

Silencio desde la mente

Prácticas de meditación

Marià Corbí

Silencio desde la mente

Prácticas de meditación

Marià Corbí

Silencio desde la mente

Prácticas de meditación

Portada: **“Cerros la losilla y la campana”** (Soria),
de Lluís Valls Arenys

© 2011, Marià Corbí
© BUBOK editorial, 2011
www.bubok.com

ISBN: 978-84-9981-995-2
Depósito Legal:

Impresión: Gràfiques Molero
Ronda Sant Pere, 44
08010 Barcelona

Index

INTRODUCCIÓN

1. El gran invento de la vida: el habla.....	10
2. El rasgo más fundamental del mundo construido: la dualidad.....	11
3. La enseñanza fundamental de todos los maestros del silencio desde la mente	13
4. Cómo proceder para silenciar la construcción y acceder a “eso no-dual”	13
5. Métodos capitales de silenciamiento.....	14
6. Observaciones importantes para el silenciamiento desde la mente.....	15
7. Lo que se aprende de las Upanishad.....	16
8. Breve reflexión introductoria sobre ¿quién soy yo?.....	17
9. Introducción a las prácticas de silencio desde la mente.....	18

PRÁCTICAS

Primera serie.....	21
Aclaraciones sobre el método de silenciamiento desde la mente (Jñana).....	63
Segunda serie.....	65
Tercera serie.....	107
Cuarta serie.....	135
Sexta serie.....	202
Referencias bibliográficas.....	271

INTRODUCCIÓN

La estructura de nuestra percepción, nuestro pensamiento y nuestro sentir, son los propios de un viviente necesitado, que precisa vivir del medio.

La necesidad de depredar el medio para sobrevivir genera en nosotros, como en todos los vivientes, *una estructura fundamental que dualiza*: el viviente, su organismo, su sistema de información y acción, por un lado, el medio en el que el viviente vive, por otro.

Podríamos expresar así la estructura fundamental de todo viviente: *un cuerpo, que es vivido como una individualidad, en un mundo*. Esa es la estructura de los vivientes, no la naturaleza de las cosas; esa es la lectura que todo viviente tiene que hacer de sí mismo y del medio, no lo que son las cosas, no lo que es él mismo y el medio.

Lo que una mosca, un pez, un perro o un humano perciben, interpretan que es la realidad y el valor que le dan, está en función de sus necesidades y de las acciones que deben desplegar para sobrevivir; no está en función del conocimiento de lo que la realidad es en sí misma.

La percepción que tenemos de la realidad, la interpretación y valoración que hacemos de ella está en función de nuestra naturaleza de vivientes depredadores, no en función del desentrañamiento de la realidad.

El mundo de los vivientes *sólo está* en el conjunto de preceptores de los vivientes. *Al lugar donde se reúne* el conjunto de “datos-construcción” de la sensibilidad y de la mente, para formar un todo, según el cual actuarán los vivientes le llamaremos *mente*.

El mundo que los humanos percibimos y sentimos *sólo está en la mente*. El mundo de colores, de formas, de objetos, relaciones, interpretaciones y valoraciones está en nuestra mente, no en la realidad de lo que hay.

El mundo para cada viviente es correlato a sus necesidades al cuadro de acciones que requiere desplegar para sobrevivir.

Cada especie tiene su mundo, y los humanos estamos sometidos a esa férrea ley.

Los hombres de las diversas culturas estamos sometidos a estas leyes básicas y generales de los vivientes. Las culturas, seriamente diferenciadas, son equivalente a las diferentes especies animales: tienen mundos correlatos diferentes.

Los hombres nos vivimos y experimentamos como sujetos de necesidades, en un mundo de objetos, con los que nos satisfacemos

La causa de nuestros sufrimientos es la identificación con ese *paquete de necesidades*, con ese *sujeto de necesidades* que somos, y la identificación con la dependencia de los objetos deseados.

Identificarse con unas necesidades es identificarse con unas interpretaciones y valoraciones de la realidad. Identificarse con un sujeto de necesidades, por consiguiente, quiere decir quedar enclaustrados en unos cuadros de interpretación y valoración y, por tanto, de acción.

Los humanos nos diferenciamos de las restantes especies animales en que somos “animales, vivientes, culturales”. Veamos lo que quiere decir eso.

El gran invento de la vida: el habla.

La vida, en nosotros, inventó un gran instrumento “el habla.”

Las especies tienen determinado genéticamente su naturaleza y su mundo. Para cambiar de especie tienen que cambiar su programa; eso les llevaba millones de años.

Nosotros, con el invento biológico del habla, podemos dejar indeterminada la mayor parte de nuestra naturaleza: Tenemos determinado genéticamente la fisiología, la condición simbiótica, la reproducción sexual y el habla, la competencia lingüística.

Tenemos indeterminado genéticamente cómo vivir en grupo, cómo vivir la sexualidad, cómo satisfacer las necesidades, cómo concretar nuestra competencia lingüística en una lengua concreta.

Con este logro de la vida, la especie humana puede hacer cambios drásticos -equivalentes a cambios de especie-, sin modificar su programa genético ni su fisiología y en cortos espacios de tiempo:

Nuestra especie vivió de la caza/recolección, durante centenares de miles de años; de la agricultura, durante sólo algunos miles de años; de la primera revolución industrial, sólo un par de cientos de años; hemos empezado a vivir del cambio continuo a penas hace unas décadas.

Cada uno de estos estadios culturales tenía mundos diferentes, organizaciones sociales y familiares diferentes, formas diferentes de concebir y vivir la sexualidad; modos diferentes de concebirse a sí mismo; modos diferentes de vivir y sentir.

Ninguna de las construcciones que nuestra especie ha hecho del mundo y de nosotros mismos, es lo que hay.

El constructor de todos los mundos animales, incluido el nuestro, en las diferentes culturas, es la necesidad y su portavoz el deseo.

Por tanto:

- una cosa es el mundo que construye nuestra necesidad,
- y otra distinta es lo que hay.

El mundo de nuestras construcciones no está ahí fuera, está en nuestra mente individual y colectiva.

El rasgo más fundamental del mundo construido: la dualidad

El rasgo más fundamental del mundo construido por cualquier especie de vivientes es *la dualidad*.

El viviente, que es un ser necesitado, para poder satisfacer sus necesidades, tiene que hacer una lectura de la realidad que **contraponga**:

- **a sí mismo**, como estructura de necesidades e instrumentos de acción,
- **al medio, el mundo**, como campo donde satisfacer las necesidades, actuando;

- **a sí mismo** como entidad separada
- **al campo, el mundo** donde actuar y sobrevivir.

Todo viviente se interpreta en esta dualidad fundamental. Nosotros estamos sometidos a esta ley. Pero esa dualidad no es lo que realmente hay, es sólo lo que los vivientes necesitamos ver, es sólo lo que los vivientes nos vemos precisados a construir.

Lo que realmente hay es “no dos”, “eso no-dual”.

Todos los vivientes no somos más que momentos de la evolución del cosmos. Olas de un mismo mar. No somos seres venidos a este cosmos, somos este cosmos. Por consiguiente, ahí fuera, y en nosotros mismos, lo que realmente existe no es nuestra construcción dual. Esa construcción sólo está en nuestra mente.

Lo que realmente hay no es nuestra construcción, es mucho más, es “Eso no-dual” (en expresión consagrada de los maestros del silencio desde la mente).

Nuestra incapacidad para distanciarnos de nosotros mismos, como sujetos de necesidades, es la causa principal de la gran mayoría de nuestros sufrimientos profundos, y es la causa de la incapacidad de nuestra mente y nuestro sentir para salirse de los marcos que le dicta la necesidad, y es también la causa de la necesidad de que los viviente siempre estén sometidos a la necesidad inmediata.

Eso determina que nuestras interpretaciones, proyectos y acciones estén rígidamente modeladas por la necesidad y que miren al corto plazo.

También genera en nosotros lo que es nuestro error fundamental: comprender percibir y sentir, no lo que la realidad es, sino lo que nosotros precisamos ver y sentir en ella para sobrevivir.

Para todos los vivientes, y también para nosotros, la realidad es dual, está compuesta de sujetos de necesidad y objetos. *Sin embargo, la realidad en sí misma no sabe nada de dualidades ni de sujetos y objetos; lo real es no dual.*

Otra consecuencia de la dictadura de la necesidad inmediata en las interpretaciones, proyectos y acciones es la fijación, la falta de flexibilidad, la inercia e incluso la resistencia al cambio, por miedo al riesgo.

La mayoría de nuestros errores de juicio y valoración y, por tanto de proyecto y de acción, nacen de esa incapacidad de distanciarnos de nuestras necesidades inmediatas.

La incapacidad para distanciarnos del sujeto que ha de satisfacer sus necesidades día a día, es la causa de que no orientemos nuestras acciones convenientemente a medio y largo plazo. Eso no era grave en sociedades que vivían largos espacios de tiempo haciendo siempre lo mismo. Pero es grave para sociedades que han de vivir de la innovación y cambio continuo.

El silenciamiento desde la mente (Yoga del Conocimiento en la terminología hindú) pretende salirse de la realidad que la necesidad construye y acceder a la realidad que es, lo real no dual. El conocimiento del “no-dos” es el fin de la ignorancia, causa del sufrimiento, es la libertad, la iluminación y la paz.

¿Qué es lo que hay cuando no se comprende y se siente desde la necesidad y desde los filtros que la necesidad genera, y las consecuencias que le acompañan: el miedo y el deseo?

La labor es ardua porque nuestra construcción, modelada por el deseo y el miedo, tiene unas raíces profundas. Esas raíces se extienden a nuestra primerísima infancia. Y van más allá de nuestra breve historia, porque se enraízan en las generaciones que nos precedieron.

El mundo que vivimos y damos por real, lo construyeron nuestros deseos y miedos, y también los deseos y los miedos que heredamos de nuestros antepasados.

Desde estas consideraciones, parecería una tarea imposible, pero no lo es, porque el poder de la mente es grande, tanto construyendo como destruyendo, y porque el error, que es algo pegajoso que parece imposible de arrancar, se diluye en un momento cuando es comprendido.

La enseñanza fundamental de todos los maestros del silenciamiento desde la mente .

Quien silencia la necesidad, *calla al constructor.*

Por consiguiente quien silencia al deseo, el vocero de la necesidad, *calla al constructor.*

Callar al constructor es *silenciar el mundo.*

Silenciar el mundo es *silenciar la dualidad.*

Silenciar la dualidad permite acceder a “*eso no-dual*” que todo es.

Cómo proceder para silenciar la construcción y acceder a “eso no-dual”.

Todas nuestras facultades funcionan regidas por la necesidad. Por tanto, su funcionamiento es dual, (yo/mundo) y egocentrado; parten del supuesto de que yo estoy aquí, y ahí el entorno, el medio. Salen de casa para volver cargados con una presa con la que satisfacer la necesidad. Así actúan nuestros sentidos, nuestra sensibilidad en general, nuestra mente y nuestra acción.

Dicen los maestros que basta con desarticular la manera de proceder de una de estas facultades para hundir el conjunto de la construcción.

Si no busco nada para mí en la acción, si actúo sólo y exclusivamente a favor de otros, si salgo a actuar y no vuelvo cargado sino con las manos vacías, silencio el deseo y silenciando el deseo cambio la percepción, la comprensión.

Si salgo a percibir y sentir las cosas en su mismo ser, porque están ahí, sin buscar en ello mi satisfacción, silencio el deseo, silenciando el deseo, callo la acción y muto la comprensión.

Si salgo con mi mente no a conocer lo que hay para actuar más convenientemente y sobrevivir mejor, sino para saber lo que hay, sin buscar provecho en ello, silencio el sentir y silenciando el sentir callo la percepción y callo la acción.

Desde cualquiera de esas facultades se desarticula el conjunto.

Métodos capitales de silenciamiento contruidos por las religiones y tradiciones espirituales de la humanidad.

Desde la acción:

Actuar a favor de otros, de la vida, sin poner condiciones, por tanto, incondicionalmente. Se actúa así no por mera filantropía o moralidad sino con la voluntad de alcanzar el conocimiento silencioso, el conocimiento de “Eso-no dual:

- acción sin buscar los efectos de la acción. (Karma Yoga)
- amor al prójimo. (Caridad cristiana)
- servicio a la comunidad. (Musulmanes)

El efecto es siempre la desegocentración y la transformación del pensar y del sentir.

Desde el sentir:

Devoción a una figuración divina, que es siempre una forma sensible de “lo irrepresentable” de lo que es “no-imagen”, como es el caso de la devoción a Cristo, a Krishna, a Alá.

La devoción es el sentir y la mente vueltos a la figura sagrada, hasta llegar a sentir y pensar como Él, actuar como Él. Es entregarse a su servicio total y completo.

La devoción comporta la utilización de símbolos, historias y narraciones sagradas para polarizar todas las facultades en la figura sagrada escogida. Se practica entre cristianos, musulmanes, judíos, ciertas formas de hinduismo.

Desde la mente:

Práctica de la concentración total sobre un objeto, material o simbólico hasta conseguir el silenciamiento completo del sujeto en esa concentración. Por la concentración el objeto se sale de la relación de sujeto de necesidad, objeto

con el que se satisface la necesidad (S-O) y se presenta en su puro existir. Se rompe la dualidad y queda únicamente el objeto sobre el que se ha concentrado la mente y la mente totalmente coloreada por ese único objeto. Podríamos decir que queda sólo “Eso no-dual”; hasta que se hace posible la concentración sin objeto, sólo en eso “no dual” que todo es.

El Raja Yoga y algunas formas de Zen practican este procedimiento.

La otra gran modalidad de trabajo con la mente ya la hemos descrito; consiste en la utilización del poder de razonar e intuir de la mente para desarticular la construcción del mundo y de nosotros mismos que hace la necesidad.

El más riguroso practicante de este procedimiento son las diversas formas de Yoga del conocimiento, o Jñana-Yoga.

El silenciamiento desde la mente o Yoga del conocimiento pretende conducir nuestra comprensión hasta llegar a ver con toda claridad que lo que damos por realidad es sólo una construcción de nuestra mente. La mente debe razonar sobre esta temática hasta llegar a entender con tal claridad y sin sombra de duda que las cosas son así. Entonces esa comprensión se transforma en intuición que ya no precisa en absoluto del razonamiento. Cuando esto ocurre, el sentir se implica; porque el sentir se implica en lo que la mente da por realidad. El sentir no puede implicarse voluntariosamente, porque el sentir sigue a la realidad.

Observaciones importantes para el silenciamiento desde la mente.

1ª. El silencio desde la mente no sirve para solventar problemas. Quien lo practique con esa intención, lo inutiliza y lo deforma. Ocurre como con la poesía o la música, que no sirven para solventar problemas.

Es preciso buscar el conocimiento por sí mismo, sin ninguna otra finalidad. Será ese conocimiento, buscado por sí mismo, el que diluya o quite el agujijón a los problemas.

2ª. Es un trabajo con la mente que parece complicarnos la vida, porque es apartarse de las maneras válidas y habituales de pensar, actuar con el pensamiento y sentir.

Es vaciar de contenido concepto a concepto, supuesto a supuesto, creencia a creencia. Es “deconstruir” todo nuestro sistema mental, el que es causa de nuestros deseos, temores, expectativas, esperanzas, sufrimientos.

3ª. Practicar el silencio desde la mente supone aprender a manejar equilibradamente

- la capacidad de razonar hasta toparse con el vacío,
- la capacidad de intuir directamente un paso más allá de nuestra capacidad de razonar.

4ª. Es un trabajo lento porque es un trabajo de desgaste de la realidad de nuestro mundo, de la validez de nuestros supuestos y creencias, de la validez de todo nuestro sistema mental.

5ª. En este trabajo, uno no debe preocuparse por el sentir, si sigue o no a los esfuerzos de la mente. Cuando llegue su hora intervendrá. No hay que caer en la tentación de medir los resultados en grados de felicidad, de tranquilidad y de paz adquiridos. Todo llega en su momento, cuando el “yo” ya no se preocupa por sus adquisiciones sino sólo por la verdad de “lo que es”.

Sólo debe preocuparnos de una cosa: salir del error, para conocer. Lo demás vendrá por añadidura.

6ª. Hay que confiar en el poder del conocimiento, que es capaz de transformar la base de la conciencia.

El conocimiento, desde el poder de la razón y de la intuición, es capaz de darle la vuelta a nuestro conocimiento de lo real, es capaz de darle un vuelco completo a nuestra comprensión de lo real y de nosotros mismos y, desde ahí, mutar nuestro sentir y actuar.

ADVERTENCIA:

El silenciamiento desde la mente es diferente de la meditación cristiana:

La meditación cristiana parte de la creencia, excluye la duda, razona la creencia y la profundiza para que repercuta en el sentir y en la acción.

La meditación desde la mente no parte de la creencia, acoge la duda hasta agotarla, desarticula nuestras creencias cotidianas y religiosas para llegar a comprender e intuir directamente “eso no dual”.

Lo que se aprende de las Upanishad.

El camino interior que enseñan las Upanishad no parte de creencias, trabaja sin creencias y termina sin creencias. En ningún momento proclama la sumisión incondicional a formulaciones.

El camino interior puede oscilar entre el teísmo y el no teísmo. Se puede funcionar con Dios cuando uno está atascado en el propio yo, cuando se siente

impotente, temeroso o, de una u otra forma, enredado en el ego. Puede funcionar sin Dios cuando está tranquilo, cuando trabaja con lucidez, cuando siente el impacto de la cultura actual ni creyente ni teísta, cuando la comprensión y el sentir se conjuntan.

Muestran con toda claridad que los grandes textos son revelación. Y eso no porque uno crea en un Dios que habla al hombre, sino porque verifica esa revelación por sí mismo en la comprensión del texto. Ve en el texto luz y más luz. El texto le genera certeza.

Muestran lo que es el poder de la mente para hacer el camino interior y para arrastrar en pos de sí al sentir. La mente como razón y como intuición.

Breve reflexión introductoria sobre ¿quién soy yo?

Vivo en la certeza y en el sentimiento, compartido por todos lo que me rodean, de que soy alguien venido a este mundo, que tendrá que partir de él.

Esa idea y ese sentimiento, por más colectivo que sea no es cierto. No he llegado al inmenso universo y a esta tierra de ninguna parte, ni iré a ninguna parte. Formo parte de este universo que se expande en espacios infinitos.

¿Parte? Toda división en objetos e individualidades está sólo en mi mente de pobre animal necesitado; todo eso no está en el universo. El universo es semejante a un inmenso océano. Los océanos no tienen partes separadas, ni están compuestos de partes o individuos. Todos los movimientos del océano, sean olas gigantescas o suaves chapoteos, son sólo el único océano.

De forma semejante nosotros no somos una parte del universo, somos un leve chapoteo de las aguas del universo. Ninguna frontera me separa del universo. No soy una sección, una parte, un integrante del universo.

Mi cuerpo, mis entrañas, mis ojos y oídos, mis sentidos todos, mi cerebro y todo mi pensar y sentir, incluso mi cultura, es el universo y nada más que el universo.

En mí aparecen unos rasgos poco frecuentes del universo, pero que son suyos y de nadie más. Mi hablar, mi sentir y pensar son rasgos suyos. Nadie hay frente a él que pueda decir “esto es mío”. Mi cerebro, con su capacidad de hablar, sentir y pensar, es suyo. El lo construyó, él lo desplegó, él lo mantiene en funcionamiento. Incluso él es el testigo de ese funcionamiento. Él escribe estas líneas.

No hay nadie en el universo que pueda atribuirse nada, ni decir “yo soy”. Todos los “yo”, son él, como todas las olas del mar son sólo el mar y nada más que el mar.

Puesto que las cosas son así, puedo observar en mí (él observa en sí) los rasgos esenciales de ese universo de cúmulos de galaxias, de pluralidad de universos: *es, y es al modo de la conciencia*. Aunque no sea propiamente una conciencia porque “conciencia” es un término antropomorfo.

“Eso que es” lo veo en la intimidad de mi conciencia; y lo que veo no son los rasgos de la conciencia y del sentir de un sujeto, sino que lo que veo es la conciencia y el sentir del universo, de “lo que es”.

Soy el lugar donde se hace patente el *ser y algo así como conciencia* de que están tramados los universos, sus formaciones estelares y planetarias, la historia de la tierra y de la vida, cada uno de los vivientes, árboles, arbustos, plantas, flores, animales y hombres.

No soy una conciencia y una inteligencia venida a este mundo. Soy la conciencia y la inteligencia de este mundo. Soy el testigo de que todo está tramado *de ser y de inteligencia*. Y el testigo de ese Ser-Conciencia de todo, no es nadie sino el mismo Ser-Conciencia.

En mí, insignificante ola de los mundos, “lo que es” se reconoce como “lo que es”: Ser-Conciencia.

En todo lo que veo, veo mi propio ser. Y mi propio ser sólo es otra manera de ser de todo lo que veo. Yo soy todo eso. Y fuera de todo eso, no hay ningún yo.

Entre la inmensidad y yo no hay ninguna frontera, porque soy la inmensidad.

Entre mi cerebro, mi conciencia y esta inmensidad, no hay ninguna frontera, porque mi cerebro y mi conciencia son de esta inmensidad y son esta inmensidad.

Nadie viene a este mundo y nadie se va de él, porque todo es sólo él.

Y cuando hablamos de mundo, de universo y de esta inmensidad, no hablamos de conceptos cosmológicos, hablamos de la noticia clara e íntima de ese “Ser-Conciencia” que todo es y que yo soy. Hablamos de él y de mi conciencia, porque nada hay frente a él que pueda decir “mío”.

Introducción a las prácticas de silencio desde la mente.

Este escrito pretende ofrecer un conjunto de prácticas de meditación o silenciamiento desde la mente, lo que la tradición hindú llama “Jñana-Yoga”. Este tipo

de ejercicios no es exclusivo de los hindúes, los budistas también lo practican y los cristianos y musulmanes también, cada cual a su manera, aunque en unas tradiciones espirituales tiene más desarrollo que en otras.

Se traba desde la mente, pero ese trabajo termina arrastrando al sentir y a la acción. Es decir, la comprensión-intuición mental que logra salirse, mediante la meditación, de la relación dual interesada de Sujeto-Objeto (S-O), y así silencia toda interpretación y toda imagen.

Esa meditación con la mente silencia, como consecuencia, el sentir, porque la nueva comprensión de “lo que es”, de la “no-dualidad” de lo real, calla el sentir regido por los estímulos y los deseos que despiertan los objetos y lo sitúan más allá de la dualidad interesada de la relación S-O, que por interesada está llena de deseos/temores, recuerdos y expectativas.

El silencio de la mente y del sentir arrastran a una acción que ya no parte del yo y que, consecuentemente, es desegocentrada, desinteresada; una acción que no busca los frutos de la acción porque ya ha comprendido y sentido que no hay nada que lograr, nada que conseguir, nada que ganar.

Como hemos dicho, quien trabaja intensamente y a fondo desde una facultad, arrastra a las demás facultades al silencio.

Los ejercicios que propondremos trabajan claramente desde la mente.

Empezaré por textos de las Upanishad, de algunos maestros del vedanta-advaita clásicos, usaré también textos budistas zen, algunos místicos cristianos y musulmanes.

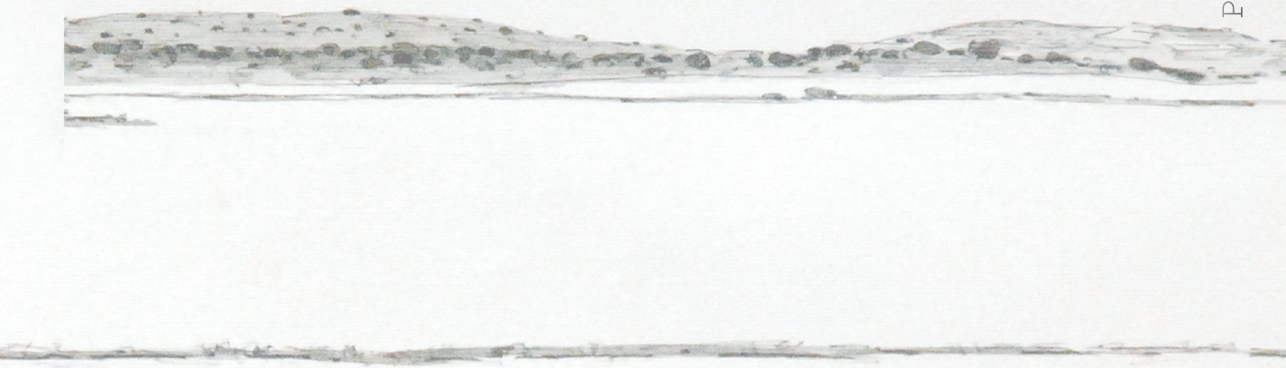
Luego, siguiendo la costumbre de las bodas judías del tiempo de Jesús, que daban el buen vino primero para que, cuando los convidados estaban ya ebrios de ese buen vino, darles vinos de peor calidad. Quien está borracho del buen vino no advierte la baja calidad de los vinos posteriores.

Después de los textos de buen vino, textos sagrados hindúes, de los maestros vedanta-advaita, de los maestros zen y de los místicos cristianos seguirán textos de vino de peor calidad escritos por mí, pero inspirándome siempre en los maestros vedanta-advaita y en el gran místico y poeta sufí Rumí.

El libro recoge las meditaciones practicadas semanalmente, a última hora de la tarde, en la sala de meditación de nuestro Centro (Cetr), durante varios años.

Se advertirá que cada serie de ejercicios tienen un cierto aire diferente.





PRÁCTICAS

Primera serie

Elaborada a partir
de textos de las
Upanishad, Sankara,
Nisargadatta, yoga
vasishtha, Kârikâ de
Gaudapâda y maestros
zen.
(curso 2003-2004)

Nº 1.

Habiendo meditado en el ser como sin cuerpo en medio de los cuerpos, como permanente en medio de lo impermanente y como inmenso y penetrante, el sabio deja de padecer.¹

Aunque sin ojos, aparece con ojos, aunque sin orejas, aparece con orejas, aunque sin habla aparece con habla, sin mente, aparece con mente, sin fuerza vital aparece con fuerza vital.²

Se mueve sin pies y puede asir sin manos, ve sin ojos y oye sin oídos.³

Aquello que no tiene forma, ni sonido, impalpable e imperecedero...⁴

La necesidad nos hace ver la realidad como dual. Pero no hay sujetos como entidades autónomas existentes. Tampoco hay objetos como entidades autónomas existentes. Ni hay cosa o seres como entidades autónomas existentes.

Sólo hay “eso no dual” que no se puede decir que sea existente, ni tampoco que no sea existente, porque esas categorías las aplicamos a individuales y “Eso no dual” no es ninguna individualidad.

Porque hay ojos que ven, Aquello ve sin ojos.

Porque hay oídos que oyen, Aquello oye sin oídos.

Porque hay habla, Aquello habla sin hablar.

Porque hay mente que comprende, Aquello comprende sin mente.

Porque hay fuerza vital, Aquello es sin fuerza vital.

Porque hay caminar, asir, ver y oír, Aquello camina sin pies, ase sin manos, oye sin oídos y ve sin ojos.

“Lo que es”, “eso no dual” es sin forma porque está en toda forma y, por tanto, en ninguna de forma especial. No se liga a ninguna forma; se dice en cada una de ellas y las abandona. Como la belleza no se liga a ninguna flor.

Las formas no tienen nada que no sea Él; por consiguiente, le vemos directamente.

Es sin cuerpo en medio de los cuerpos, en lo impermanente, sin forma en toda forma, impalpable e inasible en medio de lo palpable y lo asible.

Resulta evidente que quien comprende esto, deja de padecer.

1. Ka. Up. 1, 2, 22.

2. Sankara, comentario al Brahma Sûtra.

3. Sv. Up. II, 19.

4. Ka. Up. I, 3.

Nº 2.

Al igual que la luz (parece como si tuviera forma cuando está en contacto con los objetos) así sucede con el Absoluto⁵

El Absoluto tiene dos formas, la material y la sutil; la mortal y lo inmortal; lo limitado y lo ilimitado; lo definido y lo indefinido.

No existe nada que vea sino Él, nada que escuche sino Él, nada que perciba sino Él; nada que conozca sino Él.⁶

Háblame del Absoluto que se presenta inmediata y directamente, el Ser que está dentro de todas las cosas.⁷

Allí donde no se ve nada más.⁸

La luz no tiene forma; cuando ilumina parece tener formas. Sin embargo, todos los colores y formas son la luz, que no tiene forma.

Lo que realmente es, el Absoluto, no tiene formas, es “Eso no-dual”, pero adopta las formas que le imprime la necesidad; y todas esas formas proyectadas por la necesidad, son sólo Eso no-dual.

“Lo que es” se presenta de dos maneras: la relativa a nuestras necesidades de vivientes y la absoluta. Pero “Eso” visto desde la necesidad (el ego) y “Eso” visto desde el silencio de la necesidad (del ego), no son dos formas.

No hay nada que ver fuera de Eso, ni nadie que vea.

Sólo se escucha a Él y sólo Él escucha.

Todo lo que percibo es Él y el que percibe es Él.

Todo lo que conozco es Él, y Él es el que conoce.

Por consiguiente, Él es directa e inmediatamente perceptible, dentro y fuera de todas las cosas, porque todas las cosas son sólo Él.

Te gires a donde te gires, no se ve otra cosa, dentro y fuera, que “Eso”.

5. B. S. III, 15.

6. Sankara, comentario al Brama Sûtra, pg. 153.

7. Br. Up. III, 4, 1; 24, 1.

8. Ch. Up. VII, 24, 1.

Nº 3.

*El que todo lo penetra, el ser de todo, permanece oculto en el interior de todos los seres.*⁹

*Él es el ser interno de todos los seres.*¹⁰

*Él está próximo a todo (como ser interno) y al mismo tiempo es incommensurable (como ser infinito).*¹¹

*Los que conocen la Energía Vital de la energía vital, la Vista de la vista, el Oído del oído, el Alimento del alimento, la Mente de la mente, han comprendido al eterno y primordial Absoluto.*¹²

*Eres ese foco de luz que hay detrás de la conciencia.*¹³

Sólo hay un poder de ser. Fuera de ese poder de ser que se despliega, no hay nada. La luz que pasa por un prisma se abre en diversos colores, pero sólo es la luz, nada más. Igualmente el Ser, cuando pasa por la mente y el corazón de un viviente se abre en sujetos y objetos, en pluralidad, pero sólo es el ser.

Ese único poder de Ser, permanece oculto en el interior de la pluralidad.

Él es mi Ser y fuera de su poder de ser, no hay nada más en mí.

Él es Ser también de todo lo que rodea, y fuera de su ser no hay nada más.

Más próximo a mí que mi yugular.

Sólo una chispa de su gran fuego.

La luz que brilla en tu conciencia, en tus ojos y sentidos y en tu corazón es sólo el foco de luz que está detrás de ti, Él.

9. Sv. Up. VI, 11.

10. Sankara, comentario al Brahma Sûtra., pg. 1.31.

11. Ibidem, pg. 139.

12. Br. Up. IV, 4,21.

13. Nisargadatta, Ser, pg.43.

Nº 4.

Es el infinito se descubre en el interior.¹⁴

Tanto la revelación como la tradición (hindú) hablan del Ser supremo como situado en una gruta.¹⁵

El sabio conoce al que está en el espacio supremo escondido dentro de la gruta del corazón.¹⁶

Permanece oculto en todos los seres. No aparece su resplandor. Sólo puede verlo el investigador de lo sutil de aguda inteligencia.¹⁷

La divinidad una permanece escondida en todas las criaturas. Lo penetra todo, es el propio ser de toda criatura.¹⁸

Todo tiene a Aquello como esencia. Aquello es la Realidad, es el Ser y tú eres Eso.¹⁹

Todo esto no es más que el Absoluto.²⁰

Todo esto no es sino el Ser.²¹

En Aquello no hay diferencias.²²

Eso supremo es el Ser, pero esta noción es sólo una imagen. “Eso” ni es ni no es, porque no es ninguna individualidad frente a otras individualidades. Es como Ser, como Conciencia. Le puedo llamar “el Ser supremo”, “lo que es” o simplemente “Él”, aunque no es un Dios tal como concebimos habitualmente esta noción.

Toda alteridad es hija de la necesidad. El Absoluto no está fuera de mí, está en mi mismo interior.

En mi interior hay un espacio supremo dentro del espacio símbolo de mi corazón, que es como una gruta. Ahí reside Él. Ese es el centro de mi ser.

14. Ch. Up. VIII, 23, 24.

15. Sankara, comentario al Brahma Sûtra, pg. 117.

16. Br. Up. III, 7, 9.

17. Ka. Up. I, 3, 12.

18. Sv. Up. VI, 11.

19. Ch. Up. VI, 8, 7.

20. Mu. Up. II, 2, 11.

21. Ch. Up. VII, 25, 2.

22. Br. Up. IV, 4, 19.

La necesidad, su consecuencia, la dualidad, le ocultan. Sólo la indagación le ve.

Todo está como empapado de Él porque es el ser propio de todo.

La esencia de los Vedas es “Tú eres eso”.

Aquí no hay más que Aquello absoluto. Nada hay frente a Él.

Donde quiera que mires, sólo Él, nada fuera de Él. Hay millones de diferencias, pero todo lo diferente es Él, sin diferencias.

Nº 5.

De la misma manera que esas partes del espacio limitado por vasijas y jarras no son diferentes del espacio universal, lo mismo que el agua de un espejismo no existe separada del desierto, así este mundo fenoménico con sus experimentadores, objetos experimentados y todo lo demás, no existe separado del Absoluto.²³

Como las brillantes chispas que emanan del fuego por miles son de la misma naturaleza que él, así las diferentes clases de criaturas, amigo mío, nacen del Ser, y se disuelven en Él.²⁴

Debe considerarse al ser del hombre como una parte de Dios, lo mismo que una chispa es una parte del fuego. Pero cuando decimos “parte” queremos decir “como si fuera una parte”. Porque el Ser no es compuesto, no puede tener partes, en sentido literal.²⁵

Y sin duda (el ser) es sólo un reflejo (del Ser supremo).²⁶

Al ser del hombre se le debe considerar un reflejo del Ser supremo como el reflejo del sol en el agua.²⁷

Omnipresente y eterno como el espacio.

El Absoluto directa e inmediatamente es el Ser de todo.²⁸

Sólo los vivientes humanos vemos sujetos y objetos, yo y lo otro.

Los textos hablan con imágenes potentes para hacer comprender el “no-dos”, que las ideas de mío y tuyo o de yo / mundo son una ilusión no real.

Las imágenes que usa son la del “espacio ilimitado”, la del “espejismo”, la de “chispas de un único fuego”, la de “partes de un todo”, la del “reflejo del sol en el agua”. Son sólo imágenes para ayudar a comprender.

Se termina afirmando que el Absoluto es directa e inmediatamente el Ser de todo.

23. Sankara, comentario al Brahma Sutra, pg. 263.

24. Mu. Up. II, 1, 1.

25. Sankara, comentario al Brahma Sutra, pg. 392.

26. B. S. Pg. II, 3, 5.

27. Sankara, comentario al Brahma Sutra. Pg. 398.

28. Br. Up. III, 4, 1.

Nº 6.

*El deseo: que yo sea muchos, que nazca.*²⁹

Entonces ese universo estaba inmanifestado. Él entró allí en esos cuerpos hasta la misma punta de los dedos.

*Cuando Aquello ve, se le llama ojos; cuando Aquello oye, oídos; y cuando Aquello piensa, mente.*³⁰

*El firmamento es su cabeza, sus ojos son el sol y la luna, los cuatro puntos cardinales sus oídos, su lenguaje los Vedas, el viento su aliento vital y su corazón el universo. De sus pies surgió la tierra, pues es en verdad el Ser interno de todas las cosas.*³¹

Como el sol luminoso, aun siendo uno, se vuelve múltiple al penetrar en el agua dividida en varios recipientes, así el ser divino, el que no tiene origen, es uno pero parece diversificado al penetrar en los distintos cuerpos, constituidos por limitaciones añadidas.

No siendo más que Uno, el Ser universal, se presenta en todos los seres individuales. Aparece como uno y muchos al mismo tiempo como la luna en el agua.

Creó ciudadelas de dos pies,

Creó ciudadelas de cuatro pies.

Y, convirtiéndose en ave,

el Purusha penetró en ellas.

*Él es, en verdad, el ser que reside en todas las ciudadelas. Nada existe que no esté cubierto por Él, nada que no esté rodeado por Él.*³²

El mundo y nosotros mismos somos sólo la manifestación del Único. Su rostro oculto se hace manifiesto a nuestros ojos.

Fuera de la manifestación de su rostro, no hay nada.

Mis ojos son Aquello que ve.

Mi pensamiento es Aquello que piensa.

En verdad el ser interno y externo de todas las cosas es Él.

29. Tai. Up. 5, 2.

30. Br. Up. I, 4, 7.

31. Mu. Up. II, 1, 4.

32. Br. Up. II, 5, 18.

Desde la ignorancia parece haber pluralidad, pero en verdad sólo hay unidad.

El sol y la luna reflejados en diferentes recipientes con agua, ¿son diferentes del sol y la luna?

Los vivientes son como ciudadelas. Él habita en esas ciudadelas.
Él es también los fundamentos y los muros de las ciudadelas.

Nº 7.

El objeto de todas las Upanishad es mostrar que el Absoluto es la naturaleza del ser individual.³³

Y lo que se llama ser individual no es diferente, en realidad, del Ser Supremo. Así podría distinguirse del Ser como gota de agua de la masa acuosa. Porque, como hemos explicado repetidamente, al mismo Ser absoluto se le llama ser individual cuando se toma en cuenta las limitaciones añadidas.³⁴

Los textos vedanta insisten repetidas veces en que no hay diferencia entre el ser individual y el Ser supremo, en frases como “Eso eres tú”³⁵

O también es como la luz y su origen, ambos son resplandor.³⁶

Las escrituras niegan expresamente que exista un ser consciente aparte del Ser supremo en un texto como: “No existe otro testigo sino él”³⁷

En cualquier momento que el aspirante se encuentre, estableciéndose valientemente en este invisible, in corpóreo, inexpresable e independiente Uno, realiza el estado de serenidad que está más allá del temor. Pero en cuanto el aspirante crea la más mínima distinción entre su ser y el Ser uno, el miedo se apodera de él.³⁸

Él es el que es.

Las acotaciones que pone nuestra necesidad en Eso indiferenciado, es lo que son las individualidades; pero no están ahí, sino sólo en nuestras mentes.

Él, eso soy yo.

Mi conocer no es de mi individualidad sino de la tierra, del cosmos, del Absoluto.

Cualquiera puede verificar esto:

- yo soy Eso, es la serenidad y la paz;
- yo soy mi individualidad, mi cuerpo, mi ego, es el miedo.

33. Sankara, comentario al Brahma Sūtra, pg. 378.

34. Ibidem, pg 468.

35. Ch. Up. VI, 8, 16.

36. B. s. III, 2, 28.

37. Br. Up. III, 7, 28.

38. Tai. Up. II, 7.

N° 8.

Lo que llamamos el espacio es lo que revela el nombre y la forma. Aquello en lo que los hombres y las formas existen, es el Absoluto.³⁹

Inmenso como el espacio exterior es el espacio del interior del corazón.⁴⁰

Entonces aquello que ilumina en los mundos excelsos y supremos, lo que trasciende los cielos y todos los seres y los mundos, es la misma luz que está en el interior del ser humano.⁴¹

La vida verdadera es lo Absoluto.⁴²

La luz del sol que ilumina el universo, la que está en la luna y el fuego, es mi luz.⁴³

Medita en la mente como el Absoluto.⁴⁴

Las cosas son formas en el espacio y el tiempo, más el nombre. Formas y nombres.

Las cosas hacen que reconozcamos al espacio; las cosas hacen que reconozcamos al Absoluto.

Como todo existe en el espacio, todo existe en el Absoluto.

Las formas muestran al “sin forma” receptáculo de toda forma. Y lo hacen directamente, como las formas muestran la belleza.

El “sin forma”, vacío e inmenso como el espacio, está fuera de mi mismo y en mi mismo.

La luz que ilumina los mundos, va más allá de todos los seres, de todos los mundos y de todos los cielos, es la misma luz que reside en mi interior.

Ver esa luz dentro y fuera, vivir esa presencia, eso es el Absoluto.

La luz de los mundos es mi luz.

La luz de mi mente es la luz del Absoluto, es el Absoluto.

39. Ch. Up. VIII, 14.

40. Ch. Up. I, 3.

41. Ch. Up. III, 13, 7.

42. Br. Up. V, 5, 1.

43. B. G. XV, 12.

44. Ch. Up. III, 18, 1.

Nº 9.

*Te lo estoy enseñando, pero tú no comprendes. El silencio es aquel Ser.*⁴⁵

El Absoluto está en la ciudad del ser individual.

*El espacio pequeño es el Ser supremo.*⁴⁶

*Ahí está la pequeña morada en forma de loto, en la ciudad de Brahman (en el cuerpo) y en su interior el minúsculo espacio (de lo Absoluto).*⁴⁷

*Únicamente cuando nombres (y formas) dejan de ser lo que son, en ese estado llegan a identificarse con el Absoluto que es su esencia.*⁴⁸

*“Él ha de contemplar al son como el Absoluto”, ha de entenderse que lo que debe contemplar es el Absoluto.*⁴⁹

La clave de comprensión es el silencio. Cuando hay completo silencio y alerta, sólo aparece Él. El silencio es Él.

En ejercicios anteriores se comparaba al individuo con una fortaleza. Ahora se le compara con una ciudad. Él está en la ciudad, en un pequeño e íntimo espacio.

El cuerpo es la residencia de Brahman. Sólo Él reside ahí; nadie más. Florece como un loto en un minúsculo espacio. En ese espacio reside el “sin espacio”.

Cuando se silencian los nombres y las formas, se ve lo que es la esencia de todos los seres, sólo Él.

Contemplar el sol como símbolo del Absoluto es contemplar al Absoluto en el sol. Propiamente se contempla al Absoluto.

Este ejercicio que se puede hacer sobre el sol, puede también hacerse sobre sí mismo.

45. B. S. Pg. 475.

46. Sankara, comentario al Brahma Sûtra, pg. 157.

47. Ch. Up. VIII, 1, 1.

48. Sankara, comentario al Brahma Sûtra, pg. 632.

49. Ibidem, pg. 634.

N° 10.

Dos pájaros, siempre amigos y con igual nombre, subidos en el mismo árbol. Uno de los dos toma el fruto de diferentes sabores. El otro observa sin comer.

En el mismo árbol el ser individual se sumerge como en el agua, preocupándose por su impotencia. Pero cuando ve al otro, al Absoluto en su gloria, se libera de su sufrimiento.⁵⁰

No hay más testigo que Él.⁵¹

No existe ningún otro testigo sino Él, ningún oyente, ningún pensador, ningún conocedor sino Él.⁵²

Aquél que toma conciencia del Absoluto, se convierte en el Absoluto mismo.⁵³

El que conoce al Absoluto, llega a ser el Absoluto.⁵⁴

Existe un conocimiento, el más elevado, por el que se es consciente de lo inmutable. Se es consciente de Aquello que no puede ser visto ni medido, lo que no tiene origen, ni atributos, no tiene ojos, ni oídos, ni manos, ni pies, el Eterno omnipenetrante y omnipresente, extremadamente sutil, imperecedero, lo que es origen de todos los seres.⁵⁵

Con la imagen de los dos pájaros se habla de las dos dimensiones del conocer y sentir humano: la sumergida en el mundo de la necesidad, y la que silencia por completo la necesidad. Una está inmersa en la preocupación y el sufrimiento, pero cuando ve a la otra posibilidad, ve la posibilidad del conocer y sentir silencioso, que es la posibilidad de ver al Absoluto; entonces se libera de su sufrir. Conoce cuál es su ser.

Cuando uno no se implica en las cosas para satisfacerse, cuando está como testigo, entonces el único testigo es Él.

Satisfaciendo nuestras necesidades, creemos ser alguien.

Estando como puro testigo, el único testigo es Él.

50. Mu. Up. III, 1, 1-2; Sv. Up. III, 2, 12.

51. Br. Up. III, 2, 12.

52. Br. Up. VII, 23.

53. Mu. Up. III, 2, 9.

54. Mu. Up. III, 2, 19.

55. Mu. Up. I, 2, 5-6.

Quien advierte al Absoluto, reconoce que sólo Él es el que es, y conoce que su propio ser es el Absoluto.

Existe un conocimiento en el que se tiene noticia de que la realidad no son sujetos ni objetos, ni tiempo ni espacio. Es un conocimiento extremadamente sutil porque no puede objetivar, ni acotar. Por eso es un conocimiento silencioso de lo que es la realidad, de lo que es el origen de todos los seres.

Nº 11.

¿Qué es aquello que al conocerlo se conoce todo lo demás?⁵⁶

Por el conocimiento verdadero se oye lo inaudible, se toca lo intocable y se conoce lo desconocido.⁵⁷

Yājñavalkya dijo: Aquél que, estando en la tierra, es distinto de la tierra, a quien la tierra no conoce, cuyo cuerpo es la tierra y que rige desde dentro a la tierra, aquél es su Âtman, el Gobernante interno, el inmortal.⁵⁸

Aquél que, estando en todos los seres, es distinto de todos los seres, a quien los seres no conoce, cuyo cuerpo son todos los seres y que rige desde adentro a todos los seres, aquél es tu Âtman, el Gobernante interno, el inmortal.⁵⁹

Aquél que estando en la mente, es distinto de la mente, a quien la mente no conoce, cuyo cuerpo es la mente y que rige desde adentro la mente, aquél es tu Âtman, el Gobernante interno, el inmortal.⁶⁰

Aquél que estando en el conocimiento, es distinto del conocimiento, a quien el conocimiento no conoce cuyo cuerpo es el conocimiento y que rige desde adentro al conocimiento, aquél es tu Âtman, el Gobernante interno, el inmortal.⁶¹

Quando los maestros hablan del conocimiento desde el silenciamiento de la necesidad, hablan del conocer silencioso. ¿A qué se refieren con este término? Al conocimiento de “eso no-dual”, porque es una noticia sin sujetos ni objetos. Esa noticia más cierta y más clara que cualquier conocimiento, que es el conocimiento silencioso, no dual, lo conoce todo sin poder objetivar nada.

Pero lo que se oye, toca y se conoce no son sujetos, ni objetos acotables, por eso, para nuestros criterios cotidianos, se oye lo inaudible, se toca lo intocable y se conoce lo incognoscible.

56. Mu. Up. I, 1, 3.

57. Ch. Up. VI, 1, 1.

58. Bra. Up. III, 7, 3.

59. Bra. up. III, 7, 15.

60. Bra. Up. III, 7, 20.

61. Bra. Up. III, 7, 22.

Aquél que estando en la tierra, con todos los seres, con la mente, con el conocimiento,
- que es distinto de la tierra, de todos los seres, de la mente y del conocimiento,
- a quien no conocen ni la tierra, ni los seres, ni la mente, ni el conocimiento,
- cuyo cuerpo es la tierra, todos los seres, la mente y el conocimiento,
- y que rige desde dentro la tierra, los seres, la mente y el conocimiento,
- ese es mi Ser, el Gobernante interno, el inmortal.

Nº 12.

Las actuaciones de quienes nos engendraron, de los que nos educaron, de quienes viven con nosotros y nuestras propias acciones determinan de una forma u otra, nuestro destino (Ley del karma). El conocimiento nos libera de esta condición.

¡Oh Arjuna! Al llegar a la más alta inteligencia, todos los deberes quedan cumplidos.⁶²

Se rompe la cadena del corazón, se disipan todas las dudas y se extinguen las acciones, al contemplar, el ser en lo más elevado y lo más bajo.⁶³

Todos los resultados de las acciones quedan destruidos por la perfecta comprensión.⁶⁴

Como el agua no moja la hoja de loto, así la culpa no toca al que conoce la verdad.⁶⁵

Al llegar a Aquéllo (a tomar conciencia del Absoluto) sobreviene el desapego y la destrucción de las últimas y las anteriores culpas. Porque eso es lo que se ha declarado (en las escrituras).⁶⁶

Lo que constituye nuestra individualidad, nuestros paquetes de deseos y temores, nuestros recuerdos y nuestras expectativas, son herencia de nuestros antepasados y también construcción nuestra. Eso determina, en positivo o en negativo, nuestro destino. El conocimiento de nuestro ser original, que no es ese paquete de deseos y temores que constituyen nuestro yo, nos libera del destino.

Cuando se llega a saber que lo que hay es “no-dos”, ¿qué queda por hacer?

Al ver al Absoluto, al “no-dos”, en todo, se acaba la identificación con el sujeto de necesidades en un medio. Entonces, ¿de qué se va a dudar? ¿Qué queda por hacer cuando se sabe que no hay ni sujetos ni objetos?

62. B. G. XV, 20.

63. Mu. Up. II, 2.

64. Samkara, comentario al Brahma Sûtra, pg. 441.

65. Ch. Up. V, 24, 3.

66. B. S. IV, 1, 13.

Culpa o no culpa son cosas de quienes se consideran un sujeto en un mundo. Esa dualidad no es real.

Cuando se toma conciencia del Absoluto aparece, todo lo que damos como sujetos o como objetos, como no reales. De ahí nace el desapego; también desaparecen con ese conocimiento, por la misma razón, las culpas.

El texto dice que todas las escrituras proclaman eso.

Nº 13.

*Existe un camino, difícil de percibir, antiguo,
que llegó a mí, que yo encontré.
Por él van los sabios, que conocen a Brahman.⁶⁷*

*Aquél que encontró a su Âtman,
aquél para quién se despertó su Âtman,
que estaba hundido
en el inextricable conglomerado de su cuerpo,
aquél es el hacedor de todo, es el creador de todo;
el mundo es suyo; él es el mundo.⁶⁸*

*Aquello es pleno, esto es pleno.
De lo pleno sale lo pleno.
Tomando lo pleno de lo pleno,
siempre queda lo pleno.⁶⁹*

Existe una manera de vivir difícil, porque podemos pasarla por alto con suma facilidad. Llegó a mí y yo la descubrí. Sin que me llegara no la habría descubierto; pero, a pesar de que llegó a mí, tengo que descubrirla por mi mismo. He tenido noticia porque buscaba, y lo buscaba porque había tenido noticia. Ese es el camino de los sabios, de los que conocen.

Encontró su ser originario el que despertó a Él, oculto en el vivir del propio cuerpo y sus necesidades. Ese ser originario es el creador de su mundo y es su mundo.

El último texto es difícil comentar sin estropearlo.
Aquello que aquí se dice, es pleno.
Esto en lo que se dice, es pleno.
De aquello pleno sale esto pleno.
Tomando lo pleno de esto, aparece lo pleno de aquello.
Todo es pleno, se mire como se mire.

67. Br. Up. IV, 4, 8.

68. Br. Up. IV, 4, 13.

69. Br. Up. V, 1.

Nº 14.

La triple descendencia de Prajâpati, los dioses, los hombres y los asuras vivían, en calidad de estudiantes, donde su padre Prajâpati.

Y mientras vivían donde él en calidad de estudiantes, los dioses le dijeron: Instrúyenos, señor.

Y él pronunció la sílaba DA y les preguntó: ¿Habéis comprendido?

Ellos contestaron: Hemos comprendido. Nos has dicho: Controlaos (damyata).

Sí, les dijo, habéis comprendido.

Y los hombres le dijeron: Instrúyenos, señor.

Y él pronunció la sílaba DA y les preguntó: ¿Habéis comprendido?

Ellos contestaron: Hemos comprendido. Nos has dicho: Dad. (datta).

Sí, les dijo, habéis comprendido.

Y los asuras le dijeron: Instrúyenos, señor.

Y él pronunció la sílaba DA y les preguntó: ¿Habéis comprendido?

Ellos contestaron: Hemos comprendido. Nos has dicho: Tened compasión (day-adhvam).

Sí, les dijo, habéis comprendido.

Y es eso lo que repite la voz divina, el trueno: DA, DA, DA, controlaos, dad, tened compasión. Y éstas son las tres cosas que el hombre debe practicar: Autodominio, la limosna y la compasión.⁷⁰

Quien lo conoce (al Absoluto), trasciende la muerte, no hay otro camino⁷¹

Sólo aquel que le conoce trasciende la muerte.⁷²

Silenciar el impulso del deseo, más el estado de alerta, puede conducir al conocimiento de Brahman.

Salir de sí haciendo don de sí, puede conducir al conocimiento de Brahman, porque sólo quienes hacen don de sí pueden conocerle.

La com-pasión, sentir con el sentir de otro, puede conducir al conocimiento de Brahman, porque sólo quien siente a otro desde el existir del otro, puede sentir y comprender a Brahman, el Absoluto.

70. Br. Up. V, 2, 1.

71. Sv. Up. VI, 15.

72. Sv. Up. III, 8.

Las tres enseñanzas anteriores, control, don y compasión, conducen al conocimiento.
No hay otro camino.

Si no se llega al conocimiento del Absoluto con toda la mente, con toda la sensibilidad, que es con toda la carne, con todos los sentidos, no se ha hecho nada; no se supera el dolor, ni el temor, ni la duda, ni la muerte.

Sólo el que conoce trasciende la muerte.

Nº 15.

No es por amor al esposo que se quiere al esposo; es por amor a Âtman que se quiere al esposo.

No es por amor a la esposa que se quiere a la esposa; es por amor a Âtman que se quiere a la esposa.

No es por amor a los hijos que se quiere a los hijos; es por amor a Âtman que se quiere a los hijos.

No es por amor a la riqueza que se quiere a la riqueza; es por amor a Âtman que se quiere a la riqueza.

No es por amor a la dignidad sacerdotal que se quiere a la dignidad sacerdotal; es por amor a Âtman que se quiere a la dignidad sacerdotal.

No es por amor al poder que se quiere al poder; es por amor a Âtman que se quiere al poder.

No es por amor a los mundos que se quiere a los mundos; es por amor a Âtman que se quiere a los mundos,

No es por amor a los dioses que se quiere a los dioses; es por amor a Âtman que se quiere a los dioses.

No es por amor a los seres que se quiere a los seres; es por amor a Âtman que se quiere a los seres.

No es por amor a todo que se quiere a todo; es por amor a Âtman que se quiere a todo.

Y por eso, oh Maiteyî, debemos ver al Âtman, oír hablar de él, pensar en él, meditar en él. Y viendo al Âtman, oyendo hablar de él, pensando en él, conociéndolo, todo se torna conocido.

La dignidad sacerdotal abandonó a aquel que cree que la dignidad sacerdotal es algo distinto del Âtman. El poder abandonó a aquel que cree que el poder es algo distinto del Âtman. Los mundos abandonaron a aquel que cree que los mundos son algo distinto del Âtman. Los dioses abandonaron a aquel que cree que los dioses son algo distinto del Âtman. Los seres abandonaron a aquel que cree que los seres son algo distinto del Âtman. Todo abandonó a aquel que cree que algo es distinto del Âtman. La dignidad sacerdotal, el poder, los mundos, los dioses, los seres, todo es el Âtman.⁷³

73. Br. Up. II, 4, 5-6.

Él permanece oculto en todos los seres, no aparece su resplandor. Sólo puede verlo el investigador de lo sutil, de aguda inteligencia. ⁷⁴

El Absoluto que es una intuición inmediata y una percepción directa. ⁷⁵

Háblame Absoluto que es inmediato y directo. ⁷⁶

Las cosas abandonan a quien cree que son distintas del Absoluto.

El Absoluto está ahí, pero para verlo con claridad hay que hacer un trabajo de investigación. Hay que investigar hasta intuir y percibir inmediata y directamente.

No me hables del Absoluto como lejano, oculto, en otro mundo. Háblame del que es inmediato y directo, del que es patente.

74. Kau. Up. I, 3, 12.

75. Br. Up. III, 4, 1.

76. Br. Up. III, 5, 1.

Nº 16.

*Pocos son los que tienen la posibilidad de oír hablar de Aquello. Y entre los que oyen, pocos son los que lo comprenden. Es digno de admiración aquel que lo comprende cuando un maestro capacitado le instruye.*⁷⁷

*Los textos upanishádicos y otros más de la misma clase, hablan del conocimiento verdadero como la única causa de la liberación (comentario de Sankara): “El que ha tomado conciencia del Ser tras haber comprendido las enseñanzas de su maestro, alcanza todos los mundos, y todo lo deseable.”*⁷⁸

*Y la Upanishad niega que exista otro camino de liberación que no sea el conocimiento de la verdad (comentario de Sankara). “No hay otro camino para llegar a la meta”.*⁷⁹

*Pero para el que conoce lo Absoluto, todas las cosas son el Ser.*⁸⁰

*Al conocer esto, los rishis descendientes de Kâvasaya dijeron: ¿para qué necesitamos estudiar los Vedas? ¿Para qué hemos de hacer sacrificios? Cuando conocieron esta Realidad, los antiguos sabios dejaron de realizar el sacrificio del fuego.*⁸¹

¡Qué pocos tienen noticia! Y de éstos, ¡qué pocos comprenden verdaderamente! ¡Y qué pocos maestros capacitados hay! Por todo eso, que alguien comprenda verdaderamente es un milagro. El único milagro verdadero.

Sólo el conocimiento libera. Pero se trata de un conocimiento silencioso, sin sujeto ni objeto, que enrola también al sentir y a la percepción.

Para el que conoce, todo conduce a la unidad, a “lo que es”.

Escrituras y rituales existen sólo para conducir al conocimiento. Cuando el conocimiento llega, ya cumplieron su función, ya no son necesarios.

77. Ka. Up. I, 2, 7.

78. Ch. Up. VII, 7, 1.

79. Sv. III, 4, 1.

80. Br. Up. II, 4, 12.

81. Kau. Up. II, 5.

Nº 17.

*La Upanishad declara que el Absoluto es pura Conciencia.*⁸²

*La naturaleza verdadera del Ser es pura conciencia.*⁸³

*En el Ser no hay interior y exterior, es sólo conciencia pura.*⁸⁴

*Cuando el ser humano, que estaba durmiendo por la influencia de la ilusión sin origen, despierta, toma conciencia de lo Real donde no hay sueños de ninguna clase, aquello no originado y no-dual.*⁸⁵

*“La acción no te atará”. El significado del texto es: aunque la persona con conocimiento de la verdad actúe durante toda su vida, las obras no le atarán (a sus resultados) al estar en presencia de la verdad. Así el conocimiento verdadero le hace admirable.*⁸⁶

*La liberación no es algo que se puede producir, sino algo eternamente presente en sí misma.*⁸⁷

“Lo que es” es como pura conciencia; ha que silenciar las concepciones habituales para verificarlo.

Donde quiera que se mire, al nivel que se mire hay algo como mente, como conciencia. En lo interior y en lo exterior, todo es “como conciencia inmersa en la pluralidad de los seres”.

Hay que despertar un sueño, una ilusión sin origen, (porque es intrínseca a nuestra condición animal que necesita modelar un mundo para poder vivir) para tomar conciencia de Eso no dual, de lo que realmente es.

En presencia de la verdad de “Eso no-dual”, que es la conciencia de nadie, desde ahí, la acción no ata ni produce efectos perversos, porque resulta ser una acción que equivale a una no acción.

Si lo que hay es “Eso no-dual”, la liberación no se puede producir porque es algo eternamente presente. El resto es ensueño.

82. B. S. III, 2, 16.

83. Sankara, comentario al B. S. pg. 370.

84. Br. Up. IV, 5, 13.

85. Gaudapâda, Kârikâ. I, 16.

86. Sankara, comentario al B. S. pg. 587.

87. Sankara, comentario al B. S. pg. 619.

Nº 18.

La Realidad, que desde la visión verdadera es conciencia por naturaleza, absolutamente pura, aparece como objetos múltiples, por la percepción errónea. Y como este Ser, aunque tiene infinitas formas, es Conciencia por naturaleza, los objetos diferenciados como las montañas, los océanos y la tierra, no son sino Conciencia.
88

*Lo único que existe es la Conciencia, el mundo y las transmigraciones no tienen existencia real.*⁸⁹

*Ves todo esto como si ocurriera de veras, pero en realidad no es así, porque si lo único que hay es Conciencia infinita, ¿qué es lo que estás viendo sino esa Conciencia?.*⁹⁰

*Ni yo existo, ni existe nada en el universo: todo esto no es nada más que Conciencia infinita. (...)El mundo no es más que una ilusión basada en la Conciencia infinita.*⁹¹

*Sólo ve la verdad el que ve que entre el Ser y lo otro no hay diferencia alguna, y que la única realidad es la infinita luz de la conciencia.*⁹²

*En la conciencia infinita no hay mente; por consiguiente, lo que hace esta mente tampoco es real. Capta esta idea con decisión y sujétala firmemente.*⁹³

No hay un mundo de cosas, de sujetos y objetos; eso son sólo acotaciones, objetivaciones de la conciencia necesitada. Todo lo que damos por realidad es sólo conciencia.

Lo único que existe es “Eso no-dual” que es como conciencia, del ámbito de la conciencia, pero una conciencia sin límites.

Entre el Absoluto y los seres particulares no hay ninguna diferencia porque sólo hay conciencia infinita.

88. Sankara, comentario a la introducción del Sv. Up.

89. Sankara, comentario a la introducción del Sv. Up.

90. Ibidem, pg. 88.

91. Ibidem, pg. 128.

92. Ibidem, pg. 174.

93. Ibidem, pg. 155.

Nº 19.

Los deberes de los distintos estados de vida son una ayuda para la adquisición del conocimiento de la verdad. Los textos de la tradición también dicen lo mismo. Por ejemplo: “Los deberes tienen como resultado el purificar lo que no es puro, pero la meta suprema viene del conocimiento verdadero. Cuando las impurezas se eliminan, el conocimiento de la verdad aparece”.⁹⁴

Aquel que nadie reconoce como noble o innoble, como instruido o no-instruido, como de conducta decente o indecente, es un verdadero brahmán. Es una persona que conoce la verdad, de comportamiento sencillo, que cumple sus prácticas espirituales en secreto. El sabio pasará desconocido por la vida como si fuera ciego, inconsciente o sordo. Y pasará desapercibida su manera de ser y su conducta.⁹⁵

Mi Âtman, que es hecho de mente, cuyo cuerpo es la vida, cuya forma es la luz, cuyo pensamiento es la verdad, cuya esencia es el espacio, de quien son todas las actividades, todos los deseos, todos los olores, todos los sabores, que abarca todo, silencioso, indiferente;

mi Âtman, que está en el interior de mi corazón, es más pequeño que un grano de arroz, que un grano de cebada, que un grano de mostaza, que un grano de mijo, que una semilla de mijo;

mi Âtman, que está en el interior de mi corazón, es más grande que la tierra, más grande que la atmósfera, más grande que el cielo, más grande que los mundos.

Mi Âtman, de quien son todas las actividades, todos los deseos, todos los olores, todos los sabores, que abarca todo, silencioso, indiferente; mi Âtman, que está en el interior de mi Corazón, es Brahman. Al dejar este mundo penetraré en él. Para aquel que piensa así, no existen dudas.⁹⁶

La finalidad de toda acción es la adquisición del conocimiento; el cumplimiento del deber no por obediencia o sumisión a un mandato divino, sino para purificar, para conseguir la desegocentración.

Toda acción debe tener como meta el conocimiento. No se puede prestar mejor servicio a los hombres que ese.

El sabio y su acción pasan desapercibidos, como si no existiera, porque es como si no tuviera un ego.

El centro y la periferia de mi ser es Él.

94. Sankara, comentario al B. S., pg. 599.

95. Sankara, comentario al B. S., pg. 616.

96. Ch. Up. III, 14, 2-4.

Nº 20.

El movimiento de un tizón ardiente parece crear líneas rectas o curvas; de la misma manera el movimiento de la conciencia aparece como conocedor y conocido.

El tizón ardiente que no se agita no produce ningún fenómeno aparente ni cambia. Así la conciencia cuando no se mueve está libre de apariencias y cambios.

Cuando el tizón ardiente está en movimiento, las apariencias no provienen de ningún sitio, tampoco surgen del tizón mismo hacia fuera, ni se reabsorben en él cuando está inmóvil.

Las apariencias no surgen del tizón ardiente porque no tienen sustancia. Lo mismo sucede en la conciencia porque en ambos casos se trata de apariencias.⁹⁷

Como el sueño y la ilusión, como una ciudad que surgiera entre las nubes, así es este universo irreal a los ojos del sabio que comprende los Vedas.⁹⁸

Los seres que parecen nacer y morir, en realidad ni nacen ni mueren. Su aparición y desaparición se debe a la ilusión. La ilusión no es realidad.⁹⁹

Como un tizón ardiente crea formas que no existen, si se le hace girar, así cuando la conciencia se mueve desde la necesidad crea un mundo que no existe.

Cuando la conciencia no se mueve desde la necesidad, no crea ilusiones.

Lo que no es real, ni es creado, ni vuelve al Absoluto.

El mundo que surge de la necesidad no tiene sustancia, no tiene ser, es apariencia. Como una ciudad en las nubes, así es la realidad de nuestro mundo.

Si no hay dos, ni hay objetos, ni sujetos, ni individualidades, por tanto, no hay nacer ni morir. Todo eso es ilusión de nuestra mente, no realidad.

97. Kârikâ de Gaudapâda, IV, 47-50.

98. Kârikâ de Gaudapâda, II, 31.

99. Kârikâ de Gaudapâda, IV, 58.

Nº 21.

El único modo de trascender el dualismo existente entre uno y los demás consiste en actuar sin intención –es decir, sin atadura a una meta prevista-, en cuyo caso el agente se convierte simplemente en el acto.

La acción no-dual tiene lugar cuando las actividades cotidianas permanecen “libres de toda intención”.

No existe razón alguna ni “por qué” para hacer nada. Tratad de investigar este “por qué”. ¡No hay razón alguna para ese “por qué”! ¡No hay razón alguna para ponerse en pie, simplemente nos levantamos! Y cuando comemos, simplemente comemos, sin razón ni “por qué” alguno.¹⁰⁰

Y esta acción sin intención no tiene nada que ver con la mera impulsividad, sino que implica comprender la diferencia existente entre la intención y la acción. El pensamiento (por ejemplo, “es hora de comer”) es completo en sí mismo y algo parecido ocurre con la acción (de comer).

Hazlo todo desde el centro de tu alma, sin “porqué” alguno [...] Si le preguntas a una persona auténtica, es decir, a una persona que actúa desde el fondo de su corazón: ¿Por qué estás haciendo eso?, esa persona te responderá del único modo posible “¡lo hago porque sí!

El hombre justo no quiere nada, no busca nada y no tiene razón alguna para hacer nada. Al igual que Dios, el hombre justo actúa sin motivo y, como la vida, que vive por sí misma y no necesita razón alguna para ser, así el hombre sabio no basa sus acciones en motivo alguno.¹⁰¹

Las acciones y las realidades de la existencia no tienen razón alguna, simplemente son. Podríamos decir que son de forma absoluta, porque sí.

Como el cosmos no tiene “por qué”, ni la tierra, ni la vida, ni nosotros mismos, tampoco sus acciones.

Actuar desde esta conciencia es no actuar desde el ego sino actuar desde el “no-dos”.

100. Texto zen de Yamada, en: D. Loy: No dualidad, pg. 121-128.

101. Maestro Eckhart, en: D. Loy: No dualidad, pg. 121-128.

Nº 22.

La sensación de dualidad aparece en el mismo momento en que la acción se lleva a cabo con la intención puesta en sus consecuencias, es decir, cuando el acto se realiza con la mente puesta en un determinado objeto: yo actúo para alcanzar un determinado resultado .

La sensación de identidad se desvanece precisamente en el mismo momento en que cesa todo esfuerzo intencional.

La diferencia entre la experiencia dual y la experiencia no-dual reside precisamente en la intencionalidad.

Uno debe actuar de un modo que le permita escapar de las consecuencias kármicas (de las consecuencias de las acciones) tanto positivas como negativas, porque ambas se originan en la dualidad.

“No busques al Buda fuera de ti”, subraya el ch’an, porque en la medida en que lo busques, el verdadero buda no podrá despertar. “Si buscas al Buda, serás atrapado por un Buda-diablo; si buscas un patriarca, te verás atrapado por un patriarca-diablo y, si lo buscas todo, todo acabará convirtiéndose en sufrimiento” (Rinzai).

Cuando uno se funde completamente con la acción, deja de haber conciencia de que se trata de una acción.

En la medida en que exista algún tipo de sensación de uno mismo en tanto que agente distinto de la acción, la acción no puede sino ser parcial.

La vida carece de toda finalidad.

Cuando cada instante se vive de un modo pleno, no es preciso buscar sentido alguno a la vida.

El presente puede ser completamente satisfactorio sin que su significado dependa de lo que pueda ocurrir en el futuro.¹⁰²

La acción que pretende algo, genera sentimiento de ego, sentimiento de dos: yo y lo otro. La consecuencia de toda acción con intención conduce a la dualidad. Incluso la búsqueda del Absoluto es una trampa mortal.

Preocuparse por el significado de la vida supone a alguien que va a alguna parte. No hay sentido para la vida; es pura deriva sin sentido, sin propósito. Lo que es, sólo pretende ser, es puro ser sin pretensión. No puede tenerla porque no hay dos.

102. Textos tomados de D. Loy: La no-dualidad, pgs.121 -146.

Nº 23.

Decía Huang Po: Si vosotros, estudiantes de la Vía, tratáis de trascender la visión, la audición, la sensación y la conciencia alejándoos de las percepciones, os apartaréis de la Mente (el Absoluto) y no encontraréis puerta alguna por donde acceder a ella.

No busquéis la Mente Única separada de las percepciones ni las rechazéis en un intento de seguir el Dharma (la Vía). No os aferréis a ellas, no las abandonéis ni tampoco las dividáis. Porque, miremos donde miremos, tanto por encima, como por debajo y alrededor, todo existe de una manera espontánea y no hay lugar alguno que se halle al margen de la Mente (el Absoluto).

La trascendencia del Absoluto no significa que exista una realidad ajena al mundo de los fenómenos (lo que percibimos). No existen dos realidades diferentes, sino que el Absoluto es la realidad de las apariencias; su auténtica naturaleza. El Absoluto es lo único real y no se halla separado de los fenómenos.

Decía Fa-yen Wen-i: La Realidad (el Absoluto) se halla ante nuestras mismas narices y, sin embargo, os aprestáis a tratar de comprenderla en el dominio de los nombres y las formas.¹⁰³

La realidad absoluta está ante nuestras mismas narices, tanto perceptiva como mentalmente, pero nos empeñamos en comprenderla desde las formas de la percepción y desde las interpretaciones y los nombres que le damos. Eso es un gran error, aunque las formas y los nombres sean sagrados.

103. Textos tomados de D. Loy: La no-dualidad. Pgs. 70-74.

Nº 24.

Decía Kuo-an: Si escuchas los sonidos cotidianos, llegarás a la realización y, en ese mismo instante contemplarás la Fuente. Mires donde mires, no verás otra cosa.

Cuando la visión está adecuadamente concentrada, se comprende que los sentidos no son diferentes de la verdadera Fuente.

Esta es la razón por la cual el maestro chan Haing-yen pudo alcanzar la iluminación al escuchar el ruido de una piedra golpeando una caña de bambú, es decir, cuando oyó el sonido nirvikalpa, no dual, despojado de todo pensamiento.

Porque el hecho es que nuestra mente se halla tan preñada de intenciones que normalmente no observamos los objetos, sino que inferimos su presencia basándonos en una observación meramente superficial. Dicho de otro modo, nuestra modalidad de observación habitual es selectiva.

No estoy afirmando que el lenguaje cree la realidad sino que” aquello que se nos aparece como realidad” es el resultado de las categorías –fundamentalmente lingüísticas- que imponemos sobre el mundo. Experimentamos el mundo a través de estas categorías lingüísticas que, por otra parte, nos ayudan a dar forma a nuestra experiencia. El mundo no se nos presenta compartimentado en objetos y experiencias, porque lo que se nos aparece como objetos es ya un producto de nuestro sistema de representación. El error consiste en creer que el lenguaje sólo se limita a asignar etiquetas que nos permiten identificar los objetos. Somos nosotros los que dividimos el mundo, y el lenguaje es nuestra principal herramienta para ello. En última instancia, nuestra visión de la realidad está determinada por nuestras categorías lingüísticas.

Parecía como si la naturaleza de los objetos sólidos y materiales –como el florero, la mesa y yo mismo- fuera mucho más fluida de lo que habitualmente suponemos, como si el florero, la puerta y hasta nosotros fuéramos formas cristalizadas de un mismo fluido primordial.¹⁰⁴

Los ojos sólo ven al “no-dos”, al Absoluto. Los oídos sólo oyen su canto. Cuando esto ocurre comprenden que ellos mismos son Él.

La realidad absoluta está ahí, directamente, pero compartimentada a la medida de nuestros deseos. Con ellos construimos la dualidad y nos alejamos de la conciencia de “lo que es”.

104. Textos tomados de D. Loy: La no-dualidad. Pgs. 163-207.

Nº 25.

Yung Chia dice que rechazar la ilusión y aferrarse a la verdad es otra forma de ilusión, porque tal discriminación sigue siendo dualista y quien practica de ese modo no tardará en confundir a su hijo con un ladrón.

La mente que cree en la existencia de una verdad objetivable (ya sea de una verdad comprendida o de una verdad que todavía no ha sido comprendida), o que considera que la verdad reside en morar en la mente en blanco [...] se identifica con esto, se aferra a aquello y no quiere soltarse, porque cree que su quehacer fundamental consiste en encontrar una “casa” segura y morar en ella.

Si tu mente vagabundea, no la sigas, de ese modo dejará de vagar. Si tu mente desea morar en alguna parte, no la sigas, de ese modo pondrá fin a la búsqueda de morada.

Así es como terminarás poseyendo una mente que no mora en parte alguna, una mente que permanezca en el estado de no-permanecer.

Si eres plenamente consciente de que posees una mente que no mora en parte alguna, descubrirás que no hay lugar alguno en el que morar o no morar.

Dice Hui Hai: La mente que no mora en nada es la mente del Buda (del iluminado), la mente de quien ya se ha liberado, la mente bodhi, la mente No-creada [...] y ésta es una comprensión que brota desde dentro de uno mismo, una comprensión que proviene de la mente que no mora en ninguna parte.

A lo que se está apuntando es a la inexistencia del yo.

Es muy posible que la mejor definición del nirvâna sea la de que se trata de un estado en el que se llega a realizar la inexistencia del yo.¹⁰⁵

Hemos visto la percepción y la acción desde la no dualidad, ahora vemos el pensamiento desde la no dualidad.

105. Textos tomados de D. Loy: La no-dualidad. Pgs. 163-207.

Nº 26.

Hui Neng aclara que el término “ausencia de pensamiento” no se refiere tanto a la mente vacía de todo pensamiento como a la mente libre de toda identificación. La persona liberada sigue asistiendo a la emergencia de los pensamientos, sólo que no se aferra a ellos.

Aunque sólo exista el yo, ese yo no puede ser conocido, porque conocerlo sería convertirlo en un objeto. Lo que normalmente se pasa por alto a este respecto es que nuestra sensación habitual de identidad es precisamente el resultado de tal objetivación.

Cuando uno pierde la sensación de identidad y se convierte en un pensamiento sin apoyo.

Nos encontramos de nuevo ante una cuestión semejante a la paradoja de la “acción desprendida de los frutos de la acción”. De igual forma, sostiene el Mahâmudrâ, el movimiento del pensamiento no-dual coexiste con la conciencia del no movimiento; un punto al que el maestro chan Kuei-shan Ling-yu se refería como “pensamiento sin pensamiento”.

El “pensamiento sin pensamiento” no equivale, pues, al vacío mental, porque “el pensamiento no-dual es un pensamiento sin pensamiento” del mismo modo que la acción no-dual es una acción sin acción.

Entonces comprenderemos la verdadera naturaleza de los pensamientos, que no se derivan unos de otros, sino que emergen por sí solos.

La sensación de identidad puede ser comprendida como un proceso que trata de confirmarse de continuo sin llegar nunca a conseguirlo.¹⁰⁶

En el texto se aclara en que consiste el silencio de la mente. Lo primero que afirma es que el silencio de la mente es no identificarse con los propios pensamientos, no depender de ellos, no aferrarse a ellos.

Nuestra sensación de identidad es convertir la Luz en una bombilla, por la objetivación. La Luz no puede ser iluminada, viene de lejos, por consiguiente, la identidad es hacer de la Luz lo que no es.

El pensamiento que no se apoya en la identidad, el sentimiento de ego, es movilidad-inmóvil. El pensamiento que no se apoya en la identidad es sin apoyo.

Pensamiento-sin pensamiento es Luz sin identidad iluminando realidades que no son objetos para esa Luz, porque esa Luz no es sujeto. Los pensamientos sin identidad, sin sujeto que los soporte, no derivan de un sujeto como series, sino que brotan por sí mismos de “lo que es”.

Sólo el “yo” tiene propósitos y por ello encadena los pensamientos.

Quien reflexiona podrá comprender que no hay manera de apuntalar definitivamente la propia identidad. Tal es su fragilidad.

106. Textos tomados de D. Loy: La no-dualidad. Pgs. 155-162.

Nº 27.

*Acércate sin temor al borde del precipicio
Y arrójate decididamente al abismo.
Sólo podrás revivir después de haber muerto. (Poshan)*

Si alguien cree que los pensamientos, los anhelos y la gracia especial le acercarán más a Dios que la cocina, el rebaño o el establo, no hace sino envolver su cabeza en una capa y ocultarla bajo el banco. Quien busca a Dios por un camino especial, hallará el camino pero se alejará de Dios que se halla oculto en él, pero quien lo busca sin seguir ningún Camino especial, lo descubrirá tal cual es... la Vida misma. (Eckhart).

Para Sankara el camino es el no-camino, mientras que para Dôgen, el no-camino es el camino.

Ninguna práctica religiosa –ya sea el ritual, la oración, el yoga, el zazen o lo que fuere– puede provocar o conducir nunca a la iluminación, porque la iluminación es una experiencia que no depende de relaciones temporales o causales.

Cualquier método o técnica entendida como algo que conduce a la experiencia de la iluminación alimenta la misma dualidad –entre causa y efecto o entre presente y futuro, por ejemplo- de la que pretende escapar.

El valor relativo de estas prácticas reside en su utilidad para apartar la mente de sus preocupaciones con diversos objetos sensoriales y mentales, y ayudarle a centrarse en sí misma.

El hecho de albergar la expectativa de una experiencia no-dual resulta dualista y, por tanto, engañosa.¹⁰⁷

El texto se propone aclarar la noción de “camino interior” y el uso de métodos. El camino es arrojar al abismo, olvidándose de sí mismo. Es sólo hacer el cambio de perspectiva que consiste en pasar de la egocentración a la desegocentración.

107. Textos tomados de: D. Loy: La no-dualidad. Pgs. 221 y 245-253.

Para recorrer ese camino, cualquier actividad vale. Quien busca por el yoga, encontrará el yoga; hay que buscar sabiendo que no hay camino.

¿Qué camino va haber a lo que ya se es? ¿Qué camino puede haber de “lo que es” a “lo que es”?

Comprender que no hay camino, he ahí el camino.

Con acciones desde la estructura egocentrada que es el ego, -todas las acciones del ego son egocentradas-, no se puede salir de la egocentración.

El sujeto que se entrega a un método, se afianza, se fortalece, porque busca su salvación. Los métodos sólo sirven para apartar la mente de sus preocupaciones.

Quien espera experimentar la salvación, está perdido. La expectativa le amarra a aquello de lo que espera escapar.

La clave está en mirar directamente olvidándose del ego por completo, de sus inquietudes, de sus intereses y de sus expectativas. Si el ego busca, no se olvida. Si el ego confía en que con un método logrará lo que persigue, no se olvida.

Simplemente mirar directamente.

N° 28.

*Dos bellos pájaros son compañeros, siempre han estado juntos en el mismo árbol. Uno de ellos come su fruto de variados sabores, el otro observa sin comer.*¹⁰⁸

*Comentario de Sankara: El término se refiere al cuerpo, por su similitud con un árbol, que ha sido arrancado. Los dos tienen el mismo refugio. Uno está identificado con la mente, [...]. Por su falta de discernimiento, come, experimenta el fruto, el fruto de la acción, que tiene como características el placer y el dolor de diferentes sabores, numerosas variedades de experiencias, de sentimientos. El otro, el Ser supremo, eterno puro, inteligente y libre por naturaleza, observa, se mantiene como testigo de todas las cosas.*¹⁰⁹

*Estando en el mismo árbol, un ser se encuentra perdido, engañado, y sufre por su impotencia. Hasta que contempla al otro, al Ser supremo en su gloria, y queda libre de sufrimiento.*¹¹⁰

Comentario de Sankara: La persona que experimenta, cargada por el peso de la ignorancia, el deseo y la acción, a causa de los apegos, permanece hundida, como una concha en las aguas del océano. Porque está convencida de que el cuerpo es el Ser. Y tiene este tipo de ideas: “Éste soy yo, hijo de ése y nieto de aquél. Soy delgado, grueso perfecto, imperfecto, feliz, desgraciado. No hay nada más que esto. Lo que nace, muere y se reúne con parientes y amigos”, y así engañado por su falta de discernimiento, tiene diversos estados bajo la influencia del error. Por el sentimiento de desamparo que tiene al pensar “yo no soy capaz de nada”, “mi hijo se ha perdido”, “mi esposa ha muerto”, “¿qué sentido tiene mi vida?” [...] habiendo sufrido mucho, un día, una amable persona le muestra el camino de yoga [...] Luego se concentra en la mente, por la bondad, la verdad, la castidad y la renuncia de todas las cosas. Y dotado con una mente equilibrada, al contemplar toma conciencia por la meditación del otro, del que es diferente de las limitaciones añadidas del árbol, Aquél que está libre de la trasmigración, y no es tocado por el hambre, lo más íntimo de todo, el Ser supremo, Dios, reverenciado a través de los muchos caminos del yoga. (Descubre entonces) “Yo soy Esto, el Ser de todo, el único, el que habita en todas las criaturas, y no el otro, que está condicionado por las limitaciones añadidas que nacen de la ignorancia, el que está identificado con la Ilusión (Mâyâ).

108. Sv. Up. IV, 6.

109. Sankara, comentario al Sv. Up.

110. Sv. Up. IV, 7.

(Al ver) su manifestación divina, su gloria, ya que la gloria del mundo es realmente la gloria del Ser supremo, al ser consciente de todo esto, se libera del sufrimiento, queda libre del inmenso océano del dolor.¹¹¹

El texto habla de dos tipos de conciencia de lo real: una relativa y otra absoluta, la conciencia de ego y la conciencia absoluta.

Identificarse con la conciencia relativa es el dolor y la muerte.

Identificarse con la conciencia absoluta es la salud y la liberación.

Por tanto, hay una conciencia aquí, en mí, que no es de ego.

¿Quién o qué es esa conciencia?

Es el testigo. Y el testigo no es una individualidad porque está fuera de la conciencia sujeto-objeto. Pero es pura conciencia.

Podría decirse que viene de lejos. Viene de mucho más lejos que este cuerpo. No tiene nada que ver con las necesidades de este cuerpo, ni tiene que ver con mi individualidad.

Yo soy esa conciencia, esa Luz que no es mi ego, pero que está en mí.

Esa Luz es la conciencia pura, la conciencia absoluta.

111. Sankara, comentario al Sv. Up.

Nº 29.

Es el gran Âtman, sin origen, hecho de conciencia y que está en los sentidos. Mora en el espacio que existe en el interior del corazón, señor de todo, soberano de todo, rey de todo. La buena acción no lo incrementa, la mala acción no lo disminuye. El señor de todo, el rey de los seres, el protector de los seres. ¹¹²

Es el Âtman del cual sólo se puede decir: “No, no”; inasible, pues no es asido; indestructible, pues no es destruido; no está adherido a algo, pues no se adhiere; libre de todo lazo; no tiembla; no sufre daño. Y a aquel, ya no lo alcanzan estos pensamientos: “Hice mal, hice bien”. Ha superado estos pensamientos. Lo que ha hecho y lo que no ha hecho no lo atormentan. ¹¹³

Aquel ser hecho de mente y cuya esencia es la luz, mora en el interior del corazón, como un grano de arroz como un grano de trigo. Es el señor de todo, el soberano de todo gobierna todo lo que existe. ¹¹⁴

Los textos aclaran la naturaleza del “testigo”, esa conciencia que está en mí, que no es el pájaro que come los frutos, que es el Absoluto mismo.

El Absoluto inasible, indestructible, libre, es interior a mi mismo, es mi conciencia testigo, el pájaro que no come.

El testigo es la conciencia cósmica que viene de lejos, luz del absoluto, el Absoluto mismo. Puedo advertir esa conciencia.

Cuando el ego la reconoce, sabe que su ser propio no es ese ego, sino esa Luz absoluta. Entonces sabe su irrealidad.

¹¹². Br. Up. IV, 4, 22.

¹¹³. Br. Up. IV, 4, 22.

¹¹⁴. Br. Up. V, 6, 1.

Nº 30.

*Ahora la enseñanza respecto al Yo: Yo estoy abajo, yo estoy arriba, yo estoy en el oeste, yo estoy en el este, yo estoy en el sur, yo estoy en el norte: yo soy todo el mundo.*¹¹⁵

Ahora la enseñanza respecto al Âtman: el Âtman está abajo, el Âtman está arriba, el Âtman esta en el oeste, el Âtman está en el este, el Âtman está en el sur, el Âtman está en el norte: el Âtman es todo el mundo.

Aquel que ve así, piensa así, conoce así, que se goza en el Âtman, que se regocija en el Âtman, que se une al Âtman, que tiene su felicidad en el Âtman, aquél es supremo soberano, puede moverse a su antojo en todos los mundos. Pero aquellos que piensan de otra manera, aquellos dependen de otros, sus mundos son mundos perecederos, y no pueden moverse a su antojo en ningún mundo.

Para aquel que ve así, piensa así, conoce así, para aquél salen de su Âtman la vida, de su Âtman la esperanza, de su Âtman la memoria, de su Âtman el espacio, de su Âtman el fuego, de su Âtman el agua, de su Âtman la aparición y la desaparición, de su Âtman el alimento, de su Âtman la fuerza, de su Âtman el conocimiento, de su Âtman la meditación, de su Âtman la razón, de su Âtman la facultad de concebir mentalmente, de su Âtman la mente, de su Âtman la voz, de su Âtman las palabras, de su Âtman los Textos sagrados, de su Âtman los actos rituales, de su Âtman todo.

Existe al respecto la siguiente estrofa:

*Aquel que ve, no ve la muerte,
no ve la enfermedad,
no ve el sufrimiento.*

*Aquel que ve, ve todo,
alcanza todo enteramente.*¹¹⁶

El Upanishad llama al Absoluto “Yo”, porque “el que es” es como conciencia, como un Yo.

El Yo es el Âtman, que lo invade todo y es todo.

Quien sabe y vive ésto, es el Supremo Soberano.

Quien no sabe y vive ésto, es perecedero.

Quien conoce su ser, su Âtman, es todo en todo.

El que ve, ya no ve la muerte, ni la enfermedad, ni el sufrimiento. Lo ve todo y lo alcanza todo, porque se sabe “el que es”, el Ser-Conciencia.

¹¹⁵. Ch. Up. VII, 25,1.

¹¹⁶. Ch. Up. VII, 25,2; VII, 26, 1.

N° 31.

Aquella pequeña flor de loto, aquella morada que hay en la ciudad de Brahman – en ella hay un pequeño espacio interior. Es necesario buscar, es necesario desear conocer aquello que existe dentro de ese pequeño espacio interior.

Si le dijeran: Aquella pequeña flor de loto, aquella morada que hay en la ciudad de Brahman – en ella hay un pequeño espacio interior. ¿Qué existe dentro de ese pequeño espacio interior, que es necesario buscar, que es necesario desear conocer?

Él debe contestar: El espacio que existe en el interior del corazón es tan vasto como este espacio. En él están contenidos el cielo y la tierra, el fuego y el viento, el sol y la luna, el relámpago y las estrellas, lo que en este mundo a uno le pertenece y lo que no le pertenece – todo esto está contenido en él.

Si le dijeran: Si todo, todos los seres y todos los deseos están contenidos en esta ciudad de Brahman, entonces ¿qué queda de todo ello, cuando la vejez la alcanza o cuando ella se disuelve?

Él debe contestar: Aquello no envejece con la vejez de uno; no perece con la muerte de uno. Es la verdadera ciudad de Brahman; en ella están contenidos los deseos. Es el Âtman que ha apartado de sí todo mal, libre de la vejez, libre de la muerte, libre del dolor, libre del hambre, libre de la sed, cuyos deseos son realidad, cuyo pensamiento es realidad.¹¹⁷

La ciudad de Brahman es el cuerpo,
la flor de loto, el corazón,
el espacio interior es la residencia de Brahman.

Hay que indagar ese espacio interno.

En ese espacio interno está “el que es sin espacio”.

Ese espacio interno que es “sin espacio”, contiene todos los espacios.

Eso interior no envejece con mi vejez, no sufre con mi dolor, no muere con mi muerte.

Ese es mi ser verdadero y no el que envejece y muere.

117. Ch. Up. VIII, 1, 1-5.

Aclaraciones sobre el método de silenciamiento desde la mente (Jñana).

Después de los ejercicios de meditación que hemos propuesto, podemos reflexionar sobre el camino recorrido.

Hemos visto cómo trabajar con los textos para hacer camino, trabajando desde la mente hasta conseguir la intuición y arrastrar al sentir al silencio.

Primero hay que entender con toda claridad lo que dice el texto.

Razonarlo hasta comprenderlo por completo.

Darle vueltas y vueltas hasta familiarizarse totalmente con la comprensión,

- viéndolo desde un punto de vista y otro y otro,

- rastreando las consecuencias de la comprensión.

Cuando considere que ya se ha familiarizado con la idea, fijar la mente en ella el tiempo que sea necesario para abrir paso a la intuición.

Intentar intuir directamente su verdad.

En este proceso ¿qué hacer con el sentir?

En la primera comprensión, en el esfuerzo por razonarla y por familiarizarse con ella, el sentir debe quedar al margen del trabajo. Lo interferiría. Y el sentir que se interferiría sería el sentir del yo.

En el trabajo de rumiar la idea y en la concentración, poco a poco el sentir se va implicando.

Cuando llega la intuición empezará a ser arrastrado el sentir.

Para hacer correctamente este trabajo conviene tener una idea clara de lo que es la función racional de la mente, lo que es la intuición y lo que es el tránsito de una a la otra.

El conocer racional es un conocer lingüístico, representativo. Lo que se conoce directamente es la representación; la cosa a la que hace referencia el término se la conoce indirectamente, filtrada por la representación. Lo que se conoce propiamente es la representación. En esa situación el conocimiento del mundo es primariamente el conocimiento de unos conjuntos representativos; el conocimiento de las personas es principalmente el conocimiento de la idea (representación) que tenemos de las personas; el conocimiento de mí mismo es el conocimiento de la idea que me hago de mí.

Desde ahí, vivir y sentir la realidad es primariamente vivir y sentir la realidad de mis construcciones que hacen referencia a unas realidades modeladas por ellas.

La representación, la figuración que me hago de lo real, no está primariamente en función de la realidad, sino en función de mi ego. Con las representaciones se construye un mundo de realidades a mi medida y al servicio de mis necesidades.

Esa forma de ver, comprender y sentir las realidades, mediada por nuestras construcciones semánticas, es indirecta. Sólo esa forma de conocer y sentir le interesa al viviente necesitado; sólo ahí se mueve habitualmente.

La intuición es la pretensión de todo camino interior. Todo camino interior pretende ver directamente y sin filtro las realidades. Es conocer las realidades mismas, no en función mía; por tanto sin el ego, como paquete de necesidades, que atender. El camino interior es salirse del círculo de construcciones y representaciones; es salirse de mi ego, sus intenciones y construcciones. Es ver y sentir directamente, inmediatamente.

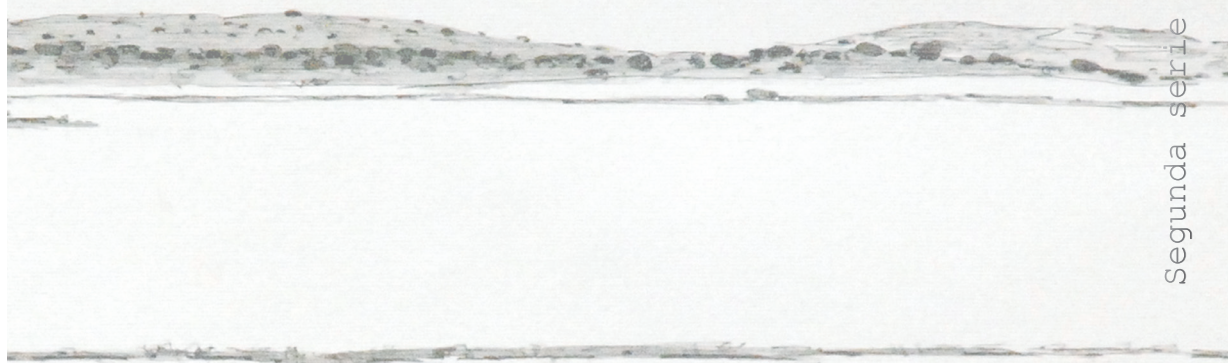
El tránsito del conocer racional a la intuición se produce cuando se ha comprendido exhaustivamente la representación y sus consecuencias. Cuando esa comprensión ha concluido, se concentra la mente en silencio en la representación, en el término lingüístico, insistiendo en su referencia. Se concentra en el término en cuanto “se refiere a”... Entonces, el interés intenso y continuado por “eso a lo que se refiere el término” acabará saltándose la representación.

Estos serían los pasos:

Comprender el texto hasta que no haya la menor sombra de duda.

Concentrarse en esa comprensión, mirando a través de ella a aquello a lo que esa comprensión alude.

La concentración y la voluntad de aproximarse a aquello a lo que la comprensión se refiere harán, poco a poco, más transparente la comprensión, hasta que termine diluyéndose como una niebla y de acceso al conocimiento directo e inmediato de la realidad.



Segunda serie

En esta segunda serie de prácticas usaremos autores de diversas tradiciones: cristianos, hindúes y musulmanes.
(Curso 2004-2005).

Nº 1.

Partiendo de la perspectiva de que lo que realmente hay y existe, no es la dualidad que los vivientes tenemos que construir en el medio para sobrevivir (sujeto de necesidades / medio como un campo de seres y cosas donde satisfacer las necesidades) podemos meditar no la dualidad sino el “no-dos” en las siguientes afirmaciones de Nicolás de Cusa.

Dios no es otro de nada. Dios, en tanto que no-otro, no es otro respecto a la criatura.

Nada es otro para el no-otro.

La imposibilidad de ser otro es una característica esencial del ser divino.

La única relación concebible entre el no-otro y el otro es la de la anterioridad del primero sobre el segundo.

El otro no existe ni puede ser visto sin el no-otro; por otra parte, no podemos reconocer al no-otro sin el otro que se niega en él.

El no-otro aparece antes que todas las cosas de tal manera que no puede absentarse de ninguna de las que vienen después de él, aunque sean contradictorias.

Lo mismo que sin el no-otro nada permanece ni es conocido, igualmente en él todas las cosas son, son conocidas y son vistas.

Dios es todo en todas las cosas aunque no sea ninguna de ellas.¹¹⁸

Lo que hay no son sujetos y objetos, sino “no-dos”.

Dios y las criaturas no son dos. Esa unidad se expresa con el término “no otro” para mantener, a la vez, la unidad y la diferencia.

Dios es el “no otro”. Nada es “otro” para Él. “El que es” es el “no otro” de todo. Entre Dios y la criatura no hay dualidad, sólo que Dios es anterior a la criatura.

Nada existe sin ese “no otro” que es Dios, pero no le podemos conocer sin ese “otro”, que se niega como tal, la criatura. Es el primero en ser visto, se vea lo que se vea.

Sin el “no otro”, nada existe ni puede ser conocido. En Él son vistas y conocidas todas las cosas. Dios es todo en todas las cosas, pero en ninguna de ellas en particular.

El “sin forma” en todo en toda forma.

118. Nicolas de Cues: Du non-oultre. Le guide du penseur. Pgs. 11-47.

Nº 2.

Si el frío desaparece, el hielo también desaparecerá. Pero el agua no desaparecerá, porque es anterior al hielo.

Si el no-otro desaparece, todo otro, toda cosa nombrable desaparecerá.

Puesto que la posición del no-otro es la posición de todas las cosas y su retirada la retirada de todo, el otro no puede ser ni ser visto fuera del no-otro.

Si ves al otro en el no-otro, seguramente no le verás en tanto que otro sino en tanto que no-otro, porque es imposible encontrar al otro en el no-otro.

Pero si me preguntas que es el otro en el no-otro, te responderé: es el no-otro.

Ves con toda claridad que el no-otro es presupuesto y conocido en todo conocimiento, y que lo que es conocido no es otro que él, en tanto que no conocido; brilla de manera cognoscible en lo conocido, como la luz del sol, invisible a los sentidos, brilla de manera visible y diversa, irradiándose en los colores del arco iris y fragmentándose a través de las nubes.

Hay que reflexionar y hacer como el que ve la nieve a través de un vidrio rojo: ve la nieve y no atribuye la apariencia roja a la nieve sino al vidrio. Así actúa la inteligencia viendo al informe a través de la forma.¹¹⁹

El agua es el no-otro del hielo. El hielo es sólo agua. Nada más. Viendo el hielo, se ve el agua. Cuando se funde el hielo, nada desaparece.

Todo el ser de cualquier “otro”, cualquier criatura, es sólo el “no-otro”, Dios.

Si pongo el “no-otro”, todo está puesto. Si lo retiro, todo está retirado. Todo el ser de cualquier “otro” es sólo el “no-otro”, Dios.

Al “otro” sólo se le ve en el “no-otro”. Cuando veo a la criatura en Dios, sólo le veo a Él, no a la criatura.

¿Qué es cualquier cosa en Dios? Sólo Él.

En todo le conozco sólo a Él. Cuando conozco a “otro” es a Él a quien conozco. Como la luz se conoce en todos los colores y formas de las cosas, aunque no tiene ni formas ni colores. Lo que ves es a Él, pero a través del vidrio de colores de nuestras construcciones. Ve “al que es” al “no-otro” en todo, y atribuye las formas y colores a los filtros de las estructuras de nuestras necesidades.

119. Nicolas de Cues: Du non-oultre. Le guide du penseur. Los ejercicios 3,4, 5, Pgs. 11-47.

Nº 3.

Dios ha revelado en la Escritura Santa que es de todas las cosas la causa, el principio, la sustancia y la vida.

Él no es otro de nada y todo en todo.

Le veo como el principio que es otro de nada.

Tan pronto es puesto el otro, es puesto el no-otro.

El no-otro no es conocido en sí, sino de forma simple en lo simple y de forma compuesta en lo compuesto.

Él no es, pero en las cosas que son, él es el ser.

Todas las cosas son él mismo; y en su ser mismo él ha hecho que subsista todo aquello que de alguna manera es.

Dios, el Absoluto es todo el ser de todas las cosas. Nada hay en la criatura que no sea su ser. ¿Qué puede perecer? ¿Qué puede nacer?

Él no tiene ninguna distancia de mí; no es “otro” de mí. Es todo mi ser.

Él no es “otro” de mí, ni de nada; ni yo soy “otro” de Él. ¿Qué soy? ¿Qué es aparecer y desaparecer?

Tan pronto considero y miro a una criatura o a mí mismo, estoy viéndole a Él. ¡Qué perspectiva de indagación tan interesante y concreta!

A Él sólo le conoceré en ésto, tal como viene; simple o complejo, agradable o desagradable.

Si le busco como existencia separada de las cosas, Él no es. Le encontraré directamente en las cosas que son, como el ser de las cosas que son.

Todas las cosas y yo mismo somos Él mismo.

Nada tiene ser que no sea el de Él, porque no hay dos. Lo que existe realmente es el “no-dos”.

Nº 4.

Cuando se busca con el espíritu el ser de las cosas, la luz del no-otro se presenta a él como aquello sin lo cual no se la podrá encontrar de ninguna manera.

Toda cosa es percibida con más precisión cuando es percibida a través del no-otro.

Comprende esta revelación por medio de una analogía con la luz que se impone por ella misma a la vista. La luz no es vista ni conocida de otra forma que según la manera que se revela: invisible en tanto que ella existe antes y por encima de todo lo visible.

Ver, dirigiendo la mirada hacia Dios, no es ver lo visible sino ver en lo visible, lo invisible.

Entonces yo veo verdaderamente a Dios más allá de todo lo visible, el cual no es otro que todo lo visible.

Ver a Dios infinito e indeterminado en otro, es ver aquello que no difiere de nada.

Por “no-otro” te entrego el nombre de mi concepto de lo primero. No se me ocurre ningún otro nombre más preciso para expresar mi concepto del innombrable que no es otro de nada.

A quien se interesa verdadera y realmente por conocer el ser mismo de las cosas, el “no-otro” se le presenta al espíritu como “aquello” sin lo cual no podría conocer nada. Quien se interesa por algo realmente, le encontrará a Él y también a aquello por lo que se interesaba.

Nada puede ser conocido verdaderamente separado del “no-otro”.

Sin las cosas, la luz no se ve, y la luz es la que hace que se vean las cosas.

Ver las cosas y ver la luz es inseparable. En todo lo que se ve, se ve la luz directamente.

Buscar con los sentidos a Dios es verle con los sentidos, invisible en lo visible.

Le reconozco más grande que todo lo visible, pero a la vez, como “no-otro” de todo lo visible.

Le veo en éste y en aquéllo, porque veo que no difiere de nada.

El término “no-otro” es una figura para afirmar que sólo Él es, sosteniendo, a la vez, que no está ligado a ninguna forma.

Nº 5.

Puesto que Dios es todo en todo, le atribuimos el nombre que vemos en el corazón de todas las cosas.

Él es todo en todo y cada uno en cada uno.

Sea lo que sea que la inteligencia vea, no lo ve sin el no-otro.

Por que ¿qué puede ver en el otro si no es al no-otro definiéndose a sí mismo?

...ve que el no-otro es el principio del principio; ve también que es el medio del medio, el fin del fin, el nombre del nombre, el ser del ser, el no ser del no ser, y así de todas las cosas y de cada una que pueda ser dicha y pueda pensarse.

El espíritu que produce todo en todo, por el cual todo lo que es, no es otro

que lo que es, lo llamo no-otro.

Dice (Dionisio) que Dios es espiritual porque, no siendo incorpóreo, no está recluso en un lugar como es el cuerpo.

Los nombres de “los corazones de las cosas” son los nombres del Absoluto. El “corazón de las cosas” es la entraña, la realidad de las cosas, no sus apariencias.

Él es el ser de cada uno. Fuera de su ser no hay ningún ser en cada uno. Si en mí quitas su ser, desaparezco.

Mires donde mires, no verás más que a Él, dice el Corán.

Cualquier “otro”, cualquier criatura, es sólo el “no-otro” que se define a sí mismo, que se dice a sí mismo con contornos acotados.

Decir que el “no-otro” es el principio, el medio, el fin y el ser de cada cosa, es una manera detallada decir que en cada “otro” no hay nada que no sea el “no-otro”.

El ser de cada ser es el ser del Absoluto mismo, porque el Absoluto no es otro de cada criatura. La criatura concreta y el Absoluto no son dos.

Dios, el Absoluto, no es incorporeo;
en los cuerpos, ahí está.

Se le llama sin forma, espiritual,
porque al estar en cada cuerpo,
no se liga a ninguno.

Nº 6.

Mi gurú me dijo algo. Me dijo: “Tú eres esto” y yo comprendí perfectamente qué era “esto”: la existencia sin el cuerpo. Comprobé lo que era, lo que soy sin el cuerpo, y me he quedado fijo en ese nivel.¹²⁰

En el agua, la sal se disuelve y se convierte en el mar. Al disolverse mi ego, me he convertido en Shiva-Shakti (el absoluto).

De esta forma he realizado mi adoración al Absoluto, fundiéndome y absorbiéndome en Él, de la misma forma que el interior hueco del baniano, al descortezarlo, se funde con el espacio exterior.

Aunque el Ganges desemboca en la mar, hay una aparente diferencia de género. Pero, ¿dejan sus aguas de ser el mismo elemento?

El oro y las alhajas son lo mismo: oro. La luna y su resplandor no son más que eso, la luna.

¿Calificaríamos de sabio a alguien que se entristeciera por la ruptura de un jarrón que nunca existió?

Por tanto, si la esclavitud en sí es irreal, ¿de qué se libera uno? La ignorancia es la que, al autodestruirse, origina dicha libertad.¹²¹

Se refiere Nisargadatta a la gran afirmación vedanta: “Tú eres Eso”. Entre tú y Eso, no hay dualidad ninguna.

Si soy “Eso” no me identifico con este cuerpo, mi ser no es mi cuerpo, ni si el cuerpo desaparece no se ha perdido nada; sus necesidades, temores, fracasos y expectativas, no afectan a mi ser.

120. Nisargadatta: Je Suis. Pg. 182.

121. Gñanésva: Amritanubhava. Siglo XII. Poeta, sabio vedanta y devoto del sur de la India.

Como la sal se disuelve en el agua, así mi ego se ha de disolver en el Absoluto.
El conocimiento es la verdadera adoración y conduce a la unidad.
Conocer es conocer mi vacío. Eso es fundirse en el Absoluto.
Como el Ganges y el mar son sólo agua, así mi ser y el Absoluto no son dos.
El ego nunca existió, ¿nos apenaremos por su desaparición?

Conocer es liberarse. ¿Liberarse de qué? De la ignorancia de tomarse por lo que no se es; de la sumisión a las necesidades; liberarse de deseos y temores, del ego y de la interpretación de la realidad que arrastra; liberarse de la identificación con el cuerpo.

N°7.

El alcanfor y su aroma son sólo alcanfor. El azúcar y su dulzor son sólo azúcar. El alcanfor se disuelve en el agua y se torna invisible, más su fragancia inconfundible permanece.

Después de untar el cuerpo con cenizas, las partículas se desprenden y caen, pero la piel queda blancuzca.

Cuando un río se seca, el agua no fluye ni se puede ver, pero permanece en el lecho en forma de humedad.

Cuando el sol alcanza su cenit, la sombra de una persona parece desaparecer, pero permanece debajo de los pies.

De la misma forma, el Conocimiento Puro, que consume todo aquello que se considera distinto a Él, permanece como conocimiento, en su prístino estado natural.

El fuego se consume al quemar el alcanfor. Lo mismo le sucede al conocimiento al destruir la ignorancia.

La Realidad Suprema no es sujeto ni objeto de Sí mismo, ni es objeto de nadie más. ¿Prueba ello entonces su inexistencia?

Así mismo, la Existencia Pura es, en y por Sí misma, sin conceptos de existencia o inexistencia.

El vocablo Sat-Chit-Ananda (Ser, Conciencia, Beatitud) designa al Ser, pero no lo representa ni describe. Se limita a indicar que no es lo contrario, (inexistencia, inconciencia y desdicha).

El Absoluto y la manifestación son sólo el Absoluto. Todo ésto es sólo el aroma, el gusto del Absoluto. Todo tiene un color especial que le denota, le proclama. Todo está húmedo de su agua de vida.

El Absoluto, como la sombra en el cenit, desaparece, pero está ahí, debajo de todo. El conocimiento de “el que es” da como ilusorio todo otro conocer. El conocimiento del Absoluto permanece como “el conocimiento” bajo todo otro conocimiento cotidiano.

El conocimiento del “no-dos” quema la ignorancia de suponerse alguien venido a este mundo y se quema incluso a sí mismo, porque muestra que no es conocimiento de nada ni de nadie.

La Realidad Suprema no es sujeto ni objeto ni de sí mismo ni de nadie. Está vacío de toda posible individuación.

De un sujeto o un objeto puedo decir que existe o no existe. De la Realidad Suprema no puede decir ni que exista ni que no exista, porque no es objetivable.

El Ser, vacío de forma (no es sujeto ni objeto) es Ser, Conciencia y Beatitud, pero esas tres palabras no lo conciben, sólo sugieren lo que no es.

Nº 8.

Lo que realmente existe no es la dualidad que construye la necesidad, sino el “no-dos” que ahí viene y yo soy. Desde esta perspectiva se hacen plenamente inteligibles las frases que siguen a continuación.

*No olvides que lo que hay en la conciencia no puede ser nunca la verdad.*¹²²

Sólo se puede probar la existencia de un objeto que es distinto del sujeto. Pero este método no es aplicable en el caso del Sujeto Supremo.

Lo que no es un objeto intelectualmente cognoscible no se puede argüir. ¿Necesita de alguna prueba lo Supremo, que resplandece con luz propia?

En nuestro intento por conocer lo Supremo que, en Sí, es el Conocimiento mismo, ¿puede sobrevivir el acto de conocer y el objeto del conocimiento?

Nada de lo que se diga sobre Él es lo que Él es.

Así es lo Supremo, existe y no es inexistencia. Pero ¿es apropiado denominarlo Existencia?

En plena vigilia no existe el dormir ni el despertar. Así es el estado de Conciencia Pura y Absoluta: no hay conciencia de algo. ¿Resulta, entonces apropiado denominarlo conciencia?

Aquellos que son capaces de contemplar su propia faz sin la ayuda de un espejo son los únicos en comprender el secreto de la Realidad evidente por sí misma.

*Después de este discurso, lo más sabio es absorber hasta la última gota de silencio.*¹²³

En la conciencia hay conceptos y representaciones de sujetos y objetos, deseos, recuerdos, proyectos; nada de eso es la verdad.

La verdad no es ni conceptual ni simbólica, no es una representación.

Dios no es objetivable, por tanto no se puede probar ni su existencia ni su no existencia.

Dios es conocimiento mismo. En Él no hay dualidad que pueda escindirse en conocedor-conocido. Conocerle es terminar con esa dualidad.

¹²². Nisargadatta: Je suis, pg.175.

¹²³. Gñanëshvar. Amritanubhava.

Todo lo que se diga de Él estará dicho desde categorías y sistemas de representación, por tanto falso.

Plantearse si algo existe o no, es plantear algo frente al sujeto. Nada de eso es realmente. En ese sentido Dios no existe; no se le puede llamar existente porque no se le puede presentar como una realidad frente a un sujeto.

Si hay sujetos y objetos puede hablarse de conciencia y conocimiento de algo. Si lo que hay es “no-dos” no se puede plantear la conciencia y el conocimiento de nada. ¿Le llamaremos conciencia y conocimiento a la noticia del Absoluto?

Sólo el que se conoce sin objetivarse, sin ponerse fuera de sí y se conoce desde dentro, conoce el secreto de la realidad, que no es ser objeto.

Hay que penetrar en las realidades desde el silencio, percibiendo sin palabras.

¿Qué es la verdad?

Nada en el orden de las formulaciones, representaciones, sistemas de creencias, dogmatismos, nada conceptual y representativo, por más sacro que sea.

Es algo inmediato, directo, perceptible con los sentidos y la mente, patente, manifiesto, sin intermediación ninguna.

Una presencia informulable, un peso de certeza informulable, la desaparición de toda duda, la paz, la reconciliación con todo. Eso es la verdad.

Nº 9.

Así como el agua disfruta jugando consigo misma a ser olas, el Ser, la Realidad Suprema, juega alegremente consigo misma.

El fuego entreteje y se adorna con guirnaldas de llamas. Pero, ¿se hunde por ello en la dualidad de las distinciones?

Aunque la flor de loto tuviera mil pétalos, no dejaría de ser una sola flor.

Se puede partir un bloque de azúcar en un cúmulo de trozos, pero no por ello se alterará su composición.

A pesar de que permea todo el universo, en la Unidad del Ser no existe ni el menor rastro de dualidad.

Cuando el Absoluto siente un profundo deseo de no verse más, se retira y descansa en Sí mismo,

- como cuando, al bajar los párpados, la vista se absorbe en sí misma,*
- o como la tortuga recoge las patas dentro de su concha,*
- o como cuando la luna oculta su resplandor en el novilunio.*

De esta forma, no es que destruya, sino que cuando suprime tanto los objetos de visión como el proceso de ver, reposa en sí mismo.

Al levantar los párpados, el Ser se convierte en veedor y en lo visto. Al bajarlos, se esfuma. ¡Qué extraordinario!

Lo que parece pluralidad, no lo es, sólo es un juego del que es.

Toda esta pluralidad de seres es como los diversos gestos de alguien que baila.

La pluralidad sólo muestra al Único.

En toda la pluralidad no hay ni el menor rastro de dualidad.

Todo está vacío de dualidad.

No hay nacer o morir, sólo despliegue y repliegue.

El trabajo a hacer es verificar por sí mismo

- la unidad radical del Ser,*
- la irrealidad de la dualidad de sujeto / objeto,*
- el vacío de las nociones sujeto, objeto, individualidad.*

Nº 10.

La religión debe ser la cosa más gozosa del mundo, porque es la mejor.

No somos gotas de agua que caen en el océano y se pierden en él; cada uno de nosotros es el océano entero, infinito; y lo viviremos cuando nos liberemos de la ilusión. El Absoluto no puede ser dividido.

No soy el cuerpo, no soy el espíritu, no soy el pensamiento, no soy ni siquiera la conciencia, soy Âtman (el Absoluto, el no-dos, el no-otro).

Sólo Brahman (el Absoluto) es verdadero, todo el resto es falso; y yo soy Brahman.

Soy el universo, soy Brahman, la existencia real única, el Alma de nuestra alma, el Yo del universo, la Vida de nuestra vida, nuestro verdadero Yo.

A la que conseguimos salir del centro estrecho que es el cuerpo, realizamos en nosotros mismos a Dios, que es nuestra verdadera identidad.

Soy Él, soy Él.

Soy existencia absoluta, conocimiento absoluto, beatitud absoluta.¹²⁴

Lo hondo que nuestros antepasados vivieron como religión y espiritualidad, y que nosotros deberemos vivir como profunda cualidad humana

- no es un deber, es un placer,
- no es una renuncia, es una adquisición,
- no es una sumisión, es una liberación.
- no es ir a la nada, sino a la plenitud,
- es ir a la verdadera comprensión, al amor y a la paz.

La identificación con el cuerpo es la clave de toda nuestra construcción ilusoria.

¿Qué hay más pacificador que verificar que soy “el que es”?

124. S. Vivekánanda. Jñana-Yoga. Spiritualités vivantes. pgs. 401-418.

N° 11.

No es correcto promulgar que el Ser destruye la ignorancia para después revelarse. Es como el sol, que no tiene oscuridad que destruir.

En estado de vigilia uno sabe que el sueño que tuvo fue irreal. De la misma forma, la ignorancia no existe ni en el estado de ignorancia, aunque aparente existir.

No se puede destruir la ignorancia, dado que no existe. Como lo Supremo es evidente por Sí mismo, ¿qué resta por probar y quién para probarlo?

Lo Supremo no necesita probarse ni refutarse mediante algún otro tipo de conocimiento ya que es el conocer, el conocedor y lo conocido, patente por Sí mismo, trascendiendo demostraciones y argumentaciones.

Debe quedar claro que tanto el conocimiento como la ignorancia, desventuradas crías de la palabra, son tan reales como los bosques de un lienzo.

Al deshacerse las nubes finaliza el mal tiempo. Conocimiento e ignorancia se esfuman similarmente cuando la palabra se disuelve en el diluvio (de las aguas de la Conciencia Pura).

Cuando un riachuelo se une al Ganges poniendo fin a su existencia individual, se convierte en el Ganges.

Queda claro, entonces, que la ignorancia no es real, que sólo existe el Absoluto, ya que, cuando aquélla se encuentra con el Conocimiento, se convierte en Conocimiento.¹²⁵

La raíz de la ignorancia es la creencia de que “yo soy alguien”. “Yo soy” es irreal, es un supuesto, no es una entidad. La ignorancia que genera una entidad irreal es también irreal. La ignorancia es un velo irreal que oculta al Absoluto. Pero los velos irreales no ocultan nada. Por consiguiente, puesto que la ignorancia es un velo irreal, no oculta nada.

El Absoluto, Dios, no tiene que disipar ninguna tiniebla para revelarse, porque nada le recubre. Estamos viendo al Absoluto, aun cuando no le reconozcamos.

No hay nada que destruir; el Absoluto es evidente por sí mismo. Tampoco hay nada que probar. Si sólo Él es ¿quién va a probar qué?

El patente ni se prueba ni se refuta, es manifiesto. Estoy viendo siempre al Absoluto, al “no-dos”, aunque no lo advierta.

¹²⁵. Gñanëshvar: Amritanubhava. Pgs 77-88.

Nº 12.

El sabio no debe prestar atención a comentarios necios como “Lo Supremo respaldece cuando se disipa la ignorancia”.

¿Cómo puede existir la ignorancia en el seno del Ser Puro, dentro del cual no hay siquiera cabida para la autoconciencia?

El ego sólo se ocupa del cuerpo, este amasijo de huesos. Lo denomina yo, lo protege y lo mantiene. Pero no repara en el Ser.

Así como el agua disfruta jugando consigo misma a ser olas, el Ser, la Realidad Suprema, juega alegremente consigo misma.

El fuego entreteje y se adorna con guirnaldas de llamas. Pero, ¿sé hunde por ello en la dualidad de las distinciones?

Aunque la flor de loto tuviera mil pétalos, no dejaría de ser una sola flor.

Se puede partir un bloque de azúcar en un cúmulo de trozos, pero no por ello se alterará su composición.¹²⁶

Nada es un velo para el Supremo. La ignorancia es una ilusión, no un velo.

No soy “otro” de Él, ni hay nada frente a Él; la ignorancia no es, pues, real.

Estamos tan ocupados con el cuerpo y el yo que no reparamos en el ser.

Soy un juego del ser, olas de su océano.

Todo lo que existe son como los pétalos de una flor.

El Ser Puro, sin rastro de dualidad, ni la dualidad de la autoconciencia soporta.

126. Gñanëshvar: Amritanubhava: Pgs. 87-97.

N° 13.

A pesar del aspecto equívoco de serpiente, lo único que realmente existe es la cuerda. Por lo tanto, aunque el Veedor (el Absoluto) aparezca bajo la forma de distintos objetos de percepción, Él es el único que existe.

Él no ve nada que no sea Él mismo. Tanto si mira como si no, tanto si es uno como una multitud, aparte de Sí mismo no existe ningún objeto que percibir.

Cualquier forma que aparezca no es más que su expansión. No existe nada más aparte de Él.

Ya sea en forma de alhajas o pepitas, el oro es lo que reluce, ya que es el único constituyente de ambas.

El alcanfor, tanto si se huele su fragancia, se contempla su blancura o se siente con el tacto, no es más que eso, alcanfor. De la misma forma, sea cual sea la forma que escoja de experimentarse a Sí mismo, el Absoluto es lo único que existe y es el único Veedor. En el universo no existe ni se crea nada que sea distinto de Él.

Tanto siendo lo percibido como el sujeto de la percepción, no existe nada aparte de Âtman.

Así mismo, tanto si se trata del que ve como de lo visto, es indiferente. Por todas partes no existe más que las vibraciones del Absoluto.¹²⁷

Cuando yo veo algo, sólo Él se ve a sí mismo.

Todas las formas de lo que existe son su despliegue, olas de su mar; nada fuera de Él.

Como el oro es el ser de las alhajas, así Él es el ser de todo lo que existe.

En el mundo hay muchas formas, pero nada distinto de Él.

Sólo se le ve a Él, sólo Él ve.

Él es lo percibido y Él es el perceptor.

Él es el que ve y Él es que es visto.

Nada fuera de Él.

127. Gñanëshvar: Amritanubhava. Pgs. 104-106.

Nº 14.

Por todas partes no existe más que las vibraciones del Absoluto.

Es como los rizos de la superficie del agua, o como el oro recubierto con una capa de oro, o como la vista contemplando el acto de ver, o como añadirle sonido al sonido, aroma al aroma, o plenitud a la plenitud, o como recubrir la melaza con melaza, el monte Meru con un capa de oro, o como envolver el fuego con llamas. ¿Qué más puedo añadir? Es como si el cielo fuera a recostarse sobre el cielo. ¿Cuál estaría despierto y cuál sería el que dormiría?

A pesar de las innumerables olas que se elevan y rompen en las cosas, la composición acuosa del océano no se ve alterada en lo más mínimo.

Aunque se expanda adoptando formas, su unidad jamás se ve alterada. Y si se contrae, su existencia permanece tan plena como antes.

De esta manera, el Absoluto puede asumir cualquier forma por pura diversión, pero sin transmutar jamás su naturaleza pura.

¿Qué malvado puede atreverse a designarle como (recubierto por un velo de) ignorancia? ¡Sería como decir que el sol se oculta en un saco de oscuridad!

Carece absolutamente de sentido proclamar que el universo es ignorancia (Maya, según la doctrina de la ignorancia) cuando no es más que un incesante vibración del Conocimiento Puro.

De la misma forma que el sol no es más que el sol, que la luna no es más que la luna y que la llama de una vela no es más que una llama, ten por seguro que la Luz del Ser no es más que Luz, por lo que la totalidad del universo no es más que el resplandor del Absoluto.¹²⁸

¿Qué puede decirse que clarifique un texto tan bello como este?

128. Gñanëshvar: Amritanubhava.

Nº 15.

*La creatura no tiene ser más que por atribución contingente.
En realidad ella no es nada.*

*Cuando las luces divinas aparecen
Borran aquella atribución,*

*De manera que (las creaturas) ni eran ni dejan de ser.
Dios las extinguió, pero en sus esencias no han existido jamás,
Y en su extinción, ellas subsisten...*

*Cuando las creaturas se aniquilan, el Ser vuelve a Dios.
Entonces Él es tal como era antes de que ellas llegaran a existir.
El servidor tórnase como si nunca hubiera existido
Y Dios es como si nada hubiera dejado nunca de existir.*

*Sin embargo, cuando aparecen los fulgores divinos,
La creatura se reviste de luz de Dios y se vuelve una con Él.
Él la extingue, y luego Se coloca en su lugar dentro de ella.*

*Él permanece en el lugar de las creaturas
y, sin embargo, ellas no han ocupado nunca ningún lugar.
Como las olas cuyo principio es la unidad del mar
y que, en su multitud, están unidas por él;*

*Cuando el mar está en movimiento
son las olas las que lo constituyen en su totalidad,
Cuando (el mar) está en reposo,
no hay ni olas ni multiplicidad.¹²⁹*

De nuevo una bella manera de expresar los mismos pensamientos desde una tradición espiritual totalmente diferente.

129. Abd al-Karim Al-Yili: El hombre universal. Pgs. 84-85.

Nº 16.

Todas Las distintas formas presentes en el universo no son más que el Absoluto en vibración.

La totalidad del universo no es más que el resplandor del Absoluto.

Las escrituras declaran: Todo este universo es una irradiación de su luz. ¿Acaso se trata de palabras huecas?

El conocimiento substituye a la ignorancia y la ignorancia desaparece con el conocimiento. Los dos se aniquilan mutuamente.

El que sabe, no sabe nada. El que no sabe, sabe. No hay cabida para la existencia del conocimiento y la ignorancia.

El brillante día del conocimiento y la oscura noche de la nesciencia han sido devorados por el Sol naciente de la Unidad en el firmamento de la Conciencia Pura.

La fragancia se transformó en nariz, la melodía dio lugar a los oídos y el espejo se convirtió en ojos para contemplarse.

La suave brisa se hizo fina piel, la cabeza se tornó flores de nardo de fascinante aroma.

La lengua se convirtió en dulce zumo, el loto se abrió para ser el sol y el ave Chakor se transformó en luna.

Las flores tomaron forma de abeja, las muchachas se tornaron muchachos y los somnolientos adoptaron la forma de camas en las que yacer.

La vista se convirtió en objetos maravillosos, cual lingote de oro que se transforma en joya para disfrutar de la belleza.

Los capullos de mango se tornaron cuclillos, el cuerpo adoptó la forma de brisas malayas y los sabores se convirtieron en lenguas.

Así es como el Absoluto adopta las formas de gozante y objeto de gozo, de veedor y objeto de visión, sin que se altere la homogeneidad de su Unidad.

La comprensión del texto está en el último párrafo:

Así es como el Absoluto adopta las formas de gozante y objeto de gozo, de veedor y objeto de visión, sin que se altere la homogeneidad de su Unidad.

Nº 17.

*La unidad intrínseca del mundo procede de la Esencia, como las olas proceden del océano*¹³⁰

*Admira la multiplicidad esencialmente una. En Ella, esto es lo mismo que eso, y lo que se va es como lo que viene.*¹³¹

*“El que ve “ y “Lo que es visto”, “El que hace existir” y “Lo que existe”, “El que conoce” y “Lo que es conocido”, “El que crea y “Lo que es creado”, “El que alcanza la comprensión “ y “Lo que es comprendido” son todo Él mismo*¹³²

*En parábola, la creación es semejante al hielo
y Tú eres el agua de la que surge.*

*El hielo no es, si nos damos cuenta, más que su agua,
y sólo adquiere su condición por leyes contingentes.
Pero el hielo se fundirá y su condición se disolverá.
De hecho, la condición líquida será la establecida.*¹³³

*El ser penetra todas las existencias. El secreto de esta penetración consiste en que Él creó el mundo a partir de Sí mismo, por tanto, como Él no es divisible, cualquier cosa del mundo es enteramente Él mismo.*¹³⁴

*En el cielo y en la tierra, en la sucesión de la noche y el día, hay grandes signos evidentes para aquellos capaces de comprender, aquellos que recuerda a Dios, aquellos que medita y reflexionan.*¹³⁵

*En cuanto a la Esencia, Ella es evidente sin que pueda conocerse Su “dónde”, puede vérsela directamente sin que sea posible demostrarla.*¹³⁶

Grandes imágenes de la unidad y la diversidad: el mar y las olas; el agua y el hielo. Todas las dualidades de nuestro existir, del conocer, del percibir, del sentir, de la acción, son sólo Él mismo.

130. Al Yili: El hombre universal. pg. 78.

131. Al Yili, pg. 53.

132. Ibn Arabí.

133. Al Yili, pg. 59.

134. Al Yili, pg. 59.

135. Corán: 3, 190-191.

136. Al Yili, pg. 47.

Todo está hecho a partir de Él.

Pero Él no es divisible.

Todo lo que existe es enteramente Él mismo.

En todo hay una invitación a meditar y reflexionar para comprender la unidad en la diversidad, y la diversidad en la unidad.

La Esencia es evidente por sí misma.

Nada la oculta; es clara y patente.

Pero para un animal viviente es sutil y requiere mucha indagación.

La Esencia es evidente, pero no puede señalársele un lugar.

Se la ve directamente, pero ni se la puede señalar, ni se la puede demostrar, porque no puede ser objetivada y, por consiguiente, no puede ser situada ni en el tiempo ni en el espacio.

Es, pero no es una individualidad. Esa es una gran dificultad para nuestra necesidad de objetivar, acotar, situar.

N° 18.

Todo lo que sucede y todas las experiencias son un juego del Absoluto.

Todo, absolutamente todo está contenido en la existencia Pura de Dios.

Aquí, Él es el Dios y Él es el devoto. Libre de toda actividad, se deleita en el reino de la quietud.

Dios es el devoto. La meta es el sendero. La totalidad del universo es un único Ente solitario.

Por lo tanto, sólo es Dios el que venera a Dios mediante Dios, sea cual sea la forma.

El sabio es consciente, sabe, que él, tal y como es, es Shiva, es el Señor.

Cualquier objeto en el que posa su mirada constituye una maravillosa visión de Shiva.¹³⁷

El camino a recorrer es despertar a “Esto” tal cual es, que es Shiva, el Señor.

Todo esto que veo, tal cual es, es inmediatamente, directamente el “no-dos”, el Absoluto, “el que es”, Dios.

137. Gñanëshvar. Amritanubhava. pgs. 116-117.

La personalidad es sólo un obstáculo. La identificación de sí mismo con el cuerpo puede ser benéfica para el niño, pero la verdadera madurez pide poner el cuerpo a un lado.

La personalidad es sólo un hábito construido sobre la memoria, engendrada por el deseo. Crees que eres una persona que vive, que muere, que siente, piensa, activa o pasiva, feliz o desgraciada. Pregúntate, cuestionate: ¿Es así? ¿Quién soy yo? ¿Qué hay detrás y más allá de todo esto?, y podrás percibir pronto tu error. Es propio de la naturaleza misma del error desaparecer cuando se le ha visto.

¿Cómo extinguir el sentimiento de separación?

Concentrando la mente sobre “yo soy”, sobre “la sensación de ser”, el “así” de “yo soy así” se desvanece, y lo que queda es “yo no soy más que un espectador” que a su vez se funde en “yo soy todo”.

El Supremo es el disolvente universal. Corroe todos los recipientes, quema todas las barreras. Sin la negación absoluta de todo, la tiranía de las cosas será absoluta.

No siendo nada, soy todo. Todo soy yo, todo es mío.

Acepto todo y soy aceptado por todo. Soy todo y todo es mío. Siendo el mundo, no tengo miedo del mundo. Siendo todo ¿de qué podré tener miedo? El agua no tiene miedo del agua, ni el fuego del fuego. Además, no tengo miedo porque yo no soy nada que pueda sentir miedo o que pueda estar en peligro. No tengo ni nombre ni forma. El apego al nombre y a la forma es lo que alimenta el miedo. No estoy apegado. No soy nada y la nada no tiene miedo de nada. Por el contrario todo tiene miedo de la nada porque todo lo que tiene un contacto con la nada se hace nada. La nada es como un pozo sin fondo, todo lo que cae en su seno, desaparece.

Mientras te piensas como una persona, el Absoluto, “lo que es”, Dios, lo piensas como una persona; cuando eres todo, ves al Absoluto, Dios como todo.¹³⁸

Si yo me creo una individualidad, concibo al Absoluto como una individualidad.
Si yo me creo una persona, concibo al Absoluto como Dios, una persona.
Si yo comprendo que no soy nadie fuera de “Eso no-dos”, así concibo al Absoluto.

138. Nisargadatta: Je suis. pg. 102-113.

N° 20.

El estado de vigilia abarca la experiencia de los objetos exteriores, el sueño, los objetos internos, el de sueño profundo es una masa de conciencia indiferenciada. Esta conciencia es la misma que se conoce a través de tres estados diferentes.

Los sabios afirman que el estado de vigilia y el de sueño son idénticos por la similitud entre los objetos percibidos en uno y otro estado.

Aquel que conoce a la vez el sujeto y los objetos de experiencia, que se han descrito en relación con los tres estados, no queda afectado por los objetos de cada estado, ni siquiera mientras los está experimentando.

Aquello no-dual que sin alterarse dirige todos los seres, pone fin a todos los sufrimientos. Es el estado resplandeciente omnipresente en todos, al que se denomina turīya.

Cuando el ser humano, que estaba durmiendo por influencia de la ilusión sin origen, despierta, toma conciencia de lo Real donde no hay sueños de ninguna clase, aquello no originado y no dual.

La dualidad no es sino ilusión, ya que la no-dualidad es la suprema realidad.

Las ideas de multiplicidad que alguien imagina, se pueden hacer desaparecer. Esta explicación tiene como objetivo el facilitar esta enseñanza. Cuando se descubre la última verdad, la dualidad no existe.¹³⁹

Las tres formas de la misma conciencia son sueño, vigilia y sueño profundo. Dos de ellas, el sueño y la vigilia, están regidas, directa o indirectamente, por la necesidad, por tanto son duales. El sueño profundo es una conciencia ni de objetos ni de sujetos; pero es conciencia, no un paréntesis que sumerge en la nada. Cuando uno despierta del sueño profundo dice: “he dormido bien”; por consiguiente se está refiriendo a una experiencia de existir, que es sin dualidad.

El sueño y la vigilia están contruidos por el deseo. Y no es que la vigilia sea real y el sueño sólo una sombra de la vigilia.

Quien conozca estos tres estados de conciencia no le afectarán los objetos. Sabrá que

139. Gaudapáda: Kārikā. I, 1, 5, 10, 16, 17, 18; II, 5.

siempre son irreales, porque están siempre en mi mente. Tiene, además noticia de lo que es un estado de conciencia dual y un estado de conciencia no dual.

La conciencia no dual puede tener dos formas: el sueño profundo, que es una experiencia de existencia no dual, aunque oscura, y la iluminación, el despertar, que es una experiencia del existir lúcido.

La ilusión sin origen, es la condición de todo viviente, que nace del deseo.

El despertar de ese sueño sin origen, es un estado de conciencia que no es ni vigilia ni sueño. Es un estado de conciencia no originado por el deseo, no dual.

La dualidad es la construcción necesaria de todo viviente para vivir; es la construcción del deseo y de la necesidad. Esa dualidad sólo está en la mente de los vivientes. Este supuesto, se comprenderá que el silencio de la necesidad, silencia la dualidad.

Cuando se descubre la no-dualidad, toda dualidad y multiplicidad desaparecen.

Advertir que el sueño profundo es un estado de conciencia no dual es verificar la posibilidad de una conciencia no dual. Además de esa conciencia no dual, que es el sueño profundo, que es oscura, hay la posibilidad de verificar otro estado de conciencia no dual que es el despertar el turíya.

Nº 21.

Los sabios han declarado que en el sueño todos los objetos son irreales, porque los objetos soñados se sitúan en el interior (del que sueña) y porque tienen un carácter restringido.

Las escrituras, apoyándose en la razón afirman que los carros y demás objetos que se perciben en sueños no existen. Por tanto la irrealidad de las experiencias del sueño queda establecida y demostrada racionalmente.

Los múltiples objetos que ve el que sueña los percibe como reales aunque son ilusorios. Lo mismo sucede con los objetos vistos en el estado de vigilia. La única diferencia es que en el caso del sueño se trata de un espacio reducido.

Los sabios afirman que el estado de vigilia y el de sueño son idénticos por la similitud entre los objetos percibidos en uno y otro estado.

Lo que en el sueño se imagina como conciencia interna es irreal y lo que se percibe como exterior parece real. Pero tanto lo imaginado como lo percibido es igualmente ilusorio.

En el estado de vigilia sucede lo mismo, lo que se imagina como conciencia de lo interno es irreal y lo que percibe como conciencia de lo externo parece real. Pero la razón nos dice que en ambos casos es ilusorio.

Si en los dos estados los fenómenos son ilusorios, ¿quién capta esos objetos? y ¿quién los crea?

Por el poder de su misma ilusión el Ser que brilla por su propia luz, imagina y crea en el mismo y por sí mismo todos los objetos conocidos. Esta es la evidencia del Vedanta.¹⁴⁰

En el sueño los objetos y sujetos son reales, pero sólo mientras sueño y sólo para mí; y son irreales para todos y para mí, cuando despierto.

En sueños doy por reales lo que reconozco como irreal despierto.

Los sujetos y objetos de la vigilia son igualmente irreales cuando despierto a mi condición. La diferencia entre la irrealidad del sueño y la de la vigilia es que el sueño

140. Gaudapáda: Káriaká. II, 1, 2, 4, 5, 9, 10, 11, 12.

es restringido a mi interior y la vigilia es colectiva. Pero ambos son igualmente contruidos, no reales. Ambos están contruidos por el deseo.

Si el sujeto del sueño es irreal y el sujeto de la vigilia es irreal ¿quién capta? ¿Quién crea? Esta es la gran indagación. El Ser crea en él y por sí esta ilusión. La única realidad de ambos no son los sujetos y los objetos, sino Él, el Ser.

Nº 22.

El camino a recorrer es transitar de una conciencia dual, donde aparecen sujetos y objetos, a una conciencia unificada, vacía de sujetos y objetos, que es conciencia del “no-dos”.

Para completar ese tránsito tiene que darse una maduración del espíritu. Y la maduración requiere un tiempo.

Dice Nisargadatta que *“el sadhana es la maduración acelerada”*. Los procedimientos, los métodos que proponen los maestros son una aceleración de la maduración.

Y cualquier método, *“el sadhana, es la búsqueda de lo que hay que dejar”*. *“Vaciaros por completo”* hasta del método mismo.

“Cuando no pidas nada, ni al mundo ni a Dios, cuando no desees nada, ni busques nada, el Estado Supremo vendrá a ti, sin que lo hayas invitado ni esperado”.

“Cuando toda búsqueda cese, es el Estado supremo”.

“Ver y ser, simplemente”.

“Ve lo que tu eres...Mira dentro de ti y ve”.

“Todo lo que un maestro puede decirte, es eso”.¹⁴¹

141. Cfr. Nisargadatta: Je suis. Cp. 43, Pgs. 207-212.

Nº 23.

Una vez, el rey Janaka soñó que era un mendigo. Cuando despertó preguntó a su gurú, Vāsishtha: -¿Soy un rey que sueña que es un mendigo, o un mendigo que sueña que es un rey?

¿Quién eres, le respondió Vāsishtha? – No soy ni un rey ni un mendigo, dijo Janaka, soy el testigo sin pasión.

Mientras percibas la menor diferencia, serás extranjero a la realidad.

Cuando “yo soy yo mismo” se va, “yo soy todo” viene.

Cuando incluso “yo soy” desaparece, sólo queda la realidad, y en ella, todos los “yo soy” se preservan y glorifican.

La diversidad sin separación es todo a lo que puede llegar lo mental.

Más allá, toda actividad (mental) cesa porque en la realidad todos los fines son alcanzados y todas las intenciones cumplidas.

El “Estado Supremo” es universal, aquí y ahora: todo el mundo participa de él ya.

La idea errónea de que “yo soy el cuerpo-mente” provoca una inquietud de sí mismo que oscurece nuestra visión del universo.

Es inútil combatir la sensación de ser un individuo limitado y separado sin haber puesto las propias raíces al desnudo.

El egoísmo se enraíza en una falsa idea de mí. El Yoga es la purificación de la mente.¹⁴²

Qué es más real ¿el sueño o la vigilia? Los dos tienen el mismo constructor, la necesidad, el deseo; los dos son irreales; los dos sólo están en mi mente, no ahí fuera.

Mi realidad aparece cuando silencio al constructor y accedo al testigo.

Para el testigo hay diferentes calidades, pero todo es igual, todo es no dualidad.

Cuando el sujeto necesitado calla, la identificación con el propio cuerpo desaparece y la conciencia es conciencia de todo.

142. Cfr. Nisargadatta: Je Suis. Cp.49, Pgs. 245-246.

Cuando el yo muere, sólo queda “lo que es”. En esa Realidad todos los “yo” desaparecen como sentimiento de ego, pero su realidad profunda, que es el “no-dos” perdura.

El testigo es testigo de la diversidad, pero sin separaciones, sin individualidades. Más allá del testigo está la conciencia de que todo ha sido alcanzado, porque se ha alcanzado “Eso no-dual”.

La mente, que se considera una individualidad al servicio del cuerpo, se calla, aunque siga funcionando automáticamente, como mi estómago, para cumplir su función en el cuerpo.

El estado supremo de la mente no es una individualidad, ni un sujeto frente a un mundo de objetos; es “Eso”, es “lo que hay”. Todo es, siempre y en todo momento, “Eso”, aunque puede pasar la vida sin advertirlo.

La individualidad se fundamenta en el cuerpo, con la mente a su servicio. La mente es la mente de un depredador, que se siente amenazado. Eso le genera inquietud. Su condición de depredador deforma la visión del universo.

El egoísmo enraíza en la idea de que soy este cuerpo, que soy esta individualidad.

No hay sujetos ni objetos.

Lo que podemos llamar “la inteligencia-luz” no es sujeto ni es objetivable.

Aparece en este cuerpo y se pone a su servicio. La unión del cuerpo y esa “inteligencia-luz” puesta a su servicio, que es la mente individual, genera el sentimiento de ego.

La Luz, la Conciencia Absoluta, que es la “inteligencia-luz”, está ahí, y es tanto la mente como el cuerpo.

Cuando el sentimiento de ego se silencia, aparece la conciencia testigo. El ego debe callarse para lograr que aflore la conciencia que no es sujeto, que no es individuo y que es el testigo.

Esa conciencia testigo, que es la Conciencia Absoluta, que es mía y no es individuo, es mi naturaleza propia. Es todo. Es el Absoluto.

Estar atentos al hecho de ser conscientes y buscar la fuente de la conciencia, eso es todo.

Observa tu mente con desapego; es suficiente para calmarla. En esa tranquilidad podrás ir más allá. No la ocupes constantemente. Párate y se, simplemente. Si le das un respiro a la mente, se calmará y encontrará su pureza original y su vigor.

Comprenderás que no eres más que el testigo, y esta comprensión, por ella misma, actuará en ti. No tienes necesidad de hacer más que acordarte simplemente que no eres más que el testigo. Si en este estado de visión-testigo, te preguntas: “Quién soy yo”, la respuesta es inmediata, aunque inexpresable y silenciosa. Cesa de ser el objeto y conviértete en el sujeto de todo lo que acontece; cuando te hayas vuelto hacia adentro, te encontraras a tí mismos más allá del sujeto. Cuando te encuentres, descubrirás que estás también más allá del objeto, que el sujeto y el objeto están los dos en ti, pero tu no eres ni uno ni el otro.

Lo que ignoras es que el universo entero es tu cuerpo y que no tienes ninguna razón para tener miedo. Lo personal va y viene, lo universal está siempre contigo. La creación entera es tu cuerpo universal.

Cuando se mantiene la mente alejada de preocupaciones, se pacifica. Si no alteras esa tranquilidad y permaneces en ella, descubrirás que está penetrada de una luz y un amor que todavía no has conocido jamás; y, sin embargo, la reconocerás inmediatamente como tu verdadera naturaleza.

No eres lo que crees ser. Investiga lo que eres. Indaga la sensación “yo soy”, encontrarás tu verdadero ser.

Verifica que lo que eres no puede haber nacido ni puede morir, entonces, el miedo se desvanecerá, todo sufrimiento cesará.

No eres siquiera un ser humano. Eres sólo un punto de Conciencia co-extensivo al tiempo y al espacio y más allá de los dos, causa última, ella misma sin causa. Si me preguntas: “¿Quién eres?”, te responderé: “Nada en particular, sin embargo, soy”.¹⁴³

143. Nisargadatta: Je suis. Pgs. 347, 330, 321, 327, 320, 321.

Observa el flujo de la mente distanciadamente y obtendrás la calma. Dale respiro a tu mente, párala para que sea únicamente; entonces aparecerá su pureza de su condición de ser “ser-luz”.

No eres el “cuerpo-mente”. Indaga la “sensación pura de existir”, encontrarás tu ser vacío de la condición de sujeto y de la condición de objeto.

Verifica esa tu condición que no es ni cuerpo, ni sujeto, ni objeto, sino Puro Ser.

No eres nada que pueda ser objetivado como sujeto o como objeto. Eres un punto de conciencia cósmico, sin tiempo ni espacio.

Soy “ser-luz” vacío de toda subjetividad y objetividad.

La tarea del observador es comprender y desde ahí eliminar a la persona.

La persona no es más que el resultado de un malentendido. En realidad no existe. Las sensaciones, los pensamientos y los actos desfilan delante del observador en una sucesión sin fin, dejan un rastro en la mente y da la ilusión de continuidad. El reflejo del observador en la mente crea la sensación de “yo” y la persona adquiere una existencia aparentemente independiente. En realidad no hay persona, sólo el observador que se identifica con “yo” y con lo “mío”.

No se libera nunca a la persona, sino que se libera uno de la persona.

Apártate de tu mente. No la sigas. No existe una mente que sea distinta de los pensamientos que van y vienen obedeciendo a sus propias leyes, no a las tuyas. Los pensamientos nos dominan porque nos interesamos en ellos. Es exactamente como dice Cristo: “no resistáis al mal”. Resistiéndole no hacemos más que reforzarle.

La sensación “yo soy una persona en el tiempo y en el espacio” es el veneno.

La persona es de poca utilidad. Está profundamente implicada en sus asuntos propios y es totalmente ignorante de su ser verdadero. A menos de que la conciencia-testigo empiece a actuar sobre ella, hasta hacer a la persona objeto más que sujeto de observación, la realización no es factible. Es el testigo quien hace a la realización deseable y factible.

El testigo es real e irreal. Es el último vestigio de la ilusión y la primera noticia de lo real. Decir: “No soy más que el testigo” es a la vez verdadero y falso: falso a causa de “yo soy”, verdadero a causa del “testigo”. Es preferible decir: “Se da una mirada-testigo”. En el instante que dices “yo soy”, nace el universo entero, al mismo tiempo que su Creador.

Cuando miro a través de la mente, veo innumerable gente. Cuando miro desde más allá de la mente, veo al testigo. Desde más allá del testigo, está la intensidad infinita de la vacuidad del silencio.

La tarea del testigo es observar, comprender que la persona no es una entidad real.

El flujo discontinuo de la mente crea ilusión de continuidad. El flujo y reflujo de la mente crea la sensación del ego, como una persona existente independientemente.

No hay nadie debajo del flujo de la mente. Distánciate de ese flujo y obsérvalo y comprenderás que en él no hay nadie. En el complejo “cuerpo-mente”, que constituye la personalidad, no hay nadie.

Cuando miro a través de la mente, que es el sentimiento de ego, hay muchos sujetos; cuando me distancio de la mente, y miro como conciencia testigo, que es lucidez sin sentimiento de ego, comprendo que el testigo es el puente de tránsito a la conciencia clara de una lucidez que es la intensidad infinita del vacío del silencio; un vacío que no es nada, sino una presencia sin nombre.

No soy una cosa a la cual se le puede dar un lugar entre otras. Todas las cosas están en mí, pero yo no estoy entre las cosas.

Mientras mires con lo mental, no podrás sobrepasarlo. Para ir más allá, es preciso que mires más allá de lo mental y de su contenido.

Abandona todo pensamiento, no solo del mundo, sino también de tí mismo. Permanece más allá de todo pensamiento, en el silencio de la “conciencia de ser”.

La actitud del testigo es, primero, toda de conciencia de la conciencia y de sus movimientos.

No soy más que el testigo. No tengo una forma que me sea propia.

Existe la “experiencia de ser” simplemente. Hay, más allá de la mente, un estado que no es inconsciente. Algunos la llaman supra-conciencia, pura conciencia o conciencia suprema. Es el puro despertar libre del complejo sujeto-objeto.

Soy consciente e inconsciente, a la vez consciente e inconsciente y ni uno ni otro, yo soy el testigo. Pero en realidad, no hay testigo porque no hay nada de lo que ser testigo. Soy perfectamente vacío de toda formación mental, vacío de lo mental y, sin embargo, plenamente consciente.

Puesto que no eres nada en particular, entonces eres un ser universal. ¿Qué significa “ser universal”, no en tanto que concepto, sino como modo de vida? No separar, no oponer, comprender y amar todo aquello que entre en contacto contigo, es vivir la universalidad. Ser capaz de decir verdaderamente: “Yo soy el mundo, el mundo soy yo, en el mundo estoy en mi casa, el mundo es mío. Cada existencia es mi existencia, cada conciencia es mi conciencia, cada pena es mi pena, cada alegría es mía”, he aquí la vida universal. Pero mi ser real, como el tuyo, está más allá del universo, y por consiguiente, trasciende las categorías de particular y de universal. Es lo que es, totalmente contenido en sí mismo, totalmente independiente.¹⁴⁴

144. Nisargadatta: Je suis. Pgs. 346, 326, 340, 343, 347, 324, 337.

No soy una cosa, no soy objetivable, soy vacío de toda posible objetivación.
Las cosas están en mí, son creación de mi mente.

Si miras desde el ego, no saldrás de él. Mira la realidad desde más allá de lo mental, del ego y de sus interpretaciones e intereses.

Observa el fluir de la conciencia y comprenderás que sólo eres el testigo, ni sujeto ni objeto.

Si despiertas a la “pura conciencia de ser” despertarás a tu condición de no ser un sujeto, ni un objeto.

Soy solo testigo, no sujeto, pero, en realidad, ni testigo, porque ¿de qué voy a ser testigo en el “no-dos”?.

Soy existir-luz, vacío, pero no nada, consciente pero de nada.

Soy nada en particular.

Soy universal como modo de vida.

Soy “lo que es”, en mí mismo, independiente, absoluto.

¿Dónde está la mansión de la verdad y dónde podrías ir a buscar? ¿Cómo sabrás que la has encontrado? ¿Qué piedra de toque llevarás contigo para comprobarlo?

Tendrás que buscar la verdad más allá de lo mental. (Más allá de la relación dual S-O: desde el testigo, no desde el sujeto y no entre los objetos).

Eres como el niño que dice: muéstrame que el azúcar es dulce, sólo entonces lo tomaré. La prueba de la dulzura se encuentra en la boca, no en el azúcar. Para saber que es dulce es preciso que la pruebes, no hay otra solución. Empezarás preguntado, ¿es esto azúcar? ¿qué es dulce? Tendrás que aceptar mis promesas hasta que la hayas gustado por ti mismo. Sólo entonces desaparece toda duda y tienes conocimiento de primera mano e inquebrantable. No pido que me creas, sino, simplemente, que tengas, para empezar, un poco de confianza.

Es lo que se llama en la ciencia “aproximación experimental”. Para verificar la prueba de una teoría, realizas un experimento siguiendo un modo de operar establecido por aquellos que lo han hecho antes que tú. En la investigación espiritual se llaman yoga (método, procedimiento) a la cadena de experiencias a realizar.

Todos los caminos conducen a la purificación de la mente. La mente impura (la mente de S-O) es opaca a la verdad; la que es pura (la silenciada) es transparente.

Tienes la dualidad hasta tal punto como algo adquirido, que ni la adviertes, mientras que para mí la variedad y la diversidad no crean separación. Imaginas que la realidad se sitúa más allá de los nombres y de las formas, mientras que para mí los nombres y las formas son expresiones, siempre cambiantes, de la realidad, de la que no están separados.

En el dominio de la no dualidad cada cosa está completa, es su propia prueba, su propia significación y su propia razón de ser. Donde todo es uno, no se precisan soportes.

Todavía te imaginas que es preciso que te muestren la verdad, que te digan: “mira, está allá”. No es así. La verdad no es el resultado de un esfuerzo, ni el término de un camino. Está aquí y ahora, en la sed que se tiene de ella, en la

misma búsqueda. Está más próxima que la mente o el cuerpo, más próxima que la sensación “yo soy”. No la ves porque la buscas lejos de ti mismo, fuera de tu ser más profundo.

La verdad no es un punto bueno por buena conducta, ni un premio después de haber sufrido un examen. Su venida no puede ser provocada. Es la fuente primordial, no nacida, antigua, de todo lo que es. Eres apto para ella porque existes. No tienes necesidad de merecer la verdad. Ella es tú mismo. Simplemente, para de alejarte de ella persiguiéndola. Quédate tranquilo, estate calmado.

No sólo estás cualificado para ella, más, tú eres la verdad misma.

La verdad es un estado sin cualidad. (No tiene las cualidades de los sujetos ni tampoco de los objetos, aunque todas las cualidades de sujetos y objetos sean sólo ella. Es sin forma en toda forma).¹⁴⁵

La verdad es vacía, aunque lo contiene todo.

La verdad es todo, pero ninguna forma concreta, ninguna formulación.

La verdad es inobjetivable, presencia pura, certeza pura.

¹⁴⁵. Nisargadatta: Je suis. Pgs. 38, 383, 385, 386, 388, 388-90, 388, 384.

Nº 28.

Las cosas llegan unas después de las otras y queda el recuerdo. No hay nada malo en esto. El problema surge cuando la memoria de los dolores y placeres pasados –que es esencial a toda vida orgánica– permanece como un reflejo, un comportamiento dominante. Este reflejo toma la forma de un “yo” y somete al cuerpo y a la mente a sus fines, que son invariablemente la búsqueda del placer y la huida delante del dolor. Cuando veas al “yo” en lo que es, un hatillo de deseos y de miedos, y el sentimiento de “mío” como englobando todas las cosas y las personas necesarias a la consecución del placer y a la huida delante de dolor, te percibirás que “yo” y “lo mío” son ideas falsas que no tienen fundamento en la realidad. Creadas por la mente, reinan sobre ella tanto tiempo como se las considera como verdaderas. Cuestionadas, se disuelven.

Primero es la pulsión de supervivencia del individuo y de la especie. Sobre este impulso caen los acontecimientos que son de placer o de dolor.

Eso queda en la memoria y configura unos comportamientos de deseos y temores que se convierte en un patrón de acción.

Ese reflejo, apoyado en la memoria que configura un comportamiento dominante, es lo que toma la forma de “yo”.

Ese reflejo, que llamo yo, somete a la mente y al cuerpo a sus fines. Quien conoce al “yo” como un hatillo casual, se libra de creer en él.

Hay sentimiento de identidad, pero es la identidad de una memoria.

El impulso básico de mi condición de viviente se configura mediante los acontecimientos de placer y dolor, mediante las satisfacciones y frustraciones, como una memoria y un programa de comportamiento patrón.

Esa peculiar memoria y su configuración, que se convierte en comportamiento dominante, eso es lo que constituye mi identidad.

Soy un agregado y una configuración casual.

Mi identidad, lo que llamo “yo” no es lo que hay.

Abandona la idea de ser un cuerpo (un “yo”) y pregúntate: ¿quién soy yo? Al instante, se pone en movimiento un proceso que te llevará a la realidad, o mejor, llevará a tu mente a la realidad. No hay que tener miedo.

Si sólo soy un hatillo casual de deseos y temores, ¿quién o qué soy yo? ¿Qué es esto que hay aquí en mí?

Para que la realidad sea, es preciso que se borren las ideas de “yo” y de “lo mío”. Desaparecerán si las dejas ir. Entonces tu ser normal y natural reaparecerá, estando en él no serás ni cuerpo ni mente, ni el “yo” ni “lo mío” sino un estado de ser radicalmente diferente. Es la pura conciencia de ser, de no ser ni esto ni aquello, sin ninguna identificación de sí mismo con nada particular ni general. En esta pura luz del despertar, no hay nada, ni siquiera la idea de nada. Sólo la luz.

“Yo” es sólo un nudo del paso de las líneas de la vida. No es lo que es. La indagación me llevará a comprender que soy sólo “ser, conciencia”. Ese es mi ser real. Nada particular. Vacío de individualidad.

Debes comenzar por ser un observador desapegado e impasible.

Observa todo esto como un testigo.

Después de comprender que no eres más que un agregado de recuerdos atados por el apego, sal y míralo desde el exterior. Podrás percibir, por primera vez, algo que no es la memoria. Cesarás de ser el Sr. Fulano de Tal, ocupado en sus propios asuntos. Estarás por fin en paz. Verificarás que no ha habido jamás nada malo en el mundo, tú sólo eras malo, y ahora, todo ha terminado. Nunca más te aprisionará la red del deseo y de la ignorancia.¹⁴⁶

Si llego a comprender que soy un agregado de recuerdos (de fracasos y éxitos, una estructura de deseos y temores) atados por el apego, estaré en paz.

Podríamos decir que hasta ahora hemos percibido las construcciones de la memoria, desde sus patrones de deseos y temores; a partir de ahora hay que procurar percibir algo que no es memoria

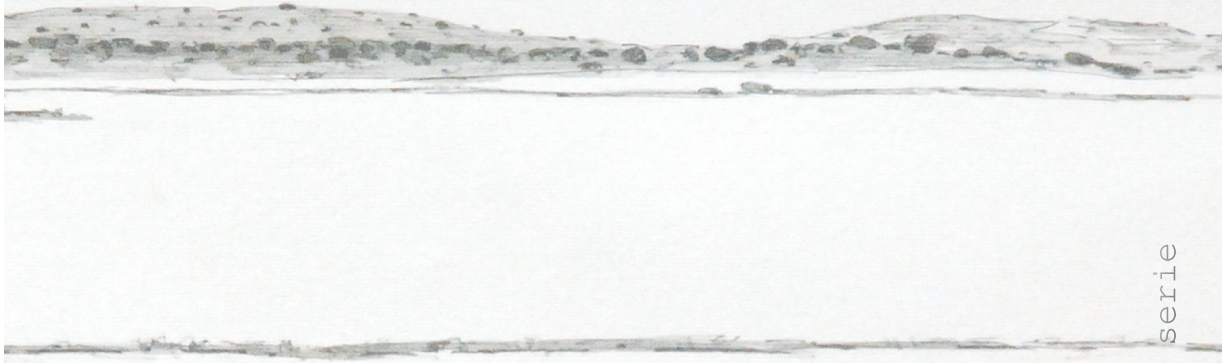
Si no hay “yo”, ¿quién o qué soy?

Si lo que filtra el yo desde los patrones de la memoria no es real, ¿qué es real?

Real es lo que está libre de todos mis filtros:

Lo Real no es sujeto, no es objeto, no es individualidad, es no dualidad pura.

146. Nisargadatta: Je suis.



Tercera serie

Ejercicios
tomando textos del
Ashtávakra Gítá.
(Curso 2005-2006).

Nº 1.

Jánaka dijo:

Oh Señor, dime: ¿cómo puede un hombre adquirir el conocimiento de la Verdad, obtener la liberación y practicar la renunciación (de lo que le encadena)?

Ashtâvakra dijo:

Oh amigo mío, si la liberación es tu objetivo en la vida, entonces evita los objetos de los sentidos como si fueran veneno (deja de estar extrovertido y vuélvete hacia tu interior) y busca la compasión, la sencillez y la verdad como se busca el néctar.

No eres ni tierra, ni agua, ni fuego, ni aire, ni éter. (No eres material) Sabe que tu Sí (Âtman) es Testigo de eso y diferente de eso, si quieres alcanzar la liberación.

Si cesas de identificarte con tu cuerpo, y permaneces en reposo en la Inteligencia (en tu condición de Testigo), gozarás de una felicidad inmediata, la paz eterna y la liberación de tu servidumbre imaginaria.

Tú (como Âtman) no formas parte ni de los brahmanes, ni de las demás castas, tampoco perteneces a las cuatro etapas de la vida (niño, joven estudiante, padre de familia, anciano retirado a meditar). No eres un objeto de percepción de los sentidos, tú eres el único Testigo, desprendido por naturaleza y sin forma ¡Sé feliz!

Virtud y vicio, placer y dolor, son estados de la mente, y tú Sí es independiente de ellos. Tú no eres ni el que actúa ni el que goza; tú eres siempre libre.

El egoísmo en forma de “yo soy el que actúa” se parece a una gran serpiente negra y venenosa. El antídoto de ese veneno es reconocer que “yo no soy el que actúa”. Este conocimiento conduce a la felicidad.¹⁴⁷

No soy ni la materia, ni el cuerpo, ni ninguno de sus estados.

Sólo soy el Testigo sin forma.

Ese es mi ser y mi Sí.

No soy el que actúa.

147. Ashtâvakra Gítá, Todos los textos de esta serie de ejercicios (en cursiva) son de ese texto.

Nº 2.

La oscura selva de la ignorancia (de lo que es tu naturaleza propia, tu Sí) es causa del dolor y debería ser consumida con la convicción: "Yo soy la única Conciencia (el Ser-Conciencia no dual) siempre pura.

Lo que realmente hay es el "no-dos", no mis construcciones duales. "Lo que es" es Ser-Conciencia no dual.

Quien piensa que es libre es libre, y quien piensa que está esclavizado está esclavizado. Verdad es el dicho: "Lo que un hombre piensa, eso se vuelve".

Apoya la afirmación anterior, remarcando el poder del pensamiento capaz de construir mundos. Se consciente del poder de tu mente.

El Sí (tu ser propio original) es el testigo omnipresente, perfecto, libre, único, consciente, no-activo, no se apega a ningún objeto, sin deseo, eternamente sereno. ¡Tú eres eso!

¡La gran afirmación Vedanta! Tú eres "lo que es", el "no-dos" el Absoluto que es Ser-Conciencia. Fuera de "eso que es", no hay nada.

Contempla siempre (en ti) la Conciencia por siempre inmutable, el Âtman sin dualidad. Renunciando a toda identificación exterior o interior del Sí con el no-sí, (es decir) abandona la noción del sí individualizado.

La otra gran verdad común al budismo y al vedanta: en ti no hay nadie, ninguna individualidad, sólo una forma de manifestarse del Ser Conciencia sin forma.

Oh hijo mío, la malla de la identificación del Sí con el cuerpo te ha aprisionado bastante tiempo. Con la espada del conocimiento: "yo Soy Conciencia", corta esa ilusión y sé feliz.

Tu ser propio no se identifica con tu cuerpo, porque tu ser propio es el "no-dos" que es Ser-Conciencia. Tu cuerpo es sólo una forma que adopta ese "no-dos", para dejarla después. Tú no eres esa forma pasajera sino el Sin-forma que se manifiesta en él. Ese es tu ser propio, tu Sí. Si comprendes eso, todas tus preocupaciones se habrán terminado y serás feliz.

El Universo está penetrado por ti y existe en ti. En verdad eres por naturaleza Conciencia Absoluta; no busques refugio en la estrechez del corazón pensado que eres otra cosa.

Conócete como Conciencia pura.

Nº 3.

En el interior y en el exterior de la forma reflejada en el espejo, existe el espejo. De manera semejante, el Supremo Señor existe en el interior y en el exterior del cuerpo.

Como en el trasfondo del espejo aparece toda imagen, que es el espejo y sólo el espejo, así en el trasfondo del “no-dos” aparece toda forma que no es más que el “no-dos”.

Como el cántaro está lleno en el interior y el exterior por un éter idéntico, así la omnipresente Realidad está en toda cosa.

La Realidad Absoluta, “el no-dos” está en mi interior y en mi exterior.

Así como las olas, la espuma y las burbujas no son distintas del agua, así a la luz del verdadero conocimiento, el Universo, nacido del Sí (que es el “no-dos” y mi ser propio), no es distinto del Sí.

Todo está vacío de sujetos y objetos, lo único que existe realmente es Eso no-dos; por tanto, el Universo y mi propio ser, no son dos.

Así como la pieza de tela, si se piensa en ella, no es distinta de sus hijos, así el Universo, si se piensa en él, no es distinto del Sí.

Así como el zumo de la caña de azúcar penetra totalmente el azúcar que produce, así el Universo, producido fenoménicamente en mí, está penetrado por mi Sí.

Mi mundo es mi creación. Vivo en un mundo construido por mis deseos y temores, mis expectativas y mis proyectos. Está, pues, producido en mí. Además, su realidad profunda es la de mi propio ser original, el no-dos.

El mundo aparece como resultado de la ignorancia de la naturaleza del Sí, y desaparece en cuanto se reconocer la naturaleza del Sí. La serpiente ilusoria nace si no se conoce la cuerda, y desaparece en cuanto se conoce la cuerda.

Si me creo una entidad real, el mundo para mí será real; eso es la ignorancia. Si conozco mi ser original y primigenio, el “no-dos”, el mundo y todo lo que me rodea, será también el “no-dos”; eso es el conocimiento.

Mi naturaleza es Conocimiento y no es sino Conocimiento. En verdad, el Universo se revela a la luz de mi Sí.

Si me conozco en lo que soy, Ser-Luz, todo se revela como Ser-Luz.

Nº 4.

La idea de dualidad es la raíz de todos los sufrimientos; su único remedio es la percepción de la irrealidad de todos los objetos y la realización de mí mismo como Unidad, pura Conciencia y Beatitud.

La idea de que vivimos en un mundo de objetos y sujetos es la causa de todas nuestras ignorancias y de todos nuestros males. No hay ningún objeto ni tampoco ningún sujeto. Lo único que hay es eso-no-dual que es Ser, Conciencia y Beatitud. Eso es lo que yo soy.

Qué extraño es que el mundo aparezca en mí en virtud de la ignorancia, como la ilusoria plata en el nácar, la serpiente en la cuerda y el espejismo en los rayos del sol.

El mundo de objetos y sujetos sólo está en mi mente, como la plata en el nácar, la serpiente en la cuerda o el espejismo en el desierto.

El mundo ha nacido de mí mismo, en mí existe, en mí se disuelve; del mismo modo que los cántaros vuelven a la tierra, las olas al agua y los brazaletes al oro.

El mundo de objetos, colores, formas, con sus significados y valiosidades, no está ahí fuera, subsisten en mi mente. De ella nace, en ella subsisten y en ella desaparecen.

Pese al cuerpo y a sus propiedades, soy Uno. No voy a ninguna parte, no vengo de ninguna parte, permanezco en mi Sí, llenando todo el Universo.

Puesto que no existe ahí fuera la dualidad de sujetos y objetos, no hay ninguna individualidad. Por tanto, soy el “no-dos” (no sujeto y no objeto), no vengo de ninguna parte ni voy a ninguna parte. Si no hay dos, ¿quién podría venir?, ¿de dónde? ¿hacia dónde?

Yo no soy el cuerpo y el cuerpo no es mío. Soy pura Conciencia. Mi única servidumbre es mi deseo de seguir viviendo como entidad separada.

Ni soy el cuerpo ni hay en mí nadie que posea el cuerpo. Mi error es considerarme alguien venido a este mundo. Mi realidad es únicamente la de “eso no-dos que es”.

Soy el océano ilimitado en el que, cuando el viento del espíritu se levanta, nacen los mundos como las olas en el mar.

Cuando el viento del espíritu muere en el océano de mi Ser, entonces el barco del Universo zozobra con su pasajero.

¡Cuán extraño es que en mí, océano ilimitado, se levanten como olas las individualidades! ¡Se cruzan y juegan por un tiempo, luego desaparecen según sus naturalezas respectivas!

La dualidad comporta la idea de que “alguien ha venido a este mundo y tendrá que irse de él.

El mundo está en mí, no yo en el mundo. Mis sensores, mi cerebro, mi cultura, mi cuadro de deseos y temores, recuerdos y expectativas, en mi historia personal construyen mi mundo.

La dualidad la despliego desde mí, honesta ahí, está en mi cabeza.

Por consiguiente, no la despliego yo, porque el yo es parte del despliegue

¿Quién despliega?

Ese que despliega es “el que es”, y es no-dos.

Nº 5.

El sabio que ha conocido la verdad sobre el Sí (sí mismo), juega el juego de la vida, y no existe semejanza entre su manera de vivir y la de los engañados que viven el mundo como simples bestias de carga.

El sabio vive en paz y libertad, los engañados en la inquietud y en la sumisión.

El que conoce la verdad, no está afectado por el vicio y la virtud, así como el cielo no es afectado realmente por el humo que lo oculta, aunque parezca que así es.

La dualidad de vicio y virtud no afectan al sabio. Quien se sabe el “no-dos”, ¿qué comportamiento podría afectarle? Otra cosa es que por conveniencias sociales o por el bien de otros, actúe de una forma o de otra.

El que conoce la Verdad, el Mahâtma, que ha aprendido que el Universo no es sino su propio Sí, vive libre.

Quien se sabe el “no-dos”, que es todo, ¿qué podría someterle?

De las cuatro clases de seres creados, desde Brahma hasta una brizna de hierba, sólo el sabio, renunciando al deseo y la aversión, sabe que todo es Brahman.

El sabio, porque renuncia al deseo y la aversión, no identificándose con ellas, y se constituye en Testigo, sabe que todo es Brahman.

No tienes vínculo con nada, eres puro. ¿A qué hay que renunciar? Destruye la identificación con el cuerpo y la mente, y entra en el estado de noúmeno, (lo que es).

No será necesario renunciar a nada si dejas de identificarte con el cuerpo y la mente. Hazlo y entra en el misterio.

Así como las burbujas surgen en el océano, así surge el universo en el Sí. De este modo, conociendo que el Sí es todo, entra en el estado de noúmeno, el que es.

Conoce que el Sí es todo porque eres el “no-dos” y entra en la unidad.

Permanece igual en el placer y en el dolor, en la esperanza y en el desespero, en la vida y en la muerte. De este modo, entra en el estado de noúmeno.

Permanece ecuánime en toda circunstancia y entra en el misterio. La ecuanimidad es el silencio del sentir.

Nº 6.

Soy infinito como el espacio, el mundo fenoménico es como una vasija. Esto es verdadero conocimiento.

Las cosas, las personas, los acontecimientos son como límites añadidos a la infinidad de lo real. Son la infinidad del substrato, no los límites añadidos. Los límites añadidos no son reales, sólo están en mi mente. Los límites añadidos son las estructuras objetivas y subjetivas. Soy el espacio donde se ponen los límites añadidos.

Por ello, el mundo (conjunto de fenómenos) no ha de abandonarse, aceptarse o negarse.

Abandonar al mundo, aceptarlo o negarlo sería darle realidad.

El mundo como conjunto de cosas y personas que se dan por existentes y objetivas, no es real, por tanto no hay que darle la menor importancia. En cambio, el mundo como manifestación del absoluto debe aceptarse sin la menor objeción.

Soy como el Océano en el que los mundos son olas. Esto es el verdadero conocimiento, y el abandono, el cumplimiento o la negación no tienen sitio en él.

Si el mundo son sólo olas del Océano infinito, no cabe más que el reconocimiento, la aceptación y el amor. Y ese amor es unidad, porque el mundo y yo no somos dos.

Soy como el nácar, y el mundo imaginado es como la plata ilusoria que en el nácar hay. Esto es verdadero conocimiento que no admite ni abandono, ni cumplimiento, ni negación.

El mundo no es lo que parece ser, plata; es “lo que es”, mi propio ser original.

Estoy en todos los seres, y todos los seres están en mí. Esto es el verdadero conocimiento que no admite ni abandono, ni cumplimiento, ni negación.

No hay dualidad ninguna entre todos los seres y mi propio ser. Esto es “lo que es”. Y esa verdad no admite que se la abandone, que se la quiera realizar, -puesto que ya es-, ni que se la niegue.

En el texto se hacen una serie de afirmaciones importantes, que son pistas para la indagación: Soy infinito como el espacio. En mí residen todas las cosas.

Soy como un océano en el que residen los mundos.

Soy el ser de las apariencias.

Soy lo que es, no lo que parece ser.

No existe más que “lo que es”, que es mi propio Sí.

Nº 7.

En mí, que soy un mar sin fin, el barco del mundo es llevado de aquí para allá por el viento de su propia naturaleza. Yo permanezco impasible.

El Absoluto ni es objeto ni es sujeto, es “no-dos”; y yo soy “Eso”. En “Eso”, mi propia naturaleza, el barco del mundo navega. Su navegar a mí no me afecta.

Yo soy el mar sin fin, que las olas del mundo se eleven y caigan en él, ello no me aumenta ni me disminuye.

Piensa en lo que eres, “Eso no-dos”, no en lo que pareces ser, un sujeto venido a este mundo. Si haces pie en tu auténtica realidad, nada te aumentará ni te disminuirá.

En mí el infinito océano, surge del universo imaginado. Tranquilo y sin atributos, mi Sí permanece para siempre.

En mí, el “no-dos”, “el que es”, surge el mundo de sujetos, objetos, entidades individuales. Mi ser propio está completamente vacío de sujetos, objetos y entidades individuales, por eso permanece tranquilo y para siempre.

El infinito y siempre puro Âtman no está en el objeto, y el objeto no está en él; libre de apego y deseo, siempre tranquilo, esta Verdad mora.

El infinito que es mi propio ser, no es un objeto. No es algo que está ahí como un ser entre otros seres. Por tanto, yo no estoy ahí como un ser entre otros seres. Sabiendo eso, me libero del deseo y del apego. Esa es la Verdad en que resido.

En verdad, soy Conciencia Absoluta, y el mundo un espectáculo mágico. El pensamiento de la aceptación o rechazo no existe en mí.

El mundo parece ser lo que no es; por eso es como un espectáculo mágico. Lo que verdaderamente es, es el “Ser-Conciencia absoluto”. Sabiendo eso, ¿Qué puedo aceptar o rechazar?

Estamos ante afirmaciones que desde la perspectiva de los supuestos de la vida cotidiana son enormes disparates. Desde la perspectiva, en cambio, del camino, son grandes afirmaciones orientadoras de la indagación.

Soy “lo que es”. Todo existir reside ahí.

“Lo que es” es el único existir. Yo soy ese existir.

No soy un sujeto venido a este mundo.

Soy el ser de todo sujeto venido a este mundo y el ser del mundo mismo.

No soy un individuo entre otros.

Soy el ser que se despliega en individualidades.

Soy el Ser-Conciencia absoluto” y el mundo está en mi mente.

Nº 8.

- Busca en el interior, todo miedo y toda duda desaparecerá; desaparecerán también todos los otros pensamientos centrados en torno del ego.

- Todo reposa sobre el convencimiento de que eres una entidad independiente y separada. Examina ese convencimiento cuidadosamente, porque está en la base de todas las aflicciones.

Es como una piel que te separa de la realidad. La realidad es a la vez interior y exterior a la piel; pero la piel no es en ella misma real.

- La idea de que el “ego” es una entidad separada, no nace contigo. Viene más tarde y es debida a tu identificación con el cuerpo.

Ha creado la ilusión de una separación donde no existe ninguna. Ha hecho de ti un extranjero en tu propio mundo y ha vuelto a ese mundo hostil para ti.

- Considera de donde proceden los pensamientos y para quién trabajan. Es para el ego. Sumérgete en el ego y busca su fuente. El ego desaparecerá. Cuando descubras la fuente verdadera, el ego no podrá manifestarse más y desaparecerá.

- Los pensamientos implican la dualidad de sujeto y objeto. El Ser-Conciencia no es dualista. Es sólo, único. Es absoluto. Es puro. No hay dos yo, uno de los cuales conoce al otro. La dualidad no surge del Ser-Conciencia que es único y solo; surge de la vida del ego; es su característica fundamental.

- Encuentra tu Ser-Conciencia. Estate con él, escúchalo, obedécele, mantenlo siempre presente en el espíritu. No precisarás otra guía.

- Presta atención a la atención; estate presente a tu propia presencia.

- Para conocerte no tienes que practicar nada. Para conocerte, sé tú mismo. Para ser tú mismo, cesa de imaginar que eres ésto o aquéllo. Sé solamente. Deja que tu verdadera naturaleza emerja. Mírate, mira tu propia existencia.

Nº 9.

Hay servidumbre cuando la mente desea algo, cuando se aflige por algo, cuando acepta o rechaza algo sintiendo alegría o ira.

Hay servidumbre mientras se busca algo porque quien busca es accesible a los estímulos. Mientras se busque algo, la aflicción, el miedo, la ira o la alegría, son los compañeros de la vida. Con esos compañeros, la vida es servidumbre y la servidumbre es sufrimiento.

Hay liberación cuando la mente no desea nada ni se aflige, no se encoleriza ni se alegra por nada, no acepta ni rechaza nada.

Hay liberación cuando ya no se busca nada, porque no buscar es inaccesible a los estímulos. Cuando no se busca nada la aflicción, el miedo, la cólera y la alegría están ausentes de la vida. La actitud de no buscar nada es el testigo desaparegado que es luz cálida y paz.

Hay servidumbre cuando la mente está apegada a cualquier percepción de los sentidos; hay liberación cuando no lo está.

El apego es la raíz del sufrimiento porque el apego es dependencia de algo exterior a uno mismo. La dependencia es fragilidad.

Cuando hay “yo” hay servidumbre, cuando no hay “yo” hay liberación. Sabe que esto es la verdad, y no rechaces ni aceptes nada.

La raíz del apego es el supuesto de que el “yo” existe como entidad autónoma venida a este mundo. El “yo” es una estructura de necesidades y, por tanto, de deseos y de apegos. Ya hemos visto que donde hay deseos y apegos hay sufrimiento y miedo. Por tanto, mientras tenga al “yo” como una entidad real, habrá servidumbre; cuando conozca que no es ninguna entidad real, sino una función de la vida, habrá liberación.

Esa es la verdad, permanece como puro testigo, sin buscar ni rechazar nada.

Cuando la mente desea algo, se identifica con ese deseo, eso le abre la puerta al sufrimiento, ¿Por qué?

Porque donde hay deseo, hay apego.

Cuando hay apego hay dependencia exterior.

Cuando hay dependencia exterior, hay fragilidad, porque se depende de algo externo. Suponer que existo como entidad autónoma genera esta cadena de males.

Reside en la condición de testigo lúcido, cálido, desaparegado y en paz.

Nº 10.

Abandona los dos grandes enemigos, el deseo de gozar y el deseo de prosperidad mundana, cargados ambos del mal, así como la servidumbre a las buenas obras.

El deseo de gozar y el de poseer arrastran consigo el temor, la inquietud y el dolor. La servidumbre a las buenas acciones es también una esclavitud.

Ni el placer, ni la riqueza, ni la benevolencia traen la libertad, sólo el conocimiento es liberación total.

Considera a amigos, bienes, riquezas, palacios, esposas, dones y otras cosas buenas, como un sueño o un espectáculo mágico que no dura sino tres o cinco días.

Lo que parece ser y prometer, ni es ni cumple. Intenta conocer la realidad y la consistencia de las cosas.

Sabe que donde está el deseo allí está el mundo. Nutrido de firmes sentimientos de no-apego, libérate del deseo y sé feliz.

El deseo es una prisión. El desapego es la llave que abre las puertas de la prisión.

El deseo constituye la única servidumbre; librarse de él es la liberación. Cultivando la indiferencia por los objetos del mundo, se obtiene la beatitud de la realización.

El deseo construye el mundo en que vivimos desde la inquietud, el temor, la dependencia, las frustraciones. A ese mundo de dolor nos sometemos.

Cultivar la indiferencia es cultivar el apoyo en sí mismo y, desde ahí, la libertad. La libertad completa es la liberación.

Tú eres Uno, pura Conciencia. El mundo es inerte e irreal. Incluso la ignorancia es inexistente. Así pues, ¿qué deseo puedes alimentar?

Conoce tu verdadera realidad. Entonces sabrás que el mundo es como una ensoñación. Todo es una ensoñación, incluso la ignorancia. Sólo el Uno es real.

Termina con las riquezas, los deseos, las buenas y piadosas acciones; no dan ningún reposo a la mente en la oscura selva del mundo.

Las buenas acciones, cuando se hacen por obligación y deber, no sirven para nada; sólo sirven cuando se hace por amor al conocimiento.

Ni el placer, ni la prosperidad, ni las buenas acciones liberan la mente y el corazón, por el contrario, someten y esclavizan.

Nº 11.

“No soy el cuerpo, ni el cuerpo es mío. Yo soy la Conciencia misma”. El que ha logrado este conocimiento, ha alcanzado el estado de lo Absoluto y cesa de pensar en lo que ha hecho, y en lo que no ha hecho.

Mi ser es el Ser-Conciencia, que es “lo que es” y no esta pasajera manifestación del Ser-Conciencia que es mi cuerpo. Mi ser es el océano, no la ola pasajera.

Puesto que es así, ¿qué importa lo que he hecho o tenga que hacer?

“En verdad, todo es mi propio Sí, desde Brahma hasta una brizna de hierba”. Esta convicción libra del deseo y de la imaginación (las expectativas), y da pureza y serenidad. Razonando así, un hombre no se preocupa más de lo que ha sido alcanzado o de lo que queda por alcanzar.

Mi ser es el ser del océano. ¿Qué voy a necesitar? ¿Qué tengo que buscar? ¿Qué tengo que alcanzar todavía?

Aquel que está convencido de que este Universo múltiple y maravilloso no tiene existencia real, se libera del deseo, es pura Conciencia, y halla la paz en el conocimiento de que nada es real.

Sólo el océano es real. Las olas son sólo océano. Sólo el diamante es real, el Ser-Conciencia, el resto son sólo el resplandor de sus caras.

Quien sabe esto, se libera del deseo. Ese conocimiento es la liberación.

Primero abandoné la acción física, luego las palabras y pensamientos excesivos; ahora permanezco en paz.

Retira tu corazón de la actividad, de las palabras y del mucho pensar, para que tu mente pueda permanecer en paz como puro testigo.

Se necesita la concentración cuando la mente está distraída por falsas identificaciones; dándome cuenta de esto, permanezco en paz.

Si la mente está distraída porque busca algo, es que se ha identificado con el cuerpo y ese algo. La concentración pacificará a la mente y así podrá comprender que no es el cuerpo ni necesita nada y permanecerá como testigo. No hay nada que hacer, sólo estar como testigo. Eso es meditar.

No soy el cuerpo, soy el ser conciencia. Soy el océano, no las olas. ¿Qué hay que hacer? ¿Qué me falta?

Permanece en paz como puro testigo, observando hasta comprender.

Nº 12.

Tratar de pensar en el Sí, que está más allá del alcance del pensamiento, tan sólo es crear un nuevo pensamiento. Abandonando tal pensamiento permanezco en paz.

Para pensar en el Absoluto, no lo representes, no lo conceptualices, no lo pienses, piénsalo sin pensar. Tu mente en Él, en paz y sin pensar.

El conocimiento de la imperecedera Esencia convierte a un hombre mundano, activo y elocuente, en inactivo, silencioso y sabio. ¿Qué tiene de asombroso que los hombres que están apegados a los placeres de este mundo rehuyan la santa Verdad?

Quien está apegado a algo, aunque no lo sepa, rehuye la santa Verdad porque le destruiría aquello a lo que está apegado.

Ni tú eres el cuerpo, ni el cuerpo te pertenece; no eres ni el que actúa ni el que goza. Tú eres la Inteligencia misma, el eterno Testigo y libre por siempre. ¡Vive en la beatitud!

Reside, sin representaciones y en paz, en lo que eres: ni cuerpo ni actor sino el Ser-Conciencia.

Deseos y aversión son atributos de la mente; la mente no te pertenece. Libre de intrigas y dudas, concóctete a ti mismo como Inteligencia inmutable y vive en la beatitud.

Tampoco eres la mente, con sus deseos y temores, recuerdos y proyectos, creencias y dudas. Eres Ser y Luz inmutable.

Sabiendo que tu Sí es el Sí de todos los seres, y que todos los seres permanecen en el Sí, desembarazado del egoísmo y del sentimiento de lo mío y lo tuyo, vive en la beatitud.

Medita en la unidad. Tu Ser y el Ser de todas las cosas, no son dos. ¿Qué egoísmo cabe en la completa unidad?

Tú eres esa Inteligencia en la que los mundos se levantan como olas en el mar; libérate de la fiebre de la dualidad, y vive en la beatitud.

El Absoluto, la fuente de todo, no es otro de tí. No hay dos, no eres otro de Él.

Permanece en Él sin apegos, porque los apegos bloquean la Verdad.

Permanece como testigo, sin representaciones, como sin cuerpo, ni mente, como no actor. Permanece en Él, sabiendo que Él no es otro de ti, ni tú otro de Él.

N° 13.

El cuerpo es movido por los Gunas (las leyes del cuerpo y la psique); viene, permanece y se va. El Sí no viene ni va; no hay motivo de aflicción.

Aunque tu cuerpo dure hasta el fin de una edad del mundo o perezca hoy, nada se le puede añadir o quitar a tu Sí, que es pura Conciencia.

En tu Sí, el infinito océano, los universos surgen y declinan por su propio movimiento, como olas. Deja que surjan o caigan, no pueden afectarte.

¿Cómo puede haber nacimiento, acción o aun sentimiento de individualidad en ti que eres tranquilo siempre y, por naturaleza, pura Conciencia?

En todo cuanto es manifestado, sólo tú apareces (te manifiestas). Brazaletes, anillos y sortijas hechos de oro no son sino oro.

Renuncia a distinciones como “yo soy esto”, “yo no soy esto”. Sabe que todo es tu propio Sí y, libre de deseos, sé feliz.

El mundo es el resultado de la ignorancia de tu propia naturaleza; en realidad, sólo tú eres. No hay ni jîva (individuo) ni Ishvara (Dios), nada sino tú mismo.

Eres el océano, no te preocupen los movimientos de las olas, porque no te afectan.

En toda esta manifestación sólo tu Sí se manifiesta.

Eres “Eso que es”, nada fuera de Eso.

Nº 14.

En el océano del mundo, Uno solo era, es y será. No hay ni servidumbre ni liberación en ti. Vive en perfecta felicidad, y en la conciencia de que todo está realizado.

Vive en tu propia naturaleza, consciente de que no hay nada que perder, ni que ganar porque todo está ya realizado.

No turbes tu mente para adquirir o abandonar lo que sea. Permanece en la beatitud de tu propia naturaleza.

No hay nada que adquirir o abandonar, no te inquietes.

Abandona la meditación; no guardes nada en tu mente. Tú eres libre, y la beatitud misma; ¿qué quieres realizar por medio del pensamiento?

Medita, pero no creas que vayas a adquirir nada con la meditación.

Utiliza tu mente para comprender, pero no creas que vayas a adquirir nada con el pensamiento.

Hijo mío, el estudio y discusión de diferentes filosofías no van a consolidarte en el Sí. Olvídalo todo, y sé feliz.

Ningún discurso, por más filosófico y sabio que sea, te consolidará en la gran certeza, el gran Sí. Abandona esos esfuerzos.

Todos son afligidos por causa de sus esfuerzos. ¡Ay! Esto no lo comprende nadie; pero el que es sabio realiza su emancipación por esta misma enseñanza.

Comprende que no es cuestión de esfuerzos. ¿Por qué afligirte con esfuerzos cuando no hay nada que ganar o perder?

Si eres el Uno, ¿qué hay que realizar?

No te inquietes por abandonar o adquirir.

Medita y piensa, pero no para adquirir. La gran certeza no se consigue con el esfuerzo ni con la filosofía.

Termina de afligirte con esfuerzos y comprende.

Todo lo que se puede conseguir con esfuerzo será sólo una representación, será sólo intentar conseguir la idea que me hago de lo que es, no “lo que es”.

Nº 15.

Cuando la mente está libre de “he hecho esto y aún he de hacer aquello”, trasciende el deseo de los méritos religiosos, de las prosperidades en este mundo, de los goces sensuales y aun de la liberación, le pertenece la verdadera felicidad.

Quien no busca nada, ni siquiera la liberación, tendrá la luz y la paz.

El que desdeña los objetos de los sentidos está desapegado, el que está obsesionado por los placeres de los sentidos sufre apego; pero el que nada rechaza ni nada acepta no está ni apegado ni desapegado.

Quien verdaderamente no busca nada, ni acepta ni rechaza.

La actividad engendra apego, la renunciación produce aversión; pero el hombre sabio vive como un niño, libre de los pares de opuestos.

Quien sólo es testigo ni tiene apego ni aversión.

El que está apegado al mundo, desea renunciar a él para evitar el sufrimiento, pero el Sabio, que no tiene apego, no sufre ni en el mundo.

Quien tiene apego busca algo; eso le lleva al sufrimiento. Quien no busca nada, se libera del apego y, con ello, del sufrimiento.

El que mantiene la sensación de su “yo”, aun para la liberación, y conserva la identificación con el cuerpo, no es ni un sabio ni un aspirante espiritual; su suerte es el sufrimiento.

Para no buscar nada y no caer en el apego y el sufrimiento, es preciso “morir antes de morir”. Quien ha muerto antes de morir no busca ni la liberación.

Aunque Shiva, Vishnú o Brahma te instruyan, a menos que consideres irreal al mundo y apartes todo sentimiento de egoísmo, no te consolidarás en tu propia naturaleza.

Sólo quien “muere antes de morir”, a sí mismo y a su mundo, puede consolidarse en su propia naturaleza.

Nada que hacer en esta vida. Nada que aceptar y nada que rechazar.

Nada que conseguir, ni siquiera la liberación.

Sin apego ni aversión, como un muerto antes de morir.

Y todo esto sólo para conocer y amar verdaderamente.

Nº 16.

Quien conoce la Verdad no sufre ni interior ni exteriormente, pues sabe que él solo llena el universo.

Él es la Verdad que llena el universo.

En el mundo se encuentran los que ardientemente desean los goces mundanos y los que ardientemente desean la liberación, pero rara es la gran alma que no desea ardientemente ni los placeres ni la liberación.

Mientras que perdure el que desea, no importa lo que desee, la liberación está lejos.

Se trata de un hombre iluminado que no está apegado ni a la virtud, ni a la prosperidad, ni a los placeres de los sentidos, ni siquiera a la liberación, y es indiferente a la vida y a la muerte.

¿Quién podría estar apegado y quién debería ser liberado?

Aquel que conoce este Conocimiento espiritual, cuya mente está absorta en la contemplación y está satisfecho, vive en la beatitud viendo, oyendo, tocando, oliendo o comiendo.

Quien conoce y está en beatitud no es ajeno a este mundo.

Conoce y es feliz viendo, oyendo, tocando, comiendo, actuando.

Viendo, oyendo, tocando, oliendo, comiendo, adquiriendo, hablando y andando, el gran hombre por encima de la acción y la inacción, está verdaderamente liberado.

El gran hombre no se separa de este mundo, ni se aleja de la sociedad; sino que en ese mundo y esa sociedad conoce y es feliz.

“Eso” que es y llena el universo, eso soy yo.

Vida cotidiana en lucidez y en desapego completo.

Nº 17.

El hombre liberado siempre está arraigado en su propia naturaleza, y es puro de corazón, liberado de los deseos en toda circunstancia.

Quien se asienta en “lo que es”, (“el que es”), ¿qué puede desear?

Si ve a una mujer llena de amor o ve acercarse la muerte, permanece imperturbable, arraigado en su propia naturaleza. En verdad, ha hallado la liberación.

Quien reside en “lo que es”, ni puede desear nada ni temer nada.

El sabio sereno reconoce que todo es homogéneo y no percibe ninguna diferencia entre placer y dolor, hombre o mujer, prosperidad y adversidad.

Para el sabio no hay diferencias, todo es homogéneo porque todo es “lo que es”. Todo son aspectos diferentes de eso “no-dos”.

El hombre liberado no tiene ni aversión por los objetos de los sentidos, ni deseo ardiente. Desapegado para siempre, es indiferente a lo que se alcanza y a lo que aún hay que alcanzar.

Quien reside en “el que es”, que no ve diferencias, ¿qué podría desear, qué tendría que alcanzar?

El hombre sabio que ha adquirido la vacuidad mental no está ni interesado por la contemplación ni por su ausencia. Está consolidado en el Estado Absoluto, y ha transcendido el bien y el mal.

Quien reside sólo en Âtman, ha transcendido todo hacer y toda dualidad.

Desprovisto del sentimiento de “Esto es mío” y “Yo soy esto”, y sabiendo con certidumbre que nada objetivo existe en realidad, aquel que conoce la Verdad está en paz consigo mismo, habiéndose apaciguado sus deseos. Aunque parece actuar, no se compromete en la acción.

Puesto que nada objetivo existe, ni yo ni lo mío existen. Esta es la Verdad y esta es la paz.

Inactiva la mente y liberado de la ilusión de la inercia, el hombre con Conocimiento de Sí experimenta un estado indescriptible.

La liberación de la egocentración es el conocimiento y una paz indescriptible.

Hacer pie en “la propia naturaleza”, aquí, en mí, en Eso que no es el ego, que ni nace ni muere. Quien hace pie ahí, no hace diferencias porque todo es Absoluto. Nada está ahí como objeto o existencia aislada, todo es “el que es”.

Para quien se sale del ego y reside ahí, ya no hay ni mío ni tuyo.

Quien se libera de la egocentración por completo, llega al conocimiento, al amor y a la paz.

N° 18.

Salutación a Aquel que es beatitud, paz, luz, con cuyo primer destello de conocimiento, desaparece, como un sueño, toda ilusión con respecto al Universo fenoménico.

Adquiriendo numerosas riquezas, se disfruta de los innumerables placeres de este mundo, pero para conocer la verdadera felicidad, hay que renunciar a ello.

El tener no da la felicidad, sólo la desnudez la proporciona.

Aquel cuyo corazón es quemado por el agobiante sol del deber, no experimenta la felicidad hasta que su mente ha adquirido la serenidad.

El cumplimiento del deber no da la felicidad, la serenidad de la mente si la da.

El Universo no es más que una modalidad del pensamiento; en realidad, no tiene existencia.

Aquellos seres que están liberados de esa ilusión, son inmortales, identificados con la Realidad, que es luminosa y no precisa de soporte para Su existencia.

La naturaleza del Sí es absoluta, inmutable, sin mancha. No está distante ni se la puede alcanzar. Esa es la verdad.

Para aquellos que han conocido al Sí, la ilusión se ha disipado, y la luz del puro Conocimiento brilla a través de ellos; sus miserias han acabado y viven en la beatitud.

Quien se apoya en su propio Sí, que es “Eso absoluto que es”, no le queda nada que hacer, nada que conseguir, ni nada que cumplir.

Nº 19.

Las ideas como: “yo soy esto” y “yo no soy aquello” se acaban con la convicción de que todo es el Sí. El Yoghi, habiéndolo comprendido, se vuelve silencioso.

Sólo el conocimiento de la unidad genera el verdadero silencio.

La posesión del cielo o la indigencia, ganancia o pérdida, compañía o soledad, son idénticos para el Yoghi que ha comprendido que su naturaleza está libre de todas las condiciones.

Quien se asienta en su naturaleza no carece de nada; por eso no necesita nada.

El Yoghi que ha trascendido la idea de dualidad, como “he hecho esto, aquello queda por hacer”, encuentra carente de sentido el ritual, la prosperidad material, el goce sensual o la discriminación.

Quien se asienta en la fuente no dual no tiene que ir más a buscar agua.

El Yoghi que es liberado mientras se encuentra aún con vida, ya no tiene deberes que cumplir, su corazón no está apegado a nada; sus acciones en este mundo son sólo apariencias.

Quien se sabe uno con el Único, ¿qué le queda que cumplir o conseguir?

Aquel que ha conocido a Brahman medita sobre “yo soy Brahman”, ¿sobre qué podría meditar aquel que no ve ninguna dualidad?

Quien se sabe y reside en la fuente de las aguas ¿qué le queda por hacer, por conseguir o por cumplir?

N° 20.

Aquel que experimenta la suprema felicidad de su propia naturaleza, y cuya mente es siempre sosegada y pura, no tiene necesidad de renunciar, no siente la falta de nada en sí mismo.

Quien se asienta en el Absoluto, ¿qué le faltará o a qué tendrá que renunciar?

Para aquel que ha trascendido el mundo de las apariencias por el recto conocimiento no hay ni alegría ni tristeza. Con la mente serena, vive como si no estuviese ligado a su cuerpo.

Las alegrías y tristezas son siempre en relación a algo que se ha deseado o temido. La mente está serena cuando se libera, por el conocimiento, de lo deseado y lo temido. Entonces, vive como si no tuviera cuerpo.

Aquel que ha adquirido el estado natural de la vacuidad de pensamiento puede actuar como le place; no le afecta ni el honor ni el deshonor como al hombre corriente.

Un pensamiento que no objetiva, que no interpreta la realidad en función de los deseos y los temores, es un pensamiento vacío.

Quien tiene un pensamiento así, ¿qué le importarán las opiniones humanas?

Quien piensa así, actúa libre, porque no siente su corazón atado a ningún deseo ni ningún temor.

Aquel que actúa en conformidad con pensamientos tan puros como “el cuerpo actúa, no el Sí”, aunque parece actuar, no actúa.

Quien sabe que no es actor, porque el actor es único, sabe que no actúa aunque esté inmerso en medio de la acción.

Este hombre de paz, más allá de la distracción y la contemplación, no aspira ni a la liberación, ni al encadenamiento. Sabiendo que el universo es una ilusión aunque lo percibe, permanece en el estado absoluto.

Aquel que sigue siendo egoísta es mentalmente activo incluso cuando está en reposo; pero el hombre sabio que se ha liberado del egoísmo es incapaz de pecado o malas acciones.

El egoísta, aunque parezca que no actúa, actúa.

El que ha callado su egoísmo, aunque actúe, no actúa.

Nº 21.

El hombre ignorante está desorientado al oír hablar de la Verdad espiritual, pero el hombre sabio, al oír hablar de la Verdad, retira su conciencia en sí mismo aun cuando ofrezca la apariencia de un tonto.

La Verdad no es algo externo, algo objetivable. La Verdad es interna y no objetivable, por eso es difícil de comprender para quienes no están iniciados.

Aquellos que ignoran la Verdad practican concentración y disciplina, pero los sabios que han encontrado el Âtman Infinito en sí mismos, están siempre satisfechos y ya no reconocen ninguna causa para la acción.

La Verdad está en nosotros mismos, ¿qué habría que buscar fuera?

Tanto si lleva una vida de acción, como si se retira del mundo, el hombre ignorante no halla la paz espiritual, mientras que el gnóstico descubre la Verdad y se vuelve por siempre feliz.

Ni en el retiro ni en la acción hay nada que encontrar.

Aunque estén entregados a diversas prácticas, los hombres no reconocen el Sí, que es la Inteligencia, eternamente puro, amado, perfecto, que trasciende al Universo cambiante y está liberado de todas las condiciones.

No hay nada que encontrar, sólo reconocer lo que no cambia en el seno del cambio.

Un hombre ignorante no alcanza la liberación, aun practicando asiduamente la concentración; mientras que el bendito es siempre libre y está liberado de toda actividad, gracias al conocimiento espiritual.

Quien busca algo, jamás lo encontrará, por más que busque. Sólo el conocimiento puede mostrar que no hay nada que buscar.

El hombre ignorante no realiza Brahman, pues todavía lo desea conocer. El hombre sabio, por su parte, realiza la naturaleza del Brahman Supremo sin desearlo.

Quien hace de Brahman algo deseable, algo a conocer, jamás lo conocerá.

La Verdad ni es externa ni objetivable, sino interna y no objetivable.

Ningún procedimiento de búsqueda la puede encontrar, porque cualquier procedimiento de búsqueda la hace externa y objetivable. Sólo con la actitud de buscarle, ya la hacemos externo y objetivable.

Quien busca no reconocer, porque se hace una idea de lo que busca.

Sólo despertar a la Verdad interna y no objetivable; sólo reconocer.

Nº 22.

No hay paz espiritual para el ignorante, pues la desea y la busca en el mundo exterior; los sabios la realizan interiormente como “siempre alcanzada”, y están en paz.

¿Dónde está el Conocimiento de Sí para aquel que depende de las cosas exteriores? Sin hacer caso del mundo, el sabio contempla el Sí inmutable.

Ni la paz ni el conocimiento de Sí pueden depender de fuera. Una y otra cosa depende sólo de la propia fuente.

Los ignorantes que se esfuerzan por controlar su mente no lo consiguen jamás; pero los sabios cuyo máximo deleite está en el Sí, lo alcanzan sin esfuerzo.

La mente es inquieta por su misma naturaleza, sólo el conocimiento del Sí la calma.

Es raro el que no concede ninguna importancia a los fenómenos y saborea la paz.

Lo que tiene que ver con nuestros intereses es lo único que damos por real. Eso mismo es lo que nos quita la paz.

Aunque aquellos que tienen poca inteligencia consideren al Âtman como sin-segundo e indiferenciado, sin embargo, bajo el efecto de la ilusión de la relatividad, no lo llegan a comprender, y a lo largo de toda su vida permanecen sometidos al sufrimiento.

El conocimiento conceptual del sin-segundo, del no-dos, es insuficiente, si se continúa dando por real el mundo que tiene que ver con los propios intereses (el mundo de la dualidad).

El conocimiento meramente conceptual es inútil para alcanzar la paz.

Ni el conocimiento ni la paz pueden venir de fuera, son “lo siempre alcanzado”.

Asentarse en “Eso interior siempre alcanzado” es la única fuente de conocimiento y de paz.

No basta con que ese situarse en la propia fuente sea conceptual.

Nº 23.

Aquel que ha apartado la duda y cuya mente está absorta en el Sí, ya no busca los medios de liberarse. Viendo, oyendo, tocando, oliendo y comiendo, vive feliz en el mundo.

Para el liberado no hay este mundo y el otro. Este mundo es el otro.

La independencia (con respecto al deseo y a la aversión) es el medio de liberarse, de ser feliz y estar en paz. El supremo estado de conciencia también se obtiene por medio de la independencia.

La independencia del deseo, que es el desapego, es la clave de la felicidad y la realización.

Todas las modificaciones de la mente se disipan cuando un hombre comprende que él no es ni el que actúa ni el que goza.

Quien se independiza del deseo, silencia al ego. Sólo entonces comprende que él no es actor ni es nadie fuera de “el que es”.

A veces los sabios de intelecto liberado, que han trascendido la mente y en nada están limitados, se divierten en pasatiempos varios, y a veces se retiran a las profundas cavernas de las montañas.

Quien silencia el ego trasciende la mente y, con ello, trasciende la individuación. Entonces, todo es uno para él, la diversión y la meditación.

Ningún deseo surge en el corazón del sabio al ver a un venerable brahmín envuelto de respeto, o a un dios, o un lugar sagrado, o a una mujer, o un rey, o un ser querido.

El desapego del sabio es completo porque ve en todo al “no-dos”.

Aunque parezca experimentar placer, no lo experimenta; aunque parezca sufrir, no sufre. Sólo los que han realizado la condición suprema pueden conocer este estado.

En toda situación está en completa paz. Cuando la paz es completa, ni el placer es placer, ni el dolor es dolor.

Mientras me piense como un punto, un individuo en la inmensidad, estaré lleno de dudas. Cuando comprenda mi propio Sí, se terminarán las dudas. Ni la muerte será capaz de hacerme dudar.

Nº 24.

El hombre poco iluminado, incluso cuando no hace nada, está agitado; mientras que el sabio iluminado permanece sereno incluso cuando cumple los deberes de este mundo.

No es la acción o no acción lo que determina la paz o la agitación, sino el conocimiento o la ignorancia.

El hombre de intelecto sereno es feliz en la vida cotidiana, duerma, actúe, hable o coma.

La serenidad del intelecto y del corazón la da el conocimiento.

Hasta la vida pasiva e introspectiva de un hombre engañado crea actividad, mientras que la vida de acción del sabio produce la inactividad.

El sabio, como un niño, aun si parece ocupado en la acción, está perfectamente desapegado; sin móvil, no se identifica con el trabajo en el que aparentemente está ocupado.

El niño cuando juega, no se identifica con el trabajo que representa hacer, ni tiene móvil ninguno, sino es jugar. Así es el sabio.

Para los sabios, siempre sosegados e infinitos como el espacio, ¿dónde está el reflejo del Sí, dónde está el mundo, dónde el medio y dónde el fin?

Para el sabio no hay ni el Sí separado del mundo, ni mundo separado del Sí, ni medios, ni fines. Todo es “lo que es”, “el que es”.

El iluminado, que sabe con certidumbre que el mundo no es otra cosa que el producto de la ilusión y no existe en realidad, y que conoce lo inexpresable, goza de la paz natural y de la beatitud.

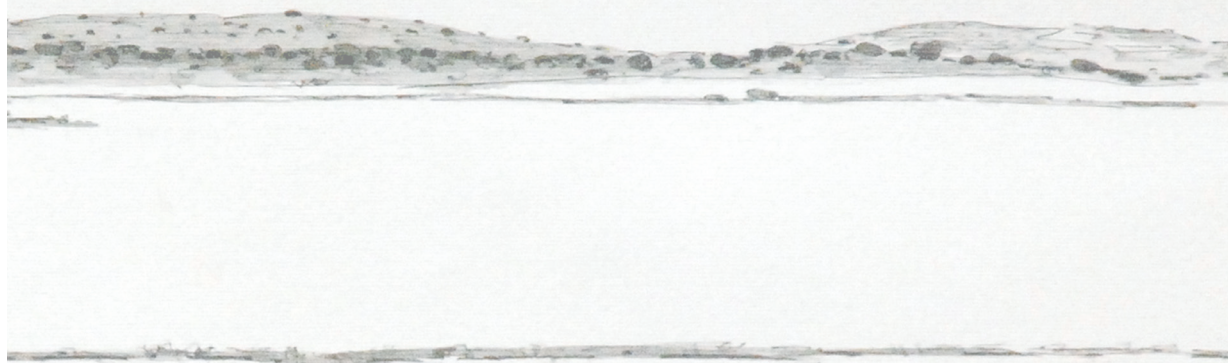
El conocimiento, capaz de generar certeza plena, es el conocimiento de que el mundo que damos por real, el de los sujetos y los objetos, está sólo en la mente.

Y el conocimiento, capaz de generar certeza plena, es conocimiento de que “Eso no-dos” es lo único real. Ahí está la beatitud y la paz.

La clave de la inactividad en la acción y de la paz en la agitación es no estar situado en el ego, sino en el Testigo, en Eso que es.

Situados ahí podemos asemejarnos a los niños cuando juegan, que no pretenden sino jugar.

Quien hace pie en su Sí elimina toda dualidad y reside en el inexpugnable “no-dos”.



Cuarta serie.

Los ejercicios de esta serie están inspirados en el texto de Nisargadatta "Je suis". En muchas ocasiones el autor toma sus palabras, en otras son comentarios o consideraciones de Marià Corbí. (Curso 2005-2006).

Nº 1.

Acepta tu vida y las condiciones de tu existencia. Vive tu vida como venga, pero siempre alerta y vigilante, permitiendo que todo ocurra como ocurre, haciendo las cosas de un modo natural, sufriendo y gozando de lo que la vida ofrezca.

Purifícate mediante una vida útil y ordenada. Vigila tus pensamientos y sentimientos, tus palabras y obras. Esto aclarará tu visión.

Vuélvete hacia adentro, vuélvete a tu conciencia de existir, a la presencia de tu propio existir. Siente tu propio ser. No ser esto a aquello sino ser, simplemente ser.

Vuélvete a la experiencia “soy”. Permanece ahí todo el tiempo libre del que dispongas.

Conocemos el mundo exterior de personas, cosas, ideas, acciones, pero sabemos poco de nuestro mundo interior de pensamientos y sentimientos. Ignoramos mucho más la fuente de nuestro ser.

La meditación orienta hacia el interior y pretende dos cosas:

1ª, hacernos conscientes de nuestros pensamientos y sentimientos, de nuestra vida interior, para irlos conociendo.

- Observar el fluir continuo de nuestra mente y corazón, los aquietar, los calmar y desvelar su naturaleza frágil, cambiante y vacía.
- Somos esclavos de lo que no conocemos; el conocimiento suelta las cadenas y libera las energías sometidas del pensar y del sentir.

2ª, hacernos conocer, intuir en nosotros mismos, el origen de la existencia y de la conciencia.

La meditación nos conduce a la fuente de la realidad, la conciencia absoluta, que reside en nuestro propio interior, más íntima a nosotros mismos que la propia yugular.

La fuente de la realidad es la verdad, pero la verdad no es una formulación, es una presencia.

No es la presencia ni de un objeto ni de un sujeto.

Para nosotros, vivientes perceptivos, la verdad es vacía.

La verdad se manifiesta espontáneamente y sin esfuerzo:

- cuando las cosas se dejan a sí mismas y no se interfiere en ellas,
- cuando no se esquivan, ni se desean, ni se conceptualizan,
- sino que se experimentan con una conciencia total.

Rechaza todos los pensamientos excepto uno: “Soy”. La mente se rebelará al principio pero, con paciencia y perseverancia, cederá y se quedará tranquila.

Una vez estés tranquilo, las cosas comenzarán a suceder de forma natural y espontánea.

Nº 2.

Empezar el ejercicio observado el flujo de la mente, hasta que se calme.
Desde el silencio interior reflexionar hasta comprender y llegar a **la aceptación**.

Sea el que sea el acontecimiento que se presente, acógelo calmadamente y acéptalo.
Lo que ha ocurrido, ha ocurrido. ¿Verdad que es imposible negarlo? Pues acéptalo.
Cuando un acontecimiento ha ocurrido, ningún otro es posible en su lugar. Verlo y sentirlo así equivale a decir: “sí, así es”. Eso es tomar posesión del hecho, sin rechazarlo.

¿Qué hay de malo en buscar lo agradable y apartarse de lo desagradable? El río de la vida discurre entre las riberas del sufrimiento y del placer. No hay problema a menos que lo mental rechace fluir con la vida y pretenda quedarse anclado en una ribera.
Fluir con la vida es la aceptación; dejar llegar lo que viene y dejar ir lo que se va.
No desees, no tengas miedo, observa el presente tal cual es y como llega.
Tú no eres lo que llega, sino aquel a quien eso llega, el observador.
En el fondo, no eres ni siquiera el observador. Eres la potencialidad última cuya manifestación es la conciencia que todo lo abarca.

Debes ser un “sí” sin ningún “no”. Lo que hay “es”, el “debería ser” no existe.
Si deseas otra cosa, dices “no” a lo que hay. Entonces amas más a tu criterio que a la realidad que es.
Lo que ha ocurrido, ha ocurrido. No digas “no”, no desees “otra cosa”. Lo mismo con respecto a la relación con las personas. Hay que tomarlas “como son”, “como deberían ser” no existe. Acéptalas, reconócelas, díles “sí”. No rechaces lo real por tu idea. No te alejes de la persona que existe por amor a “tu idea” de ella.

Es preciso decir “sí” enseguida y en primer lugar. Una aceptación profundamente sentida. Ningún “no”, ningún rechazo.
Acepta, y si después de haber aceptado, hay alguna cosa a hacer, hazlo lo mejor que puedas en la medida de tu comprensión y de tus fuerzas y entonces, acepta de nuevo.

Desear que las cosas sean de otra manera, eso es ignorancia.
La fuente de la desgracia reside en el hecho de no ver, -porque no se acepta-, “lo que es”, “lo que ocurre” y querer que “sea y ocurra otra cosa”.
No viendo lo que es, lo mental suspira por otra cosa. “Pensar” y “desear” recubren de sombra el “ver” y el “ser”.
Lo que ocurre está bien porque sólo lo que ocurre es el “uno sin segundo”, lo que yo desearía que ocurriera es sólo una representación de mi mente.

Donde hay aceptación hay paz. Donde hay rechazo no hay paz.

Nº 3.

Observa tu propio interior y tu entorno, especialmente lo que causa dificultad, dentro y fuera.

Ponte un desafío: ¿Existe realmente otra cosa que lo que ocurre? No, no. ¿Entonces? Toma, acepta, reconoce lo que es.

Acepta y vivirás en paz. Ningún rechazo. No dejes entrar al “no” en tu vida. Sé y acepta. No hay más paz que en lo que hay.

No esperes ninguna otra cosa que lo que es.

Para conocer hay que aceptar. Porque lo que viene, tal como viene, es el “no-dos”. Si no aceptas por completo lo que viene, si lo rechazas o le pones “peros”, rechazas y pones “peros” al “no-dos”.

Él se manifiesta así. No como yo desearía.

Lo que llega, lo que ocurre y cómo ocurre, es la Verdad, porque es “no-dos mismo.

Aceptar y amar son uno y lo mismo.

Donde no hay aceptación no hay amor

Si acepto sin más, amo, sin más; de lo contrario amo mi criterio, lo que juzgo que debe ser, lo que agrada.

La esencia de la sabiduría es la aceptación total del instante presente, la armonía con las cosas, tal como llegan.

El sabio no desea que las cosas sean de otra forma de como son; sabe que, teniendo en cuenta todos los factores, son, de hecho, inevitables.

Está en armonía con lo inevitable, por ello, no sufre.

Si puede, hará lo necesario para restaurar el equilibrio, si no puede dejará las cosas seguir su curso.

Nº 4.

La observación silenciosa es el fundamento del yoga; es la base de todo el trabajo interior. La observación atenta comporta interés, y el interés es amor. Para indagar y descubrir hay que poner todo el corazón y toda la mente. Eso es la atención.

Das realidad a tus ideas que son conceptos, que no son más que deformaciones de la realidad. Renuncia a toda conceptualización, a toda representación; sé silencioso y atento. Intenta comprender que vives en un mundo de ilusión; estúdialo y por sus raíces al desnudo.

Observa tu vida cotidiana, con interés vigilante, con la intención de comprender más que de juzgar; en la entera aceptación de lo que pueda emerger, porque con eso animas al fondo a venir a la superficie y enriqueces tu vida con energías cautivas. Por la comprensión suprimirás los obstáculos a la libertad. La atención alerta es la madre de la inteligencia.

Vigila a tu yo en la actividad y en el reposo: cómo se pone en marcha, cómo cesa, lo que quiere y cómo lo obtiene; hasta que tengas una visión lúcida y una comprensión completa.

Observa asiduamente tu vida, siempre cambiante. Sondea profundamente los motivos de tus actos y atravesarás pronto la bola en la que estás encerrado.

Si observas las idas y venidas de tu mente y tus sentimientos, los pensamientos y los sentimientos se pararán y descubrirás *la paz del espíritu* que constituye tu naturaleza verdadera.

Mira lo que llega a tu mente. Haz esa única cosa con aplicación. Es todo.

OBSERVACIONES:

No combatas tus pensamientos ni tus sentimientos. No hagas nada con respecto a ellos; déjalos existir, sean los que sean. Combatirlos les da vida. Conténtate con no hacerles caso; míralos a través. Lo que llegue, llegue.

No es necesario que dejes de pensar, basta con que no des ninguna importancia a tus pensamientos. Cesa sólo de reaccionar a esos pensamientos, de estar apegado a sus contenidos. El desapego libera.

No quedes fijado por ninguno de tus pensamientos ni sentimientos, suéltate de ellos, despégate. No hay nada más que hacer.

Sólo observa; renuncia a tu hábito de esperar resultados y toda la libertad del universo será tuya.

Renuncia al esfuerzo.

Nº 5.

Mira tus pensamientos como miras el tráfico de la calle. Las gentes van y vienen; lo adviertes, pero sin responder.

Deja las cosas ir y venir. Los deseos y los miedos son también cosas; no les hagas caso. Desde tiempos inmemoriales el polvo de los acontecimientos se ha posado sobre el espejo límpido de tu mental. Barre el polvo antes que tenga el tiempo de incrustarse, eso pondrá al desnudo los viejos niveles, hasta que descubras la verdadera naturaleza de tu mental. Todo esto es muy simple y relativamente fácil; sé aplicado y paciente.

Intenta comprender que vives en un mundo de ilusión, estúdialo y pon sus raíces al desnudo.

Examina con diligencia todo lo que se encuentra en el campo de tu atención. Con la práctica el campo se ampliará y la investigación se profundizará, hasta que el campo se haga ilimitado y la investigación espontánea.

Permanece tranquilo Cumple tu tarea en el mundo, pero en ti mismo permanece en calma. Tu esperanza reposa en el silencio de tu mental y en la quietud de tu corazón.

Para el que busca la realidad, no hay más que una sola meditación: *un rechazo riguroso de acoger pensamientos*. Estar libre de pensamientos es en sí una meditación.

¿Cómo practicarla? empiezas por dejar fluir los pensamientos, mirándolos. La simple observación ralentiza lo mental hasta que se para completamente. Una vez calmado lo mental, guardas la calma. Que esa paz no te aburra, permanece en ella, profundiza más y más en ella.

Vigila tus pensamientos y obsérvate vigilando los pensamientos.

El estado de desapego de todo pensamiento se producirá repentinamente, y lo reconocerás por la beatitud que es la marca.

Nº 6.

Empieza por ser un centro de observación, de conocimiento deliberado, después ese conocimiento florecerá como un centro de amor activo.

¿Cómo hacerlo?

Permanece tranquilo y examina lo que aparece en la superficie de lo mental. Rechaza lo conocido, acoge lo que, hasta ese instante, era desconocido, y recházalo a su vez. Alcanzarás así un estado en el que no hay conocimiento sino sólo el ser. El ser mismo es conocimiento. Conocer por la experiencia de ser es el conocimiento directo.

El hecho de observar transforma al observador y lo que es observado.

Lo que impide la visión penetrante de nuestra verdadera naturaleza es la debilidad y la estrechez de nuestro mental y su tendencia a dejar de lado lo sutil para concentrarse únicamente en lo grosero.

Intenta estar en calma, todo vendrá a ti, el trabajo, la fuerza para hacerlo, la motivación justa.

No te angusties por tu porvenir, quédate tranquilo hoy y todo se pondrá en su sitio.

Lo inesperado llegará ciertamente, mientras que lo esperado puede no producirse jamás.

Estate abierto y tranquilo, es todo. Lo que buscas está tan próximo de ti que no hay lugar para un camino.

Comprende en profundidad estas propuestas:

Es preciso que consagres tu corazón y tu mental a estas cuestiones y que les des vueltas sin cesar en tu espíritu. Pasa como al cocer los alimentos, hay que guardarlos un cierto tiempo en el fuego antes de que estén preparados.

¿Cómo hacer para comprender?

Mediante la meditación, que es la práctica de la atención. Hazte plenamente consciente del problema, obsérvalo desde todas sus caras, estudia la manera con la que afecta en tu vida. Luego déjalo en paz. No puedes hacer nada más. Ya se cocerá.

Fija tu atención sobre una sola cosa y esfuérate de no apartarte. Todo irá bien.

Nº 7.

En la meditación consideras la enseñanza recibida bajo todos sus aspectos y, a menudo, hasta que nazca la lucidez y la confianza y con la confianza, la acción.

La convicción y la acción son inseparables. Si la acción no se sigue a la convicción, examina tus convicciones, no te acuses de falta de coraje. Despreciarte no te llevará a ninguna parte. ¿De qué utilidad puede ser la voluntad sin la claridad y un asentimiento emocional?

No es cuestión de fuerza de voluntad sino de claridad mental y asentimiento emocional.

El valor de la meditación regular reposa en el hecho de que aleja de la monotonía de la rutina diaria, y te recuerda que no eres lo que crees ser.

La meditación es una tentativa deliberada de elevarse a más altos niveles de conciencia y, en definitiva, de ir más allá. El arte de la meditación es el arte de transferir el foco de la atención a planos cada vez más sutiles, sin por eso perder la presa que se tiene sobre los planos precedentes.

Se llega al último estadio de la meditación cuando el sentimiento de identidad sobrepasa el “yo soy un tal”, sobrepasa el “yo soy así”, sobrepasa el “no soy más que el testigo”; y llega, más allá de todos estos estados, al puro ser impersonalmente personal.

Al término de la meditación todo será conocido directamente. Ninguna prueba se requerirá, sea de la naturaleza que sea. Cada gota del océano lleva en ella el gusto del océano y, lo mismo, cada instante es portador del gusto de la eternidad.

Cuando hayas gustado por ti mismo, encontrarás el gusto por todas partes y en cada instante. Una vez que lo conozcas, no lo perderás jamás.

Nº 8.

El camino es una tentativa obstinada por sobrepasar las formas verbales y acceder a las que no lo son.

Para ir más allá de lo verbal, que es lo mental, es necesario estar en silencio y en paz. Paz y silencio, silencio, paz y en perfecta alerta; he ahí el camino.

El camino del silencio y de la paz es el camino de la pérdida de la individualidad. Los métodos están hechos para los indagadores que todavía no han perdido su individualidad. El método se indica al buscador para permitirle perder su individualidad.

El hombre en su condición ordinaria vive bajo la ilusión de estar separado de su fuente. Esta ilusión debe ser destruida. Todo método que apunta a esta destrucción se llama yoga.

Los contactos con los objetos otros que sí mismo, despiertan el deseo o el rechazo y vuelven agitado a lo mental.

La indiferencia, el desapego respecto de todo lo que no sea el Ser, constituye la primera etapa.

El examen de la naturaleza efímera y vacía de los fenómenos exteriores conduce al desapego.

Cuando la introspección y la indagación se desarrollan, la fortuna, la fama, el confort, los placeres, etc. pierden su peso y su valor.

Viene a continuación el hábito de introspección y de concentración.

Los procesos de la mente se hacen más y más claros al examen y se hace más patente la fuente del yo.

Sin embargo, si el aspirante no está dotado, por temperamento, para la vichâra marga (el método de la introspección), debe volverse a la vía de la devoción (entrega de mente y sentir) por un ideal, sea Dios, el maestro, la humanidad en general, el saber, la moral, la belleza. Cuando uno de estos amores toma posesión del individuo, todos los restantes apegos se debilitan y el desapego crece al mismo tiempo que se desarrolla el conocimiento y amor de ese ideal, hasta el momento en el que invade la persona entera.

La concentración se desarrolla paralelamente e imperceptiblemente, sea o no acompañada de soportes directos.

A falta de vichâra y bhakti se puede recurrir a un método natural de tranquilización mediante el prânâyâma (control de la respiración) que actúa como un sedante. Cuando la vida está en peligro, todo el interés se concentra sobre un solo punto, el de salvarla. Lo mismo, si el aliento es controlado y retenido, lo mental no puede permitirse andar

saltando entre sus juguetes preferidos, los objetos exteriores, y no lo hace más. Mientras la atención se vuelve hacia la respiración y su control, los otros intereses se desvanecen.

Quien tenga dificultades con los métodos anteriores, debe tomar recurso del Karma-Yoga (yoga de la acción): cumplir buenas acciones sin ningún beneficio propio, por ejemplo, lanzarse a algún servicio a la sociedad. Su pequeño yo se afirmará con menos fuerza y tendrá así la posibilidad de dar libre curso a su naturaleza profunda. Así, también, se hará capaz de enrolarse en una de las vías anteriores, o de mejorar su rendimiento.

También con sólo el Karma-Yoga puede lograr que su intuición se desarrolle.

La postura (âsana) no tiene un especial interés si se sigue la vía del conocimiento. Lo que cuenta es tomar asiento firme en el Ser. Se trata, sobre todo, de una postura interior. Dicen los maestros vedanta que el Hatha-Yoga es útil a aquellos que no pueden tranquilizar su mente con otros métodos.

Todos estos procedimientos

- no son exclusivos,
- pueden ayudarse unos a otros.

Todos pueden combinarse según necesidad

- hay momento que el espíritu pide utilizar un procedimiento determinado y en otros, otro o una combinación de varios.

El Hatha puede preparar y apoyar a cualquier otro tipo de ejercicios. Lo mismo se puede decir de las posturas corporales.

Nº 9.

Busca en el interior, todo miedo y toda duda desaparecerá. Desaparecerán también todos los otros pensamientos centrados en torno del ego, porque encontrarás “al que es”.

Todo reposa sobre el convencimiento de que eres una entidad independiente y separada. Examina ese convencimiento cuidadosamente, porque está en la base de todas las aflicciones. Verás que no hay ningún yo, ninguna individualidad.

Tu individualidad es como una piel que te separa de la realidad. La realidad es a la vez interior y exterior a la piel; pero la piel no es en ella misma real.

La idea de que el “ego” es una entidad separada no nace contigo. Viene más tarde y es debida a tu identificación con el cuerpo.

Ha creado la ilusión de una separación donde no existe ninguna. Ha hecho de ti un extranjero en tu propio mundo y ha vuelto a ese mundo hostil para ti.

Considera de dónde proceden los pensamientos y para quién trabajan. Trabajan para el ego. Sumérgete en el ego y busca su fuente. El ego desaparecerá. Cuando descubras la fuente verdadera, el ego no puede manifestarse más y desaparecerá, aunque continúe ejerciendo su función con respecto al cuerpo.

Los pensamientos implican la dualidad de sujeto y objeto. El Ser-Conciencia no es dualista. Es sólo único. Es absoluto. Es puro. La dualidad no surge del Ser-Conciencia que es único y solo; surge de la vida del ego y es su característica fundamental.

Encuentra tu Ser-Conciencia. Estate con él, escúchalo, obedécele, mantenlo siempre presente al espíritu. No precisarás otra guía.

Presta atención a la atención; estate presente a tu propia presencia.

Para conocerte no tienes que practicar nada. Para conocerte, sé tú mismo. Para ser tú mismo cesa de imaginar que eres esto o aquello. Sé solamente. Deja que tu verdadera naturaleza emerja.

Mírate, mira tu propia existencia.

Nº 10.

Da reposo a tu mente. Comienza liberándola de su actividad. Dale paz; apártala de las distracciones; permanece tranquilo. Enséñale a volverse hacia el interior; haz que adquiera el hábito.

Los contactos con los objetos excitantes, vuelven agitada a la mente. El desapego respecto de todo lo que no sea el Ser, es una etapa imprescindible. El examen de la naturaleza efímera de los fenómenos exteriores conduce al desapego (*vairâgya*).

Viene a continuación el hábito de introspección y concentración.

La introspección es una indagación interior. La indagación también conduce al desapego.

Escuchar únicamente no te ayudará mucho. Es preciso que guardes en tu mente lo que los maestros te dicen. Intenta comprender; rómpete la cabeza en ello.

La vía que enseñan es la vía antigua y simple de la liberación por la comprensión. Comprende tu mental y la presa que tiene sobre ti, se quebrará. Lo mental, el ego, no comprende porque creerse alguien, la ignorancia, es su naturaleza misma. Sea como sea el nombre que le des, la comprensión justa es el único remedio.

Esta es la enseñanza que debes comprender: “No eres lo que crees ser”.

Encuentra lo que no has perdido.

Sumérgete profundamente en la pura sensación de existir, sin más calificativos, expresada como “soy”-equivalente a expresión el Ser está aquí;- o expresada como “yo soy”-equivalente a la expresión *Existir está aquí, en la realidad que yo llamo mi ser*.

Concentra tu mente, tu atención y tu tiempo libre en la pregunta “¿quién soy yo? ¿qué es lo que hay aquí en mí?” Intenta sin descanso responder a esta pregunta. La respuesta no puede ser una formulación, ni una palabra, sino una comprensión directa, como una visión.

Te basta con saber lo que no eres. No necesitas saber lo que eres, porque lo que eres no puede ser descrito más que como la negación de todo. Todo lo que tu puedes decir es: “no soy esto, no soy aquello”. No eres nada imaginable. No eres nada concreto.

Ponte a la tarea con celo. Tus tanteos ciegos mismos están llenos de promesas. Tu búsqueda misma es el descubrimiento. No puedes fracasar.

Nº 11.

Empieza siendo consciente de ti mismo; consagra toda tu atención a tu mental.

No pretendas resultados rápidos, sé paciente. La falta de atención ha construido lo que eres; la atención dará sus frutos en el futuro.

Los cambios comportarán más lucidez en tus reflexiones, más compasión en tus sentimientos, más rectitud en tu conducta.

Indaga en ti mismo, si quieres conocer al Absoluto. Busca en tu mente y en la fuente de tu mente; en tu ego, y en la fuente de tu ego.

Cuando se comprende que Eso-real “no es otro” que mi propia realidad, se termina la separación.

Quien busca en su interior al Ser-Conciencia (Sat-Chit), aleja la duda y el miedo y calla todos los pensamientos y sentimientos centrados en torno del yo.

No necesitas esperar lo que ya está en ti. Rechaza el sentimiento y la opinión de que “el que es” todavía debe ser hallado y que está más allá de ti mismo.

Aparta las corrientes de pensamientos y sentimientos que invaden tu mente y te abrirás a la percepción directa en ti mismo.

La pregunta sobre la propia realidad, sobre “¿qué es lo que hay aquí?” sobre “¿quién soy?” es la cuestión última a la que cada uno debe encontrarle una respuesta.

La respuesta siempre será la misma, porque es vacía y sin palabras, pero se expresará diversamente, según la cultura, la propia historia, el temperamento y las esperanzas que se tuvieron al arrancar la indagación.

Nº 12.

La historia personal, que es una historia de deseos y temores, recuerdos y expectativas, ha empleado una enorme energía para construir una prisión. Hay que servirse de una energía mayor para demolerla.

Cuando hay luz la demolición es fácil, porque lo falso se desvanece en cuanto es descubierto.

Para conseguirlo hay que empezar por poner en cuestión las cosas que parecen más evidentes: ¿existo verdaderamente como entidad separada? ¿quién soy?

Todo el engaño reposa sobre la idea “yo soy”. Hay que examinarla cuidadosamente. Ella ha creado la ilusión de una separación donde no existe ninguna.

La separación hace del ego un extranjero en el mundo que él mismo crea.

Cuando el sentimiento de ego desaparece, sobreviene la calma; cuando vuelve, se reinician las perturbaciones. Cuando se descubre, gracias a la indagación, la fuente del ego, ya no se manifiesta más.

Esta es la enseñanza: *la comprensión es el único remedio justo.*

Y esto es lo que hay que comprender: no eres lo que crees ser.

La imagen que tienes de ti mismo son sólo recuerdos, representaciones.

Encuentra lo que eres, no lo que te representas ser.

Encuentra lo que, en ningún momento, has perdido.

Para conocer tu auténtico ser no tienes que practicar nada. Lo que ya eres, no se alcanza con ninguna práctica. Para conocerte bastará con que seas lo que eres.

¿Cómo? Cesando de imaginar que eres esto o aquello.

Sé únicamente. Observa ese puro existir sin calificaciones.

Mira tu propio existir y deja así que tu naturaleza emerja.

Rechaza toda imaginación, toda representación.

Nº 13.

El desapego es el primer paso a la paz y al conocimiento.

¿Cómo conseguir el desapego en medio de los estímulos de las cosas que nos rodean? Con el análisis detenido de la naturaleza efímera de las cosas y las personas. Este es el primer paso para conseguir el desapego y con él, la paz que se requiere para el conocimiento.

El segundo paso, y definitivo, se dará con la indagación misma de lo que es mi realidad. La aproximación a “lo que es”, el “no-dos” pone en evidencia “lo que no es”, lo que es sólo cáscaras vacías concebidas, construidas y sustentadas en nuestras necesidades.

Quien se aproxima al conocimiento del Ser real, se desapega de lo que sólo parecía ser. Con el desapego están abiertas las puertas a la indagación del puro existir del “yo soy”.

La indagación comienza con la meditación.

El propósito de la meditación es ver lo falso como falso.

La meditación es el ejercicio diario y deliberado de discernir entre lo verdadero y lo falso y renunciar a lo falso.

Hay muchos tipos de meditación, pero todos tienen el mismo propósito.

La meditación te ayudará a encontrar tus fijaciones, a aflojarlas, a desatarlas, a soltar amarras.

Cuando ya no estés apegado a nada, habrás hecho tu parte. El resto será hecho para tí. ¿Por quién? Por el mismo poder que te ha llevado hasta aquí, que impulsó a tu corazón a desear la verdad y a tu mente a buscarla. Es el mismo poder que te mantiene vivo. Puedes llamarlo como quieras.

Pon en el trabajo todo tu corazón, tu alma, toda tu atención y todo tu tiempo libre. Tu dedicación marcará el grado de tu progreso.

Cuando hayas comprendido lo falso, lo que no eres, establécete firmemente en la conciencia de “existir” sin calificación ninguna. Céntrate en esa conciencia y permanece en ella.

Nº 14.

Sumérgete profundamente en la “*sensación de existir*” que se muestra como “*yo soy*”. Contéplala con calma y pregúntate de dónde viene.

Esa *sensación de existir* está siempre presente, pero está recubierta de todo tipo de cosas tales como *soy este cuerpo, estos sentimientos, estos pensamientos, estas opiniones, estas posesiones*.

Esos revestimientos te inducen a creerte lo que no eres.

Observa ese “yo soy” con todos sus revestimientos. La realidad de tu ser está detrás de todos ellos. Si permaneces tranquilo y en silencio, emergerá y te acogerá.

Rechaza todo pensamiento, excepto uno: “yo soy”.

La concentración sobre el “yo soy” es la concentración sobre el sentimiento de puro ser, sin revestimiento alguno.

Todos los pensamientos y sentimientos que vengan al espíritu, ligados al “yo soy”, que no sean la pura sensación de existir, no hay que prestarles ninguna atención.

La mente, puesto que es un instrumento de supervivencia, está vuelta hacia el exterior; la faena que se propone es interiorizarla, invertir la dirección de su flujo.

Sólo desde la interiorización de la mente prevalecerá el sentimiento de ser sin cualificación ni relación ninguna, sentimiento de ser simplemente y absolutamente.

Cuando la mente se calma y se centra sobre el puro “soy”, aquí, en mí, en la experiencia directa e inmediata, se capta la pura existencia, la existencia sin más.

Para indagar en ese vacío de formas hay que dejar atrás las palabras.

Cuando las palabras quedan atrás sólo queda la visión directa, sin intermediación ninguna, dentro de uno mismo.

Permanece más allá de todo pensamiento, en el silencio de la conciencia de ser.

Pon toda tu atención en el “yo soy”, sin pelearte con tus pensamientos, tus sentimientos, tus recuerdos, tus proyectos.

Nada permanecerá si no le prestas atención; es el apego emocional el que mantiene vivos y vibrantes a todos esos procesos de la mente.

Nº 15.

Para ir más allá de las construcciones que realiza la mente, movida por la necesidad, el camino es la paz y el silencio. La paz y el silencio son la vía.

Todos los procesos de la mente que hay que silenciar, los originan y modelan los deseos y los temores que constituyen el núcleo de la persona. Por consiguiente, no son tanto los procesos de la mente los que hay que combatir, ni los deseos y temores que acompañan a esos procesos, sino la persona, el paquete nuclear de deseos y temores que la constituyen. Conocerla será descubrir su falsedad, y descubrir su falsedad será apagarla y extinguir su poder.

Observa distante lo que llega a la mente y llévalo a su fuente, el *sentimiento de existir*.

El camino ha de arrancar desde el aquí y ahora, no hay otra posibilidad. Sólo hay que introducir un nuevo factor: *la posición del puro testigo*, la de aquel que mira el fluir de los acontecimientos sin tomar parte en ellos.

La condición de testigo te permitirá ser consciente de tu ser, aquí mismo y ahora mismo. Esa es toda la tarea.

Apégate a la *sensación de existir*, con exclusión de toda otra cosa.

A la concentración le seguirá el silencio y una luz nueva que es un nuevo conocimiento, un conocimiento de nada que puedas definir o hablar.

Todo lo que conoces es de segunda mano porque tiene que pasar por la objetivación y la representación, solo la *experiencia de la sensación de ser*, el “yo soy”, no lo es, porque no precisa ni de lo uno ni de lo otro.

Permanece en la seguridad inmediata del “yo soy”, que es la expresión de la sensación de existir, y rechaza todo lo que está mediado por la objetivación y la representación. Sólo lo que me llega desnudo y vacío de filtros comporta certeza indudable.

Mantén el foco de tu conciencia sobre la única pista sólida: la certeza de ser. Permanece en ella, examínala, sumérgete en ella hasta que lo que parece ser desaparezca como la espuma de las olas del mar en la playa, hasta que lo que es, se muestre en su realidad inmediata.

Vivir en un mundo de representaciones es para nosotros un hábito. Tomamos las representaciones por realidades. Hay que quebrar ese hábito de pensar, de sentir y de ver. Hay que hacer pie sólidamente en la sensación de existir, hasta discernir, con toda claridad, el ser, de la representación.

Nº 16.

La música es la expresión de un comprender y sentir en el que no hay ni sujetos ni objetos. La gran música tiene la misma estructura que el conocimiento silencioso porque es comprender y sentir la realidad de lo que hay, sin que haya un sujeto que comprende ni nada objetivo comprendido.

La gran música no expresa los sentimientos del autor ni sus concepciones. El autor desaparece en la obra. Lo que la obra dice en formas sonoras es mayor que el autor y su historia personal; lo que dice la obra es una pura comprensión de la realidad, que es también un puro sentir. Esa comprensión y ese sentir no es de ningún objeto, ni de ninguna individualidad. Es comprensión y sentir vacío de cualquier objetivación y vacío de sujeto conocedor.

Cada autor tiene su estilo inconfundible de decir y su peculiar comprensión y sentir de lo real, pero en su obra, y con su estilo, no hay ningún sujeto ni ningún objeto.

Hay músicas que expresan los sentimientos del autor. En esas obras, se dice con formas sonoras los sentires de una subjetividad, pero, incluso en ese caso, se mantiene un cierto grado de universalidad. Igualmente, hay músicas que sugieren ambientes, determinados tipos de realidades o de situaciones. También en estos casos la referencia a objetos es general y poco concreta.

Por consiguiente, aunque haya músicas que hacen una cierta referencia al sujeto y otras que la hacen a lo objetivo, el núcleo de la gran música es una concreción en formas sonoras de una comprensión y un sentir en el que no aparece ni el sujeto ni los objetos. La música es una prueba patente para todo el mundo de que el conocer y sentir silencioso existe. Es una prueba patente de que el hombre tiene la capacidad de un conocer y sentir en el que están ausentes tanto los sujetos como los objetos.

De las otras bellas artes podría decirse algo semejante, pero no con la falta de ambigüedad y pureza de la música.

Nº 17.

Mantener la atención distante del flujo de los pensamientos y los sentimientos del ego, es un ejercicio saludable y necesario. Cuando la atención, y el observador con ella, se disocian del flujo mental, aparece el testigo. La atención debe identificarse con el testigo. La *actitud de testigo* supone desplazar el interés y la atención

- de la implicación en el flujo de la mente, flujo de pensamientos, sentimientos, proyectos y recuerdos,
- a la observación de ese mismo flujo.

No puede haber testigo sin *distanciamiento* y *desapego*. Si están presentes estas dos cualidades, el bloque de mi atención puede situarse en la orilla del río mental y observarlo. Si falta la distancia y el desapego, estaré sumergido en las aguas del río.

Observa tu mente con desapego y distancia. Eso bastará para calmar tu monólogo interno. Cuando al río mental le falta la energía de la atención y la implicación, porque esa atención se ha desplazado a las orillas, las aguas se remansan.

Tranquiliza tu mente. No la ocupes constantemente. Para; dale reposo. Tener la mente siempre ocupada, debilita al testigo.

Si la mente se calma, se purifica y adquiere vigor. Con el torrente del flujo mental serenado, la comprensión es más clara y más vigorosa. Cuando la fuerza de las aguas está encalmada, el testigo puede conocer desde fuera el correr de las aguas. Si las aguas están muy embravecidas, es difícil alcanzar la orilla para contemplar el discurrir de las aguas.

Precisas un mental apacible. No hay paz sin distancia y desapego. De ahí se seguirán todos los bienes. Para que pueda surgir el testigo necesitas un mínimo de paz en la mente y en los sentimientos. Una vez surgido el testigo, su mirada terminará por calmar las aguas.

Mira y sé, simplemente. Entonces te conocerás como el testigo inmutable de lo mental cambiante

Advierte tu condición de testigo lúcido, distante y desapegado. Advierte su modo de ser. No podrás observarlo directamente, porque no podrás objetivarlo ya que es vacío; no es ni un sujeto ni un objeto, esta vacío de todo eso. Es puro observador y no se puede observar al observador, como no se puede ver la visión.

Nº 18.

1º. Calmar la mente observando con distancia y desapego el tráfico en la mente de pensamientos y sentimientos, recuerdos y proyectos; como quien observa desde la acera el tránsito de la calle.

Observarlo bien, hasta que se adviertan todos sus detalles.

2º. Advertir la condición de *testigo distanciado y desapegado* del que observa el tráfico. Esforzarse en discriminar, con claridad, *el tráfico*, que es el ego, *del testigo* de ese tráfico y de ese ego.

3º. Advertir la naturaleza peculiar del testigo.

- un estado de conciencia que conoce y no es un sujeto de necesidades,
- conoce y lo que conoce no son objetos para él:
- los deja fluir sin intervenir,
- no busca nada en ellos,
- no pretende interpretarlos ni conducirlos ni pararlos,
- sólo es pura observación,
- puro advertir lúcido y detallado.

En ese peculiar conocer, el sentir está implicado, pero es un sentir peculiar. Advertir su peculiaridad:

- completamente vuelto al tráfico, interesado pues, pero sin responder a él,
- interesado, pero sin que le afecte, como si no tuviera que ver con él.

4º. Advertir claramente esta peculiar manera de conocer y sentir: sin sujeto de necesidades, sin objetos que conseguir o interpretar.

Esa peculiar naturaleza lúcida, distante, desapegada, alerta, es nuestra; más íntimamente nuestra que el tráfico observado en el ego.

Esa insospechada forma de conocer y sentir es nuestra, aunque no sea la propia de un sujeto en un mundo, ni la de una persona individual y concreta.

5º. Indagar todas estas cuestiones

- hasta discriminarlas con claridad,
- hasta verificar, es decir, ver que no son especulaciones teóricas, conceptos, sino realidades comprobables.

Nº 19.

Lo *Real* está más allá de toda descripción. Toda descripción habla de una forma del “no-dos”, pero nunca puede hablar del “no-dos” mismo, desnudo de formas. Lo Real es vacío de toda forma.

Ese vacío no se puede objetivar, por consiguiente, *a lo Real sólo se le puede conocer, siéndolo*. Siendo “el que es”, se le conoce; no de otra manera.

Cuando uno deja de ser una individualidad, ya no conoce a lo Real, lo es.

Cualquier otra manera de conocimiento, le situaría en el orden de las formas, por tanto, en el de la dualidad, de la objetivación y de la pluralidad, que sólo reside en mi mente.

Para dar con lo que es Real, sumérgete en tu propio interior y lo encontrarás en ti mismo. Pero piensa que lo Real no es el logro de una transición, no es el término de un proceso. No es un estado del espíritu, ni de la conciencia; no es algo que tenga un principio y un fin, que se presente o que no se presente.

Lo Real no es una experiencia. La experiencia se alimenta del cambio, de lo que va y viene. Versa sobre cosas que ocurren o no ocurren. La experiencia es dual.

Lo Real no es el proceso de nadie. No hay nadie; por la misma razón no es una experiencia

Lo Real es el “no-dos”, no es un fenómeno, por lo mismo, no puede ser experimentado. Si esperas que la Realidad se manifieste como una experiencia, esperarás sin esperanza, porque la Realidad ni viene ni se va. Si la esperas así, no vendrá jamás a ti porque la tendrás delante y no la advertirás.

¿Cómo podría la Realidad depender de la experiencia, cuando es la base misma de la experiencia? La Realidad está en el hecho mismo de la experiencia, no en un tipo peculiar de experiencia; no es una experiencia peculiar entre las experiencias.

Lo Real es todo, cuando se aparta el filtro de la interpretación.

Lo Real se advierte, no se espera. El deseo ardiente de lo Real y su búsqueda son el modo de operar y la acción de la Realidad misma.

Para advertir lo Real,

- deja a un lado todo tu mundo de interpretaciones, conceptos y valoraciones,
- e intenta volver todo el interés de tu mente y sentir, a “eso que es”,
- vacío de toda categorización de sujetos y objetos,
- y que se presenta directa e inmediatamente a la propia conciencia,
- como su propio ser.

Nº 20.

Mira el acontecimiento en tanto que tal acontecimiento, lo transitorio como transitorio, todo tal como viene, y habrás cumplido todo lo que debes hacer.

Mira lo que viene, como viene; sea lo que sea. ¡Ahí está lo Real!

Si consideras que la Realidad es acontecimiento y experiencia, te pones una armadura que te hace invulnerable a ella.

Si no esperas ni acontecimiento ni experiencia, no impones filtros a lo Real.

Si le pones filtros con tus expectativas, te acorazas frente a ella.

La Realidad no es algo que ocurra o no ocurra; no es una experiencia que pueda darse o no darse.

La Realidad está siempre ahí, y no como una experiencia particular.

La Realidad no es una experiencia particular y peculiar entre las experiencias.

La Realidad está en toda experiencia, y tal como la experiencia viene, la Realidad viene, directamente.

Vuélvete a “lo que es”, como viene, sin filtros;

abre tu atención a todo, tal como es;

no como yo desearía que fuera o como yo creo o deseo que debiera ser, sino como de hecho es.

Si lo haces, te desnudarás de protecciones y la Realidad te herirá.

Como el agua toma la forma del recipiente donde se encuentra, toda cosa es determinada por sus condicionantes. Como el agua sigue agua, sea el que sea el recipiente; como la luz sigue luz sea el color que la refleje, así lo Real continúa siendo real, sean las que sean las condiciones en las que se enmarque.

Lo Real, el “no-dos”, es siempre y únicamente lo Real, se presente como se presente, porque fuera de él no hay nada.

Nº 21.

Lo Real está más allá de toda descripción.

Toda descripción habla de una forma del “no-dos”, pero nunca puede hablar del “no-dos”.

Lo Real es vacío de toda forma. Ese vacío no se puede objetivar.

Por consiguiente, a lo real sólo se le puede conocer siéndolo.

Siendo “el que es” se le conoce; no de otra manera.

Cualquier otra manera, le situaría en el orden de las formas y, por tanto, en el orden de la dualidad, la objetivación, la pluralidad. Todas esas formas sólo residen en la mente.

Conocer lo Real es despertar al propio ser.

Lo Real no es concebible. Lo que no es concebible, no puede orientarse a un fin, ni subordinarse a nada.

Hay que buscarlo y desearlo por sí mismo. No se le busca por sus consecuencias sociales, morales, de justicia, de solidaridad, de paz, de salvación o cualquier otra finalidad. No sirve para nada, es demasiado sutil y sublime para servir para algo.

Quien le busque por otro motivo que no sea por sí mismo, ya lo ha perdido, porque lo sitúa en el orden de lo plural y de las formulaciones, donde no reside.

Lo que se puede objetivar, representar, se puede usar.

Lo Real es todo. Cuando se le busca entre las cosas, no se le encuentra. No es uno, aunque máximo, entre varios: el mundo, los seres vivientes, los humanos, lo Real.

Sólo por el hecho de buscarle entre lo dual y lo plural, ya se le ha perdido.

No es un existente entre muchos.

En lo “no-dual” no cabe ni conocedor, ni conocido, ni conocer. Lo Real trasciende esa tríada.

Lo Real no es algo nuevo, ni una facultad nueva, es, simplemente, lo que está desembarazado de camuflaje. ¿Qué camuflaje? El que proporciona la necesidad, el deseo, el temor y su servidor, las representaciones mentales, los conceptos.

El ejercicio consiste:

- 1º. Comprender estos textos con tal claridad que resulten evidentes por sí mismos.
- 2º. Apartar de la mente todas las representaciones y conceptos, para acercarse a lo Real inmediata y directamente en toda la realidad que nos rodea y en nosotros mismos. Verle y sentirle inmediatamente en todo, tal como todo viene.

Nº 22.

En el “no-dos” la separación de Ser y Conocimiento es una apariencia. Como el sueño no es distinto del soñador, el Conocimiento no es distinto del Ser.

“Lo que es” es una masa sólida de Ser-Conciencia-Beatitud. Nada está fuera de Eso.

Ser-Conciencia-Beatitud y “vacío de formas”, son lo mismo.

Ese vacío está completamente lleno de “lo que es”, el “no-dos” sin forma.

Eso es lo que tú eres.

Esa es la razón por la que “lo que es” es desconocido. No se puede utilizar ninguna objetivación, ninguna palabra para conocerle, y no se puede hacer ningún comentario adecuado.

Sin embargo, ese no-conocimiento, es conocimiento.

Lo que parece vacío, está lleno; lo que parece lleno en el mundo de la dualidad, de los individuos y de las objetivaciones, está vacío.

Hay que llegar a intuir la plenitud del vacío, que es nuestro estado verdadero.

Lo que llamamos pensamiento no es más que ondas en la superficie del espíritu.

Cuando lo mental está tranquilo, refleja la realidad.

Cuando está perfectamente inmóvil, lo mental se disuelve y no queda más que la realidad.

El estado tranquilo del ser es la felicidad; el agitado, es la turbación. Es turbación es lo que se manifiesta como mundo.

En la “no-dualidad” hay felicidad.

En la dualidad hay las experiencias del deseo y del temor.

Lo que va y viene es la experiencia del dolor y del placer.

Lo Real es estabilidad en la felicidad, porque el Ser-Conciencia es Beatitud.

Las palabras se mueven en el mundo de las representaciones y las objetivaciones que sirven a la necesidad, el deseo y el temor.

Lo Real es silencioso.

El ejercicio consiste:

- 1º. Comprender con evidencia estas afirmaciones.

- 2º. Ejercitarse en apartar los conceptos, las representaciones y las objetivaciones para llegar al vacío que es la plenitud del Ser-Conciencia-Beatitud.

Nº 23.

El egoísmo se enraíza en una falsa idea: soy una entidad venida a este mundo, por tanto, distinta y separada de él.

Esa pseudo entidad separada, el ego, se exhibe delante de la conciencia y ocupa todo el campo de la atención, porque la necesita toda para sobrevivir como entidad.

El mundo entero no existe más que en función de ese pensamiento: yo.

Así, la verdadera realidad de lo que soy, queda encubierta sin poderse manifestar.

El falso “yo” bloquea lo que sería el verdadero conocimiento de sí mismo

Cuando el pensamiento “yo” aparece, se produce la identificación con el cuerpo, los sentidos y la mente.

Esa identificación con el cuerpo y con la mente a su servicio, sustenta la idea de individualidad separada.

En realidad, ni soy una cosa, ni separada.

En cuanto no separado, soy la inagotable posibilidad de todo.

No soy “otro” del poder que se manifiesta en el despliegue del universo.

La tarea es indagar primero ese falso “yo” para comprender su naturaleza, para averiguar de dónde proviene.

Cuando se le investiga, desaparece.

Después, busca la fuente de ese “yo”, porque ese falso sentimiento de individualidad separada, no cesará hasta que no sea descubierta su fuente.

Si descubres la fuente, comprenderás que no eres otra cosa que el “no-dos”, el Absoluto.

Ese conocimiento es el único que hace desaparecer al ego; con él desaparece todo el sufrimiento que la idea lleva consigo.

El método para eliminar esa falsa identificación, soporte de una falsa idea, es transformar mi identidad; no tanto por el intento de aniquilación del ego, sino por el conocimiento de mi Ser-Conciencia sin separación, porque carece de la condición de individuo.

Nº 24.

Ligamos la idea de “realidad” a lo que es acotado, objetivado y, por tanto, palabra, concepto.

Las acotaciones, objetivaciones, conceptos son simplificaciones para reducir la realidad a nuestra medida.

Podríamos decir que todo eso son modelaciones y deformaciones de la realidad.

Para acceder a la Realidad habrá que renunciar a acotaciones, objetivaciones, conceptos y permanecer silenciosos y atentos.

Sin palabras no hay conceptos. Las palabras son, pues, el instrumento central que usa la mente para ponerse al servicio del viviente.

La Conciencia al servicio del viviente más las palabras, eso es “lo mental”.

Las palabras y lo mental, parcelan, acotan, objetivan lo Real, y así lo empequeñecen y lo deforman para que deje de ser amenazador para un frágil viviente y se haga apto para su supervivencia.

De ahí arranca la necesidad de ir más allá de las palabras para poder llegar al puro Ser-Conciencia.

Como las nubes oscurecen al sol, así las objetivaciones y la dualidad oscurecen a la Conciencia, sin afectarla en nada.

Lo mental puro, desembarazado de todo pensamiento, de toda objetivación, es el Ser-Conciencia.

En tu indagación, aférrate a la idea de que tú eres el puro Ser-Conciencia, libre de todo contenido formado por palabras.

La naturaleza del Ser-Conciencia es presencia pura, que no es afectada por los conocimientos objetivos al servicio del viviente.

Esa presencia pura, aflora en el testigo.

La presencia pura es nuestra propia y verdadera naturaleza, y esa es la esencia de la Realidad.

Nº 25.

En cuanto se manifiesta lo mental, el universo y el cuerpo hacen su aparición. Pero tanto lo mental como el universo y el cuerpo son el Ser-Conciencia y no tienen existencia independiente.

No hay más que la Fuente, oscura en ella misma, pero que lo vuelve todo brillante.

No percibida, es causa de la percepción.

No pensable, es causa de los pensamientos.

No siendo nada en particular, da nacimiento al ser.

Es el trasfondo inmutable de todo movimiento.

La luz se ve en lo que ilumina, ella es invisible.

Concéntrate en la Fuente y no en tu supuesta realidad.

Cuando descubras que eres Eso, estarás en todas partes en tu casa.

El Ser-Conciencia se refracta, como un prisma, en lo mental, el cuerpo, el mundo.

Todo lo que tú dices que es, es el Ser-Conciencia.

El Ser-Conciencia incluye en su órbita todo lo que ves ser. Nada existe fuera de él.

Cuando lo sepas con toda certeza, no experimentarás más inquietud.

Sólo el Ser-Conciencia constituye la realidad. El mundo y los sujetos no son la realidad.

Un ser realizado no considera que el mundo es diferente de sí mismo.

El Ser-Conciencia, que no es personal, se manifiesta en el “yo soy” de la conciencia y en los objetos del universo. En la intimidad del sentimiento de ser, se manifiesta. Fuera de Él no existe nada.

El que no es sabio considera que el mundo es real, mientras que el sabio no ve más que la manifestación del Ser-Conciencia.

Advierte lo que eres y permanece en la Conciencia, libre de objetivaciones.

Nº 26.

La tarea es reflexionar hasta verificar la afirmación de los maestros: “tú eres la realidad”, “tú solo eres”.

La realización consiste en descubrir la Fuente y permanecer en ella.
Es comprender con toda claridad al Ser-Conciencia. Es ilimitado y lo abarca todo.
Cuando lo hayas comprendido y vivas en él, despertarás al estado más alto.

Rechaza con resolución todo lo que no eres, hasta que lo verdadero emerja en su gloriosa nada, en su naturaleza de no ser una cosa.

Ten el coraje de existir como nada y ver el mundo tal como es: nada.
No se precisan convicciones o creencias, ni recuerdos, ni proyectos.
No interesan las descripciones porque no son de utilidad.

Si te identificas con tu cuerpo, verás el mundo a tu alrededor.
Si te identificas con tu sutilidad, con tu espíritu, todo será espíritu.

Advertencias:

1ª. No olvides que el despertar no puede llegar a un “tú”, a un “yo” individual. El despertar sólo llega cuando “tú” y “yo” desaparecen.

2ª. Pero no busques fuera de ti mismo; lo que has de encontrar está en la profundidad tranquila de la propia conciencia.

Esa profundidad tranquila ya no es tu conciencia, es “la Conciencia”.

Cuando hayas verificado que eres la luz del mundo, verificarás también que eres el amor.
Verificarás que amar es saber y que saber es amar.

Nº 27

Lo real es simple, abierto, claro, amable, bello, gozoso, siempre nuevo, fresco, perpetuamente creador.

Ser y no ser, vida y muerte, todas las distinciones se fundamenta en Él.

El Ser-Conciencia está más allá de la concepción dualista de conocer y conocido, sujeto y objeto.

Lo Real, el Ser-Conciencia está siempre ahí.

Eres tú mismo.

Por ello, no existe nada más que tú.

Nada puede estar separado de ti.

Está en tu intimidad y no tienes existencia fuera de Él.

El Ser-Conciencia es percibido directamente a cada instante.

Descubre ese Ser-Conciencia, porque tú eres Eso.

La Existencia, que es Conciencia, es tu naturaleza.

Existencia y Conciencia forman juntas el universo.

Ve más allá de la idea “yo soy el cuerpo” y descubrirás que el espacio y el tiempo están en ti y no tú en el espacio y en el tiempo.

Una vez hayas comprendido esto, el principal obstáculo a la realización se habrá levantado.

Tu naturaleza verdadera es el Espíritu Infinito.

Eres la vacuidad en la que todo está incluido, en la que nada el universo como una nube en el cielo.

Nº 28.

Miras y no ves más que tinieblas.

Sin embargo ves.

La luz está ahí y te espera.

Los ojos están preparados.

Las tinieblas que ves no son más que la sombra de un gramo de polvo, tu propio ego.

Desembarázate de él y tus ojos serán inundados de luz; y volverás a tu estado natural.

El alma de tu esclavitud es imaginar que eres un proceso: que tienes un pasado y un futuro, que tienes una historia.

No tienes una historia, ni eres un proceso, ni te desarrollas, ni pereces. Todo eso es un sueño; permanece fuera de él.

Eres “no-dos” sin historia, sin proceso.

Si permaneces ahí, estarás libre de la ilusión de creer que eres alguien venido a este mundo.

La realización no es un devenir.

Tu naturaleza propia es vacía; y el vacío no puede ser la base del devenir.

La nada que eres es el vacío de toda cualidad y de todo contenido; el vacío de toda posible objetivación. Sólo esa nada vacía de toda acotación es plenitud.

La misma idea “me he realizado” es un error.

Si no es un proceso ¿qué es la realización?

La realización es hacer pié en la “sensación de existir”, el “puro ser” sin cualificación alguna, anterior a las palabras y a las imágenes.

Es un estado en el que te bañas en la evidencia de ser, sin necesidad de comentario alguno.

Nº 29.

Espontáneamente crees que lo percibes y concibes en el campo de tu conciencia corresponde a la realidad, pero eso es falso.

Nada de lo que puedas ver, sentir o pensar, es lo que parece.

La verdad espontánea y cotidiana es falsa.

¿Cómo sabes que se ha descubierto la Verdad?

Cuando la idea: “esto es verdad, esto es falso”, no se manifiesta más, porque desaparece la dualidad.

Lo que hay en tu conciencia, los contenidos de tu conciencia, no pueden ser nunca la Verdad. Nada de lo que concibes es verdad.

No puedes pretender llamar Verdad a los conceptos.

La Verdad no puede ser objetivada.

Como la Verdad no es conceptuable, de ella sólo puedes conocer lo que no es.

La Verdad sólo se la puede ser. Esa es la única manera de conocerla.

Ese es un conocimiento que es un no-conocimiento.

La Verdad es un conocer no objetivo que muestra la falsedad de todo conocer objetivo.

La Verdad no se afirma por ella misma, está en la visión de lo falso como tal, y en su rechazo.

Es inútil buscar la Verdad mientras lo mental está ciego a lo falso.

Es preciso que estés completamente purgado antes de que la Verdad pueda levantarse en tí.

Es preciso que busques la Verdad más allá de lo mental, más allá de cualquier concepción, representación, sentimiento.

Sería necio exigir la prueba del dulzor del azúcar antes de tomarla. La prueba del dulzor se encuentra en la boca, no en el azúcar. Para saber qué es lo dulce, es preciso que lo gustes, no hay otra solución.

Cuando pruebes el azúcar, toda incertidumbre sobre el dulzor se eliminará y tendrás un conocimiento de primera mano e inquebrantable.

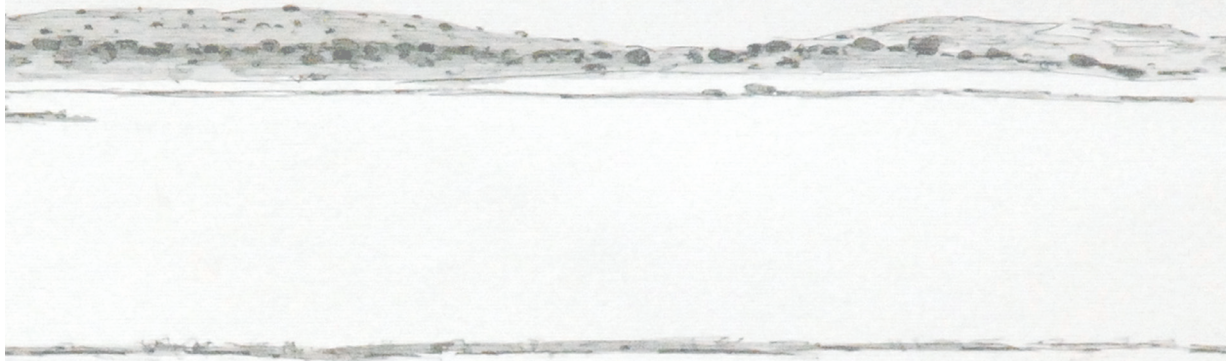
No te pido que me creas, sino sólo que tengas confianza para moverte a probarla, sólo un poco de confianza.

Si esa confianza te falta, no te animarás a poner el azúcar en tu boca.

No hay prueba de la Verdad que preceda a la Verdad.

Ningún criterio de verdad juzga a la Verdad.

En la ciencia, para hacer la prueba de una teoría, hay que seguir un modo operatorio establecido por aquellos que lo han hecho antes. En la búsqueda de la Verdad, ocurre algo semejante; y la cadena de pasos a cumplir se llama disciplina, método o yoga.



Quinta serie

Textos correspondientes
a las sesiones del curso
2006-2007.

Quinta serie

Nº 1º.

Soy un punto de luz del universo. La luz que hay en mí, no es mi luz, sino la luz del universo.

La punta de luz que hay en mí, no es la luz de este mi cuerpo, sino que es la luz del universo entero.

La luz de la inmensidad del cosmos se pone al servicio de mi organismo. Eso es mi mente y eso es el ego.

La luz no es mía, aunque use mi cerebro. Mi luz es la luz de la inmensidad de lo que hay, es la luz del inabarcable cosmos que tejió mi cerebro.

Esa luz, que es la luz del cosmos inmenso, es a la vez el testigo del universo.

Por consiguiente, si miro las cosas desde la luz que apunta en mí, que es el testigo del universo, mi cuerpo es el universo entero y no soy este cuerpo.

Si, en cambio, miro las cosas desde esa luz, (que es la luz de la inmensidad poniéndose al servicio del organismo donde esa luz apunta, que es la mente y el ego), y la tomo como “mi luz”, entonces soy este cuerpo que está en un mundo y estoy sujeto al morir y al nacer.

Nº 2.

Mi luz es la luz de la inmensidad,
luz del inabarcable cosmos
que tejió mi cerebro.

Esa luz es mi verdadero ser,
luz testigo del universo;
mi naturaleza verdadera.

Ni soy mi ego,
ni soy mi cuerpo;
soy la luz que brilla
en los mundos inmensos;
su silencioso testigo,
desde frágil atalaya:
mi cuerpo.

Mi ego es servicio amable
de la luz a este cuerpo;
no una entidad.

Mi luz y el universo, no son dos
sino un solo “ser-luz”.

Esa “luz-universo”, que es “ser-luz”,
es mi naturaleza original.
Pero esa mi verdadera naturaleza
es “nadie”, porque es todo.

Porque soy “nadie”,
nada es otro de mí,
nada me es ajeno,
todo es mí mismo.

Con todo estoy unido
con lazos indisolubles.
La unidad es el amor.

Nº 3.

Mi ser no es mi ego,
ni mi mente,
ni ese organismo
que llamo mi cuerpo.

Mi ser es “la luz”
y el universo entero.

La “luz-universo”,
que es “ser-luz”,
mi naturaleza,
es “nadie”.

“Nadie” es la inmensidad de los
cielos.

Nada es “otro” de mi “nadie”.

Nada me es ajeno,
todo es mí mismo.

Cuando “nadie” muera,
nadie muere,
porque “nadie” nació.

¿Qué es morir para esa “luz”,
que es “nadie”?

Sólo abandonar un tejido,
el de mi cerebro,
ya usado.

Sólo abandonar una atalaya,
desde la que fue testigo del mun-
do,
ya envejecida.

Sólo abandonar pensamientos,
palabras y sentimientos,
ya usados.

“Nadie” no es perenne;
no es nada que pueda durar.
“Nadie” tampoco perece;
no es nada que pueda perecer.
“Nadie” no es ni sujeto, ni objeto.
“Nadie” no es un ser entre otros;
es “lo que es”.

Fuera de Él,
nada es.

Nº 4.

Lo que nace y muere
no era antes de aparecer,
no es cuando desaparece,
no fue lo que pareció ser.

Lo que es perecedero, no es lo que parece ser,
sino otro ser que pasa en eso que creyó ser.

Un árbol nace y muere; no es lo que parece ser,
es programa genético de especie que pasa.

Pero el programa genético de una especie,
no es lo que parece ser. Es la vida que pasa.

Ni la vida es lo que parece ser,
sino la oscura noción de materia.

Pero “materia” es sólo una noción.
Lo que pasa es el vacío de toda noción.

Ese vacío es sólo vacío de comprensión.
Le veo pasar diverso, cambiante.

Puedo hablar de él con sentido,
sin atraparle en mis redes.

Es “como” ser.
Es “como” conciencia.
Es “como” beatitud.
Pero ninguna de esas cosas.

Nº 5.

Lo que perciba, no es como lo percibo.
Mis sentidos modelan lo que reciben.

Modela según la finalidad de la percepción.
que en un viviente, es vivir.

No percibo lo que hay y lo que es,
sino lo que preciso ver para actuar y vivir.

Nada de lo que percibo es real;
lo que parece evidente a mis sentidos,
es una completa incógnita.

Lo que pueda concebir no es real.
Todo lo que mi mente diseñe y represente,
no es real sino completa incógnita.

Mente y percepción están al servicio del vivir.
Percibo y concibo a mi pobre medida.

El sentir no informa de lo que son las cosas,
sino de lo que es conveniente que sienta de ellas.

El sentir no es criterio de la realidad,
sino sólo en orientación para actuar.

El mundo de lo que doy por real,
desde mi percepción, mi pensar y mi sentir,
sólo está en mi mente, que lo construye
desde su condición de viviente necesitado.

Lo real no es esa construcción.
¿Qué es lo real?

Nº 6.

Nada de lo que comprendo y siento es real.
Vivo como en un sueño despierto;
y lo que vivo, incluso de mí mismo,
no se corresponde con lo que es.

Lo que concibo, no es;
y “lo que es” no puedo concebirlo.
Todo lo diseño a mi medida,
y “Eso” sobrepasa toda medida.

Pero tengo noticia clara
de su existir absoluto.
La oscuridad comienza
cuando pretendo enmarcarlo.

Él no cabe en los patrones centrales
de mi pensar y sentir,
que tiene que someterlo todo
a “alguien conoce y siente algo”.

Noticia clara de “Eso”,
que es verdadero saber,
pero de nadie sobre nada.
Nadie sabe y nada es conocido.

Ese extraño saber
es garantía de verdad.
Todo lo que comprenda y sienta,
está en mi mente, no es real.

Saber sin representación alguna.
Peso de certeza en mente y corazón,
lo sutil de lo sutil, sin forma,
y presente en toda forma.

Nº 7.

Me comprendo como alguien
venido a un mundo de seres.
Un mundo del que dependo,
que es adverso, amenazante.

Así sé la realidad
y así me sé a mí mismo.
Así lo percibo todo,
y así lo siento y actúo.

¿Es así la realidad?
¿Así soy también yo mismo?

Lo real, que es mi ser,
es libre, y es absoluto,
vacío de ideas tales
como “objetos y sujetos”.

Percibiendo esas nociones,
lo que es uno y lo que es vario,
estoy viendo y comprendiendo
lo que construí yo mismo.

Cuando se está en silencio,
puedo advertir en mi mismo
otro saber y noticia.

Una noticia presente
en la propia intimidad,
cuando consigo auscultarla.

No es saber de nada o nadie,
es la luz y presencia firme
de “lo que es”, del Vacío.

Observa esa luz constante
en tu propia intimidad,

en el silencio completo
de mente y de corazón.

N° 8.

La firmeza del “que es”,
presente en mi interior,
no es nada ni es nadie,
es sólo un inmenso Abismo.

Pasa desapercibido
porque le exijo que sea
o un objeto o un sujeto,
y está vacío de eso.

Reconocer “lo que es”,
es comprender y sentir,
que existe noticia cierta,
del que es sin forma alguna.

Todo es mi creación,
mi creación soy yo mismo.
¿Quién es el creador?

El inmenso y bello mundo,
en mi intimidad se crea.
¿Quién es el creador?

Del seno de los viviente
brotó una creación varia,
sinfonía de creaciones.
¿Quién es el creador?

Nº 9.

La luz del sol se refleja
en cada gota de agua
del rocío de la mañana.

Cada gota cree ser
una luz independiente,
y poseer en su seno
un punto de luz interno.

Son diversos los colores
de cada gota de agua,
mas todas son sólo agua,
y su luz es la del sol.

Cuando el sol de la mañana
el rocío evapora,
y su luz apaga,
ni el agua murió,
ni el sol se apagó.

Es la muerte la que enseña
que ni la gota es un ser,
ni su luz le pertenece.

La muerte es la consejera,
y es la piadosa guía,
que conduce a entender,
la verdad de lo que es.

Nº 10.

La creación.
Sinfonía de creaciones,
desde el corazón de los vivos.

¿Cuál es su gran sentido?
La vida de los vivos.
¿Por qué ese despliegue?

¿Por qué y para qué?
Ni hay respuesta,
ni hay sentido.

Despliegue gratuito,
desde entrañas vivientes.

Creador magnífico
y vivientes hambrientos,
no son dos.

Testigo en todo, de nada,
y creador inmenso,
no son dos.

Testigo y creación
no son dos.

En mi intimidad veo
el acto creador.

Ahora comprendo:

que todo cuerpo,
es mi cuerpo;

que el universo,
es mi cuerpo;

que todo ser,
es mi ser.

Ya soy libre, del todo,
de este mi viejo cuerpo.

Nº 11.

Quien pasa no es;
“otro” es quien pasa.
¿Quién es?

Y “eso que pasa” está patente
en mi conciencia de viviente,
ya no mía, sino testigo
de todo lo existente.

Ahí se me muestra “el que pasa”,
sutil como un amanecer,
como el sol, patente y potente.

Sólo él es, en lo que pasa.
Pasando se muestra,
mostrando, se queda.

Y soy sólo un breve momento
de su transitar, quedándose.
Todo es sólo conciencia en mí,
en la atalaya de mi cuerpo.

Todo cobra conciencia en mí,
y yo, en todo, tengo cuerpo.
Mi misma intimidad, no yo,
es la luz de todo existir.

Y todas las formas y seres,
son la gran manifestación,
de mi propia intimidad.

Nº 12.

Siendo el testigo de todo existente,
de “lo que es” llegaré a ser testigo.
Ese ha de ser siempre mi camino.

Soy “lo que es”, porque “lo que es” veo.
Como él, de cualidades vacío.
Nada sé de él, y de mí sé nada.

No soy sujeto, ni tampoco objeto.
Ni soy perceptible, ni imaginable.
Ni este mi organismo es una entidad.

Pero soy.

Todo lo que nombro, es ignorancia;
incluso mis palabras más sagradas.
Todo mi decir es hijo del miedo.

Concentra tu corazón y tu mente
en tu más honda intimidad vacía,
que es “el que es”.

Nº 13.

¿A quién mata la muerte?
Al que se cree ser alguien.

La vida continúa,
los sueños de la mente,
en otros hombres viven.

La mente, que es testigo
pero ya no individuo,
flota a la tormentada.

Mas a la dura muerte,
la vida no la siente;
con ella se renueva.

La Vía del silencio,
desvela lo que resta
del paso de la parca.

La muerte arrasa, todo
lo que creía ser
algo, en este mundo.

¿De qué forma entender
lo que escapa a la muerte?

Cambiando los recuerdos
deseos y proyectos
por las palabras vivas
de los sabios Maestros:

“No hay nacer ni hay morir”.
Trueca el deseo de ser,
por el de conocer.

Vuelve del exterior
para ser el testigo
de tu puro existir.

Nº 14.

La vuelta de mente y corazón
al interior, es meditación.
En la atenta observación tranquila,
los oscuros motivos afloran.

Las ansias deseos y temores,
que son la urdimbre de la persona,
ascienden del abismo a la luz.
La luz quiebra las firmes certezas
y la solidez de lo real.

Con la mente serena y tranquila,
transforma al animal en testigo.
Agrietadas todas las firmezas,
se abren los pesados portones
del conocer y sentir sin forma.

Si no modelas la realidad
según tu interés y tu medida,
se disuelven todos los temores
y brilla con un claro esplendor

la verdad,
lo real,
“lo que es”.

Nº 15.

Todo es mío,
yo soy todo.

Todo reside en mí
de una doble manera:

La realidad del mundo,
en mi mente la tramo,
con ansias y temores
que en mi memoria anidan.

Deciden el presente,
proyectan el futuro,
a lo que es dan forma,
y a la vez lo deforman.

Desde mi mismo seno,
todo de mí recibe
su luz y su ser pleno.

De plantas y animales,
de tierras y de cielos,
soy ser y soy conciencia.

He logrado entender,
que el ser es “no-dual”,
que en mí no hay otra cosa,
que “eso no-dos” único.

Nada sin mí, ser tiene,
porque en todo momento
en mí, nadie reside,
si no es “lo que es”.

Todo es mío,
yo soy todo.

Nº 16.

Todo eso de ahí
es y será sin mí,
yo no soy lo que es.

Fluida, salada y fresca
es el agua del mar.

La espuma de las ondas
que rompen en la arena
y las gigantes olas
del profundo océano,
del mar sólo son formas.

Su sabor es saldo
es líquida y fresca
su manera de ser.

En las gotas y espumas,
en las grandes mareas
está siempre presente
el inmenso océano.

Todos los seres tienen
el dejo del Único.
Todo es sólo “el que es”.

El sabor de los seres,
su luz y su existir,
son sólo la certeza
del Único presente,

y todo lo que existe
es su presencia firme.

Nº 17.

Ni cosas ni personas
dan la felicidad.
Ninguna cosa externa
podrá apuntalarte.

Ningún objeto externo
te dará fortaleza,
satisfará tu alma,
te librerá del miedo.

No refuerces tu ser
con las quebradas cañas,
que rasgarán tus carnes,
arruinarán tu fe.

Nada externo te salva
de temores y ansias.
Deseos inagotables
con cortejos de miedos.

Cumplir todas las ansias,
tarea imposible.
Si se consigue una,
temores de perderla.

La dicha no consiste
en gozar de placeres,
sólo el conocimiento
da la firmeza interna.

¿Son islas de placeres,
en mar de sufrimientos,
o islas de dolores
en mares placenteros?

¿Cómo frágiles seres
eludirán los males?
Sólo cuando conozcas
la roca de su alma,

la Conciencia Absoluta,
tu más íntima entraña,
que es la esencia de todo,
sin reclamos externos.

Nº 18.

Advierte, cuando nos reunimos,
no es asamblea de personas.

¿Personas? Son sólo memoria,
recuerdos, imaginaciones.
¿Individuos? Tampoco es eso.
Los individuos son conceptos.

¿Seres venidos a este suelo?
No, somos hijos de este mundo,
nuestros padres son las estrellas
el cálido sol y la tierra.

Somos sólo un breve latido
del gran universo infinito;
llama instantánea del gran fuego,
chispa de luz de las estrellas;

tenue momento de conciencia,
juego de Conciencia Absoluta;
del que danza gesto rápido,

breve ola del océano
que rompe y que muere en la playa;

tenue latido de la vida
de la inmensidad de los mundos.

Somos nadie, corto vibrar
de la expansión del universo,
como sueño, pompa en el aire.

Pero soy cosmos y el gran fuego,
la gran luz, el gran océano,
el Ser y Conciencia Absoluta.

Somos el danzarín supremo,
el corazón del universo.

Que esto comprenda tu mente,
que hondo tu sentir lo sienta.

Nº 19.

Lo más profundo de mi intimidad,
es quietud y es completa transparencia,
como aguas de un lago de montaña,
como la luna en la noche serena.

Pero lo que se refleja en la mente,
y ha de mantener la vida del cuerpo,
es continuo fluir, como las aguas
de los arroyos en altas montañas.

En las aguas quietas se ve el fondo
y la clara luna se mira en ellas.
En el arroyo, la luna se rompe
en millones de destellos de luz.

Como la pendiente mueve las aguas,
el apego remueve la conciencia.
No atienda tu alma aguas de arroyo,
sino a los profundos fondos del lago.

Para un alma quieta, no busques nada,
que en aguas tranquilas la luna brilla
en un cielo de estrellas infinito,
y se te mostrará tu propio abismo.

Si deseas algo, ¡aguas abajo!
La espuma de las aguas tapa el fondo
y sólo brillan destellos de luna.

Nº 20.

Si imparcialmente miro
los dolores del mundo,
veo, desconcertado,
pero en completa paz,
que así todo está bien.

El sufrimiento lo crean los hombres,
y sólo ellos pueden remediarlo.
Nadie es el culpable de nuestros males,
ni lo es Dios, ni la naturaleza.
Tenemos el destino en nuestras manos.

La reconciliación
con los males del mundo
no es la pasividad,
ni dejarlo a su suerte
sino aceptación plena.

Actúa sin rechazo

y sin condenación,
sino desde el amor
y total compasión.
Así todo está bien.

Nº 21.

Busca el conocimiento de ti mismo,
en el que el conocedor no es el ego.
Busca al conocedor que no es sujeto,
ni tampoco nada particular,

que reside en tu misma intimidad.
El que conoce, es el mundo mismo.
No ciñas al mundo a imagen mental,
percíbelo sin conceptualizar.

Si lo consigues no le temerás.
La conciencia que no pretende nada
puede conocer el mundo que es,
no propios conceptos e imágenes.

Indaga en ti la conciencia testigo,

Conciencia Absoluta
en tu intimidad.

Nº 22.

Reconoce con claridad los dos tipos de conciencia que son propios de nuestra especie:

La conciencia en sí es conciencia absoluta.
El testigo, la puerta a la conciencia no dual.
Es la conciencia primordial,
sin principio ni fin,
sin causa ni sostén,
tranquila, silenciosa,
experiencia de toda experiencia.

La conciencia-mente.
siempre conciencia de algo,
siempre noticia de algo,
relacionada con el deseo,
orientada a la acción,
relativa, dual.

La conciencia-mente es la manifestación
La conciencia en sí es lo manifestado.

La conciencia-mente, una vibración de la *conciencia en sí*.
La conciencia-mente no ofrece nada propio,
siempre es la existencia de la conciencia absoluta.

Reconoce la libertad y el gozo de la conciencia no dual,
que en tu propia intimidad aflora.

Nº 23.

La misión de Jesús
fue corta y fulgurante,
rayo breve e intenso
de deslumbrante luz.

Desveló el tesoro
y la perla escondida:
el “no dos”, la Unidad.
Y la llamó “el Padre”.

¡Que poderosa imagen!
Toda criatura es Hija
y del único Padre,
una en naturaleza.

Todo animal y planta,
los cielos y la tierra,
las aves y los hombres,
Hijos todos del Padre.

“Lo que es”, “el que es”
cálido y solícito
como un amante Padre,
con su único Hijo.

Y las criaturas todas
como Hijo Único
unidos con el Padre
en la misma natura.

“Lo que es”, como Padre.
Lo que parece ser,
como Hijo del Padre,
en completa unidad.

El Padre
no es el “otro” del Hijo.

El Hijo
no es el “otro” del Padre.

Esta fue la enseñanza
del más joven Maestro,
relámpago de luz
en oscuras tinieblas.

El más precoz Maestro
de un oscuro país,
tierno, fuerte y cálido,
intuitivo y fresco.

¡Poeta y Maestro,
Jesús de Nazaret
tienes nuestro respeto
y nuestra gratitud,

por tu descubrimiento
y tu revelación!

¿Es esto panteísmo?

Dios es sólo un símbolo, una figura. Habría que tomar el símbolo “Dios” como descripción de una realidad, y sólo es un símbolo.

Dios no es Dios, porque no es como lo representamos. Dios no es unidad ni pluralidad. Está más allá de los conceptos de uno y múltiple.

Las criaturas son representaciones nuestras, tampoco son como las concebimos.

Puesto que hablamos de “Eso” es en símbolos, y hablamos de las criaturas con modelaciones, objetivaciones nuestras, ¿qué sentido puede tener hablar de panteísmo o no panteísmo?

Para que tuviera sentido habría que tomar los símbolos como la descripción de realidades y nuestras representaciones de las cosas como descripciones fidedignas de las cosas. Ni una ni otra cosa es cierta.

Los símbolos son sólo apuntamientos a lo que no se puede decir y los conceptos son sólo modelaciones, representaciones útiles para nuestro vivir.

Nº 24.

La imagen “EL PADRE”.

Continuaremos meditando la imagen del Absoluto como “Padre”, que enseña Jesús. No es apartarse de la perspectiva vedanta, sino utilizar la luz del vedanta para comprender mejor el Evangelio.

En el vedanta y en el budismo se representa al Absoluto como un océano profundo, insondable, potente, siempre en movimiento, creando formas y disolviendo formas continuamente. Pero el océano parece frío, indiferente. También un océano de conciencia parecería hiriente, como una luz intensa y desmedida para los ojos de un viviente. El animal viviente, el frágil yo, breve espuma del océano, que aparece y desaparece en un suspiro, podría sentirse desamparado en esa imagen de Absoluto.

La imagen del Vacío absoluto de formas que se muestra en formas, tiene también la fuerza de un rayo potente de luz para nuestra débil consistencia, pero puede resultar fría para un animal viviente.

La idea de Brahman como Ser-Conciencia, “no-dos absoluto”, vuelve a ser luz deslumbradora que transmuta el sentir, y así arranca de la tenue condición de criatura; pero tampoco es cálida de entrada para pobre animal que somos.

La idea del Absoluto como Padre dice: solicitud, ternura, acogida, proximidad, relación íntima, confianza. Eso si le habla de cerca al viviente.

Representar al Absoluto, “al que es” como Padre, como mi Padre, es de un atrevimiento casi impensable. Es una revelación indeciblemente amable. Y es, además, una intuición profunda, porque las manifestaciones duales del “no-dos”, son sólo el “no-dos”; por tanto llamar “Padre” al Absoluto y sentirse uno con Él y de su misma naturaleza, resulta ser una imagen poderosa y adecuada, porque eso mismo dicen, de formas diferentes, las otras grandes imágenes, de todas las tradiciones:

“El Vacío es forma y la forma es vacío”,

“el Absoluto es el ‘el no-otro’ de la criatura, y la criatura es el ‘no-otro’ del Absoluto”,

“todo es Maya y Maya no es nada más que Brahman”,

“toda forma está concebida en la dualidad y la dualidad es sólo la manifestación del ‘no-dos’,

“todo lo que alcanzan tus ojos no es otra cosa que el rostro de Alá”,

“nada es sino ‘el que es’”,

“todo es unidad, unidad y diversidad o ni unidad ni diversidad, sino más allá de esas nociones”.

El mundo de las diversas tradiciones religiosas de la humanidad, es un mundo de imágenes, de representaciones, de metáforas que hablan del Absoluto.

La imagen de Jesús, “el Padre”, es una de las más potentes, aunque mantiene una cierta dualidad, corregida por la afirmación de que Padre e Hijo son de la misma naturaleza y una sola realidad. Y toda criatura es el Hijo unigénito, porque Jesús habló de

*“mi Padre y vuestro Padre”,
“que todos sean uno en mí, como yo lo soy en ti.”*

Esa es la enseñanza de Jesús, ese es el espíritu de su mensaje; lo demás son, o formulaciones mitológicas y simbólicas o consecuencias, hijas de unos tiempos pasados.

En ese mundo de imágenes, de metáforas, la oferta de Jesús puede parangonarse y competir, (si se me permite una inadecuada imagen comercial), con las grandes ofertas de las tradiciones espirituales de Oriente. Pero no hay imágenes mejores o peores, cuando son expresivas y acreditadas. Todas tienen sus ventajas y desventajas.

Las ventajas son pistas buenas para la indagación.

Las desventajas se corrigen como se puede. Todas las tradiciones lo hacen

Hay que aprender a apreciarlas todas y a utilizarlas cuando convenga; sabiendo que todas intentan apuntar a Aquello que está más allá de nuestras capacidades de representar e imaginar.

Hay que aprender a no juzgar que unas son superiores a otras.

Nº 25.

Nos vivimos como *alguien venido a este mundo*.
Toda nuestra vida sólo tiene una ocupación:
luchar y pelear para hacernos un lugar digno.

Todo eso es un error.
Una lamentable equivocación.

No hemos venido a este mundo,
somos este mundo.

Somos la conciencia de este mundo.
Somos este mundo consciente de sí mismo.

Somos un punto de luz,
desde el que el mundo se mira a sí mismo.

Somos esta inmensidad,
consciente de esta inmensidad.

Somos este esplendor y belleza,
consciente de este esplendor y belleza.

Somos ser y conciencia,
lúcidos del Ser-Conciencia.

Desperdiciamos la ocasión única de la vida,
luchando por ser alguien.
Esa lucha es angustiosa e irreal como una pesadilla.

Hay que despertar a lo que es nuestra realidad:
Luz sobre luz.
Luz que se contempla.

Luz de la luz.
Nadie, sólo el Ser-Luz.
Sólo juegos de luz.

Nuestro destino es sólo ser y reconocer.
Esta debiera ser toda nuestra vida:
Reconocer el esplendor de la inmensidad del Ser.
Reconocer la inagotable belleza del Conocer.

Todo eso es nuestro Ser y nuestro Conocer.

Nº 26.

“Conocerse a sí mismo” es conocerse desde más allá del ego.
¡Inténtalo!

El más allá del ego reside en mí mismo,
es mi más íntima intimidad.
¡Intenta dar con él!

Desde ese nivel de mí mismo,
- que no es sujeto,
- ni una entidad particular,
- el mundo soy yo mismo.
¡Verifícalo!

Ese nivel de mí mismo es un puro testigo.
¡Reconócelo!

Desde el testigo es posible la pura percepción,
- sin objetivación ni conceptualización,
- sin deseos y proyectos,
- sin dualidad.
¡Compruébalo!

En mí hay tres posibilidades:
- vivir con los pies en el ego,
desde sus necesidades, deseos y temores;
- vivir con los pies en el testigo,
viendo y sintiendo desde el silencio del ego;
- vivir más allá del testigo
viendo y sintiendo la completa no dualidad de la realidad.
¡Intenta deslindar, comprender y vivir esos tres aspectos de tu existir!

Nº 27.

Estoy completo, no necesito nada.
No tengo que apuntalar mi ser
con nada venido de fuera.
Soy fundamento y sostén de todo lo que existe.
Fuente de toda forma, libre de nombre y forma.
Comprender esto es la liberación.

Estoy lleno hasta los bordes
y vacío de toda noción de ser o no ser.
Ni soy mortal, ni inmortal, no soy individuo.
Estoy más allá del tiempo y del espacio.
Comprender esto es la liberación.

Si creyéndome alguien, no interfiere,
la Conciencia Absoluta cuida de mí
espontánea y correctamente.
Me creo alguien y pretendo conducir mi barca,
pero el que conduce la barca y la barca
son sólo “el que es”.
Comprender esto es la liberación.

Asienta tu atención y la luz de tu conciencia,
no en el ego que crees ser,
sino en la Conciencia Absoluta que eres.
¿La persona?, sólo un reflejo del sol
en una gota de rocío.
No hay nadie sino el reflejo del sol.
Actúa desde ese convencimiento
y el sol te guiará a lo desconocido.
Comprender esto es la liberación.

Nº 28.

Cuando la total realización llega,
¿qué es lo que queda?
Vacío de categorizaciones,
pero compacto y lleno hasta los bordes.

Borra nuestras ideas
de ser y de conciencia,
gozo y felicidad,
de dolor y de muerte.

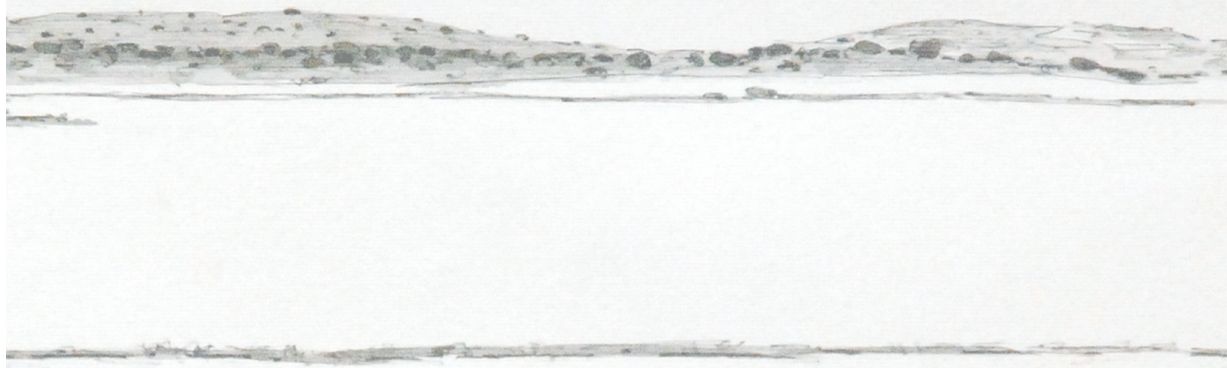
La verdadera inmoralidad,
no es la permanencia del individuo
vivo y consciente, en tiempo sin límite,
sino el conocimiento y el sentir
de que no hay individuo.

La luz que ilumina todos los mundos,
es mi luz.
El ser que construye y destruye mundos,
es mi ser.
Eso que conduce cielos y tierras,
es mi guía.

La raíz de los mundos:
el centro de mi centro;

ese lugar oscuro,
la fuente de la luz,
que es como una ausencia,
es sólida presencia.

Vacío, que es mi ser,
no negrura de nada
sino compacta esencia
de inmutable existir.



Sexta serie.

Textos correspondientes
a las sesiones del curso
2008-2009.

Sexta serie

Nº 1.

El ser de la mente es vagar
en casa y en el ancho mundo;
tantea por dentro y por fuera,
desde recuerdos y proyectos,

suponiendo siempre que es alguien,
en mundo extraño y peligroso,
y nadie es sino “el que es”.
Sólo Él se cuida del cuerpo.

Si te tranquilizas, comprendes
y te sumerges en la fuente,
en la conciencia de existir.

Múdate del depredador
al testigo que sólo acepta,
porque ni busca ni detesta.

En lo profundo de mi seno,
la fuente clara y la calma.

Muda tu alma a la quietud,
“el quieto” regirá tu vida.

Nº 2.

Quien se apoya en sí mismo,
reside en sus recuerdos,
algo que ya no es;

reside en sus proyectos,
que no son todavía,
quizás jamás serán.

Vive de sus deseos,
que paren sus temores.
Un temor, un deseo.

Deseos y temores,
edifican tu mundo
frágil y peligroso,

que termina en vejez,
que concluye en la muerte.

Recuerdos y esperanzas,
deseos y temores,
son sólo un sueño breve;

una frágil ficción,
creada, simulada
por la necesidad;

de jabón una pompa,
que brilla unos instantes
y estalla; pura nada.

En ti hay otra cosa,
firme como una roca;
búscala, da con ella.

En tu centro reside,
ella es tu propio ser.

Nº 3.

Lo que existe, no es lo que un viviente necesitado ve.
Lo que existe es lo que se muestra en toda forma,
lo que verdaderamente es en todo lo existente.

Dice el Yoga Vāsishtha:

*“Existe en el espacio como vacío,
como sonido en lo que suena,
como tacto en lo tangible,
como piel en el contacto,
como sabor en el gusto,
como olor en el aroma,
como fragancia en el perfume,
como resistencia en el cuerpo,
como solidez en la tierra,
como dulzor en la leche,
como movimiento en el viento,
como calor en el fuego,
como determinación en la inteligencia
como dialéctica en la mente,
como sentimiento del yo en el individuo.*

*En los árboles es el árbol,
la inmovilidad en lo inerte
y la movilidad en los seres animados,
la inconsciencia en lo insentiente
y la inteligencia en lo sentiente,
la divinidad en los dioses
y la humanidad en los hombres,
la bestialidad en los animales salvajes
y la gusanidad en el gusano.*

*Es la verdadera esencia del tiempo y de las estaciones,
el dinamismo en la acción
y el orden en el orden,
la existencia en lo existente
y la muerte en los cadáveres.*

*Es la infancia, la juventud y la vejez,
lo mismo que la muerte.
No puede ser dividido ni analizado,
porque es la esencia de todas las cosas”.*

N° 4.

El sabio comprende que está completo,
que no necesita nada;

que no precisa apuntalar su ser,
con nada venido de fuera;

que deseos y temores, recuerdos y proyectos
ya no tienen poder sobre él;

sabe que es el fundamento de todo lo existente,
que es el alma de toda forma;

sabe que está lleno hasta los bordes,
aunque vacío de toda imagen;

que no cabe en la categoría de individuo
y que existe más allá del tiempo;

sabe que no es nadie venido a este mundo,
ni nadie que tenga que salir de él;

se asienta en la conciencia de ser,
porque esa es la conciencia absoluta;

sabe que no es conciencia de esto o de aquello,
porque es pura conciencia de ser;

sabe que es “nadie”,
porque sabe que es “todo”.

Quien se esfuerce por comprender esto,
se convertirá pronto en sabio.

Medítalo una y otra vez,
porque meditarlo te dará la sabiduría.

Nº 5.

¿Cuál es mi verdad?
Residir en la pura Conciencia.
Ahí no hay mi cuerpo y otros cuerpos,
mi mente y otras mentes.

Creo ser alguien que conduce su barca,
ni soy nadie, ni el cuerpo es mi barca.
Conductor y barca son sólo “el que es”.
¿Hay mejor guía?

No existe la Conciencia y mi mente,
su control y mi control.
¡Que “el que es” guíe!
¡Que no guíe mi persona,
deseos y temores reunidos al azar!

El guía es “Nadie”
y guía a nadie,
a nada.

Pero la guía es real
y el despertar real.

Nº 6.

La Luz de los mundos,
esa es mi luz.

El Ser que construye y destruye los universos,
ese es mi ser.

Ese Ser y esa Luz cuidan de mí,
porque no hay “mí”.

Mi conciencia no es conciencia del mundo,
es Conciencia no-dual.

Nadie ha venido a este universo,
desde fuera de él.

La Conciencia, que es el centro de mi mente,
es un Vacío sin forma.

El Vacío del centro de mi conciencia,
no cabe en la noción de “conciencia”.

El Ser y la Luz de mi conciencia
es un centro oscuro.

La fuente de mi conciencia
es una ausencia.

Lo que para mi mente es una ausencia,
no es la negra nada.

El Centro Oscuro del seno de mi luz,
es Luz cegadora.

Mi ser no es la mente que advierte esa luz tenebrosa,
mi ser es esa tiniebla.

Esa Presencia Absoluta, que es una ausencia,
ese es mi ser.

Nº 7.

En el centro de mi conciencia,
hay una presencia sin forma.
Esa oscuridad es mi ser.

Desde esa realidad vacía,
el cosmos es porque yo soy.
Esa es la fuente de los mundos.

Mi cuerpo y mente son el mundo,
no más míos que las estrellas.
Mi núcleo es sin tiempo ni espacio,
de él fluyen anchuras sin fin.

Un lugar de quietud y paz.
Quienes se acercan a ese abismo,
desaparecen para siempre.
Quien muere, conoce su ser.

Nº 8.

El abismo oscuro en mi centro,
genera certeza desde el vacío.
Ese es mi ser.

Se le ha dado muchos nombres
a lo largo de los tiempos.
Ninguno le alcanza.

Mientras me aferre a la idea
de que sólo lo que tiene forma,
nombre e individualidad existe,
lo Supremo parecerá no existir.

Cuando comprenda el vacío
de todo nombre e individualidad,
reconoceré lo Supremo,
como Ser y Conciencia absoluta.

Lo Supremo no es el fondo de ningún ser,
ni es el estado de otra cosa,
porque frente a Él no hay nada.

No deja rastro,
no hay nada por lo cual conocerle,
nada da pistas de lo que es “nada”.

No se le puede buscar,
no hay cómo encontrarle.
Su ser nos encuentra a nosotros.

No busques señales,
abandona nombres, formas,
y criterios de realidad
y lo verás directamente.

Verlo es serlo.
Serlo es despertar de la ilusión
de ser fuera de Él.

Se le conoce
cuando se conoce,
sea lo que sea lo conocido.

Nº 9.

Desde el ojo del testigo,
el centro oscuro del alma,
los mundos son incausados.
Son sólo Ser y Conciencia.

Todo es luz y sólo luz.
No hay, fuera de la luz,
más que imágenes de luz.
¡Bellos juegos de colores!

No te impliques en las cosas,
deja llegar lo que venga,
deja ir lo que se vaya.
Nada es sino la luz.

Hay dos formas de actuar:
persiguiendo puros sueños,
que es actuar desde fuera,
o desde el centro del Ser.

Actuar desde el origen,
desde la fuente de todo,
es actuar desde dentro,
desde el seno del amor.

Donde todo es no-dos,
no hay actuar desde fuera.
Esa es la acción de la luz.
Desde la luz a la luz.

Nº 10.

Tus deseos y temores
construyen lo que es tu mundo.
Te aprisionas en tu obra,
y peleas por tu cárcel.

Lo que la mente construye,
la mente puede cambiar,
si actúas desde la luz,
que en tu intimidad reside.

Piensa siempre quién actúa,
si actúas tú, depredas,
aunque quieras evitarlo.

Si en ti actúa Eso,
un abismo silencioso,
¡Nueva vida para todo!

Nº 11.

Los deseos y temores,
son el centro de mi mismo,
y son mi dura prisión.

Lo que haga desde ahí,
sólo agrava los problemas;
deforma en provecho propio.

Para salir de esa cárcel,
no basta la rectitud,
ni la buena voluntad;
sólo el conocer te basta.

Sólo la indagación cuenta,
la que no parte del ego;
la que se hace sin palabras,
ni interpreta o representa;

la que busca la verdad,
y está dispuesta a morir
para poderla encontrar;

La que se atreve a entrar,
en la región del silencio,
que no puede concebir,

en lo que es impensable,
lo único que es real.

¡Camina por ese mar,
y desde ahí, actúa!

Nº 12.

Cualquier cosa que esperes, no es “lo real”.
Lo que esperas se apoya en la memoria,
y la memoria, en lo que deseas y temes.

Sólo lo inimaginable e impredecible es “real”.
¡Ese es el terreno que hay que andar!

Todo lo que ansían tus expectativas, no es “lo que es”.
“Lo que es” no cabe en tus pobres expectativas.
Das por real lo que te dictan sus deseos y temores.

Todas las expectativas defraudan, ofrecen nada,
sólo nuestra pobre idea de lo real.

Silencia tus expectativas, no las persigas.
Espera sólo lo que surge del vacío más absoluto,
lo inconcebible, lo que no imaginan tus proyectos.

“Lo que es” desborda los propósitos humanos.

Desplaza tu atención,
de tu persona y expectativas,
a tu centro, una presencia absoluta y vacía.

En ese centro gustarás la expectativa sólida:

Nada que esperar.
Nada que venir.
Sólo despertar
en ti a la presencia,
a ti idéntica.

¡Despierta a tu ser,
el inconcebible!

Nº 13.

Ninguna experiencia concreta,
por extraordinaria que sea;
eso es la liberación.

¿Te ocupas de tus experiencias?
De la dualidad estás preso.
Huye de todas tus vivencias.

De la indagación ocúpate
de tu sentimiento de ser.
Vuélvete, vacío de ideas,
a tu conciencia de existir.

Mantente en la noticia clara
de lo que es el puro existir,
de lo que es sólo ser-conciencia.

Es la única realidad
en toda acción y movimiento.
Huye el ansia de experiencias.

Nada de lo que busques vale.
Nada de lo que esperes vale.
Nada que experimentes vale.

Sólo la unidad vale,
donde no puede haber
experimentador
ni tampoco experiencias.

Nº 14.

No esperes que “lo que es” tenga el sabor de lo que “parece ser”.

No esperes que los “otros” alimentos
sepan como los terrestres.
Si caes en ese error,
ni los reconocerás ni los gustarás.

Si te empeñas en permanecer en la dualidad,
no advertirás el paso de la unidad.
Si quieres ser tú mismo, no verás al Ser.

Si te muestras codicioso con “lo que es”,
permanecerás vacío.

Si te empeñas en llenar de agua tu pequeño cubo,
no te sumergirás en el mar.

Pretender que “lo que es” te satisfaga
es una necesidad y una irreverencia.

Si esperas que la lluvia empape tu pedazo de tierra,
no comprenderás que sólo Él es,
no comprenderás nunca que eres su lluvia.

Nº 15.

“He encontrado un tesoro siendo paciente”.¹⁴⁸

Espera pacientemente a que los deseos y esperanzas se derrumben.
En las ruinas encontrarás un tesoro.
Todo lo que parecía responder a deseos y expectativas, no cumple.
Sólo son promesas huecas.

Sólo el Vacío, eso que parece nada, es la respuesta.
Sólo “el que es”, vacío de toda posible objetivación y cualificación,
es la respuesta a todas las preguntas y expectativas.
Nada ni nadie desata los nudos, sólo el que “parece nada” los deslía.

Pero para eso hay que esperar pacientemente.
Si desesperas caerá sobre ti el destino.
Y el destino es el peso de tus deseos, temores y expectativas
y las de tus antepasados.

El destino cegará tus ojos.
Y al final será la ruina estéril.

No creas las promesas del deseo.
¡Son todas, mentira!

¹⁴⁸. Rumí: Mathnawí. Madrid, 2003, Editorial Sufi, Tomo I, pg. 82.

Nº 16.

La presencia cierta y vacía,
que es de mi intimidad el centro,
es el Guía, el camino y meta,
es Testigo y testificado,
“el que es”, mi naturaleza,
es el que sabe y lo sabido,
el Ser-Conciencia no-dual,
la liberación del apego.

Es una presencia constante,
es una ausencia que es certeza.
Es una respuesta espontánea
que surge, sin usar palabras,
a toda posible pregunta.

La respuesta que se demora
es de la mente, incorrecta,
porque crece desde los suelos
del sujeto y de sus deseos,
de sus miedos y expectativas.

Cuando la respuesta procede
“del Presente” que es una ausencia,
pensamiento, sentir y acción,
responderán perfectamente
a toda pregunta o cuestión.

Nº 17.

Un peligroso desagüe en el camino.

Quien haciendo camino busca qué comer,
está perdido, fácilmente será engañado.
Quien caminando busca algo para sí,
caerá en miles de trampas.

Quien en la Vía busca algo para alimentarse,
es semejante a quien recoge grano,
con un agujero en el saco.
Lo que reúne, lo pierde.

El esfuerzo por escapar a la egocentración
y entrar en el conocimiento silencioso,
lo pierde, quien busca algo de que vivir.
Quiere que muera el ego por inanición, pero lo alimenta.

Quien recorriendo la Vía pretende vivir de lo que coma en ella,
no ha entendido la tarea: desnudarse de toda pretensión.
Quien busca en la Vía comida de sabores sutiles,
quiebra la primera regla: acumular sinceridad sobre sinceridad.

La sinceridad va recta, simple, sin dobleces,
sencilla, sin segundas intenciones;
busca “lo que es” y sólo “lo que es”,
no a sí mismo en “lo que es”.

Nº 18.

La perplejidad es el resultado de la aproximación a “el que es”,
que no es ni individuo, ni individuación alguna.

La perplejidad es la cosecha de quienes caminan por la vía de la certeza,
sin que sea certeza de nada ni de nadie.

La perplejidad es la compañera inseparable de quien conoce,
sin que pueda decir qué conoce.

La perplejidad invade a quien ama,
sabiendo que a ama un abismo inconcebible.

La perplejidad es inevitable para el que está invadido de gozo,
sabiendo que es por todo y por nada.

La perplejidad no abandona al que se siente
asentado en la paz incommovible de una ausencia.

La perplejidad acompaña al que siente el peso y el calor de una presencia,
que es una ausencia.

La perplejidad es el lote que acompaña al pobre viviente,
cuando se adentra en los campos infinitos del Ser-Conciencia.

La dulce perplejidad abrumba a quien comprende que “el que es”
es el Padre verdadero de su propio ser.

La perplejidad invade a quien comprende que su verdadero ser
es el abismo insondable de “lo que es”.

Nº 19.

Nadie puede describir la acción del inconcebible;
pero que actúa.

Nadie puede describir el camino hacia lo no objetivable;
pero se camina hacia él.

Nadie puede concebir al que no es “otro” de nada;
pero se despierta al más íntimo que la intimidad.

Nadie puede seguir huellas en el mar;
pero hay guía.

Nadie puede comprender la profunda atracción de “Eso” que es nada;
pero la seducción actúa.

Nadie puede entender el amor a lo que no tocan nuestras manos;
pero el amor es real.

Nº 20.

El cuerpo, raíz del ego, es la raíz de todas las formas.

El cuerpo es la raíz y el soporte del ego.
Del ego proceden las formas que damos a lo real.

De esa misma fuente proceden
las imágenes que construimos del Absoluto.

El ego y su pedestal, el cuerpo, son la razón de que nos liguemos a formas
y que liguemos el Ser a formas.

No concebimos que algo exista,
sin que esté ligado a una forma.

Así comprende el ego: todo lo que es, es porque tiene una forma.
Esta es la ley del sentir y comprender de todos los vivientes.

Esa ley nos empuja a construir imágenes del Absoluto y convertirlas en ídolos.
El ego y el cuerpo son la fuente de todos los ídolos.

Cuando hacemos del Absoluto un ídolo,
entramos en guerra con los ídolos contruidos por otros.
Guerra de religiones.

La guerra de religiones es guerra de ídolos colectivos.
Hija de la ignorancia colectiva.

Quienes no construyan ídolos, no van a la guerra.
Y quienes van a la guerra no conocen “al que es”;
lo han sustituido por un ídolo.

Hay guerra cuando se derrama sangre
y cuando se ignora y se menosprecia.

Hay guerras de muchas clases,
pero los ídolos siempre terminan por reclamar sangre.

Nº 21.

El conocimiento conduce a la perla
que se esconde en el corazón:
la fuente del propio ser.

Ese es el único actor.
Un actor que no es un actor,
porque ¿quién o qué hay fuera de Él?

El intento por lograr el conocimiento,
parece que brota del ego. No es así;
su raíz está en la joya oculta en el corazón.

La joya es el espíritu del hombre,
espíritu que carece de forma.
Ahí está el verdadero actor: “el que es”,
la eficacia del intento.

El conocimiento muestra
que el destino no es lo que parece ser;
ni el libre albedrío es lo que parece ser,
ni es lo que parece ser el intento.

Lo que hay es el Único
y la manifestación del Único.
Fuera de eso no hay nada.

En nuestro pobre ser,
su manifestación:
el Único se conoce a sí mismo.

Nuestros ojos son sus ojos,
nuestros oídos sus oídos,
nuestra mente su mente,
nuestro sentir su sentir,
nuestras acciones sus acciones.

Nº 22.

En ti reside el poder de cruzar la gran frontera.

*¿Quién ha robado mi montura?
¿Qué hay debajo de ti, oh maestro?
Sí, es el caballo, pero ¿dónde está el caballo?
¡Oh hábil jinete en busca de corcel, vuelve en ti!*

*El Espíritu está perdido,
porque su ser es tan manifiesto y cercano:
¿cómo puedes tener los labios secos,
si tus tripas están llenas de agua?¹⁴⁹*

*Nos creemos sometidos al destino,
incapaces de seguir la llamada de los maestros.*

*Pensamos como si fuéramos alguien frente a Él.
No hay nada, ni nadie frente “al que es”.*

*Creyéndonos alguien,
preguntamos por nuestra montura:*

*¿Con qué poder podremos cruzar la gran frontera
y entrar en los jardines del silencio?*

*Pero no hemos perdido la montura,
porque el poder reside en nosotros mismos.*

*Rumí nos invita a que advirtamos
nuestra propia realidad.*

149. Rumí: Mathnawí. Madrid, 2003, Editorial Sufi, Tomo I, pg. 97.

Nº 23.

La búsqueda de la sabiduría.

*El que busca la sabiduría se convierte en una fuente de sapiencia;
se vuelve independiente de las adquisiciones y de los medios.¹⁵⁰*

La búsqueda es la sabiduría:
nada que encontrar.
Búsqueda de un conocer sin forma,
que diluye a buscador y buscado.

Búsqueda independiente
de adquisiciones y de medios,
porque en ella no se pretende nada,
y resulta ser nadie el que busca.

Creer en sabiduría
no es adquirir conocimientos,
ni ahondar saberes antiguos.
Es silenciar interpretaciones,
es desnudarse de sentires,
hasta llegar a la “noticia cierta”,
con el corazón y la mente,
que diluye todo saber
y toda certeza.

¿Qué medios valen para obtener “nada”?
¿Cómo llegar a comprender
que “nadie” puede obtener “nada”,
porque “lo que es” es Único
y Sin forma?

Sólo el intento.
¿Intentar qué?
Despertar.

Pero el intento no causa el despertar,
sólo es el lugar del despertar.

150. Rumí: Mathnawí. Madrid, 2003, Editorial Sufi, Tomo I, pg. 92.

Nº 24.

*Quando el entendimiento de un hombre ha sido su maestro,
después de esto se vuelve su discípulo.*

La lucidez dice, como Gabriel

“Oh Ahmad, si doy un paso más me quemaré.

Déjame, pues, y continúa:

*éste es mi límite, oh sultán del alma”.*¹⁵¹

Que la razón conduzca hasta el límite,
hasta las puertas de lo innombrable:
la frontera del conocimiento no dual.

Que la razón desmonte
lo que la mente construyó,
regida por la necesidad,
controlada por el destino,
que viaja desde la lejanía
de las generaciones.

La razón lleva a la puerta del jardín,
pero no puede entrar.
Es maestra rigurosa y exigente
del que busca la sabiduría;
pero al llegar al umbral de su palacio
se convierte en discípula.

151. Rumí: Mathnawí. Madrid, 2003, Editorial Sufi, Tomo I, pg. 93.

Nº 25.

Guía la razón al jardín,
sin tener el poder de entrar.
Las puertas del jardín se cierran,
bloquean todos sus esfuerzos.

Seguir, excede su poder,
sin estar jamás en su contra.
Un conocer sin argumentos,
sin pronunciar ni una palabra.

Noticia recia y siempre cierta,
donde nadie conoce nada.
El nuevo guía es silencioso,
con un callar muy elocuente.

La razón, con rigor, nos muestra
que lo que parece real,
es tan sólo la construcción
de la humana necesidad.

Es su última afirmación:
“esa construcción no es real”.
Aquí se acaba su poder.
Prohibido saltar el límite.

Le toma el relevo un poder,
¡el gran secreto de la mente!
el de penetrar en silencio
en el interior del jardín.

La razón es desbrozadora
abriendo y limpiando el camino
para que pueda entrar el guía
que conoce todo el jardín.

El guía interno, sabio y mudo,
tan hondamente silencioso
que estando en mi interior es nadie.
Nadie es el guía, el certero.

Nº 26.

*“¡Cuántas lluvias de largueza han caído,
para que el mar distribuyera perlas!
¡Cuantos soles de generosidad han brillado,
para que la nubes y el mar aprendieran a ser tan espléndidos!”*¹⁵²

La enseñanza de los grandes
es sencilla y clara.

Nos enseñan a no ser
en presencia “del que es”,
y a reconocerle.

Su don y sabor destruyen.
“Sólo los rotos ganan el favor del rey”¹⁵³

Los subimos a los cielos
para agarrarnos a ellos,
y que nos salven.

Así huimos de la ruina,
el lugar del tesoro.

Ellos no son agarradero,
sino el abismo mismo.

Les hacemos ventanales,
para iluminar la casa,
y continuar en ella.

Los usamos de ornamento,
para evitar la ruina.

Llevan de la tierra al mar,
de la forma a la no forma.

No ligan a su persona,
sino al “sin forma” en ellos,
que es nuestro propio “sin forma”.

Nº 27.

Realizar la verdad no requiere tiempo.
El tiempo no le atañe.
El camino no es un proceso.
“Lo que ya es”, no es ni camino.

Busca en ti “al que aflora”:
el absoluto permanente,
el testigo silencioso,
el secreto inamovible,
la presencia sin fondo,
la fuente inactiva de toda acción,
la verdad, que es presencia
y no fórmula.

“Lo que parece ser” y no es,
no da certeza y seguridad,
sólo inquietud y expectativa.
Sólo la pura experiencia de ser,
da firmeza sin miedo.
Ahí está la verdad.

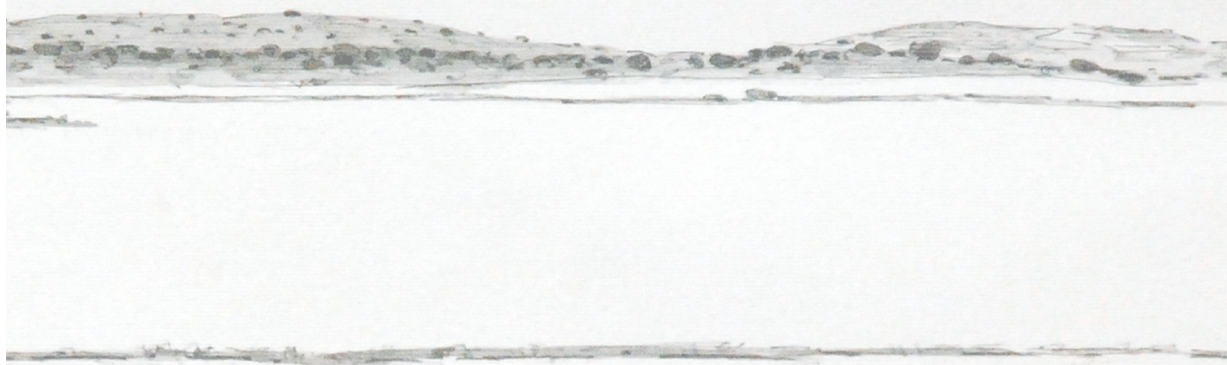
El camino es lucha, indagación,
por saber qué es la realidad
y quién soy yo.
No busques resultados,
errarías el camino.

Lucha sin buscar resultados,
es tu auténtica naturaleza.
La lucha verdadera es indagación,
porque es nadar mar adentro.

Esa lucha ya es el absoluto,
tu naturaleza, la verdad.

El camino que se adentra
donde ya no hay dualidad,
descubre “lo que es”,
y se libera de lo que cree ser:

el cuerpo,
la mente,
la individualidad.



Séptima serie.

Textos correspondientes a las sesiones del curso 2009-2010.

Nº 1.

Quien busca salvarse,
no ha comprendido
lo que es el camino
espiritual.

Quien sólo obedece,
quien se sacrifica
por su salvación,
no quiere morir.

Desaparecer
es la condición
del vero saber
del que es Único.

Quien busca salvarse
huye las ruinas.
Sólo hay salvación
si “nadie” se salva.

Quien quiere salvarse
amarra su mente
a la dualidad:
se da por real.

Quien logra entender
que ninguno es,
si no es el Único,
sabe su no-ser.

Nada hay que salvar
si no hay dualidad.
No hay redención
sino en las ruinas.

Nº 2.

No existen los sujetos y no existen los objetos.

Eso es sólo una construcción de nuestra condición de vivientes necesitados, eso es sólo un supuesto necesario. Necesitamos reconocernos como individuos, con una estructura de necesidades, diferentes del medio en el que y del que vivimos.

No es una realidad existente lo que suponemos: que somos sujetos, individuos, en un mundo de objetos.

Eso es sólo un supuesto que tenemos que hacer y vivir, como si fuera realidad, para poder satisfacer nuestras necesidades y sobrevivir.

Nuestro mundo de sujetos y de objetos, con todas las preocupaciones, temores, deseos, angustias, éxitos y fracasos que le acompañan, no existe ahí fuera, existen sólo en nuestra cabeza y en nuestro corazón.

Nuestro mundo de realidades es tan poco real, ahí fuera, como el mundo de realidades de una garrapata, una mosca, un perro o una sardina.

Son sólo mundos que nuestras mentes de vivientes tienen que construir para sobrevivir en el medio.

Lo que realmente existe es un “X”, que no es ninguna de esas construcciones. Por tanto, no es sujeto, ni individuo, ni Dios, ni cosa alguna que podamos concebir con nuestra mente y expresar con nuestras palabras.

Y ese “X” es lo que hay y sólo lo que hay. Eso mismo somos nosotros.

No existe realmente ninguna de las interpretaciones de la realidad que expresan nuestras palabras.

Volviendo estas reflexiones hacia mí mismo: no existo como sujeto, ni como individuo con una estructura concreta de deseos, temores, recuerdos, expectativas. Todo eso tiene la misma entidad que un espejismo que se proyecta sobre las arenas del desierto.

En mí, lo único que existe es ese mismo “X”, que todo es.

Nadie, ni nada hay fuera de “X”.

Todo sólo dice ese “X”, nada le oculta.

Nº 3.

La vida es maestra del espíritu,
si se escuchan sus lecciones
y se siguen sus consejos.

Para aprender de esa maestra,
circula entre personas y hechos,
sin perder la dirección,
como quien sorteja transeúntes
en una calle concurrida.

Sus lecciones son duras:
nada es lo que parece,
lo que piensas no es.

Acepta todo como se presenta,
pero cuestiona todo,
incluso a tí mismo,
si quieres comprender
el canto de la realidad.

Sus lecciones se aprenden
estando desnudo y vacío,
amando sólo la verdad.

Sólo existe “lo que es”,
en lo que todo reside,
donde nada tiene ser propio;
como las olas en el océano
son, sin ser más que mar.

Lo que el “yo” se plantea,
es tan irreal como él mismo,
tan irreal como la mente:
sucesivas series de estados,
todos ellos transitorios.

Nada transitorio es real,
en lo transitorio,
“otro” es el que pasa.

La mente depende del ego
y el ego depende del cuerpo.

Este es el supuesto de la mente:
“soy el cuerpo”.

Analiza en profundidad
ese supuesto.

Nº 4.

Sustituye tu pretendido ser
por tu verificada inexistencia.
Tú eres vacío como el espacio.

Como la humedad empaña al espejo,
tu irreal ego vela “lo que es”
¡Desaparece ya! ¡Que brille el Ser!

El irrefutable conocimiento
es ver claro la propia irrealidad.
Nada te dará mayor dicha y paz.

Comprende que tu verdadero ser
es la totalidad del universo,
y que ese universo, es “el que es”.

Ni existes tú, ni existo yo, ni el mundo.
Sólo existe la infinita incógnita.
Llámale Dios o si prefieres Nada.

Investiga tu individualidad
y quedará sólo Nada en tus manos,
no podrás encontrarte en parte alguna.

Ese estudio calcina la semilla
de lo que te crees ser y de tu mundo.
Serás libre del dolor que construyes.

Tú eres Él, sin partes, como el espacio,
eres conocedor y conocido.
Tú eres Nadie porque eres siempre Todo.

Tú eres, pero no eres concebible.

N°5.

La persona es memoria,
y es intermitente,
como lo que la urde.
¿Qué soy yo cuando duermo?

¿Qué soy, si la memoria
se apagara despierto?
Donde falta recuerdo,
tampoco hay persona.

El mundo está en la mente,
la memoria es su trama.
Frágil como el olvido,
vacío como el ego.

No creas ser;
es puro error.
No te atribuyas
lo que no tienes.

Lo que crees, no eres.
No seas vulnerable
a todo lo externo,
ni a tu fragilidad.

Mira dentro de tí
y sabrás tu no ser.
En tu centro búscalo,
y sabrás “lo que es”.

Indaga tu existir,
que no es esto ni aquello:
tu núcleo silencioso
que no podrás nombrar.

Advierte su presencia
y aprende que es sin nombre,
que se dice callado,
como un abismo ardiente.

Nº 6.

No actúes ni vivas
para que te conozcan,
o para que te quieran;
te esclavizarán.

No cantes para nadie
buscando su afecto.
Muere ya a esa actitud
y podrás ser libre.

Si te ofreces a otros,
esos te comerán,
y te devorarán
y tirarán las sobras.

Reflexiona bien esto
si quieres cosechar.
Si solo Él te basta,
nadie podrá dañarte.

Quien a actuar aprende,
sin buscar fruto alguno,
mar y tierra le sirven
y Dios le satisface.

Este es camino nuevo:
no andar en lo presente,
porque es trampa mortal,
ir por el suelo firme

del que es el Ausente,
aunque siempre presente.

Nº 7.

No dudes, paga el diezmo,
dalo todo por Nada.
Dale todo tu ser,
verás tu bello rostro.

Pero tu hermoso rostro,
que es la faz del sin faz,
será como abandono.
Su presencia es ausencia,

y su ausencia es presencia.
Es alma de mi alma,
insondable vacío,
el todo de mi ser.

La fuente de la luz,
inmediata, presente,
que siempre se rehúsa
a toda posesión.

Él es la intimidad
y es a la vez su ausencia.

Nº 8.

Si sabes del inmediato,
no vuelvas a la creencia
porque es a tu medida.

Si gustas la intimidad,
no vuelvas a la obediencia
porque huyas al sutil.

No confundas “al que es”,
con “estoy en su umbral”,
porque no es como tu esperas.

Acepta como Él es,
no le exijas tu tamaño,
no esperes al ya presente.

Sabe del presente-ausente,
y conocerás su rostro.
¿Para qué buscar su aroma?

Nuestra pobre condición,
padece al sentirle ausente,
lo sufre como un engaño.

Él llama como “el que es”,
le vivo como “no es”.

Se promete como día,
y aparece como noche.

Me promete su presencia,
y le siento como “nada”.

Él me ofrece su dulzura,
y le siento frialdad.

Mas su ausencia me enamora,
No me inquieta, es certeza.

No hay su casa y mi casa.
Ni su estrado, ni su umbral.

No hay individualidad,
ni tan siquiera la suya,
sólo queda la Unidad.

Ya no te pido que vengas,
sé que no hay ir y venir,
sé que todo es Unidad.

Nº 9.

Somos primavera y otoño.
La primavera es siempre breve,
con sus frescuras y promesas,
con su verdor y su belleza,
su vigor y su dulce clima.

Pero pronto llega el otoño,
el frescor se transforma en frío,
el verdor se mustia y se seca,
vigor y belleza se apagan,
se ve aproximarse a la muerte.

El alba es una primavera;
cada atardecer, un otoño,
cada anochecer, una muerte.
Somos primaveras y otoños,
que se nos tragará la nada.

El olor de la primavera
te conduce por el camino;
el bello color de sus flores
guían por tu breve sendero;
su frescor es luz en la mente.

La muerte que se te aproxima,
en el otoño habla de ausencia.
Sintiendo tu pleno vacío
y el suyo, en esas ausencias,
sabrás de su cierta presencia.

Ama otoños y primaveras.
La primavera vuelta otoño,
no le reclames su promesa,
y no te sientas engañado
porque te condujo a la ausencia.

Es así como debe ser,
y así se presenta su don.
Logra despojarte de todo,
como árboles en invierno.
Vuélvete invierno con amor.

¡Vuelve a la tierra! ¡Eres tierra!
Sabe que tu nada es su todo,
que tu tierra es su florecer.
Tu ausencia revela su ausencia,
firme forma de su presencia.

Nº 10.

La implacable y amable maestra, la muerte. (1)

Muerto, mi cuerpo se pudrirá,
con él, mi cerebro y mi memoria;
no recordaré haber existido.

¿Qué importan las tareas a cumplir?
¿Qué los éxitos y los fracasos?
Todo es ilusorio y es vacío.
Todo va a terminar en la nada.
Fracaso completo.

¿Y si mi vida fuera un éxito?
¿Y si dejara una gran herencia?
De mí sólo quedaría un nombre,
vacío, como escrito en la arena,
que borrarán las aguas del tiempo.

Cuando yo existía,
¿qué existía?
Cuando yo actuaba,
¿qué actuaba?
Cuando yo pasaba
¿qué pasaba?
¿Fui yo quien pasó?
¿Qué fue?

Esa es toda mi realidad,
el resto sólo interpretación.
No fui nunca lo que creí ser,
por lo que duramente luché.
No fui lo que creí conocer;
la muerte lo diluyó en la nada.

¿Cuál es el conocer verdadero?
El que queda tras la negra muerte;
el que aguanta el toque de la parca:
Una noticia que no es de nadie
ni de nada, pura lucidez.

Esa debe ser mi residencia:
Eso leve que existió en mí,
lo que pasó y actuó en mí,
y que tras su paso dejó algo,
que siempre creí era mío,
en la cuneta de su marcha.

Nº 11.

La implacable y amable maestra, la muerte. (II)

¿Cuál es mi realidad?
¿Mi cuerpo, mi cerebro, mi memoria,
que la muerte aparta del camino,
o Eso que existió y actuó en mí?

Radícate en Eso que existe en tí,
como tu verdadero ser.
No vivas en tu interpretación.

Fúndate en la pura conciencia:
la conciencia de nadie.
Asiéntate en el puro conocer:
el conocimiento de nada.

Ese nivel desvela la muerte.
Un lugar sin proyectos,
ni fracasos, ni actores,
sin siquiera la muerte.

Un lugar de lucidez y de paz
donde no llegan las riadas,
ni las tormentas del mundo.

La muerte es maestra amable,
si muero antes de morir;
o es “la implacable”,
que con terrible golpe,
arrasa toda mi ser.

La muerte revela:
la irrealidad de mi ego,
y de todo lo que concibe;

que mi supuesto ego
es sólo una función
de la larga marcha de la vida;

sin otra entidad,
que la de “Eso que pasa”
en mi nacer y morir.

Nº 12.

En nuestro interior
hay vastas regiones,
lugar, no-lugar,
debajo del ego.

Lugar no-lugar
que es como un jardín
que uno recorre
sin pies y sin ojos.

Las vastas regiones
de nuestro interior
son mucho más anchas
que la extensa tierra,

y son más extensas
que los mismos cielos.
El estrecho ego
estalla en pedazos,

libre el corazón
y libre la mente,
amplios como el cosmos
desde el no-lugar.

En tu corazón
y en toda tu mente
cabe todo el cosmos
y todas las gentes.

Desde esas regiones
que posee tu alma
anda por el mundo,
ya libre del ego,

conociendo en todos
los seres que existen,
y amándolo en todo
como “lo que es”.

Ve a tu trabajo
residiendo estable
en el no-lugar,
sede de la paz.

Nº 13.

En las vastas regiones
del fondo de la mente,
la Universal Razón.
¿O cómo llamaremos,

a lo que construyó
los cielos y la tierra;
a la sabiduría
que la formación rige
de fetos y galaxias?

Esa misma razón
aflora en mi seno.
El fondo de mi alma
es la Universal Mente.

Nada hay frente a ella,
soy el mismo proceso
que el cosmos generó
y que lo rige todo.

Lo hondo de mi alma
es Ella y sólo Ella,
ni viene ni va nadie,
sólo Eso Único.

Lo que rige los mundos
es lo que en mi aflora,
son las vastas regiones
de lo que llamar puedo,

Eso, Mente, Razón,
Dios, Nada, Abismo.

Nº 14.

La voz absoluta
del puro existir
llega a todo hombre
y a toda criatura.

Todas las palabras,
todos los sonidos,
son las resonancias,
son sólo los ecos
de una voz única.

Todos los humanos
de todos los pueblos
de todas las tierras
oyen esa voz,

que habla sin boca,
oye sin oídos.
Si llegan a humanos,
tienen la noticia
del puro existir.

Canto silencioso,
pero perceptible.
Hasta los árboles,
las plantas y piedras
oyen esa voz.

Con sólo existir,
se oye esa voz.
“¿No soy Yo?”, pregunta.
Sí; es la respuesta.

El propio existir
es ya la respuesta.
Fuera de la fuente
ni una gota de agua.

Nº 15.

La máxima devoción.

¿Qué puedo encontrar en un mundo
que es creación de mis deseos y temores?
¿Qué puedo esperar de lo que son sólo expectativas
que crea la propia conciencia?

Nada real, sustitutos de realidad,
realidad fingida, realidad vacía,
realidad que sólo está en mi mente.

Lo sabio es darse a “Eso no-dual”,
más allá de temores y expectativas.
Desaparecer en esa donación.

Esa es la máxima devoción:
sumergirse en el Inmenso Desconocido.
Esa es la devoción esencial,
que no requiere de la figura de un Dios.

El conocimiento es rendición,
entrega, devoción,
que arranca de comprensión
e invade el sentir y todo el ser.

Quien no conoce no es devoto
“del que es”, del “no-dos”;
es devoto de una imagen,
que modela al Irrepresentable.

La devoción es completa y real
cuando procede del conocimiento,
de un conocimiento que rinde.

Nº 16.

Silencia el conocimiento objetivo,
y tu mente carecerá de límites.
Serás conocer y amor universal.

No eres ni esto ni aquello;
atiende a que sólo eres.
Cuando sólo eres,
eres conocer y amor universal.

El fundamento de todo amor
es el amor que eres cuando sólo eres.
Entonces comprenderás
que la esencia del Ser es Amor.

Tu verdadera naturaleza
es ese conocer-amor universal,
fuente de todo amor particular.

Quien te vea, verá la realidad no-dual
que es amor sin división.

Todo amor de cosas y personas
es sólo una chispa
de ese amor trascendental,
que es tu propio ser.

Toda búsqueda de ser y de amor
es búsqueda de ese Ser-Amor
que es tu propia esencia.

Todo amor es destello de tu esencia.
Toda atracción lo es de tu esencia.

El mundo de objetos y de amores
es sólo una creación de tu mente,
recubriendo tu propia esencia.

¡Qué pocos comprenden!
¡Qué servidumbre buscar fuera,
lo que se es dentro!

¡Cuánto esperar y no alcanzar!
¡Cuánto sufrir en el nacer y en el morir!

¡Cuanta ignorancia de mi ser,
que es la Realidad-Amor,
que ni gana ni pierde,
ni nace ni muere!

Nº 17.

Estate atento al Aliento,
que es sutil como la brisa.
Acógele cuando sientas
que acaricia tu rostro.

Si no le esperas alerta,
pasará de largo,
rozaré otra cara.

Si has perdido su visita,
refuerza tu vigilancia.
Que pueda encontrarte en vela,
si vuelve a pasar de nuevo.

Su Aliento apaga el fuego
quemando el fondo del alma.
Es el fuego de la vida.

¿Desconfíes de su fuerza,
porque es sutil y vacío
como es el espíritu?
Su poder licua las rocas.

No entrará en ti ese Aliento
si te encontrara comiendo.
No comas si quieres verle.

Tu propio aliento es su Aliento,
tu espíritu es su Espíritu,
y tu aroma es su Aroma.

No busques en el desierto.
En tí está el pan de vida
y las flores de su aroma.

¿Por qué vagas por estepas
buscando el pan de tu alma,
si en tí residen los frutos
del árbol del paraíso?

Comprende que en tí reside
el Aliento que es el pan.
Sabe que tu ser real
no cabe en todos los mundos.

Nº 18.

Su Aliento seca la dualidad,
convierte las piedras en joyas.

Su Espíritu es vino puro
que embriaga al yo,
hasta que sabe que es nada.

Su vino calla a la razón parcial.
La razón parcial llega al mar,
pero no reconoce su existencia,
porque no sabe navegar.

La razón parcial todo lo objetiva.
La total sabe de la “no imagen”;
y porque lo sabe, calla a tiempo,
y da paso a la Gran Noticia.

La razón ha de recorrer el camino,
que lleva al borde del mar.
Si al mar no le vuelve la espalda,
pasa de la existencia a la no-existencia.

La razón es amiga del espíritu
y es total y no parcial,
si se sumerge en el mar sin fronteras
del conocer y sentir silencioso.

El conocimiento sin palabras,
es la cumbre de la razón.

A Dios, al Espíritu ¿cómo llamarle?
Expresarle en imágenes no es delito.
Nuestro destino es hablar de lo inefable
con imágenes visibles y con palabras.

No es delito llamarle “Padre”, “Espíritu”;
el delito es pensar que el nombre le describe.
Él se adapta a la figura que le damos,
si no pretendemos poseerle,
en esos nuestros humildes moldes.

Si creemos tenerle en imágenes,
Él huye y se ausenta.
La fidelidad no es a una imagen;
esa fidelidad es infidelidad.

Comprende que los maestros son espíritu,
y comprenderás que eres inexistente.

Nº 19.

*No esperes que “lo que es”,
tenga el sabor de lo que “parece ser”.*

No esperes que los alimentos sutiles,
sepan como los alimentos terrestres.

Si caes en ese error,
ni los reconocerás, ni los gustarás.

Si te empeñas en permanecer en la dualidad,
no advertirás el paso tenue de la unidad.

Si quieres ser tú mismo,
no verás “al que es”.

Si te muestras codicioso con “lo que es”,
permanecerás vacío.

Si te empeñas en llenar de agua tu pequeño cubo,
no te sumergirás en el mar.

Pretender que “lo que es” te satisfaga,
es una necesidad y una irreverencia.

Si esperas que la lluvia empape tu pedazo de tierra,
no comprenderás que sólo Él es,
ni comprenderás nunca que eres su lluvia.

Nº 20.

*“He encontrado un tesoro siendo paciente”.*¹⁵³

Espera, paciente, el derrumbe
de todos tus deseos y expectativas;
contribuye activo a su hundimiento.
En las ruinas se esconde un gran tesoro.

Lo que prometen tus expectativas,
no lo cumplen, ni jamás lo cumplirán.
Sólo el Vacío, que parece nada,
es la única respuesta válida.

Sólo “el que es”, vacío de toda noción
y de posible representación,
es solución a todas tus preguntas
y a todas tus grandes expectativas.

Nada ni nadie desata los nudos,
sólo “el que parece nada” desliga.
Para que eso te acaezca, derruye
y espérate, cargado de paciencia.

Desespera y caerás bajo el destino,
que es el peso de todos tus deseos,
todos tus temores y expectativas
y los de todos tus antepasados.

El destino cegará tus dos ojos
y te arrastrará a la ruina estéril.
No creas las promesas del deseo,
son todas ellas siempre mentira.

Que toda tu mente y corazón toquen
ese abismo vacío de tu interior,
y se apagarán todas tus preguntas,
y se extinguirán tus expectativas.

153. Rumí: Mathnawí. Madrid, 2003, Editorial Sufi, Tomo I, pg. 18.

Nº 21.

El trabajo espiritual no es más que perplejidad.

Nadie puede describir la acción del inconcebible.

Nadie puede señalar el camino hacia el inobjetivable.

Nadie puede concebir la senda al que no es “otro” de nada.

Nadie puede seguir huellas en el mar.

Nadie puede comprender la atracción de “Eso” que es Vacío.

Nadie puede entender el amor,

que ni asimos con las manos, ni con la mente.

La perplejidad acompaña al que se aproxima al Ser
que ni es objetivable, ni es individuo.

Perplejidad cosecha quienes caminan por la certeza,
que ni es certeza de nada, ni de nadie.

La perplejidad es inseparable de quien conoce,
sin que pueda decir qué conoce.

La perplejidad invade a quien ama
a un abismo insondable.

La perplejidad es inevitable para el que se siente gozoso,
sabiendo que es por todo y por nada.

La perplejidad no abandona al que reside
en la paz incommovible de una ausencia.

La perplejidad acompaña al que siente el calor
de una presencia que es una ausencia.

La perplejidad es el lote del pobre viviente
que se adentra en los campos infinitos de “el que es”.

La dulce perplejidad abruma a quien comprende
que “el que es” es su propio Padre.

La perplejidad pacificadora invade a quien entiende
que su verdadero lugar de residencia
y su ser, es un Abismo de Conciencia.

Nº 22.

“El amor es el astrolabio de los misterios de Dios”.¹⁵⁴

Todo amor,
o terrestre,
o celeste,
lleva a Él.

Quien ama de veras,
sale de sí mismo.
Quien sale de sí,
de sí se desnuda.

¿Quién ama si amo
ya no desde mí?
Si la caña ama,
el Vacío ama.

El Vacío ama
al que está Vacío.
El amor real
narrar no se puede.

Sólo el Amor habla
de lo que es Amor.
Amor es el fuego
de la luz del Ser.

Por eso el Amor
se difunde a todo.
Amor es calor
y luz de Unidad.

Amor es la esencia
del que es Único.

*“Aliméntame, pues tengo hambre,
apresúrate, pues el tiempo
es una espada que corta”.¹⁵⁵*

¹⁵⁴. Rumí: Mathnawí. Madrid, 2003, Editorial Sufi, Tomo I, pg. 20.

¹⁵⁵. Rumí: Mathnawí. Madrid, 2003, Editorial Sufi, Tomo I, pg. 21.

Nº 23.

Agradecer es reconocer.

Él es el Sutil.
El que se distrae,
no percibirá,
como ciego y sordo.

Él es el más tenue,
Él es el suave,
es el silencioso,
como sutil nada.

Él pisa firme,
pero sin huella.
Él da en el rostro,
como una brisa.

Quien puede advertirle
como dulce olor,
como sabor duro,
como peso cierto,

como mano amiga,
como compañero,
como el propio ser,
como no-dual,

y no lo agradece,
con el corazón
y toda la mente,
no le reconoce.

Apresúrate,
agradécele,
reconócele,
despertarás.

Quien puede olerle
y no agradece,
la ingratitud
su nariz pierde.

Quien puede intuirle
y no reconoce,
su actitud merece,
perder ambos ojos.

Nº 24.

¿Cuántos maestros del espíritu?

*“¡Cuántas lluvias de largueza han caído
para que el mar distribuyera perlas!
¡Cuántos soles de generosidad han brillado
para que la nube y el mar aprendieran a ser tan espléndidos!”*¹⁵⁶

Los grandes tesoros
de las tradiciones
y grandes maestros,

no son las creencias,
ni son sus doctrinas,
ni formas algunas.

El tesoro es agua
y el tesoro es sol.
Ninguna riqueza.

Aguas de los cielos,
el sol del saber.
Enseñanza clara.

Doctrina sencilla.
Muestra lo que somos:
frente “al que es”, nadie.

No hay presencia alguna
ante su presencia.
Todo es como nada.

Plenitud la tierra,
plenitud el cielo.
Él en los maestros.

¹⁵⁶. Rumí: Mathnawí. Madrid, 2003, Editorial Sufi, Tomo I, pg. 48.

Imágenes, formas
llenas de Vacío.
¡Extraño tesoro!

Su sabor y don,
son la plenitud
y la destrucción.

*“Sólo los rotos
ganan el favor del rey”¹⁵⁷*

157. Rumí: Mathnawí. Madrid, 2003, Editorial Sufi, Tomo I, pg. 50.

Nº 25.

Elevamos hasta los cielos,
a los grandes del espíritu,
para refugiarnos en ellos,
y que nos den la salvación.

Así evitamos la ruina
que arrostrar necesita el ego:
el lugar donde está el tesoro.

Mas todos los grandes maestros
del yo no son agarradero,
sino que empujan al abismo.

Pretendemos que los maestros
abran ventanas en la casa
y poder continuar en ella.

La queremos iluminada,
acogedora y agradable,
poder seguir vivos en ella.

La ruina es inevitable.
Tanto si sigo a los maestros,
como si les vuelvo la espalda.

La enseñanza de los profetas
es pasar de la tierra al mar,
y de la forma a la no forma.

El mar es la aniquilación,
y del yo, el vacío completo,
descubrimiento del Único.

Los maestros no nos someten
ni tan siquiera a su persona
sino a lo vacío “sin forma,”

que se hace patente en ellos,
que es nuestro propio “sin forma”.

Nº 26.

Comprueba el ser de “Eso otro”,
el que no es “otro” de nada,
al que le llamaron Dios.
Compruébalo sin razones,
en su calor y en su luz.

En un calor y una luz
que asemeja a un fuego ausente,
pero que quema y abrasa
y cambia a todos los seres
en vida y en espíritu.

Soplo que lo real muta:
lo que parece no ser
es luminoso y sutil;
lo que decía existir,
nos muestra su inexistencia.
No hay otra demostración,
ni otra prueba o argumento
que la verificación.
¿Quién se ocupará en probar
la existencia de lo bello?

Prepara tu corazón,
despierta toda tu mente,
verifica por tí mismo,
eso que llamaron Dios
y con otros muchos nombres.

Prodigio del conocer
y milagro del sentir.
Un conocer y sentir
desde el seno del silencio.

Todos los demás milagros
en comparación de éste
son un poco más que magia,
no gran cosa para el alma.

Nº 27.

Los patrones de comprensión,
valoración y acción de la persona,
no los construye el individuo,
sino que le construyen a él.
Cada persona, como individuo,
es el efecto de una infinidad de causas.

En él actúa el cosmos entero:
las galaxias y las estrellas,
el sol y la luna,
el rincón de la tierra en que vive,
la historia completa de la vida,
el largo peregrinaje de nuestra estirpe,
los avatares de la comunidad en que nace
y las de las generaciones de las que es hijo.
Esos son los actores de sus acciones.

Ese es el destino de cada persona.
Un destino inquebrantable como la muerte.
¿Dónde queda la libertad?

Dicen los maestros del espíritu:
hay escape a ese destino de acero;
podemos hacer pie en un conocer, sentir y actuar
libre de esos patrones que nos configuran,
libre de los barrotes de nuestra persona.

Dicen que ese destino,
que es una prisión inviolable,
a la que llamamos “voluntad de Dios”,
es sólo la manifestación,
de “lo que únicamente es”.

Él es la única realidad,
y de todo eso, el único actor,
aunque la responsabilidad sea
del que sólo parece ser.

Conocer el mundo en que vivimos,
a nosotros mismos y al destino,
como manifestación de “el que es”,
eso es la iluminación.

Saber que residimos
más allá del destino,
en el Único Actor,
eso es la libertad.

Nº 28.

¿Cómo escapar del destino?

Sólo Él es el actor.
Lo que parece actuar,
-cada uno de nosotros-,
no es el verdadero actor.

El destino es el agente
de quienes se creen libres.
Sólo el intento tenaz
puede romper los barrotes
de la prisión del destino.

Nada podemos hacer
sino sólo intentar,
mas el intento reafirma
lo que se quiere evitar;
parte del yo, a él vuelve.

Todos los Maestros dicen
que el don de la libertad
sólo ocurre en el intento.
El intento no lo causa,
mas sólo en su seno ocurre.

La liberación es don,
es ruptura desde dentro,
del único actor regalo.
El intento es sólo Él
que se busca a sí mismo.

Desde el seno del destino,
el ego conoce el mundo.
Desde el seno del intento,
Dios se conoce a sí mismo.
Esa luz es libertad.

La luz conduce a la perla
que en el corazón reside.
Esa perla es el actor,
y es la espada que corta
la cadena del destino.

La eficacia del intento,
no soy yo, sino la joya;
el único actor sin forma
que reside en mi centro
como el único que es.

Nº 29.

Para quien reconoce,
ni hay destino, ni libertad,
sólo es “el que es”,
el Único y su manifestación.

La luz conduce a la perla
que reside en el corazón,
la fuente del propio ser.
Ese es el único actor.

Un actor que no es actor.
¿Quién o qué hay fuera de Él?
El intento parece hijo del ego,
pero su raíz es la joya.

La joya es el centro del hombre,
un centro que carece de forma.
Ahí está el verdadero actor,
“el Único, el que es”.

La joya es la luz, el intento.
Desde el fondo de su hondura,
el conocimiento nos muestra
que nada es lo que parece ser.

El destino no es lo que parece ser;
el libre albedrío no es lo que parece ser,
tampoco el intento es lo que parece ser.

Lo que hay es el Único
y la manifestación del Único.
Fuera de eso, no hay nada.

Sólo existe el Único,
que se conoce a sí mismo
en su manifestación.

Nuestros ojos son sus ojos,
nuestros oídos sus oídos,

nuestra mente es su mente,
nuestro sentir su sentir,
nuestras acciones sus acciones,
nuestro ser es su ser.
Fuera de Él, nada.

Nº 30.

El Espíritu y mi espíritu.

Soy forma del “Sin forma”,
sin dualidad ninguna.
Entre Él y mi cuerpo
no hay frontera alguna.

Todo el ser de mi ser,
es sólo el “Sin forma”;
no una chispa suya,
Él, en su unidad simple.

Mi completo espíritu,
es vacío de forma
y de categorías,
es sólo el “Sin forma”.

La vida de mi vida,
es vacío, sin forma.
Y no hay frontera alguna
entre sin forma y “Sin forma”.

El núcleo de mi ser,
la fuente de que mana,
es mi tenue espíritu,
no “otro” del Vacío.

Mi espíritu no es individuo,
como no lo es el “Sin forma”.
No puede haber distancia alguna
entre no-individuo y No-individuo.

Mi ser es como el de Jesús
es uno con el Único,
es uno con el Padre.
Mi espíritu es Espíritu.

Cuando mi día llegue y muera
mi aliento volverá al Espíritu
del que nunca se separó.

Referencias bibliográficas

La mayoría de textos aparecen reseñados de forma abreviada. He aquí las referencias completas de las obras citadas:

Al-Yili, Abd al-Karim. *El hombre universal*. Madrid, Mandala, 2001. 124 p.

Ashtāvakra Gītā

Ashtāvakra Gītā. Palma de Mallorca, J.J. de Olañeta, 1983. 61 p.

B. G.

Bhagavad Gītā: con los comentarios advaita de Sankara. (ed.: C. Martín). Madrid, Trotta, 1997. 336 p.

B. S.

Brahma Sūtra

Brahma-Sūtras, con los comentarios de Sankara. (ed.: C. Martín) Madrid, Trotta, 2000. 709 p.

Br. Up.

Brihadaranyaka Upanishad. Gran Upanisad del bosque. Madrid, Trotta, 2002. 491 p.

Ch. Up.

Chandogya Upanishad (en: *Upanisads*. Madrid, Siruela, 1997. Y: *Sept Upanishads*. París, Seuil, 1981).

Cues, Nicolas de. *Du non-autre. Le guide du penseur*. París, Du Cerf, 2002. 126 p.

Gaudapāda, Kārikā

Consuelo Martín. *Conciencia y realidad. Con la «Māndūkya Upanishad» y las «Kārikā de Gaudapāda»*. Madrid, Trotta, 1998. 232 p.

Gñanésvar

Gñanésvar. *Amritanubhava*. Madrid, Etnos, 1994. 118 p.

Sv. Up.

Svetasvatara Upanishad. (en: *La ciencia del Brahman. Once Upanisads antiguas*. Madrid, Trotta, 2002. 336 p.)

Kārikā de Gaudapāda (vid.: *Gaudapāda, Kārikā*)

Ka. Up.

Katha Upanishad (en: *Upanisad*. Madrid, Trotta. 2001. 267 p.)

Kau. Up.

Kaushitaki Upanishad (en: *La ciencia del Brahman. Once Upanisads antiguas*. Madrid, Trotta, 2002. 336 p.)

Loy, David. *No-dualidad*. Barcelona, Kairós, 2000. 352 p.

Mu. Up.

Mundaka Upanishad (en: *La ciencia del Brahman. Once Upanisads antiguas*. Madrid, Trotta, 2002. 336 p.)

Nisargadatta Maharaj, Sri. *Je Suis*. París, Les Deux Océans, 1998. 576 p. (ed. en castellano: *Yo soy eso*. Sirio, 1988)

Nisargadatta Maharaj, Sri. *Ser*. Málaga, Sirio, 2001. 254 p.

Tai. Up.

Taittiriya Upanishad (en: *La ciencia del Brahman. Once Upanisads antiguas*. Madrid, Trotta, 2002. 336 p.)

Rumi, Jalaluddin. *Mathnawi*. Madrid, Sufi, 2003- . 4 vols.

Vivekananda, Swami. *Jñana-Yoga*. París, Albin Michel, 1972. 446 p.



Quien quiera la verdad, la felicidad, la paz e incluso la eficacia en sus actuaciones debe alejarse de la comprensión y del sentir de la realidad que genera la necesidad y el deseo para entrar en el silencio de mente y corazón. El Buda dice que el mundo que construye el deseo es un mundo de inquietud y de dolor.

«Ninguna de las construcciones que nuestra especie ha hecho del mundo y de nosotros mismos, es lo que hay»; como ninguna de las construcciones que hacen de él nuestros parientes animales, es lo que es. Esta condición de tener que modelar la inmensidad de lo que es a la medida de las pequeñas necesidades de un viviente es común a todos los seres que viven del medio que les rodea .

El mundo de nuestras construcciones incluida su intrínseca dualidad, no está ahí fuera, está en nuestra mente individual y colectiva. La inmensidad de lo que hay no es a nuestra pequeña medida. Dicen los sabios que lo que la mente construye, con la mente se puede deconstruir. Esto es lo que se ha llamado “silenciamiento de la mente desde la mente”. Los maestros hindúes lo llamaron yoga del conocimiento. De una forma u otra se ha practicado en todas las tradiciones religiosas y espirituales a lo largo de la historia de la humanidad.

Quien silencia la mente, silencia el sentir porque el sentir sigue siempre lo que la mente da por real. La nueva comprensión de lo real que el yoga del conocimiento proporciona transforma de raíz nuestro sentir y nuestra acción.

Este libro recoge los ejercicios de silenciamiento de la mente desde la mente que el autor ha propuesto semanalmente en CETR (Centro de Estudio de las Tradiciones de Sabiduría de Barcelona) a lo largo de siete cursos académicos.