, ya sea «comprende esta verdad» o ya sea «experimenta tu ser real siendo así como eres realmente».

Así pues, en este verso, la conclusión a la que Sri Ramana nos lleva es que no podemos concebir ni pensar nunca en la realidad absoluta, que es a la vez el ser y la consciencia de nuestro ser, debido a que ella trasciende todo pensamiento y por lo tanto no puede ser nunca alcanzada ni atrapada por ningún pensamiento, y que la única manera de «meditar» en ella o conocerla es por lo tanto solo ser ella como ella es, es decir, como la simple consciencia no-dual libre de pensamiento de nuestro ser, «yo soy».

En el primero de los dos versos de su *payiram* o prefacio a *Ulladu Narpadu*, Sri Muruganar escribe que Sri Ramana compuso gozosamente este texto claro y autorizado en respuesta a su petición: «Para que nosotros seamos salvados, revélanos [graciosamente] la naturaleza de la realidad y el medio para obtener [unir, alcanzar, experimentar o estar unido a] ella». Por consiguiente, en este primer verso *mangalam* Sri Ramana nos revela tanto la naturaleza esencial de la realidad como el medio por el que podemos experimentarla, que es posible solo por nuestro ser uno con ella.

En las dos primeras sentencias de este verso, Sri Ramana revela varias verdades cruciales sobre la naturaleza de la única realidad absoluta, que es *ulladu* o «eso que es». En primer lugar, él explica que ella no es solo ser sino también consciencia, debido a que

otro que «eso que es» no puede haber ninguna consciencia para conocer «eso que es». Por lo tanto, «eso que es [realmente]» es auto-consciente —es decir, es absolutamente ser no-dual auto-consciente.

En segundo lugar, él dice que esa realidad o «ser-esencia» verdaderamente existente, es exenta de pensamientos, o exenta de pensar. Es decir, ella no es un mero pensamiento o concepción mental, sino que es la realidad fundamental que subyace a y sostiene la existencia aparente de la mente pensante y todos sus pensamientos. Sin embargo, aunque sostiene la apariencia imaginaria de los pensamientos, en realidad es exenta de ellos, y, por consiguiente, exenta de la consciencia pensante que nosotros llamamos «mente», debido a que tanto esta mente pensante como sus pensamientos son irreales. En la clara visión de la única realidad auto-consciente, los pensamientos no existen, debido a que parecen existir solo en la visión distorsionada de la mente, que es ella misma uno entre los pensamientos que imagina y conoce.

En tercer lugar, él dice que ella existe «en el corazón», es decir, en el núcleo más íntimo de nuestro ser. En otras palabras, no es meramente algo que exista fuera de o separado de nosotros, sino que es eso que existe dentro como nuestra realidad esencial. Él también añade que es llamada «corazón», indicando con ello que la palabra «corazón» no denota meramente la morada en la que la realidad existe, sino que denota más verdaderamente la realidad misma. Además, puesto que la palabra *ullam* significa no solo «corazón», sino también «soy», al decir que la realidad o «ser-esencia» verdaderamente existente es llamada *ullam*, Sri Ramana revela que no es algo que exista como un objeto, sino que es nuestro sí mismo —nuestro ser o «soy»-dad esencial.

En otras palabras, la realidad absoluta existe no solo en nosotros sino también como nosotros. Ella es el «corazón» real o núcleo de nuestro ser. Es decir, es nuestra esencia, sustancia o realidad misma. Es eso que nosotros somos realmente. Como otro que la única realidad absoluta, nosotros verdaderamente no existimos.

Debido a que nosotros nos tomamos erróneamente por esta mente pensante o consciencia concedora de objetos, se dice que la única realidad fundamental existe dentro de nosotros, pero esto es solo una verdad relativa —una verdad que solo es verdadera en relación a la perspectiva distorsionada de la mente, que experimenta dualidades tales como sujeto y objeto, «mí mismo» y «otro», «dentro» y «fuera», y así sucesivamente. Puesto que la única realidad fundamental trasciende todas estas dualidades, la verdad absoluta sobre su naturaleza no es meramente que ella existe dentro de nosotros mismos, sino que ella existe como nosotros.

Finalmente, al preguntar, «¿*ulla-porul ullal evan?*», que significa «¿cómo [o quién puede] meditar [en este] ser-esencia?», Sri Ramana enfatiza la verdad de que, puesto que la realidad absoluta es eso que trasciende el pensamiento, no puede ser concebida por la mente ni alcanzada por el pensamiento. Por lo tanto, puesto que su naturaleza es tal, ¿cuál es el medio por el que podemos «obtener»-la, «alcanzar»-la o «experimentar»-la como ella es realmente?

Puesto que ella no es solo eso que es completamente exento de pensamiento, sino también eso que es esencialmente auto-consciente, y puesto que es nuestro «corazón» o ser esencial, la única manera en que podemos experimentarla es solo siéndola. En otras palabras, el único medio por el que podemos «obtener» esta única realidad no-dual absoluta es permaneciendo simplemente como somos siempre verdaderamente —es decir, como nuestro ser auto-consciente verdadero, esencial y libre de pensamiento. Por lo tanto, en la tercera sentencia de este verso Sri Ramana dice, «Solo ser en [nuestro] corazón es meditar [en esta realidad verdaderamente existente, que es llamada “corazón”]», declarando con ello enfáticamente que esta práctica de «ser como nosotros somos» es el único medio por el que podemos experimentar la realidad absoluta como ella es.

Así pues, en este primer verso *mangalam*, Sri Ramana revela sucintamente tanto la naturaleza esencial de la realidad como el medio por el que podemos «obtener»-la, «alcanzar»-la o «experimentar»-la tal como ella es realmente. Por consiguiente, en pocas palabras, este verso expresa la esencia misma de *Ulladu Narpadu*, y todos los otros cuarenta y un versos de este profundo texto son una explicación ricamente elaborada de las verdades fundamentales que él expresó tan breve aunque clara y poderosamente en este primer verso.

En verdad, puesto que revela tan claramente no solo la naturaleza de la única realidad absoluta sino también el único medio por el que realmente podemos experimentarla efectivamente, este verso resume la esencia no solo de *Ulladu Narpadu*, sino de todas las enseñanzas de Sri Ramana. Por lo tanto, es verdaderamente la *chudamani* o *joya* mayor de sus enseñanzas, y si somos capaces de comprender su pleno significado correcto, comprensiva y claramente, hemos comprendido verdaderamente la esencia misma de sus enseñanzas.

Como en todas sus otras enseñanzas, en este verso Sri Ramana nos explica la naturaleza de la realidad con un único propósito, a saber, dirigir la mente hacia la única práctica que nos capacitará efectivamente para experimentar la realidad como ella es verdaderamente. A no ser que comprendamos la naturaleza real de nuestra meta, no seremos capaces de comprender por qué la única vía por la que podemos «obtener» esa meta es practicar solo ser como nosotros somos siempre realmente.

Si nuestra meta fuera algo otro que nosotros mismos, habría alguna distancia y deberíamos viajar para obtenerla. Pero puesto que nosotros mismos somos la meta que buscamos, no hay absolutamente ninguna distancia entre nosotros y ella, y, por consiguiente, la vía por la que podemos alcanzarla no puede ser esencialmente nada diferente de ella. Es decir, entre nosotros y nuestra meta, que es nuestro sí mismo real, no hay verdaderamente ningún espacio para acomodar ninguna vía que sea otro que nuestra meta. Por consiguiente, nuestra vía y nuestra meta deben ser uno en su naturaleza esencial. Puesto que nuestra vía es solo ser auto-consciente libre de pensamiento, nuestra meta debe serlo igualmente. Ésta es la verdad esencial que Sri Ramana revela tan claramente

en este verso, y que reitera en tantas palabras diferentes a lo largo de sus otras enseñanzas.

En nuestro estado natural de auto-conocimiento absolutamente no-dual, que es nuestra meta, la experiencia de nuestro ser auto-consciente libre de pensamiento es sin-esfuerzo, debido a que es lo que somos siempre realmente. Sin embargo, en nuestro estado presente, en el que nos imaginamos ser esta mente pensante, nosotros parecemos no ser exentos de pensamiento, como en verdad somos, y, por consiguiente, sentimos que tenemos que hacer esfuerzo para experimentar nuestro ser auto-consciente libre de pensamiento. Así pues, la única diferencia entre nuestra vía y nuestra meta es el esfuerzo que ahora parece ser necesario para que moremos en nuestro estado natural de ser auto-consciente libre de pensamiento.

En esta vía, el esfuerzo que tenemos que hacer no es de hecho un esfuerzo para ser, debido a que somos siempre sin-esfuerzo, sino que es un esfuerzo para evitar tomarnos erróneamente por esta mente pensante. Mientras nos imaginamos ser esta mente, no nos experimentamos como la auto-consciencia verdadera libre de pensamiento que es nuestra naturaleza real. Por lo tanto, para evitar tomarnos erróneamente por esta mente pensante, tenemos que hacer un esfuerzo para focalizar la atención entera en nuestro ser esencial auto-consciente, «yo soy», retirándola con ello de todos los pensamientos.

Este estado en el que focalizamos la atención entera en nuestro ser auto-consciente, excluyendo con ello todos los pensamientos, es el estado de «meditación» verdadera, que Sri Ramana describe en este verso como *ullatte ullapadi ullade* o «solo ser en el corazón como él es [o como nosotros somos]». Es decir, puesto que la naturaleza verdadera de nuestro sí mismo esencial o «corazón» es solo ser auto-consciente libre de pensamiento, «ser en el corazón como él es» es solo el estado de permanecer calmada y apaciblemente en nuestro sí mismo esencial como él es —es decir, libre de todos los pensamientos como nuestro ser auto-consciente no-dual verdadero, «yo soy».

Así pues, la única vía por la que podemos «obtener» o «alcanzar» nuestro sí mismo esencial, que es la única y sola realidad absoluta, es esta simple práctica de auto-consciencia agudamente atenta —auto-consciencia que es tan agudamente atenta que no da absolutamente ningún espacio para el surgimiento de pensamiento alguno. Puesto que ningún pensamiento puede surgir a no ser que le prestemos atención, cuando focalizamos nuestra atención entera en nuestra auto-consciencia esencial, «yo soy», automáticamente excluimos la posibilidad de que ningún pensamiento surja.

Es decir, los pensamientos surgen debido solo a que los pensamos, y este acto de pensar implica un desvío imaginario de la atención lejos de nuestra auto-consciencia esencial, «yo soy». Por lo tanto, el único medio efectivo por el que podemos permanecer completamente libres de todos los pensamientos —y, por consiguiente, completamente libres de la mente, que solo puede surgir y parecer existir pensando— es solo ser atenta, aguda y vigilantemente auto-conscientes.

Solo este estado de ser auto-consciente libre de pensamiento y por lo tanto libre de mente, es el estado que Sri Ramana describe como «ser como nosotros somos», y no es solo nuestra vía sino también nuestra meta. Cuando nosotros practicamos esta auto-consciencia vigilantemente atenta y por lo tanto excluyente del pensamiento con esfuerzo, es la vía, y cuando la experimentamos sin-esfuerzo como nuestro estado natural inevitable, es nuestra meta, que es el estado absolutamente no-dual del auto-conocimiento verdadero.

La experiencia del auto-conocimiento verdadero que obtendremos practicando este arte de ser como somos realmente, sin pensar ninguna otra cosa, es descrita claramente por Sri Ramana en el verso quinto y final de *Anma-Viddai*:

En el *ullam* [corazón, mente o consciencia] que se investiga [a sí mismo] dentro de [sí mismo], [siendo solo] como él es [como claro ser auto-consciente] sin pensar en [nada] otro [que sí mismo], *atma* [nuestro sí mismo real], que es llamado Annamalai [y que es] el único *porul* [realidad absoluta o ser esencial] que brilla como el ojo para el ojo de [nuestra] mente, que es el ojo para [nuestros cinco] sentidos [físicos] comenzando con [nuestros] ojos, que iluminan [o nos capacitan para conocer el mundo material, que está compuesto de los cinco elementos] comenzando con el espacio, [y] como el espacio para el espacio de [nuestra] mente, en verdad es visto. [Para que nosotros seamos capaces de permanecer así como somos realmente] la gracia es también necesaria. [Para ser un receptáculo apropiado para embeber la gracia, nosotros debemos] estar poseídos de amor [de solo ser como nosotros somos]. La felicidad [infinita] aparece [o es experimentada] [entonces].

La palabra Annamalai es un nombre que Sri Ramana usaba a menudo cuando se refería a Dios, la realidad absoluta, que es el *paramatman*, el espíritu trascendente «yo soy», el único sí mismo real de todos los seres vivos. Al usar la palabra *kan* u «ojo» como una metáfora de la consciencia, él describe esta realidad absoluta como el «ojo para el ojo de [nuestra] mente, que es el ojo para [nuestros cinco] sentidos [físicos] comenzando con [nuestros] ojos, que iluminan [o nos capacitan para conocer el mundo material, que está compuesto de los cinco elementos] comenzando con el espacio».

Es decir, la realidad absoluta es nuestra auto-consciencia esencial —nuestra consciencia fundamental de ser, «yo soy»— que es la verdadera luz de la consciencia que ilumina la mente, capacitándola para conocerse tanto a sí misma como a todas las otras cosas, que son meramente pensamientos que ella forma dentro de sí misma por su poder de imaginación, que es una función de la consciencia distorsionada. No hay verdaderamente ningún «ojo», «luz» o consciencia aparte de la consciencia fundamental no-dual de nuestro ser, pero cuando imaginamos que esa consciencia es la mente, ella es aparentemente reflejada en los adjuntos o *upadhis* que imaginamos ser nosotros mismos, y con ello parece conocer otras cosas que ella misma.

Es decir, la consciencia limitada que llamamos nuestra «mente», y a la que Sri Ramana se refiere aquí como nuestra «mente-ojo», es una forma de consciencia reflejada y con ello distorsionada, una aparición cuya única realidad subyacente es nuestra consciencia de ser no-dual real. Por consiguiente, él describe nuestra consciencia real como el «ojo para el ojo de [nuestra] mente», no porque ella conozca efectivamente nada a través de la mente, sino porque es la única realidad que nosotros experimentamos erróneamente como la mente. Puesto que la mente no podría conocer nada si la luz de nuestra consciencia real no estuviera brillando dentro de ella como «yo soy», esa «luz» es el «ojo» que ilumina la mente.

La mente es a su vez el «ojo» para nuestros cinco sentidos, debido a que es la consciencia que ve a través de ellos, oye a través de los oídos y así sucesivamente. Nuestros cinco sentidos funcionan como lentes a través de las cuales nosotros dirigimos la mente en la forma de nuestra atención para percibir el mundo aparentemente externo, que se considera que está compuesto de cinco «elementos» o cualidades básicas, conocidas como espacio, aire, fuego, agua y tierra (que en términos aproximados pueden ser descritos respectivamente como las cualidades de acomodación, motilidad o fluidez no-cohesiva, transformación, fluidez cohesiva y solidez). Puesto que este dirigir nuestra atención a través de nuestros sentidos nos capacita así para conocer este mundo imaginario, Sri Ramana dice figurativamente que nuestros sentidos «iluminan [el mundo material, que está compuesto de los cinco elementos] comenzando con el espacio».

Además de describir la realidad absoluta, que es nuestro sí mismo real, nuestra consciencia de ser fundamental y esencial, como el «ojo para el ojo de [nuestra] mente», él también la describe como el «espacio para el espacio de [nuestra] mente». El espacio físico o *bhutamasa* en el que todos los objetos de este universo están contenidos, está él mismo dentro del espacio de la mente o *chittakasa*, que a su vez está contenido dentro del espacio de nuestra consciencia o *chidakasa*.

Es decir, lo mismo que el mundo que experimentamos en nuestro sueño con sueños, este universo entero y el espacio físico en el que está contenido, son meros pensamientos o imágenes mentales que formamos en la mente por nuestro poder de imaginación, y, por consiguiente, el «espacio» en el que este espacio físico está contenido es nuestra mente. Igualmente, puesto que la mente surge y se sumerge dentro de nosotros mismos, el «espacio» en el que este «espacio de la mente» está contenido es nuestra consciencia fundamental de ser.

Para que «veamos» o experimentemos dentro de nosotros mismos esta realidad absoluta, que es *atman*, nuestro sí mismo o espíritu verdadero, el «ojo para el ojo de [nuestra] mente» y el «espacio para el espacio de [nuestra] mente», Sri Ramana dice que nosotros solo tenemos que «investigar dentro como él es sin pensar en [nada] otro». Es decir, tenemos que investigarnos o escudriñarnos dentro de nosotros mismos, siendo solo como somos realmente, es decir, como nuestro claro ser auto-consciente, sin pensar

en nada otro que nosotros mismos. Solo practicando este arte simple de ser auto-atento, podremos experimentar la realidad absoluta como nuestro sí mismo o ser esencial.

Sin embargo, después de decir esto, Sri Ramana añade una condición importante, «*arulum venume*», que significa «la gracia es también necesaria». ¿Qué es exactamente la «gracia» a la que él se refiere aquí, y por qué enfatiza la necesidad de ella en este contexto?

La gracia es un poder —el poder supremo y único verdaderamente existente. Es el poder que es inherente en nuestro sí mismo real, y que en verdad no es diferente de él, debido a que es ser, consciencia, felicidad y amor absoluto, infinito y por lo tanto perfectamente no-dual. La gracia es el poder del amor, el amor que nuestro sí mismo real tiene por sí mismo, el amor que tiene solo de ser como él es, como ser perfectamente auto-consciente e infinitamente dichoso.

La gracia no es por lo tanto un poder que sea extraño o ajeno a nosotros. Es nuestro poder, nuestro poder de amor por nosotros mismos —por nuestro ser esencial auto-consciente y dichoso.

Nuestro poder de gracia es la naturaleza verdadera y original de todas las otras formas de poder. La otra forma primera de poder que surge aparentemente de la gracia, que es el único poder real, es nuestro poder de *maya* o auto-engaño. Nuestro poder de *maya* surge debido a que nosotros elegimos aparentemente olvidar o ignorar nuestro ser auto-consciente verdadero, infinito, indiviso y no-dual, e imaginarnos ser una consciencia finita que experimenta la existencia de la dualidad u otredad. Este auto-olvido o auto-ignorancia auto-impuesto no es real, sino una mera imaginación, y es experimentado no por nuestro sí mismo real, sino solo por la mente, que es ella misma parte de la imaginación que experimenta.

Aparte de nuestra mente o poder de imaginación, que es solo una función distorsionada e ilusoria de nuestra consciencia de ser simple no-dual, no hay ninguna cosa tal como *maya* o auto-engaño. Nuestro poder de *maya* surge en la forma de nuestra mente, y ella y sus efectos parecen existir solo mientras nos imaginamos ser esta mente —es decir, solo mientras ignoramos nuestro ser no-dual auto-consciente verdadero, y por lo tanto descuidamos investigar o escudriñar, la naturaleza real, fundamental y esencial de la mente. Si escudriñamos agudamente la mente, que nosotros experimentamos como nuestra consciencia individual aparentemente finita «yo», para descubrir qué es realmente, ella se disolverá y fundirá en nuestro ser no-dual auto-consciente verdadero, debido a que ella no tiene otra realidad que ésa.

Sin embargo, para que investiguemos o escudriñemos la mente efectivamente, Sri Ramana dice que la gracia es necesaria. ¿Por qué es esto así? Cuando emprendemos la práctica de la auto-investigación o ser auto-atento, nosotros nos sentimos ser esta mente, que es el poder de *maya* o auto-engaño. Si creemos que podemos obtener nuestro estado natural de auto-conocimiento verdadero por nuestros propios esfuerzos, es decir, por el

poder de nuestra mente, ciertamente fracasaremos, debido a que la mente es el poder de auto-engaño, y, por consiguiente, nos engañará en una infinita variedad de maneras para asegurar su propia supervivencia. Para que nosotros obtengamos el auto-conocimiento verdadero, por lo tanto, debemos entregar la mente, es decir, debemos disociarnos enteramente de ella. Mientras continuemos aferrándonos a la ilusión de que esta mente es nosotros mismos, ella continuará engañándonos.

Por lo tanto, puesto que no podemos confiar en el poder de la mente para capacitarnos y experimentar como somos realmente, ¿en qué poder debemos confiar en su lugar? Solo en el poder de la gracia, que es la fuente de la que la mente deriva su poder limitado. Nosotros podemos obtener conocimiento verdadero absoluto solo por el poder infinito de la gracia, y no por el poder finito de la mente, porque ningún poder finito puede producir un resultado infinito o absoluto.

Por ello, mientras continuemos experimentándonos como esta consciencia finita que llamamos nuestra «mente», lo cual continuaremos haciendo hasta que sea disuelta enteramente en la claridad del auto-conocimiento verdadero, debemos confiar enteramente en el poder de la gracia para motivarnos e impelernos en nuestros esfuerzos para practicar el arte de ser auto-atento, libre de pensamiento y por lo tanto libre de mente.

¿Cómo podemos en la práctica confiar enteramente en el poder de la gracia? O en otras palabras, ¿cómo podemos evitar confiar incluso en lo más mínimo en el poder auto-engañoso de la mente?

La respuesta es dada por Sri Ramana en la siguiente frase, «*anbu punume*», en la que *anbu* significa «amor» y *punume* significa literalmente «vestirse», «llevar», «emprender», «asumir», «estar poseído de», «estar uncido con», «ser cogido por», «estar atrapado por», «estar enredado con» o «estar encadenado con». Así pues, *anbu punume* significa básicamente «estar poseído de amor», o simplemente «tener amor».

Solo por amor verdadero, sincero y omni-consumiente de nuestro estado natural de solo ser, podemos devenir verdaderamente un receptáculo apropiado para recibir, embeber y asimilar la gracia. Como es explicado por Sri Ramana en el verso 966 de *Guru Vachaka Kovai*, que discutimos en el capítulo anterior, la gracia está siempre disponible para nosotros, existiendo en el núcleo de nuestro ser como la clara luz de nuestra auto-consciencia absoluta, «yo soy». Para recibirla, embeberla y asimilarla, por lo tanto, todo lo que necesitamos es volver nuestra atención entera hacia ella. Pero para ser capaces de volver y mantener nuestra atención firmemente fijada en la clara luz de la gracia, que es nuestra consciencia esencial de ser, exenta incluso de la más mínima contaminación en la forma de pensamiento o conocimiento de otredad, nosotros debemos tener un amor entregado de ser.

Lo que obstruye y oscurece la clara luz de la gracia es solo el surgimiento de la mente con toda su incansable actividad de pensar y su conocimiento resultante de dualidad u otredad. Por lo tanto, nosotros solo podemos experimentar y asimilar la gracia hasta el

punto en que la mente se sumerge, o en otras palabras, solo hasta el punto en el que nosotros nos entregamos a ser.

Normalmente, sin embargo, la mente no está dispuesta a entregarse y sumergirse entera y auto-atentamente en nuestro ser esencial, y, por consiguiente, cuando tratamos de volver nuestra atención hacia nosotros mismos surge en rebelión, tratando de pensar en algo otro que nuestro simple ser. Solo cuando tengamos éxito en cultivar *bhakti* o amor entregado de solo ser, y consecuentemente firme *vairagya* o libertad, incluso del más mínimo deseo de pensar en nada otro que ser, la mente se someterá voluntariamente a su propia aniquilación.

El amor entregado y omniconsumiente de ser absoluto que requerimos para ser capaces de darnos enteramente a la plenitud infinita de ser que llamamos «Dios», es cultivado dentro de nosotros, tanto por el poder magnéticamente atractivo de la gracia, que está brillando siempre en el núcleo más íntimo de nuestro ser como paz, felicidad y amor infinito, como por nuestra respuesta a él volviendo voluntariamente nuestra atención hacia él y tratando con ello de permanecer como nuestro ser naturalmente auto-consciente.

Todo lo que nosotros podemos «hacer» para cultivar el amor requerido en nuestro corazón es ceder al poder atractivo de la gracia perseverando tenazmente en nuestra práctica del arte de ser auto-atento. Si nosotros tratamos sincera y repetidamente de mantener nuestra atención entera fijada en nuestro mero ser, la gracia nos otorgará toda la ayuda que necesitemos, tanto interna como externamente, y con ello alimentará firmemente dentro de nosotros el amor verdadero que requerimos.

El poder que nos motiva y nos capacita para volver nuestra atención hacia dentro y permanecer firmemente como nuestro ser simple auto-consciente, no es el poder de la mente, sino solo el del amor o gracia verdadero, que es el de nuestro sí mismo real. El poder de la mente es un poder de extroversión, auto-engaño y deseo egocéntrico, y, por consiguiente, nunca puede capacitarnos ni para volvernos hacia dentro ni para permanecer firmemente en el estado de solo ser sin-ego y libre de pensamiento. La mente es de hecho el poder que por su naturaleza misma lleva nuestra atención hacia fuera y por lo tanto nos impide permanecer como ser.

Por lo tanto, nosotros no debemos imaginar nunca que por nuestro poder egoísta podemos obtener la experiencia no-dual del auto-conocimiento verdadero. Sin el poder de la gracia nosotros no podemos cultivar nunca el amor perfectamente sumiso y tierno que requerimos para permanecer eternamente como la realidad infinita y libre de mente.

Si imaginamos que podemos obtener el estado supremo de unidad absoluta con la realidad infinita y sin-ego, por el poder finito de la mente y sus esfuerzos dirigidos por ella, estamos permitiendo meramente que la mente nos engañe haciéndonos creer que su poder es real. El poder aparente de la mente no es solo trivial en comparación con el poder infinito de la gracia, sino que de hecho es enteramente irreal. En verdad ella es meramente una ilusión auto-engañoso, y si la escudriñamos agudamente para descubrir

la realidad que la subyace, se disolverá y desaparecerá en la clara luz del ser auto-consciente puro.

Mientras la mente trate de asegurar su propio poder en un intento de retirar su atención de todos los pensamientos y volverla hacia sí misma, está meramente luchando consigo misma, dando con ello realidad a su propia existencia aparente, y, por consiguiente, no será capaz de sumergirse verdadera y completamente. Ella solo puede sumergirse por completo dándose amorosamente ella misma y todo su poder auto-afirmativo al verdadero poder de la gracia, que es el poder naturalmente atractivo de la paz y la felicidad perfecta que nosotros solo podemos experimentar en el estado de ser auto-consciente libre de pensamiento. Por consiguiente, solo seremos capaces de entregar la mente completamente cuando, por el poder omni-amoroso de la gracia y por nuestro amor y esfuerzo recíproco de solo ser, obtengamos firmemente la claridad interna que es necesaria para que seamos capaces de experimentar plenamente la atracción irresistible del estado infinitamente dichoso de solo ser.

Cuando perseveramos sincera, amorosa y sumisamente en practicar el arte de ser con lo mejor de nuestra capacidad, el poder de la gracia, que es la felicidad infinita de ser auto-consciente absoluto, atraerá con firmeza la mente cada vez más fuerte, y así la llevará natural y tiernamente dentro, a la profundidad más íntima de nuestro ser, donde la consumirá en la claridad perfecta del auto-conocimiento no-dual verdadero.

Lo que experimentaremos entonces, es expresado por Sri Ramana en la frase final de este verso, «*inbu tonume*», que significa simplemente «la felicidad aparece» o «la felicidad brilla». Es decir, cuando por el poder de la gracia y por nuestra respuesta a él apropiadamente, sumergiéndonos voluntariamente en nuestro estado natural de ser auto-consciente, finalmente seamos sumergidos por entero por nuestro amor de solo ser, la aparición de la mente irreal o ego se desvanecerá, y en su lugar nos experimentaremos como felicidad infinita y eterna.

Para darnos enteramente al poder de la gracia y con ello solo ser como somos realmente, debemos ser en extremo vigilantes para evitar dar siquiera el más mínimo espacio al surgimiento de la mente pensante. Puesto que permitimos a la mente surgir solo al imaginar algo otro que nuestro ser, para evitarlo debemos mantener nuestra atención firmemente fijada en nuestro mero ser. En otras palabras, para ser como somos realmente, debemos ser vigilantemente auto-atentos.

Sri Ramana por lo tanto nos ha enseñado que practicar vigilante, firme y tenazmente este arte de ser auto-atento es el único medio por el que podemos entregar la mente o sí mismo individual enteramente y experimentar con ello nuestro sí mismo real o ser infinito. Para practicar este arte con éxito debemos tener un amor verdadero y profundo de ser. Es decir, debemos tener un amor sincero y cordial de solo ser, y no de ser «esto» o «eso» o cualquier otra cosa.

Mientras tengamos la más mínima inclinación o deseo de algo otro que ser, seremos impelidos por ese deseo a surgir como la mente para experimentar esa cosa. Por lo tanto, debemos librarnos de todo nuestro deseo por nada otro que nuestro ser esencial, y como vimos anteriormente, la única manera en que podemos hacerlo efectiva y enteramente, es aferrándonos con tenacidad a nuestra práctica de auto-atención o *svarupadhya*na.

Ser auto-atento es tanto nuestro medio como nuestro fin —nuestra vía y nuestra meta. Puesto que la naturaleza de nuestro sí mismo verdadero o realidad absoluta es ser eternamente auto-consciente, es decir, ser, que es siempre claramente consciente solo de sí mismo y de nada más, nosotros podemos experimentarlo solo siendo como él es —es decir, como ser auto-consciente libre de pensamiento. La única diferencia entre nuestra vía, que es nuestra práctica de ser auto-consciente, y nuestra meta, que es nuestro estado de ser auto-consciente natural y sin-esfuerzo, está en el empeño que parecemos requerir ahora para permanecer como nuestro ser auto-consciente.

El empeño que ahora requerimos, es solo el que necesitamos hacer para resistir a la fuerza impelente de nuestros propios deseos. Éstos nos impelen a surgir como esta consciencia finita conocedora de objetos que llamamos «mente», para imaginar otras cosas aparte de nosotros mismos, y prestar atención a o pensar en esas «otras» cosas. Por lo tanto, mientras el más mínimo deseo permanezca en nuestro corazón, tenemos que hacer un esfuerzo tenaz para permanecer atentamente como nuestro ser auto-consciente.

El esfuerzo es la aplicación de la fuerza. Para resistir a la fuerza motriz de nuestros deseos y permanecer firme e inamoviblemente equilibrados como ser, tenemos que aplicar una fuerza igual y opuesta. Esa fuerza opuesta es la fuerza de nuestro amor de ser. Si la fuerza de nuestro amor de ser no es igual o mayor que la fuerza de nuestros deseos de pensar, los deseos nos vencerán y comenzaremos a pensar en los objetos de nuestro deseo. Por lo tanto, la práctica del arte de ser es la práctica de cultivar la fuerza de nuestro amor de ser y aplicarla para resistir a la fuerza engañosa de nuestros deseos por otras cosas.

Por la práctica repetida y persistente de este arte de ser auto-atento, obtendremos firmemente el amor que requerimos para permanecer sin-esfuerzo como ser. Solo cuando nuestro amor crezca por medio de nuestros esfuerzos sinceros y tenaces de ser siempre auto-atentos, y cuando con ello finalmente nos sumerja enteramente, obtendremos la pericia para permanecer sin-esfuerzo en nuestro estado natural de solo ser, que es nuestra auto-consciencia libre de pensamiento y por lo tanto perfectamente clara, «yo soy».

El amor que tenemos de solo ser es la forma de amor más pura y perfecta. Puesto que nuestro estado natural de solo ser es la forma verdadera de Dios, prestar atención a y con ello permanecer como nuestro ser esencial, es la única manera en que podemos expresar verdaderamente nuestro amor por Dios. Como dice Sri Ramana en el verso nueve de *Upadesa Undiyar* y el verso quince de *Upadesa Tanippakkal*:

Por la fuerza de [tal *ananya*] *bhava* [la actitud o convicción de que Dios no es otro que nosotros mismos], solo ser [morar o permanecer] en *sat-bhava* [nuestro estado de ser natural], que trasciende [toda] *bhavana* [imaginación, pensamiento o meditación], es *para-bhakti tattva* [el estado verdadero de devoción suprema].

Puesto que Dios existe como *atma* [nuestro sí mismo real o ser esencial], *atma-anusandhana* [auto-contemplación o auto-atención] es *parama-isa-bhakti* [devoción suprema a Dios].

Cuando surgimos como la mente o sí mismo individual finito, nos separamos aparentemente de Dios, que es nuestro ser verdadero, y con ello cometemos el «pecado original» de imaginar divisiones en el ser infinito e indivisible que es Dios. Al imaginarnos ser separados de Dios, nosotros estamos profanando su infinitud, reduciéndole en nuestra visión a algo menos que la infinita plenitud de ser lo que él es realmente. Por lo tanto, si deseamos restaurar a Dios lo que le hemos usurpado injustamente, debemos entregar nuestro sí mismo finito en su ser infinito, y solo podemos hacer esto permaneciendo en el estado sin-ego de auto-consciencia absolutamente no-dual, que es nuestro estado natural de ser infinito, indiviso y por lo tanto libre de pensamiento.

Para ser capaces de darnos enteramente a Dios de esta manera, debemos ser sumergidos por un amor sin reservas y omniconsumiente por él. Mientras retengamos el más mínimo amor por nuestra existencia como un individuo separado, resistiremos darnos enteramente a él. Sin embargo, cuanto más practiquemos permanecer como nuestro ser perfectamente libre de pensamiento y claramente auto-consciente, tanto más experimentaremos el sabor de la paz y la felicidad infinitas que son la naturaleza real de nuestro ser, y con ello nuestro amor de ser crecerá firmemente, hasta que eventualmente consuma la mente y la sumerja para siempre en el océano de ser, consciencia, felicidad, paz y amor infinitos.

Permanecer en este estado de dicha absoluta es el modo verdadero de servir a Dios en la manera que él quiere que le sirvamos. Esta importante verdad sobre la única manera en la que nosotros podemos rendir servicio real a Dios es declarada por Sri Ramana en el verso veintinueve de *Upadesa Undiyar*:

Permanecer en este estado de *para-sukha* [felicidad suprema o trascendente], que es exento [tanto] de esclavitud como de liberación, es permanecer en el servicio de Dios.

Cuando nosotros nos imaginamos ser un individuo finito, estamos haciendo una gran falta de servicio a Dios, debido a que con ello estamos haciendo necesario que él nos lleve de vuelta adentro de sí mismo. Por lo tanto, mientras nos imaginemos ser separados de él, nada que podamos hacer es verdaderamente un servicio a él. El único servicio

que él requiere de nosotros es que nos entreguemos enteramente a su voluntad y que permanezcamos felizmente como uno con él. Por lo tanto, entregar nuestro sí mismo finito permaneciendo como nuestro ser auto-consciente no-dual esencial, que es a la vez el estado libre de pensamiento de la felicidad suprema y la realidad absoluta que nosotros llamamos «Dios», es permanecer verdaderamente a su servicio.

Puesto que nuestro estado natural de felicidad suprema es el estado de solo ser, es completamente libre de cualquier hacer o pensar, y por consiguiente es exento de todos los pensamientos, incluyendo los de esclavitud y liberación. Esclavitud y liberación son un par de opuestos, y por lo tanto solo existen en el estado irreal de dualidad. En el estado no-dual del auto-conocimiento verdadero o unidad absoluta con Dios, todos los pensamientos de esclavitud y liberación desaparecen junto con la mente pensante y toda su dualidad imaginaria.

Cuando aprendemos por primera vez sobre este arte de ser auto-atento, y comprendemos la importancia de practicarlo con nuestra máxima capacidad, muchos de nosotros preguntamos cómo podemos practicarlo en medio de todas nuestras actividades diarias. Nuestra vida mundana en este mundo y la verdad absoluta enseñada por Sri Ramana y otros sabios parecen ser dos estados de realidad completamente diferentes, divididos por un abismo tan vasto que es difícil para nosotros imaginar cómo podemos en la práctica incluso comenzar a reconciliarlos. ¿Cómo podemos practicar efectivamente este arte de ser, cuando la mente está siendo tironeada constantemente, aquí y allá, por las demandas externas de nuestra vida en este mundo y por la presión interna de nuestros deseos y apegos?

Cualesquiera que sean las circunstancias de nuestra vida, y por muy grandes sobre nosotros que puedan ser las presiones externas e internas, sabemos siempre «yo soy». Por lo tanto, el abismo que imaginamos que existe entre nosotros mismos y la realidad absoluta es irreal. La realidad absoluta es nuestro ser simple auto-consciente, que nosotros experimentamos siempre como «yo soy», y por lo tanto es lo más cercano y lo más querido. No hay nada tan cercano ni tan querido para nosotros como la realidad absoluta, debido a que ella es nuestro sí mismo real.

Puesto que nosotros la experimentamos siempre como «yo soy», es posible siempre para nosotros prestarle atención. Nada puede impedirnos verdaderamente ser auto-atentos siempre que queramos serlo. El abismo o división imaginario que parece separarnos de la plenitud de ser, consciencia y felicidad infinitas, de hecho no es nada sino nuestros propios deseos.

Sin embargo, nuestros deseos no tienen ninguna realidad o poder suyo propio. Ellos parecen ser reales y poderosos debido solo a que nosotros les damos realidad y poder prestándoles atención. Si los ignoramos con firmeza aferrándonos tenazmente a ser auto-atentos, ellos serán impotentes para distraernos de nuestro estado natural de ser.

En la práctica, sin embargo, la mayoría de nosotros experimenta dificultad en aferrarse firme e ininterrumpidamente a la auto-atención, debido a que nuestro deseo de pensar en otras cosas es más grande que nuestro amor de permanecer como nuestro ser naturalmente libre de pensamiento y auto-consciente. Pero no importa cuánta dificultad experimentemos, si persistimos en nuestros esfuerzos para llevar nuestra atención de vuelta hacia nuestro ser siempre que notemos que se ha escabullido para pensar en otras cosas, gradualmente obtendremos la pericia —el amor y no-deseación que requerimos para permanecer simplemente como nuestro ser auto-consciente.

Como solía decir Sri Sadhu Om: «Donde hay disposición hay una vía, pero donde no hay disposición hay una cuesta». Es decir, si queremos practicar la auto-atención sinceramente, encontraremos que es posible hacerlo, incluso si es solo con titubeos e intermitentemente, pero si carecemos de un deseo sincero de practicarla, sentiremos que es demasiado difícil para nosotros. Finalmente, toda dificultad está en nuestra mente, debido a que nunca puede ser realmente difícil para nosotros ser auto-atentos, aunque solo sea momentáneamente. Si sentimos que ser auto-atentos es demasiado difícil para nosotros, eso es debido solo a que realmente no tenemos suficiente disposición para intentarlo, o a que después de intentarlo un poco no perseveramos en nuestros intentos.

Incluso si somos capaces de ser auto-atentos solo momentáneamente, eso será suficiente como comienzo. Sin embargo, para obtener un beneficio real de tal auto-atención momentánea, debemos persistir en nuestros intentos por atrapar tales momentos tan frecuentemente como sea posible, y aferrarnos a cada uno de ellos tanto tiempo como se pueda. Cuanto más frecuentemente recordemos llevar la atención hacia nosotros mismos, y cuanto más tiempo nos las arreglemos para mantenerla cada vez que la atrape-mos así, tanto más rápidamente cultivaremos el amor que requerimos para ser firmemente auto-atentos.

Una cuestión que se plantea a menudo es, si es necesario o no, sentarnos con los ojos cerrados para practicar la auto-atención. La respuesta simple a esto es que ciertamente no es necesario, debido a que podemos ser auto-atentos independientemente de lo que nuestro cuerpo pueda estar haciendo o no haciendo, y tanto si nuestros ojos están abiertos como si están cerrados.

La auto-atención no tiene nada que ver ni con la postura del cuerpo ni con el cierre de los ojos, sino que es solo una cuestión de atención. Los ojos pueden estar abiertos pero la atención puede estar sin embargo focalizada en nuestro ser, e inversamente, nuestros ojos pueden estar cerrados pero la atención puede estar sin embargo morando en pensamientos de otras cosas que nosotros mismos.

Sin embargo, aunque no es esencial sentarnos en «meditación» con los ojos cerrados para practicar la auto-atención, a veces puede ser útil hacerlo así. Para sumergirnos en un estado de profunda e intensa auto-atención, podemos encontrar útil abstenernos no solo de la actividad mental sino también de la actividad física.

No obstante, abstenerse de la actividad física no significa necesariamente sentarse con los ojos cerrados. Nuestro cuerpo puede estar sentado o tumbado o en cualquier otra postura, mientras la atención no esté en él sino solo en nuestro ser esencial autoconsciente. Igualmente, los ojos pueden estar abiertos o cerrados mientras nuestra atención no esté yendo hacia fuera para ver o para pensar en cualquier objeto en el mundo externo.

La actitud que debemos tener hacia nuestro cuerpo siempre que tratemos de experimentar la auto-atención clara e intensa, es expresada por Sri Ramana en las palabras *pinam pol tirndu udalam*, que significan «dejando el cuerpo como un cadáver», y que fueron las palabras que él añadió entre los versos 28 y 29 cuando amplió los dos, más cuarenta versos de *Ulladu Narpadu* en un único verso en métrica *kalivenba*. Aunque él añadió estas palabras a la última línea del verso 28, en su significado ellas forman parte de la primera sentencia del verso 29, que con su adición significa:

Dejando [nuestro] cuerpo como un cadáver, y sin decir «yo» con la boca, solo escudriñar con [nuestra] mente, sumergiéndonos [zambulléndonos o penetrando] dentro «¿dónde surge [esta mente] como yo?», es la vía de *jñana* [la práctica que lleva al conocimiento verdadero]...

En este contexto, «dejando [nuestro] cuerpo como un cadáver» puede referirse ya sea a la actitud con la que debemos retirar nuestra atención de él, o ya sea a la postura en la que debemos dejarlo. Cuando era un muchacho de dieciséis años Sri Ramana fue tomado por un repentino e intenso miedo de la muerte, él se tumbó como un cadáver y volvió su atención entera hacia su ser esencial para descubrir si su ser o «yo» sobreviviría a la muerte de su cuerpo físico. Debido a que él retiró su atención enteramente de su cuerpo, su mente y todas las otras cosas, y en lugar de ello la focalizó completa y exclusivamente en su consciencia de ser, él experimentó instantáneamente el autoconocimiento verdadero, y así su mente fue disuelta para siempre en la realidad infinita y absoluta.

Así pues, en su propio caso, Sri Ramana no solo retiró su atención de su cuerpo como si fuera un cadáver sin vida, sino que también tendió su cuerpo como si fuera un cadáver que había sido dispuesto en preparación para su cremación. Esto no significa, sin embargo, que nosotros debamos tumbarnos necesariamente cuando practicamos la auto-atención. Nosotros ciertamente podemos practicarla mientras estamos tumbados, pero en la práctica podemos encontrar preferible a menudo sentarnos en lugar de tumbarnos, debido a que al sentarnos derechos, usualmente es más fácil para nosotros permanecer alerta y evitar con ello caer en el sueño profundo o en un sueño con sueños.

Sin embargo, la postura de nuestro cuerpo no importa realmente, debido a que la única cosa que es importante durante nuestra práctica intensa de solo ser, es que nuestra atención esté retirada enteramente de nuestro cuerpo y de todo otro objeto o pensamien-

to, y que en lugar de ello esté focalizada aguda y vigilantemente en nuestra mera consciencia de ser.

Por lo tanto, cuando Sri Ramana dijo: «dejando [nuestro] cuerpo como un cadáver», él no quería decir meramente que debemos yacer físicamente como un cadáver, sino que debemos retirar mentalmente nuestra atención de él como si hubiera devenido un cadáver sin vida —algo con lo que nosotros ya no tenemos ninguna conexión. Puesto que nuestra única meta durante los momentos de práctica intensa es penetrar profundamente dentro de nuestro ser, debemos dejar enteramente de lado nuestro cuerpo, y, por consiguiente, no debemos preocuparnos en lo más mínimo de su postura ni de ningún otro asunto tan trivial.

Mientras la atención esté fijada solo en nosotros mismos y en nada más, no importa en qué postura pueda estar el cuerpo, o si acontece que está activo o inactivo. De hecho, a menudo podemos encontrar más fácil ser auto-atentos mientras el cuerpo está dado a alguna actividad mecánica, tal como caminar, que no requiere ninguna atención significativa, que cuando estamos sentados o tumbados con los ojos cerrados, debido a que tan pronto como cerramos los ojos para meditar en nuestro ser, la mente tiende a luchar para resistir tal meditación o auto-atención, y, por consiguiente, podemos olvidar rápidamente por qué hemos cerrado los ojos y en lugar de ello comenzar a pensar en algo otro que nuestro ser.

Si tratamos de practicar la auto-atención sinceramente siempre que la mente no esté apremiantemente involucrada en ningún otro trabajo, pronto encontraremos lo que nos es más apropiado en términos de postura o actividad corporal. Siempre que estemos sentados, tumbados, caminando o dados a alguna otra actividad física, debemos tratar tan frecuente y tan intensamente como las circunstancias lo permitan, focalizar nuestra atención agudamente en nuestro ser, o al menos mantener un cierto grado de auto-atención. Por lo tanto, todas las cuestiones sobre la postura corporal están eludiendo la meta del arte de ser auto-atento, que es que debemos concentrar la atención entera en nuestro ser, y que con ello debemos ignorar nuestro cuerpo y todas las otras cosas.

Otra cuestión que se plantea a menudo es si debemos reservar o no ciertos períodos de tiempo cada día para practicar la auto-atención. Nuevamente la respuesta a esta cuestión es que no es necesario para nosotros hacerlo, pero podemos encontrar que es útil.

Todo es un asunto de preferencia personal y estilo de vida. Mientras nosotros lo encontremos útil, debemos reservar ciertos períodos de tiempo cada día para practicar la auto-atención, pero si encontramos que nuestros períodos reservados de «meditación» están deviniendo solo una rutina mecánica, y que realmente no estamos usando esos períodos entregados útilmente en la auto-atención clara y firme, debemos encontrar alguna manera mejor de asegurar que utilizamos algún tiempo cada día entregados a la auto-atención.

Experimentar nuestro ser esencial y verdadero con claridad perfecta, en verdad no requiere ningún tiempo. Si tenemos un amor entregado y omniconsumiente de conocernos, podemos obtener el auto-conocimiento verdadero y eterno con solo un momento de auto-atención total, como Sri Ramana mismo.

De la misma manera que la muerte es algo que acontece en un instante, y no es algo que nosotros podamos experimentar nunca parcialmente, así también la experiencia del auto-conocimiento verdadero «acontece» en un instante, y no puede ser experimentada nunca parcialmente. O bien nos imaginamos ser un individuo finito, como lo hacemos mientras sentimos todavía que nuestra auto-atención o ser auto-consciente es una práctica y no algo enteramente natural e inevitable, o bien somos totalmente consumidos por la claridad absoluta del auto-conocimiento verdadero, en cuyo caso sabremos que nosotros hemos sido siempre solo nuestro ser auto-consciente infinito y perfectamente claro.

La meta durante la práctica, por lo tanto, es experimentar ese único momento de auto-atención absoluta incualificada. Por consiguiente, largos períodos de «meditación» no son necesarios. Puede ser útil, a veces, sentarnos tranquilamente durante un tiempo tratando de focalizar la atención total y exclusivamente en nuestro ser, pero si la mente se rebela demasiado fuertemente, debemos relajarnos por un tiempo e intentarlo de nuevo más tarde con una mente calmada y fresca. Si luchamos por un período demasiado largo para oponernos a la fuerza de nuestro deseo de pensar, la mente devendrá agitada, y por lo tanto dejará de ser un instrumento apropiado para practicar la auto-atención. Pero si relajamos nuestros esfuerzos por un tiempo y permitimos que la mente devenga relativamente calmada de nuevo, entonces seremos capaces de practicar la auto-atención con un vigor renovado.

En la práctica lo que necesitamos no son largas horas sentados en una lucha desesperada por mantener una auto-atención continua, sino más bien muchos breves períodos de tiempo aquí y allá a lo largo de cada día, en los que tratemos de experimentar con vigor fresco y entusiasmo intenso nuestro ser siempre naturalmente auto-consciente. En medio de nuestras actividades diarias normales, hay muchas ocasiones en las que la mente no está apremiantemente comprometida en ningún trabajo en particular, y normalmente durante tales ocasiones permitimos a la mente vagar y pensar en muchos asuntos triviales e innecesarios. Cada momento tal es una oportunidad preciosa para que seamos auto-atentos.

La mayoría de los pensamientos de cada día no son apremiadamente urgentes, sino la mera forma en que la mente elige ocuparse usualmente. Por lo tanto, si tenemos un amor verdadero por la auto-atención, en lugar de perder la mayor parte del día en pensamientos vanos, podemos usar muy fácilmente muchos momentos aquí y allá tratando de ser auto-atentos. Esta retirada frecuente de la mente hacia nosotros mismos, es a lo que Sri Ramana se refiere a veces como la práctica del «auto-recuerdo».

Por lo tanto, como Sri Sadhu Om solía decir, lo que necesitamos no son largos períodos de «meditación», que normalmente resultan en una lucha inútil tratando de resis-

tir a la fuerza del deseo de pensar, sino más bien muchos intentos intermitentes de estar auto-atentos. Si recordamos hacerlos frecuentemente a lo largo del día, cada intento individual puede durar solo un breve tiempo, pero todos esos breves intentos juntos con- tabilizan una suma de tiempo considerable gastado en el estado de ser auto-atento.

Practicando así la auto-atención intermitentemente, haremos cada intento con un vi- gor fresco y por lo tanto con una claridad más intensa. Más bien que largos períodos de auto-atención inestable y por lo tanto confusa, serán más beneficiosos, períodos más cortos de auto-atención más intensa y por lo tanto clara y precisa.

Otra cuestión más, que a menudo se plantea, es si no sería beneficioso para nosotros renunciar a todas las actividades y responsabilidades mundanas y dedicarnos solo a una vida de contemplación. Para algunas gentes un estilo de vida de renunciación externa puede ser beneficioso, pero para la mayoría de nosotros un estilo de vida tal no es solo innecesario sino también inapropiado. Lo que es realmente importante no es la renun- ciación externa sino solo la renunciación interna.

Cualquiera que pueda ser nuestro estilo de vida externo, somos siempre libres inte- riormente para renunciar a nuestros deseos y apegos. Si tenemos éxito al menos par- cialmente en tal renuncia interna, ningún estilo de vida externo será un obstáculo para nuestra práctica del arte de ser auto-atento. Inversamente, sin embargo, si fracasamos interiormente en renunciar a nuestros deseos, ninguna suma externa de renunciación será de ninguna utilidad para nosotros. El único obstáculo a nuestra práctica de la auto- atención es nuestros propios deseos, y no algo en el mundo externo.

Nuestra capacidad para ser clara y firmemente auto-atentos, es proporcional solo al amor de ser y a la correspondiente libertad del deseo de algo más, y no tiene nada que ver con nuestro estilo de vida externo. No importa cuál sea nuestro estilo de vida exter- no, si tenemos siquiera un poco de amor de conocernos a nosotros mismos y ser libres de nuestros deseos, en esa medida seremos capaces de practicar el arte de ser auto- atentos.

Sin embargo, aunque nuestro estilo de vida externo no puede influenciar directamen- te la capacidad de ser auto-atentos, nuestra práctica de la auto-atención puede influen- ciarlo hasta cierto punto. Es decir, puesto que nuestra práctica debilitará y erosionará gradualmente nuestros deseos, nosotros comenzaremos naturalmente a perder interés en muchos de los aparentes placeres de la vida que deseábamos anteriormente, y, por con- siguiente, nos sentiremos contentos con un estilo de vida más simple, menos extroverti- do y menos ocupado.

No obstante, no hay realmente ninguna necesidad de preocuparnos sobre el modo externo de nuestra vida, debido a que ella es moldeada por el destino, y el destino es ordenado por Dios de una manera tal que sea lo más beneficioso para nuestro progreso espiritual. Lo que quiera que experimentemos en nuestra vida externa, es de acuerdo a la

voluntad de Dios, y por lo tanto es lo más conveniente para nuestra práctica de ser auto-atento.

Incluso las aparentes dificultades y obstáculos que surgen en nuestra vida son dispuestos por Dios para crear en la mente el estado de *vairagya* o no-deseación, que también es llamado ecuanimidad o «santa indiferencia». Solo si aprendemos a ser interiormente desapegados de nuestra vida en este mundo, obtendremos la fuerza que requerimos para volver la mente hacia dentro para sumergirla en la claridad perfecta del auto-conocimiento verdadero.

Para la mayoría de nosotros, esta vía espiritual de tratar de practicar persistentemente el arte de ser auto-atentos, puede parecer a veces ser cualquier cosa salvo un camino llano, apacible y libre de problemas, debido a que la mente auto-engañada y conducida por el deseo tratará ciertamente de crear muchos obstáculos en nuestra vía. Sin embargo, cualesquiera que sean los obstáculos que la mente pueda crear, podemos vencerlos a todos ellos con una perseverancia denodada. Excepto perseverando tenazmente en nuestra práctica de la auto-atención, no hay ninguna manera de que podamos vencer efectivamente todos los obstáculos aparentes que tanto nosotros, como la mente creamos.

Uno de los muchos trucos auto-engañosos que nosotros, como la mente, tendemos a poner en juego con nosotros mismos es esperar y buscar algunos resultados tangibles de nuestra práctica, y sentirnos abatidos cuando no experimentamos los resultados que esperábamos. Sin embargo, cualesquiera resultados tangibles que podamos experimentar en esta vía, son engañosos, debido a que son experimentados solo por la mente, cuya naturaleza es engañarse a sí misma con apariencias, y distorsionar y con ello ver fuera de toda proporción lo que quiera que le acontezca experimentar. Por lo tanto, nada que sea experimentado por la mente puede ser un indicador verdadero de nuestro progreso espiritual.

Como Sri Ramana solía decir, nuestra perseverancia es el único signo verdadero de progreso. Es decir, si perseveramos en nuestra práctica, eso es clara evidencia de nuestro amor de ser, y mientras tenemos ese amor, ciertamente estamos haciendo progresos. Si, por otra parte, dejamos de perseverar, eso indica que carecemos del amor que requerimos para hacer progresos rápidos. Sin embargo, si hacemos siquiera un pequeño esfuerzo de estar auto-atentos, o al menos tener una inclinación a intentarlo, en esa medida tenemos amor de ser, de modo que no debemos sentirnos abatidos debido a nuestra perseverancia inadecuada, sino que debemos continuar persistiendo en nuestros intentos en cualquier medida que lo encontremos posible. Incluso un pequeño esfuerzo sincero hará un largo camino hacia el cultivo en nuestro corazón del amor verdadero que requerimos para obtener nuestra meta última del auto-conocimiento absoluto.

Siempre que encontremos que nuestro entusiasmo y perseverancia flaquean, debemos leer una vez más las enseñanzas de Sri Ramana, o libros que exploren y discutan su sentido y significación, y debemos reflexionar profundamente sobre su significado, de-

bido a que tal lectura repetida o *sravana* y meditación o *manana* reavivará nuestro entusiasmo de perseverar en la práctica o *nididhyasana* de la auto-atención aguda. Nosotros no podemos forzar a la mente a permanecer calmada y apaciblemente auto-atenta, pero por repetida *sravana*, *manana* y *nididhyasana*, podemos tratar suavemente de volverla una y otra vez a nuestro estado natural de apacible ser auto-atento.

La mente es como un caballo desbocado, y nuestro estado natural de ser, calmado, auto-consciente, es como su establo. De la misma manera que no debemos usar la fuerza física para atrapar y presionar a un caballo desbocado a volver adentro de su establo, sino que simplemente lo tentamos para que vuelva voluntariamente sujetando suave y pacientemente un puñado de hierba frente a él, así también no debemos tratar de vencer en vano nuestros deseos y los auto-engañosos funcionamientos resultantes de la mente enfrentándonos y luchando con ellos, sino que debemos tentarla suave y con sigilo por cualquier medio posible para que vuelva voluntariamente a nuestro sereno estado natural de ser auto-consciente, que es su fuente y morada natural.

Hasta que la mente esté completamente disuelta en la luminiscencia y claridad infinita del auto-conocimiento verdadero, continuaremos experimentándonos como un individuo finito, y como tal nos sentiremos ser uno entre los muchos seres vivos en este mundo, y, por consiguiente, tendremos que interactuar constantemente con otras gentes. Cuando interactuamos con ellas, nuestros *vasanas* o impulsiones mentales profundamente arraigadas, tienden a surgir con vigor a la superficie de la mente en la forma de sutiles, y por lo tanto fuertes, simpatías y antipatías, apegos y aversiones, posesividad, egoísmo, avaricia, lujuria, ira, celos, orgullo y otras sensaciones y emociones indeseables como éstas.

Así pues, nuestras interacciones con otras gentes son una buena oportunidad para que reconozcamos tales cualidades malas en nosotros mismos, y resistamos al dominio que ellas tienen sobre nosotros aplicando la *vairagya* o «santa indiferencia» que estamos cultivando gradualmente por medio de nuestra práctica de ser auto-atento. Por lo tanto, en los dos últimos párrafos de *Nan Yar?* Sri Ramana nos da algunos avisos valiosos respecto a la actitud interna con la que debemos interactuar con otras gentes y comportarnos en este mundo. En el párrafo diecinueve él dice:

No hay dos [tipos de] mentes, a saber: un [tipo de] mente buena y un [tipo de] mente mala. Solo los *vasanas* [impulsiones o deseos latentes] son de dos tipos, a saber: *subha* [buenos o agradables] y *asubha* [malos o desagradables]. Cuando la mente [de una persona] está bajo el dominio de los *subha-vasanas* [impulsiones agradables] se dice que es una mente buena, y cuando está bajo el dominio de los *asubha-vasanas* [impulsiones desagradables] una mente mala. No importa lo malas que otras gentes puedan parecer ser, aborrecerlos no es adecuado [o apropiado]. Los agradados y desagradados son ambos aptos [para que nosotros] los aborrezcamos [o renunciemos a ellos]. No es adecuado [para nosotros] dejar que [nuestra] mente [mo-

re] mucho en asuntos mundanos. No es adecuado [para nosotros] entrar en los asuntos de otras gentes [una manera idiomática de decir que debemos atender a nuestros propios asuntos y no interferir en los asuntos de otras gentes]. Todo lo que uno da a otros, se lo está dando solo a sí mismo. Si [cada uno] supiera esta verdad, ¿quién ciertamente se abstendría de dar?

La única cosa que debemos aborrecer verdaderamente es nuestros propios agrados y desagradados, debido a que ellos agitan la mente y perturban nuestra paz y ecuanimidad natural. Aborrecemos a algunas gentes debido a que sentimos que son la causa de la irritación y desazón que sentimos cuando interactuamos con ellos o pensamos en ellos, pero de hecho la causa real de nuestra irritación y desazón, es solo nuestros propios agrados y desagradados. Si fuéramos completamente libres de agrados y desagradados, ninguna otra persona podría hacernos sentir aversión u otra emoción negativa.

Lo que verdaderamente nos perturba cuando interactuamos con una persona que aborrecemos, no es de hecho los *asubha-vasanas* o impulsiones desagradables de esa persona, sino solo nuestros propios *asubha-vasanas*, debido a que ellos son lo que se manifiesta como nuestros agrados y desagradados. Nuestros agrados y desagradados son ambas formas de deseo, y como todas las formas de deseo llevan a la mente hacia fuera, lejos de la paz y felicidad infinita que existe en el núcleo de nuestro ser. Por lo tanto, si deseamos verdaderamente volver la mente hacia dentro y con ello disolverla en nuestra consciencia de ser perfectamente clara, debemos rechazar todos nuestros agrados y desagradados, y desarrollar en lugar de ello un amor solo de ser.

Todas nuestras actitudes, sensaciones, emociones, reacciones y conductas egoístas, tales como nuestra posesividad, avaricia, lujuria, ira, celos, orgullo y egoísmo, están enraizadas en nuestros agrados y desagradados. Por lo tanto, en la medida en que seamos capaces de librarnos de nuestros agrados y desagradados, nos libramos acordemente de todas las formas de egoísmo y de todas las sensaciones y emociones desagradables que suscitan en nosotros. Puesto que nuestras interacciones con otras gentes tienden a traer a la superficie de la mente todos los agrados y desagradados profundamente enraizados, ellos son oportunidades que nos da Dios, no solo para que identifiquemos nuestros agrados y desagradados, sino para que también los contengamos.

Practicando el arte de ser auto-atento, nosotros cultivamos la pericia de contener no solo nuestros agrados y desagradados, sino también su raíz, que es la mente. Por consiguiente, nuestra práctica de auto-atención hará más fácil que reconozcamos y contengamos los agrados y desagradados que surgen en la mente cuando interactuamos con otras gentes. Inversamente, al contenerlos cuando interactuamos con otras gentes, estamos cultivando nuestra *vairagya* o libertad de los deseos, y esto a su vez nos ayudará en nuestra práctica de ser auto-atento.

Cuando Sri Ramana dice que no es adecuado para nosotros permitir a la mente morar mucho en asuntos mundanos, o interferir en los asuntos de otros, él no quiere decir que debamos ser indiferentes a los sufrimientos de otras gentes o criaturas. Es correcto que sintamos compasión siempre que veamos o lleguemos a saber del sufrimiento de cualquier otra persona o criatura, debido a que la compasión es una cualidad esencial que surge naturalmente en la mente cuando está bajo el dominio del *sattva-guna* o la cualidad de la «esei-dad», bondad y pureza, y es también correcto que hagamos lo que quiera que razonablemente podamos hacer para aliviar tal sufrimiento.

Sin embargo, el sufrimiento es un hecho inevitable de la existencia corporal, y hay poco que nosotros, con nuestros poderes limitados, podamos hacer para aliviar las muchas formas de sufrimiento que existen y existirán siempre en este mundo. Por lo tanto, si permitimos que la mente more en los sufrimientos e injusticias de este mundo, solo perderemos nuestra paz de mente y será de poca o ninguna utilidad.

Mejor que imaginar que podemos hacer realmente algo significativo para aliviar el sufrimiento en este mundo, sería más beneficioso si simplemente pusiéramos cuidado en evitar contribuir de alguna manera a ese sufrimiento. Por ejemplo, cientos de millones de animales están sujetos a sufrimiento innecesario e injustificable debido a las crueles prácticas de explotación en granjas, y cada día millones de ellos son matados cruelmente solo para satisfacer el ansia innatural e inhumana que las gentes tienen de comer su carne. Éste es un hecho triste de la vida, y un reflejo muy triste de la supuesta civilización y humanidad de la raza humana moderna, pero hay poco que podamos hacer efectivamente para impedir que acontezca tal crueldad. Sin embargo, aunque nosotros no podamos impedirla, podemos evitar fácilmente contribuir a ella absteniéndonos simplemente de comer carne, pescado, huevos y cualquier otro producto derivado de los animales.

Similarmente, muchas guerras injustificadas son combatidas en este mundo, todas como un resultado de la avaricia humana, y cada año más de cien millones de niños y adultos mueren de hambre y otras causas relacionadas con la pobreza, a pesar de todo el abundante alimento y otros recursos materiales que una gran parte de la raza humana está disfrutando. Muchos factores contribuyen a tales sufrimientos, pero en la raíz de todos esos factores, está el egoísmo y la avaricia humana. Aunque en la compleja economía del mundo moderno, en la que todos estamos en alguna medida inevitablemente involucrados, es difícil para nosotros saber exactamente qué efectos está teniendo nuestro medio de ganarnos la vida y cada uno de nuestros hábitos de gastar y otras formas de conducta sobre las vidas de aquellos menos afortunados que nosotros mismos; en la medida en que sea posible debemos tratar de evitar contribuir con nuestras propias acciones a los sufrimientos que están causados por esta economía injusta, y podemos evitar esto simplificando nuestro estilo de vida y minimizando nuestra dependencia de las posesiones materiales y otros objetos de disfrute de los sentidos.

Más importante, sin embargo, aunque nosotros no podemos saber todas las repercusiones que cada una de nuestras acciones puede estar teniendo sobre otras gentes y criaturas, nosotros sabemos que la causa raíz de mucho del sufrimiento que existe en este mundo es el egoísmo y la avaricia que existe en las mentes de gentes como nosotros mismos. Por lo tanto, para evitar contribuir al sufrimiento de otros, la cosa más esencial que debemos hacer es desarraigar todo el egoísmo y la avaricia de nuestra mente, y solo podemos hacer esto efectivamente volviendo la mente hacia dentro para sumergirla en nuestro ser auto-consciente, que es la fuente de la que ella surge junto con todo su egoísmo y avaricia.

Mientras la mente esté vuelta hacia fuera, morando en asuntos mundanos o tratando de interferir en los asuntos de otras gentes, estaremos pasando por alto los defectos que existen en nuestra mente. Por lo tanto, antes de intentar rectificar los defectos de este mundo o de otras gentes, primero debemos tener éxito en rectificar nuestros propios defectos, lo que solo podemos hacer efectivamente retirando nuestra atención enteramente de este mundo y de los asuntos que conciernen a otras gentes, y focalizándola vigilantemente en nuestro ser auto-consciente para contener e impedir el surgimiento de la mente, que es la raíz de todos nuestros defectos. Ésta es la razón por la que Sri Ramana dice que no es adecuado para nosotros permitir que la mente more mucho en asuntos mundanos, o que interfiramos en los asuntos de otros.

Además, en el análisis final, este mundo y todos los sufrimientos que vemos en él, son creados por nuestro poder de imaginación y existen solo en nuestra mente, lo mismo que el mundo y los sufrimientos que vemos en un sueño. Si nosotros sentimos compasión al ver los sufrimientos de otras gentes y animales en nuestro sueño, y si deseamos aliviar todos esos sufrimientos, todo lo que necesitamos hacer es despertar de ese sueño. De la misma manera, si nosotros deseamos verdaderamente poner fin a todos los sufrimientos que vemos en este mundo, debemos esforzarnos por despertar de este sueño que tomamos erróneamente por nuestra vida de vigilia, al verdadero estado de vigilia del auto-conocimiento perfectamente no-dual, practicando tenazmente el arte de ser auto-atentos.

Sin embargo, aunque nuestra vida en este mundo es de hecho solo un sueño, mientras nosotros experimentamos este sueño, no debemos considerar los sufrimientos de otros como simplemente irreales y por lo tanto de ninguna consecuencia. Nosotros, que experimentamos este sueño imaginario, somos una parte de él, y, por consiguiente, todo lo que experimentamos o presenciamos en este sueño es tan real como lo somos nosotros.

Mientras nos sintamos ser una persona —una mente limitada por un cuerpo— que está experimentando este sueño, no podemos sino sentir que los gozos y sufrimientos que estamos padeciendo son perfectamente reales, y mientras los sintamos así, no podemos negar que los gozos y sufrimientos de otras gentes y criaturas son igualmente reales e importantes. Por consiguiente, puesto que cada uno de nosotros desea natural-

mente evitar cualquier forma de sufrimiento que nos sea causado, debemos desear con igual fuerza evitar cualquier forma de sufrimiento que sea causado a cualquier otro ser sentiente.

Por lo tanto, cuando Sri Ramana nos aconseja evitar interferir en los asuntos de otros o permitir que la mente more mucho en asuntos mundanos, él no sugiere que debemos evitar tales acciones del cuerpo, habla o mente debido a una indiferencia sin corazón, sino solo que debemos hacerlo así debido a la santa indiferencia —indiferencia compasiva, indiferencia verdaderamente afectuosa y benévola.

Sri Ramana nunca aconsejó a nadie ser indiferente sin corazón—indiferente sin benevolencia ni bondad— hacia los sufrimientos de otros. Al contrario, a través de sus propias acciones él ejemplificó claramente cuán compasivos, tiernos y benévolos debemos ser todos, y cuán estrictamente debemos evitar causar siquiera el menor *himsa* o daño a ningún otro ser vivo.

Aunque Sri Ramana rara vez enseñó la importancia de la compasión explícitamente en palabras, él la enseñó muy claramente mediante su propia vida —a través de cada una de sus acciones y actitudes. En cada situación, su actitud y su respuesta mediante el habla o la acción demostró claramente su amor ilimitado, compasión, ternura, bondad, consideración y *ahimsa* —la evitación sensible y cuidadosa de causar ningún daño, agravio o perjuicio a ningún ser vivo.

La compasión, bondad y amor brillaban a través de cada acción de Sri Ramana, debido a que eso es lo que él era. Su ser mismo era la plenitud del amor —amor infinito y omni-inclusivo. Debido a que su individualidad aparente se había sumergido y había sido consumida en la luz infinita del auto-conocimiento verdadero, él era verdaderamente uno con la realidad absoluta, cuya naturaleza es ser, consciencia, felicidad y amor perfectamente no-dual e indivisible.

Por lo tanto, él nos amaba a todos nosotros —a todos y cada uno de los seres sentientes— como a su propio sí mismo, debido a que él se experimentaba a sí mismo como la única realidad infinita, otra que la cual ninguno de nosotros puede ser. Él era y es verdaderamente el sí mismo real y esencial de todos y cada uno de nosotros, y, por consiguiente, ninguno de nosotros puede ser excluido de su amor infinito —su auto-amor omni-inclusivo— que es su propio ser esencial.

Por esa razón, la «persona» aparente que era Sri Ramana, era una incorporación perfecta de *parama karuna* —compasión, gracia, bondad y amor supremos. Su bondad y amor eran iguales para todos. Para él, pecador y santo eran todos iguales. Él mostraba el mismo simple cuidado, bondad, ternura, amor y compasión hacia las gentes a quienes nosotros podemos considerar malas que hacia la buenas.

Su amor y bondad eran absolutamente imparciales. Él no mostraba mayor amor, bondad o interés por sus devotos más sinceros —aquellos que comprendían verdaderamente y ponían sus enseñanzas en práctica— que el que mostraba por aquellas gentes que le rechazaban, le desacreditaban o incluso le maltrataban, o por aquellos devotos

que no se interesaban en sus enseñanzas, o que las malentendían, o que incluso trataban de distorsionarlas, malinterpretarlas o deformarlas.

De hecho, si él alguna vez parecía mostrar parcialidad, no era hacia aquellos que le amaban más sinceramente, sino solo hacia aquellos que tenían menos amor o ningún amor por él en absoluto. Los devotos que le amaban más sinceramente, y que trataban ardientemente de seguir sus enseñanzas volviendo su mente hacia dentro y entregándosela a él en el núcleo de su ser, sentían a veces que exteriormente él parecía ignorarlos, y daba su atención solo a otros devotos menos sinceros. Sin embargo, si ellos le comprendían correctamente, sabían que él daba externamente su atención a aquellos que estaban más necesitados de ella, y que si externamente él nos ignoraba era solo para alentarnos a volver hacia dentro para buscar la verdadera forma de su amor, que está brillando siempre dichosamente en nuestro corazón como nuestro ser no-dual auto-consciente, «yo soy», esperando atraernos dentro por su poder de atracción magnético.

La razón por la que él mostraba igual amor y bondad por todas y cada una de las personas, independientemente del hecho de que una persona particular pueda haber sido el peor de los pecadores o el más grande de los santos, era que en su visión no hay diferencia esencial entre un pecador y un santo, entre un ateo y un devoto, o entre una persona cruel y una persona buena. Él sabía que en esencia cada persona es el único sí mismo no-dual, que él experimentaba como él mismo. Si parece haber alguna cosa tal como una persona separada, ello parece ser así debido solo a su ignorancia imaginaria de la naturaleza verdadera del único sí mismo real no-dual, que nosotros experimentamos siempre como nuestra auto-consciencia esencial, «yo soy».

No solo todos nosotros somos en esencia el único sí mismo no-dual, sino que, como gentes, todos nosotros somos también igualmente ignorantes de nuestra naturaleza verdadera. Incluso nuestro conocimiento teórico de nuestra naturaleza verdadera no nos hace menos ignorantes que otra persona que no tiene tal conocimiento, debido a que este conocimiento teórico existe solo en nuestra mente, que surge solo debido a nuestra auto-ignorancia o auto-olvido básico subyacente.

En nuestra visión auto-ignorante, Sri Ramana nos parece ser una persona como nosotros, e incluso nuestra creencia y convicción honesta de que en realidad él no es una persona, sino solo nuestro sí mismo real infinito, es una fe que existe solo en nuestra mente. Mientras nosotros nos experimentemos como una persona, y no como el único sí mismo real infinito e indiviso, no podremos experimentar a Sri Ramana como nuestro sí mismo esencial, sino que solo podremos conocerle como una persona, aunque una persona inmensurablemente superior a nosotros mismos.

Por lo tanto, en nuestra visión auto-ignorante, Sri Ramana parecía ser una persona, y como tal él parecía vernos como una persona separada. Sin embargo, aunque él parecía ver a cada uno de nosotros como una persona, él no veía ninguna diferencia esencial entre nosotros. Él nos veía a todos como iguales en nuestra ignorancia de nuestro sí mismo real. En su visión no había ninguna persona que fuera más ni menos ignorante

que cualquier otra persona. Nosotros, o bien nos conocemos a nosotros mismos como realmente somos, o bien ignoramos nuestra naturaleza real y nos experimentamos como una persona —una mente finita limitada por un cuerpo.

Puesto que en su visión todos nosotros somos igualmente ignorantes, todos nosotros estamos igualmente en necesidad de su *karanam illada karunai* —su gracia, misericordia, compasión, bondad y amor sin-*causa*. Nada que podamos hacer puede hacernos dignos de su gracia, e igualmente nada que podamos hacer puede hacernos indignos de su gracia. De la misma manera que la lluvia cae sobre los buenos y malos igualmente, así también su gracia y amor divinos están igualmente disponibles para todas las criaturas, incluyendo los santos más grandes y los pecadores más malvados, los intelectuales más brillantes y los necios más torpes, los más ricos y los más pobres, reyes y mendigos, seres humanos y todos los supuestos animales inferiores.

Su gracia o amor es sin-*causa*, debido a que es su naturaleza esencial. Como el único sí mismo real infinito, él no puede sino amarnos a todos como él mismo, debido a que él nos experimenta a todos como él mismo. Puesto que su gracia es infinita, y no depende de ninguna causa otra que sí misma, no puede nunca aumentar ni disminuir. En verdad ella es la única realidad —la única realidad absoluta, que es eterna, inmutable y auto-brillante.

Aunque Sri Ramana es verdaderamente la única realidad infinita que nosotros llamamos «Dios», que está haciendo siempre su gracia disponible para todos y cada uno de nosotros brillando eternamente en la profundidad más íntima de nuestro corazón como lo más cercano y querido a nosotros mismos —nuestro ser verdadero auto-consciente, «yo soy»— él se manifestó en forma humana para enseñarnos que nosotros podemos experimentar la felicidad perfecta y siempre inacabable que todos buscamos, solo volviendo la mente hacia sí mismo y entregándola con ello en la claridad absoluta de nuestro ser auto-consciente no-dual, que es la forma verdadera de su gracia y amor.

Su forma humana era así una incorporación de *parama karuna* o compasión, gracia, misericordia, ternura, bondad, cuidado y amor supremos, y como tal ninguna criatura podía ser excluida nunca de su bondad y amor infinitos. Y aunque su forma humana murió en 1950, antes de que la mayoría de nosotros hubiera nacido, su gracia, amor y guía interna están siempre disponibles para nosotros, debido a que son la única realidad eterna que brilla siempre dentro de nosotros como «yo soy», nuestro sí mismo amadísimo. Además, él no solo permanece siempre como nuestro sí mismo esencial, sino que también continua estando manifiesto externamente en la forma de sus preciosas enseñanzas, que continúan disponibles para recordarnos constantemente nuestra necesidad de volvernos hacia el sí mismo para experimentar la felicidad infinita del auto-conocimiento verdadero.

Para beneficiarse de su amor o gracia en toda su plenitud infinita, todo lo que tenemos que hacer es volvernos hacia nosotros mismos y beber así de la fuente de la que mana.

Aunque su gracia está ayudándonos siempre, mientras prestamos atención a cualquier otro que nuestro sí mismo esencial, nosotros estamos ignorándola, y al hacerlo así, estamos cerrando en efecto las puertas de nuestro corazón a ella, obstruyéndola e impidiéndola consumirnos en su claridad infinita.

Su gracia es la luz de la consciencia que brilla dentro de nosotros, capacitándonos para conocernos tanto a nosotros mismos como a todos los objetos imaginarios que hemos creado en la mente. Tanto el sujeto como el objeto son iluminados solo por su gracia, y sin ella como su sustancia y realidad esencial, no podrían siquiera parecer existir.

Sin embargo, mientras prestamos atención a cualquier forma de objeto —tanto a los objetos que reconocemos como solo pensamientos en nuestra mente, como a los objetos que imaginamos existir en un mundo fuera de la mente— nosotros estamos desaprovechando la luz de su gracia, y estamos distorsionando su auto-amor no-dual infinito y experimentándolo como nuestro deseo de algunos objetos y nuestra aversión por otros. Mejor que desaprovechar su gracia de esta manera para conocer objetos, o esperar que cumpla cualquiera de nuestros pequeños deseos, debemos obtener verdadero beneficio de ella usándola para conocernos a nosotros mismos.

Es decir, la mente, que es la luz distorsionada de la consciencia que nosotros usamos ahora para conocer objetos, es una forma reflejada de nuestra luz original de auto-consciencia, que es su gracia. Por lo tanto, si retiramos la mente de todos los objetos y la volvemos hacia la fuente de su luz, ella se fundirá en esa luz como un rayo de sol que es reflejado desde un espejo hacia el sol. Al volver así la luz reflejada de la mente de vuelta sobre nosotros mismos, estamos entregándonos a nuestra luz de gracia original—nuestra auto-consciencia fundamental, «yo soy», que es la forma de amor verdadero que nosotros llamamos «Sri Ramana».

Cuando Sri Ramana se manifestó en forma humana, la compasión, ternura, bondad y amor que él mostraba hacia cada persona que encontraba era una expresión externa del amor infinito, eterno, indiviso y no-dual que él experimentaba como su propio sí mismo, y que brilla siempre dentro de cada uno de nosotros como nuestro ser esencial auto-consciente, «yo soy». Por lo tanto, la imparcialidad de su bondad y amor externo demostraba claramente la imparcialidad absoluta de su verdadera gracia interna, que está surgiendo siempre en el corazón de cada ser senciente.

El mismo amor que mostraba hacia todas las gentes, lo mostraba hacia toda otra criatura. No consideraba que ningún animal era menos digno de su bondad, amor y compasión que cualquier ser humano, y los animales respondían naturalmente al amor que ellos sentían en él, y por lo tanto se le acercaban sin ningún miedo. Han sido registradas numerosas historias e incidentes en su vida que ilustran bellamente su extraordinaria relación tanto con animales salvajes como domésticos —la ternura, bondad, cuidado y amor que les mostraba, y el afecto recíproco y confianza de ellos en él.

Además, no solo fue igualmente bueno y cuidadoso con los animales individuales de todas las especies, sino que también mostró su fuerte desaprobación siempre que cualquier persona trataba sin bondad o causaba algún daño a algún animal. No toleraba ni permitía que las gentes matasen ni siquiera a animales venenosos tales como serpientes y escorpiones, y señalaba que nuestro miedo de tales animales está causado solo por nuestro apego a nuestros propios cuerpos. Decía que de la misma manera que queremos nuestra vida en el cuerpo presente, así también toda otra criatura quiere igualmente su vida en su cuerpo presente, y, por consiguiente, no tenemos ningún derecho a privar a ninguna criatura de su querida vida, o a causarle daño o sufrimiento de cualquier tipo que sea.

Una ilustración muy clara de su compasión y amor ilimitados y absolutamente imparciales, fue un incidente que ocurrió cuando era un hombre joven. Un día, mientras estaba paseando por un matorral, su muslo rozó accidentalmente un nido de avispones, perturbando a sus numerosos ocupantes, que inmediatamente salieron volando enfurecidos y comenzaron a picar su muslo ofensivo. Comprendiendo su respuesta natural, y sintiéndose apenado por la perturbación que les había causado accidentalmente, se quedó quieto y a pesar del intenso dolor que le estaban infligiendo, permitió pacientemente que le picasen su muslo hasta que estuviesen todos plenamente satisfechos y volvieron a su nido. Años después, cuando Sri Muruganar escribió un verso (que ahora está incluido en *Guru Vachaka Kovai* como el verso 815) preguntándole por qué se sintió arrepentido y permitió a los avispones picar su muslo, aunque la perturbación que les causó no fue intencionada, él respondió componiendo el verso 7 de *Upadesa Tanippakkal*, en el que decía:

Aunque el enjambre de avispones picaron la pierna de modo que devino inflamada e hinchada cuando se tocó y dañó su nido, que estaba esparcido [y oculto] en medio de hojas verdes, y aunque [el acto de trastornar su nido] fue un tropiezo que aconteció accidentalmente, si uno no sintiera al menos pena [piedad por los avispones y arrepentimiento por el trastorno que les causó], ¿cuál sería en verdad la naturaleza de su mente [es decir, cuán enteramente duro de corazón e insensible sería]?

Por su propia vida y ejemplo, Sri Ramana nos enseñó la gran importancia no solo de la bondad, el amor, la ternura, la consideración, la compasión y *ahimsa*, sino también de la humildad, el no-egoísmo, la no-deseación, la no-adquisitividad, la no-posesividad, el no-despilfarro, la generosidad, el contento, la auto-contención, la auto-negación y la completa simplicidad del estilo de vida. Ninguna de estas cualidades eran cultivadas o practicadas por él con ningún esfuerzo, sino que eran todas completamente sin-esfuerzo, debido a que eran efectos naturales de su no-egoidad absoluta.

Debido a que no se experimentaba a sí mismo como un ego, una consciencia individual finita y separada, no experimentaba a ninguna persona, animal, planta u objeto in-

animado como otro que sí mismo, y, por consiguiente, en la plenitud infinita de su amor —su auto-amor absolutamente no-dual— no había ningún espacio para el menor rastro de egoísmo, avaricia, deseo, apego, posesividad, no-bondad, insensibilidad o cualquier otro defecto que tiende a surgir cuando nosotros nos tomamos erróneamente por un ego o mente finito limitado por un cuerpo. Por lo tanto, vivía lo que enseñaba, y enseñaba solo lo que vivía.

Sus acciones, su actitud y su respuesta a cada persona, a cada animal y a cada situación y acontecimiento externos eran por lo tanto enseñanzas no menos poderosas o significativas que sus palabras habladas y escritas. Ejemplificaba en su vida el mismo estado de no-egoidad absoluta que nos enseñaba como la única meta digna de ser buscada. Por lo tanto, aunque nosotros no podemos emular su vida perfectamente sin-ego mientras nos tomamos erróneamente por una persona, una mente o ego-consciencia limitada por un cuerpo, podemos aprender mucho de ella, y si deseamos verdaderamente perder nuestro sí mismo individual falso en nuestro estado natural de ser auto-consciente absolutamente sin-ego, debemos tratar de aplicar humilde y sinceramente lo que seamos capaces de aprender de su vida externa en nuestra vida externa.

Es decir, si deseamos en verdad ser absolutamente sin-ego, debemos comenzar ahora a practicar las cualidades y virtudes sin-ego que son naturales a la no-egoidad. Si nosotros no amamos y queremos tales cualidades, no amamos verdaderamente el estado de no-egoidad perfecto.

La simplicidad congruentemente sin-ego del estilo de vida de Sri Ramana era legendaria y fue presenciada por miles de personas. Aunque sus devotos construyeron un *ashram*, un lugar para morar en comunidad e institución religiosa alrededor de él, nunca reclamó nada como suyo propio. Y aunque había gentes ricas que le ofrecían y deseaban honestamente darle cualquier cosa que pudiera querer, no se beneficiaba de nada más que el alimento mínimo, la ropa y el cobijo que era necesario para la supervivencia de su cuerpo.

Desde el tiempo en que dejó el hogar a la edad de dieciséis años hasta el final de su vida corporal, vivió la vida simple de un *sadhu*, un mendicante religioso. Su único vestido era una *kaupina*, un simple taparrabos. Hasta que sus devotos construyeron un habitáculo simple para él, vivía solo en cuevas o en *mandapamas*, portales de templos abiertos. Incluso en años posteriores de su vida, cuando vivía en una pequeña sala que sus devotos habían construido para él, sus puertas estaban abiertas a los visitantes día y noche, y lo compartía libremente con otros residentes permanentes o temporales, que vivían y dormían allí con él. No tenía vida privada ni tiempo para sí mismo, sino que estaba siempre disponible para cualquiera que le necesitase.

Prefería comer sólo el alimento más simple, e incluso cuando se le ofrecía cualquier tipo de alimento especial, tanto si eran delicadezas tales como un dulce o un manjar sabroso, un banquete elaboradamente preparado, o incluso un tónico medicinal para la salud del cuerpo, lo comía sólo si era compartido primero igualmente con todas las gen-

tes que estaban presentes. De la misma manera que compartía su techo, su tiempo y su vida entera con todos en su presencia, así también compartía con ellos libre e igualmente cualquier alimento u otra cosa material que le era dada.

El único tipo de alimento que evitaba estrictamente, y que aconsejaba a otros evitarlo del mismo modo, era cualquier forma de alimento no-vegetariano, tal como carne, pescado o huevos. De esta y muchas otras maneras, nos enseñaba enfáticamente que debemos evitar siempre cualquier acción que cause el menor daño, perjuicio o sufrimiento a cualquier criatura.

Tanto por sus palabras como por su ejemplo, nos enseñaba la virtud del *ahimsa* o evitación compasiva de causar ningún daño, perjuicio o agravio a cualquier ser senciente. Por medio de su vida y sus enseñanzas, indicaba claramente que consideraba *ahimsa* o «no hacer daño» como una virtud más grande que tratar activamente de «hacer el bien». Mientras *ahimsa* es un estado pasivo de abstenerse de hacer ninguna acción que pueda causar directa o indirectamente algún daño o sufrimiento a alguna persona o criatura, «hacer el bien» es una interferencia activa en el curso externo de los acontecimientos y en los asuntos de otras gentes, y aunque interferimos con buena intención, a menudo nuestras acciones tienen repercusiones dañinas.

Cuando tratamos de realizar acciones que creemos que resultarán en «bien», a menudo terminamos causándonos daño a nosotros mismos, a otros, o a ambos. El peligro para nosotros mismos en el intento de hacer «bien» a otros, está principalmente en el efecto que tales acciones pueden tener sobre nuestro ego. Si nos involucramos activa y ambiciosamente en tratar de hacer el «bien» externamente, es fácil que pasemos por alto los defectos en nuestra mente, y que no notemos el orgullo sutil, el egotismo y la autoestima que tienden a surgir en la mente cuando nos concentramos en rectificar los defectos del mundo externo, más bien que en rectificar los propios defectos internos.

Además, lo que nosotros consideramos que es «el bien», a menudo es completamente diferente a como lo consideran otras gentes, de modo que a menos que seamos muy cuidadosos, el «bien» que tratamos de hacer a otros, de hecho puede ser no deseado. Incluso si sentimos fuertemente que nuestra idea del «bien» es correcta y que la idea del bien de algunas otras gentes es incorrecta, debemos ser cuidadosos de no tratar de imponerles nuestra idea del «bien», debido a que cuando lo hagamos, nuestros esfuerzos solo crearán resentimiento y conflicto, lo que usualmente resultará en causar más daño que cualquier bien efectivo.

La mayoría de las acciones tienen múltiples efectos, de modo que las repercusiones de nuestras acciones a menudo no son lo que nosotros pretendíamos que fueran. Cuanto mayor sea el «bien» que tratamos de hacer, mayor será el daño que puede resultar. Desde el comienzo de la historia humana, muchos reformadores sociales, políticos y religiosos han venido y han partido, pero ninguna de sus reformas ha resultado nunca en un

bien sin mezcla. Cualquier acción o serie de acciones que tenga un impacto significativo en este mundo, resulta inevitablemente en una mezcla de bien y mal —beneficio y daño.

Muchos de los mayores males e injusticias en este mundo han resultado de reformas sociales, políticas, económicas o religiosas supuestamente bien intencionadas. Incluso en el nombre de Dios han acontecido incontables conflictos, que algunas veces han resultado incluso en crueles persecuciones, guerras y terrorismo. Por todo esto nosotros debemos comprender que los intentos de hacer el bien pueden resultar en gran daño, y que nuestro deber moral primario es por lo tanto evitar causar ningún daño, más bien que tratar de hacer ningún bien.

En muchas situaciones, puede resultar un bien mucho mayor el abstenernos de hacer ninguna acción que el que podría resultar posiblemente si la hacemos, debido a que cualquier bien que pueda resultar de cualquier acción que pudiéramos hacer, no compensaría el daño que resultaría de ella. En otras palabras, la inacción —nuestro solo ser sin hacer nada— a menudo puede ser verdaderamente más beneficioso de lo que podría ser cualquier suma de acción o «hacer».

Como regla general, si cualquier acción va a causar daño probablemente a cualquier ser senciente, debemos abstenernos de hacerla, incluso aunque pueda resultar también en algún bien. Además, cualquier acción que podamos decidir hacer o abstenernos de hacer en cualquier situación particular, debemos recordar siempre que el bien último, que es la felicidad infinita del auto-conocimiento verdadero, no puede ser nunca obtenido por ninguna suma de acción o «hacer», sino únicamente por solo «ser» —es decir, por nuestro permanecer apaciblemente en nuestro estado natural, que es el estado de ser auto-consciente perfectamente claro sin-ego, libre de pensamiento y por lo tanto absolutamente sin-acción.

Esto no quiere decir, sin embargo, que no debemos hacer nada para ayudar a otras gentes o criaturas cuando surge una necesidad inmediata, sino solo que no debemos ser demasiado ambiciosos en nuestro deseo de hacer el bien. Nosotros debemos responder apropiadamente a cualquier situación en que nos encontremos, pero no necesitamos buscar activamente situaciones en las que imaginemos que nuestra ayuda puede ser requerida. Además, incluso cuando surja una situación en la que nuestra ayuda parezca ser requerida, debemos tener cuidado de hacer solo el «bien» que sea verdaderamente apropiado, y al mismo tiempo debemos ser muy vigilantes de no causar ninguna forma de daño en nuestro intento de hacer el bien.

Del ejemplo dado por Sri Ramana, debemos comprender que es bueno para nosotros ser siempre humildes, desinteresados, buenos, cuidadosos, considerados, amables, compasivos, generosos y compartidores, y que todas nuestras acciones y reacciones externas —que en muchos casos pueden incluir apropiadamente nuestra abstención de llevar a cabo ciertas acciones o cualquier acción que sea— deben ser guiados siempre por estas cualidades internas de mente y corazón. La gran importancia de tal generosidad, bondad

y cuidado verdaderos, fue claramente enfatizada por Sri Ramana cuando concluyó este párrafo diecinueve de *Nan Yar?* diciendo:

...Todo lo que uno da a otros, uno lo está dando solo a uno mismo. Si [todos] conocieran esta verdad, ¿quién ciertamente se abstendría de dar?

Todo lo que damos a otros (especialmente la ternura, la bondad, la compasión, la simpatía, el afecto, el cuidado y la consideración que les damos) nos lo estamos dando solo a nosotros mismos, debido a que nadie —ninguna persona, animal, planta o cualquier otra cosa— es verdaderamente otro que nosotros mismos, nuestro ser o «soy»-dad auto-consciente esencial.

Éste es el significado real de la enseñanza de Cristo: «Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente... Amarás al prójimo como a ti mismo» (*San Mateo 22.37, 39, y San Marcos 12.30-31*). Verdaderamente no podemos amar a Dios ni al prójimo —a ninguno de nuestros semejantes, los seres sencientes— como a nosotros mismos a no ser que les experimentemos efectivamente como nosotros mismos, y si no les amamos así, realmente no podemos amarlos con todo nuestro corazón, alma y mente.

El amor por algo otro que nosotros mismos no puede ser nunca un amor completo, sino solo un amor dividido y por lo tanto parcial, debido a que nosotros nos amamos siempre a nosotros mismos más de lo que podemos amar nunca a cualquier otra persona o cosa. Por lo tanto, si deseamos verdaderamente amar a Dios o al prójimo enteramente —con todo nuestro corazón, alma y mente— debemos experimentarlos como a nosotros mismos, y para experimentarlos así, debemos experimentarnos como somos realmente —es decir, como la única realidad infinita, absoluta e indivisible, que es la esencia real o sustancia verdadera de todo lo que es. Por consiguiente, puesto que nosotros no podemos experimentarnos así como el único todo infinito, indiviso, no-dual y omni-inclusivo, mientras prestemos atención a lo que parece ser otro que nosotros mismos, para experimentar y amar tanto a Dios como a nuestro prójimo como a nosotros mismos, debemos retirar la mente enteramente de sus formas externas imaginarias y focalizarla aguda y exclusivamente en nuestro ser esencial auto-consciente, «yo soy», que es su forma esencial y real.

Por lo tanto, hasta que no nos disolvamos y perdamos enteramente en nuestro estado natural de ser auto-consciente absolutamente no-dual, que es el estado del auto-conocimiento verdadero, nuestro amor por Dios y por nuestro prójimo será solo parcial e imperfecto. Sin embargo, aunque aún no podamos experimentar y amar efectivamente a todos nuestros semejantes, los seres sencientes, como a nosotros mismos, si hemos comprendido realmente al menos en teoría que ellos no son verdaderamente otro que nosotros mismos, sentiremos naturalmente compasión por ellos y por lo tanto nos identificaremos con todos sus sufrimientos. Cuando sintamos tal compasión y empatía por

todos los seres sencientes, nos abstendremos naturalmente en la medida de lo posible de causar siquiera el menor daño o sufrimiento a ninguno de ellos.

Sin embargo, nuestro amor, compasión y preocupación por otras gentes y animales no debe llevarnos a creer que podemos hacer algún gran bien en este mundo, o que este mundo nos necesita para reformarlo. Siempre que alguna persona decía a Sri Ramana que tenía ambición por reformar el mundo de alguna manera o de hacer algún otro «bien» semejante, él decía: «El que ha creado este mundo sabe cómo cuidar de él. Si tú crees en Dios, confía en que Él hace lo necesario por este mundo». En muchas ocasiones y de muchas maneras, Sri Ramana aclaró que nuestro deber no es reformar el mundo sino solo reformarnos a nosotros mismos.

A las gentes que carecían de comprensión sutil, él les decía que puesto que este mundo es creado por Dios, Él sabe cómo cuidar de él, indicando con ello que este mundo es exactamente como Dios quiere que sea, y que Él quiere que sea así para el beneficio verdadero de todo lo afectado. Sin embargo, a las gentes de comprensión más sutil, él les decía que este mundo es una creación de nuestra mente, y que existe solo en ella de la misma manera que un sueño existe solo en la mente, y que cualesquiera defectos que veamos en este mundo, son por lo tanto reflejos de los defectos de nuestra mente. Por consiguiente, mejor que tratar de reformar el reflejo, debemos tratar de reformar su fuente, que es nuestra mente. Si nosotros reformamos la mente restaurándola a nuestro estado natural de solo ser, su reflejo también se sumergirá y devendrá uno con nuestro ser verdadero, que es la plenitud infinita de la felicidad y el amor puro.

Aunque todos los múltiples problemas de este mundo solo pueden ser resueltos efectivamente volviendo la mente hacia dentro y sumergiéndola en su fuente, que es nuestro ser auto-consciente absolutamente no-dual, mientras la mente esté vuelta hacia fuera, nosotros continuaremos tomándonos erróneamente solo por una persona limitada por un cuerpo —una entre las muchas criaturas limitadas por el cuerpo que viven en este mundo material. Cuando nosotros nos tomamos así erróneamente por una persona finita, devenimos inevitablemente involucrados en las actividades de nuestro cuerpo, habla y mente, y nuestras acciones tienen inevitablemente un efecto sobre otras gentes y criaturas.

Por lo tanto, en este estado de actividad dualista, nosotros somos responsables de los efectos de nuestras acciones, y, por consiguiente, debemos tener cuidado de no causar ningún daño a ninguno de nuestros semejantes, los seres incorporados. El beneficio de practicar así cuidadosamente la virtud de *ahimsa* o «no hacer daño» es doble. Con ello no solo evitamos en la medida de lo posible causar ningún daño o sufrimiento a ningún otro ser senciente, sino que con ello también cultivamos la ternura de mente que requerimos para ser capaces de volvernos hacia dentro y sumergirnos en nuestro estado natural de solo ser.

Si somos duramente indiferentes a los sufrimientos de otros, no seremos capaces de tener éxito en ningún esfuerzo que podamos hacer para volvernos hacia dentro, debido a que tal falta de corazón está causada solo por la densidad de nuestro ego —por nuestro fuerte apego e identificación con nuestro sí mismo individual. Solo cuando nuestro apego a nuestro ego está grandemente atenuado, tendremos la *vairagya*, no-deseación o desapego que necesitamos para ser capaces de abandonar todos los pensamientos o la atención a algo otro que nuestro ser esencial auto-consciente, y como una consecuencia inevitable de esta atenuación de nuestro ego, la verdadera bondad, amor y compasión surgirán también naturalmente dentro de nosotros.

Solo en la medida en que nuestro ego y todos sus deseos y apegos sean atenuados verdaderamente, surgirá en nuestro corazón el amor real de solo ser. Cuando este amor verdadero de solo ser surja dentro de nosotros, nos impelerá a tratar repetidamente de retirar la mente de todos los objetos y a descansar en nuestro ser esencial auto-consciente. Sin embargo, hasta que nuestro amor de solo ser nos consuma enteramente, la mente caerá a menudo de nuestro estado natural de reposo auto-consciente, y siempre que experimentemos así este mundo aparentemente externo, nuestro amor de solo ser se manifestará como compasión, bondad, amor y consideración por todos los otros seres sencientes, que no son cada uno en esencia otro que nuestro ser auto-consciente.

Sri Ramana solía decir que *bhakti* es *jñana mata* —es decir, que la devoción o amor es la madre del auto-conocimiento verdadero. En este contexto, *bhakti* significa amor verdadero de solo ser —es decir, amor de nuestro ser infinito auto-consciente. Puesto que nuestro ser auto-consciente verdadero es infinito, no conoce ningún otro, y, por consiguiente, si nosotros amamos verdaderamente nuestro ser, no sentiremos que algo —particularmente ningún ser senciente— está excluido de él o de nuestro amor de él.

Por lo tanto, mientras experimentemos la más mínima dualidad u otredad, nuestro verdadero amor de solo ser será experimentado por nosotros como un amor y compasión tiernos y omni-abarcantes por nuestros semejantes, los seres sencientes. Por consiguiente, si nosotros cultivamos amor verdadero de solo ser, como haremos naturalmente por nuestra práctica persistente de auto-atención, no necesitamos hacer ningún esfuerzo separado para cultivar ninguna otra cualidad tal como la compasión, la ternura o la bondad por otros seres sencientes, debido a que tales cualidades resultarán automáticamente de nuestro amor verdadero de solo ser.

Sin embargo, aunque no necesitemos hacer ningún esfuerzo especial por cultivar cualidades tales como la compasión o la sensibilidad por los sentimientos de otros, al fomentar tales cualidades, nosotros podemos nutrir indirectamente nuestro amor de solo ser, que es lo único que puede capacitarnos para experimentar el estado sin-ego del auto-conocimiento verdadero. Solo una mente extremadamente tierna será tomada por un amor tan grande de solo ser y estará dispuesta a entregarse enteramente, volviendo su atención totalmente hacia su propio núcleo o esencia auto-consciente y con ello a su-

mergirse y a fundirse dentro, perdiéndose a sí misma en la claridad absoluta del auto-conocimiento no-dual verdadero.

De la misma manera que la compasión es un efecto natural del verdadero amor de solo ser, así también *ahimsa* o «no hacer daño» es un efecto natural de la compasión. Si nosotros sentimos compasión y ternura verdaderas por los sentimientos de otros, automáticamente cuidaremos de no hacer ninguna acción que pueda causar daño o sufrimiento. Por lo tanto, la cualidad más importante que debemos esforzarnos en cultivar, es el amor verdadero de sumergirnos y descansar en nuestro estado natural de ser auto-consciente. Si cultivamos esta única cualidad esencial, todas las demás florecerán sin esfuerzo y naturalmente en nuestro corazón.

Ahimsa absoluta solo es posible en el estado no-dual del auto-conocimiento verdadero. La primera *himsa* o «daño» —es decir, la primera acción que causa daño, perjuicio y sufrimiento tanto a nosotros mismos como a todos los «otros»— es el surgimiento de nuestra mente. Cuando la mente no surge, todo permanece apaciblemente sumergido en el estado verdadero de ser auto-consciente no-dual, que es el estado de felicidad infinita. El surgimiento imaginario de la mente no es solo la forma primera de *himsa*, sino también la causa y origen de todas las otras formas de *himsa*.

Por lo tanto, mientras nos imaginemos ser esta mente o ego limitado por el cuerpo, no podremos experimentar *ahimsa* absoluta, y no podremos evitar enteramente hacer alguna forma de *himsa*. Por consiguiente, si nosotros deseamos verdaderamente evitar causar ningún daño, no solo debemos tratar de regular cuidadosamente todas nuestras acciones de mente, habla o cuerpo de acuerdo con el principio moralmente imperativo de *ahimsa*, sino también de destruir la causa raíz de toda forma de *himsa*, que es nuestra mente o ego. Para destruir esta causa raíz de todo sufrimiento, el único medio es retirar la mente de toda otredad o dualidad y sumergirla con ello en la claridad infinita de nuestro ser auto-consciente. Ésta es la razón por la que Sri Ramana dice en el párrafo diecinueve de *Nan Yar?*:

...No es apropiado [para nosotros] dejar que [nuestra] mente [more] mucho en asuntos mundanos. No es apropiado [para nosotros] entrar [o interferir] en los asuntos de otras gentes...

El hecho de que nosotros solo podemos hacer verdaderamente bien al mundo retirando la mente de él y buscando dentro de nosotros mismos la causa real de todo sufrimiento, es acertada y bellamente ilustrado por la vida compasiva del Señor Buddha. Como Bhagavan Ramana, Bhagavan Buddha era una incorporación de *parama karuna* o compasión, bondad y amor supremos. Siendo un hombre joven, cuando llegó a conocer los sufrimientos inevitables de la existencia incorporada tales como la enfermedad, la vejez y la muerte, él fue tomado por un intenso deseo de descubrir la causa raíz de todo

sufrimiento y el medio para destruirla. Por lo tanto, aunque él tenía gran amor por su esposa, hijo, padre, tía y otros familiares y amigos, les dejó a todos y vivió la vida de un mendicante errante, buscando ardientemente el conocimiento verdadero que pondría fin a todo sufrimiento.

Aunque en una etapa temprana de su búsqueda esperaba obtener tal conocimiento practicando severas austeridades corporales, él comprendió eventualmente que ninguno de tales medios externos podría capacitarle para obtener la verdad que estaba buscando, y que él solo podría obtenerla buscando calmadamente dentro de sí mismo. Así pues, retirando la mente del cuerpo y de este mundo, fue capaz de experimentar el estado del *nirvana* verdadero —la extinción absoluta de su mente o sí mismo finito falso.

La razón por la que el Señor Buddha dejó a su amada esposa, hijo y a otros familiares, no fue debido a que no se cuidara de ellos. Les dejó debido solo a que su amor por ellos era tan grande que no podía soportar el pensamiento de que fuera impotente para salvarlos de los sufrimientos inevitables de la existencia incorporada, y por lo tanto estaba determinado a encontrar el medio de hacerlo.

Solo debido a que su amor y compasión eran tan grandes que le llevaron a retirar su mente de aquellos que más amaba para encontrar la solución real a los sufrimientos de todos los seres encarnados, fue capaz de obtener el conocimiento verdadero que le capacitó para enseñarnos a todos el medio por el que nosotros podemos obtener el *nirvana*, el estado verdadero de solo ser, en el que todo sufrimiento está extinguido junto con su causa, la mente o sentido ilusorio de individualidad finita.

Para obtener el auto-conocimiento verdadero —el estado de ser auto-consciente absolutamente no-dual— y extinguir con ello la raíz de todo sufrimiento, nosotros no necesitamos renunciar exteriormente ni a nuestra familia ni al mundo entero, como hizo el Señor Buddha, sino que debemos renunciar interiormente a todos los pensamientos de nuestro sí mismo finito falso y a todo lo demás aparte de nuestro ser esencial auto-consciente. Aún más importante, para estar suficientemente motivados para ser capaces de entregar o dejar ir nuestro sí mismo finito falso, debemos ser impelidos por la misma intensidad de amor que llevó al Señor Buddha y a todo otro sabio verdadero a fundirse interiormente y a entregarse ellos mismos en el fuego omniconsumiente del auto-conocimiento verdadero.

Todo el sufrimiento que vemos en este mundo es solo un sueño que brota debido al surgimiento de la mente, de modo que si estamos verdaderamente tocados por el sufrimiento de otros, debemos tratar ardientemente de despertar de este sueño, entregando la mente auto-engañoso en la claridad de nuestro ser esencial auto-consciente. Sin embargo, aunque el amor verdadero de nuestro ser esencial, que es también el ser esencial de toda otra persona y criatura, es el único medio por el que podemos despertar de este sueño de dualidad u otredad, nuestro amor finito presente solo florecerá como la plenitud absoluta del amor infinito cuando hayamos destruido efectivamente este sueño de dualidad ilusoria en la claridad perfecta del auto-conocimiento no-dual verdadero.

Este mundo y todo lo que experimentamos en él, incluyendo nuestro cuerpo y nuestra personalidad individual con todos sus agrados y desagradados, parece existir debido solo a que nosotros hemos surgido como esta consciencia finita conocedora de objetos que llamamos la mente. Por lo tanto, si la mente se sumerge y deja de existir como una consciencia individual separada, todo lo demás se sumergirá también y dejará de existir. Por consiguiente, en el párrafo final de *Nan Yar?* Sri Ramana concluye diciendo:

Si [nuestro] sí mismo [individual] surge, todo surge; si [nuestro] sí mismo [individual] se sumerge [o cesa], todo se sumerge [o cesa]. En la medida en que nosotros nos comportemos humildemente, en esa medida hay bondad [o virtud]. Si [nosotros] estamos conteniendo [reteniendo, doblegando, condensando, contrayendo, encogiendo o reduciendo nuestra] mente, dondequiera que [nosotros] podamos estar, [nosotros] podemos ser [o dondequiera que podamos estar, seamos].

La palabra clave en la segunda sentencia de este párrafo es *tazhndu*, que he traducido como «humildemente», pero que es de hecho el pasado o participio perfecto de *tazhtal*, un verbo que tiene muchos significados tales como postrarse, adorar, descender, estar abajo, estar inclinado, devenir doblegado, estar suspendido, ser profundo, estar absorbido en algo, declinar, disminuir, decrecer, permanecer, descansar, detenerse, doblarse, encorvarse o pender. En este contexto, por lo tanto, proceder o comportarse *tazhndu* significa conducirnos humildemente en este mundo, sometiéndonos a la voluntad de Dios, con la mente sumergida, rendida, inmersa o descansando calmadamente en nuestro ser esencial auto-consciente.

En la medida en que vivimos nuestra vida así, dice Sri Ramana, hay *nanmai* —bondad, rectitud, beneficio, benefacción, virtud o moralidad. Es decir, la bondad relativa de cualquiera de nuestras acciones o de nuestra conducta en general es determinada solo en la medida en que, mientras actuamos o nos comportamos, somos verdaderamente humildes, rendidos, sin-deseo, calmados, ecuánimes y resignados a la voluntad de Dios.

En la sentencia final Sri Ramana dice que si nosotros somos capaces de ser así, conteniendo, doblegando, sometiendo o reduciendo la mente siempre, «dondequiera que [nosotros] podamos estar, podemos ser» o «dondequiera que [nosotros] podamos estar, seamos». Estas palabras finales, *enge irundalum irukkalam*, implican que en cualquier lugar o circunstancias que podamos estar colocados en nuestra vida, siempre es posible para nosotros solo ser. Si nosotros mantenemos siempre la mente sumergida en nuestro estado de ser auto-consciente verdadero y natural, ninguna circunstancia externa puede impedirnos permanecer así.

Por lo tanto, puesto que no tenemos ningún deber o responsabilidad otro que solo ser en nuestro ser auto-consciente y dichoso, y puesto que no hay ninguna felicidad más alta que simplemente ser así, *summa irukkalam* —seamos.

BIBLIOGRAFÍA

Al citar los escritos en tamil y otras enseñanzas registradas de Sri Ramana en este libro, he dado mis propias traducciones, muchas de las cuales están basadas en su mayor parte en las explicaciones y traducciones en prosa tamil de Sri Sadhu Om.

Los siguientes son algunos detalles sobre los trabajos que he citado:

Poemas filosóficos de Sri Ramana

Upadesa Undiyar – un poema en tamil de treinta versos que Sri Ramana compuso en 1927 en respuesta a la petición de Sri Muruganar, y que más tarde compuso en sánscrito, telugu y malayalam bajo el título de *Upadesa Saram*, la «Esencia de la Instrucción».

Ulladu Narpadu – los «Cuarenta [Versos] sobre Eso Que Es», otro poema en tamil que Sri Ramana compuso en 1928 cuando Sri Muruganar le pidió que enseñara la naturaleza de la Realidad y el medio para obtenerla.

Ulladu Narpadu Anubandham – el «Suplemento a los Cuarenta [Versos] sobre Eso Que Es», una colección de cuarenta y un versos en tamil que Sri Ramana compuso en diversos momentos durante la década de 1920 a 1930.

Ekatma Panchakam – los «Cinco Versos sobre la Unidad del Sí mismo», un poema que Sri Ramana compuso en 1947, primero en telugu, después en tamil, y más tarde en malayalam.

Anma-Viddai – conocido también como *Atma-Vidya Kirtanam*, el «Canto sobre la Ciencia del Sí mismo», un canto en tamil que Sri Ramana compuso en 1927 en respuesta a la petición de Sri Muruganar.

Upadesa Tanippakkal – los «Versos de Instrucción Solitarios», una colección de veintisiete versos en tamil que Sri Ramana compuso en diversos momentos.

Poemas devocionales de Sri Ramana

Sri Arunachala Aksharamanamai – la «Guirnalda Matrimonial de Letras» o «Guirnalda de Unión Imperecedera», un himno en tamil de 108 versos dirigidos a Dios en la forma de la colina sagrada Arunachala, que Sri Ramana compuso espontáneamente un día de 1914 ó 1915.

Sri Arunachala Ashtakam – los «Ocho [Versos] a Sri Arunachala», otro himno en tamil que Sri Ramana compuso en la misma época.

Escritos en prosa de Sri Ramana

Nan Yar? – «¿Quién soy yo?», un tratado de veinte párrafos que Sri Ramana escribió a finales de la década de 1920, de los que todos, menos el primer párrafo, están en una versión editada de una colección de respuestas que él había dado a una serie de preguntas planteadas por Sri Sivaprakasam Pillai en los años 1901 a 1902.

Vivekachudamani Avatarikai – la introducción que Sri Ramana escribió, probablemente en 1903 ó 1904, a su traducción en prosa tamil del gran poema filosófico de Sri Adi Sankara, *Vivekachudamani*.

Textos antiguos traducidos por Sri Ramana

Bhagavad Gita Saram – la «Esencia de la *Bhagavad Gita*», una selección de cuarenta y dos versos de la *Bhagavad Gita* que Sri Ramana tradujo como un poema en tamil.

Enseñanzas orales de Sri Ramana registradas por Sri Muruganar

Guru Vachaka Kovai – la «Serie de las Enseñanzas del Gurú», la colección más amplia y fidedigna de las enseñanzas de Sri Ramana, registrada en 1255 versos en tamil compuestos por Sri Muruganar, con un suplemento de 42 versos compuestos por Sri Ramana (de los cuales 27 están incluidos en *Upadesa Tanippakkal*, 12 en *Ulladu Narpadu Anubandham*, 2 en *Ekatma Panchakam* y 1 en *Ulladu Narpadu*).

Los originales en tamil de la mayoría de estas obras están disponibles en varios libros, a menudo con explicaciones básicas o comentarios detallados, y muchas traducciones de ellos están disponibles en varias lenguas. Sin embargo, la fuente principal de todos ellos, excepto *Upadesa Tanippakkal* y *Guru Vachaka Kovai*, es *Sri Ramana Nultirattu*, las «Obras Escogidas de Sri Ramana», publicado por Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai, Tamil Nadu, India (www.sriramanamaharshi.org).

La fuente principal de *Upadesa Tanippakkal* es *Sri Ramanopadesa Nunmalai* — *Vilakkavurai*, un comentario en tamil de Sri Sadhu Om sobre todos los poemas filosóficos de Sri Ramana, publicado por Sri Arunachalaramana Nilayam, Tiruvannamalai, Tamil Nadu, India.

El texto tamil original de *Guru Vachaka Kovai*, y una traducción en prosa tamil por Sri Sadhu Om, están publicados en dos volúmenes separados por Sri Ramanasramam. Una traducción inglesa completa de Sri Sadhu Om y mí mismo, junto con comentarios tanto de Sri Muruganar como de Sri Sadhu Om, está publicada separadamente por Sri Arunachalaramana Nilayam y otra al español por Ignitus Ediciones.