

5. LA CONSCIENCIA EN EL PENSAMIENTO DE LA INDIA

En pocos lugares, aparte de la India, se ha hablado de la Realidad Suprema principalmente en términos de consciencia. Una larga cadena de filósofos y yoguis han pasado sus vidas dedicados a la introspección para resolver el misterio de la mente y la consciencia.

¿Cuál era el principal centro de sus indagaciones, investigaciones, meditaciones y enseñanzas? La consciencia. Investigaron y estudiaron prácticamente todos los aspectos de la consciencia: el empírico, el lingüístico, el inmanente y otros. Esto se convirtió en una tradición viva de la vida intelectual en la India. Durante más de dos mil años el tema de la consciencia fue la pasión de la mente india. Y una gran cantidad de información sobre la consciencia, especialmente la consciencia trascendental, se atesoró en varios textos, como las *Upanishads*, los *Yoga-sutras*, etc.

Una de las diferencias básicas entre el pensamiento indio y el occidental sobre estos temas es que en el primero se ha llevado a cabo una separación radical entre mente y consciencia. Mientras en Europa, y especialmente a partir de Descartes, se ha considerado que el hombre está formado de cuerpo y mente (llamada también espíritu), en la India —así como en todo el pensamiento tradicional— la división es tripartita: cuerpo, mente y consciencia. Pero la principal separación no se da entre el cuerpo y la mente, sino entre estas dos partes y la consciencia.

En la concepción india el cuerpo está hecho de materia; por su parte, la mente también es «material», aunque está hecha de una «materia» mucho más sutil. En efecto, todo cuanto pertenece al reino de la multiplicidad y el cambio pertenece a la naturaleza (*prakriti*) y está compuesto de partes que (a falta de mejor traducción) se pueden llamar materiales. La mente forma parte del mundo sutil o psíquico, que es mucho más complejo que el físico, pero, al igual que este, es, en última instancia, inconsciente. ¿La mente, inconsciente? La mente, formada de pensamientos, sensaciones y sentimientos, no es visible más que por la existencia de la consciencia, la cual, como el sol en este mundo, ilumina todo lo que tiene delante. La consciencia no es material ni observable objetivamente; es el testigo de la mente y de todo lo demás. El ser humano es, así, un complejo físico-mental animado por la consciencia. Occidente, al contrario, se ha regido en los últimos siglos por la concepción de Descartes *cogito ergo sum*, «pienso, luego existo», identificando el pensamiento con el ser último del hombre.

El pensamiento indio hace una tajante separación entre la *consciencia* y los *contenidos de la consciencia*. Todo lo que percibimos y conocemos pertenece a los contenidos de la consciencia: los objetos exteriores, nuestros pensamientos, sensaciones, emociones y sentimientos, incluso nuestro sentido de individualidad. ¿Qué queda, entonces, fuera del campo? El conocedor del campo, el testigo de todo, la luz que ilumina todo lo que es percibido y hace posible que sea conocido. Este observador, este «yo primordial», es anterior a todo lo demás; sin él no hay experiencia posible.

Cuando decimos «yo» nos referimos normalmente al cuerpo físico, pero un poco de

reflexión revelará que el «yo» no puede ser el cuerpo físico. El cuerpo por sí mismo no puede decir «yo», ya que es inerte. Uno dice: «este es *mi* abrigo, este es *mi* pelo, este es *mi* cuerpo». Lo que es «mío» me pertenece. «Mi» es un adjetivo posesivo que implica propiedad. Lo que me pertenece no soy yo. Yo estoy separado de ello; lo poseo. Puedo prescindir de cualquier cosa que posea y seguir siendo lo que soy. En un nivel más profundo, cuando decimos «yo» nos referimos a las facultades de pensar, sentir y querer. Pero se puede aplicar el mismo análisis. Estos son *mis* pensamientos, *mis* sentimientos, *mis* emociones —vienen y van—. Yo los conozco. Yo soy el conocedor, y ellos son lo conocido. Nadie dice: «Yo soy esta camisa», o «yo soy esta casa». De la misma manera, es un error superponer el propio cuerpo, los propios pensamientos y los propios sentimientos sobre el «yo». (John Grimes)

A primera vista, nuestro «yo» no tiene unidad sino que está compuesto por innumerables identidades parciales y separadas: «yo soy un hombre», «yo me llamo tal», «yo soy guapo», «yo soy miope», «yo soy profesor», «yo soy el padre de mis hijos», «yo he hecho tal cosa», «yo pienso que...», «yo quiero esto»... Estas múltiples identidades están continuamente cambiando. Mi cuerpo presente no tiene casi nada que ver con el que tenía con uno o dos años de edad, ni lo que yo pensaba y la imagen que tenía de mí mismo entonces con lo que pienso y creo ser cuando tengo veinte, cincuenta, ochenta años... Y sin embargo... todos tenemos la sensación de que, por detrás de los torbellinos de pensamientos, emociones y deseos, detrás de los cambios continuos en todo lo que creemos ser —nuestro cuerpo y nuestra mente—, hay algo inalterable: nuestro ser más profundo es algo fijo e inmutable.

Esta «sensación» de ser siempre el mismo es lo único que otorga continuidad a los estados cambiantes de la mente y el cuerpo; sin esto, no habría unidad alguna. No seríamos sino un torbellino de movimientos mentales independientes, una algarabía confusa que jamás podría formar ni siquiera esa débil unidad que es cada persona.

El budismo se niega a definir en términos positivos el *Atman* o consciencia universal subyacente, pues toda explicación o definición resultaría, necesariamente, falsa. Pero, al tiempo que negaba el *atman*, el Buddha decía:

Hay un No-nacido, No-originado, No-creado, No-formado. Si no hubiera este No-nacido, este No-originado, este No-creado, este No-formado, no sería posible escapar del mundo de lo nacido, lo originado, lo creado, lo formado. Pero como hay un No-nacido, No-originado, No-creado, No-formado, es posible escapar del mundo de lo nacido, lo originado, lo creado, lo formado.

Las tradiciones de la India insisten en que nuestro ser último, la consciencia pura, resulta inafectada por cuanto ocurre, porque no forma parte de la «naturaleza» (*prakriti*), del «devenir». Aun estando en el corazón del universo, el *Atman*, sin embargo, lo trasciende. Ramana Maharshi lo explica mediante un sencillo ejemplo:

Sobre la pantalla, a veces vemos un océano inmenso con olas incesantes; luego, eso desaparece. En otra ocasión, vemos un fuego extendiéndose por todas partes; eso también desaparece. La pantalla está ahí en ambas ocasiones. ¿Se mojó la pantalla con el agua, o se quemó con el fuego? Nada afectó a la pantalla. De la misma manera, todo lo que ocurre durante los estados de vigilia, onírico y de sueño

profundo no te afectan en absoluto; permaneces siempre tu propio *Atman*.

Según el *Tripura Rahasya*:

El tiempo y el espacio son los límites del mundo manifestado. El espacio delimita la forma, y el tiempo, la acción. Pero si ambos son producidos por la consciencia, ¿cómo pueden limitarla? Dime, ¿en qué lugar o tiempo no se encuentra la consciencia? Sin consciencia, ¿qué tiempo o espacio puede haber? La existencia no es más que consciencia. En efecto, la existencia de todas las cosas no es otra cosa que su iluminación por la consciencia. La iluminación y la consciencia son lo mismo. [...] Los objetos inertes no son autoluminosos, pues dependen de la consciencia que los ilumina. Solo la consciencia brilla por sí misma sin apoyarse en una fuente externa. Todo lo demás depende de ella para brillar. [...] ¿Podrías señalarme un solo lugar o momento en el que no esté presente la consciencia? La ausencia de consciencia implicaría la ausencia de ese tiempo o lugar. [...] Si en un momento dado la consciencia no existiera, ¿cómo se conocería ese momento? ¿Cómo se conocería la ausencia de consciencia? [...] Incluso es imposible experimentar la inexistencia de algo sin la presencia de la consciencia.

Para E. F. Schumacher:

La mayor parte de nosotros, la mayor parte del tiempo, nos comportamos y actuamos mecánicamente, como máquinas. El poder, específicamente humano, de la autoconsciencia está dormido, y el ser humano, como un animal, solamente actúa — más o menos inteligentemente— en respuesta a varias influencias. [...] Preguntar si el ser humano *tiene* libertad es como preguntar si el hombre *es* millonario. No es millonario, pero puede llegar a serlo. Puede fijarse el objetivo de hacerse rico; de forma similar, puede proponerse llegar a ser libre. Puede desarrollar un centro de fuerza en su «espacio interior», de manera que el poder de su libertad exceda al de su necesidad.

Mucho antes que Freud, los pensadores indios ya sabían que la mente contenía una gran parte de procesos inconscientes. La forma en que la mente funciona, así como la decisión de tomar unos caminos con preferencia a otros, son determinados por los *samskaras*. Estos *samskaras*, invisibles para la consciencia, son como las «huellas», las «latencias subconscientes», los «surcos mentales» causados por repetidas experiencias, que configuran las tendencias y líneas directrices de nuestro carácter.

Este patrón [de creación de los *samskaras*] se puede observar en algo que todos conocemos bien: la formación de hábitos. Cuando hacemos algo placentero, como beber té o comer dulces, esto afecta al cuerpo y la mente de ciertas maneras, generalmente agradables. Estas experiencias crean o refuerzan caminos neuronales específicos en el cerebro y el cuerpo, que provocan su repetida utilización, así como el agua de lluvia erosiona la tierra, recogiendo aún más agua de lluvia hasta que, con el tiempo y la repetición, se forma un arroyo continuo. (William Waldrom)

Estos *samskaras* son los que configuran nuestra forma de ser, y son ellos quienes dan prioridad al surgimiento de unos pensamientos o «modificaciones mentales» (*vritti*) con preferencia a otros. No tenemos el control consciente sobre la mayoría de los pensamientos que surgen en nuestra mente.

Para un budista, la verdadera transformación espiritual significa un cambio en la corriente de la consciencia. Igual que podemos polucionar un río arrojando basura en

él o bien purificarlo al filtrar sus aguas, durante nuestra vida podemos hacer el flujo de nuestra consciencia más claro o más oscuro. (Matthieu Ricard)

La recepción de las técnicas meditativas en Occidente ha supuesto también, con frecuencia, su deformación y distorsión. Separada de toda connotación religiosa o espiritual, despojada de toda renuncia, desapego y sacrificio, lo que en su origen era una técnica sacra de transcendencia se ha convertido, en buena medida, en una forma de combatir el estrés y de aumentar nuestras capacidades mentales para fines profanos. La «meditación» es una práctica que está de moda, una técnica para ayudarnos a triunfar en la competitiva vida moderna.

Al no plantear una dicotomía tajante entre natural y sobrenatural, la psicología india hace posible que el científico estudie de forma naturalista las potencialidades humanas extraordinarias, a las que la tradición psicológica occidental considera anomalías. De manera análoga, al incluir en su ámbito de estudio los aspectos transcendentales de nuestra experiencia, la psicología india atenúa la distinción entre ciencia y espiritualidad y hace posible un diálogo significativo entre ciencia y religión. (K. Ramakrishna Rao)