

SEA COMO USTED ES

Las Enseñanzas
de
Sri Ramana Maharshi

SEA COMO USTED ES

Las Enseñanzas
de
Sri Ramana Maharshi

INDICE

	<u>página</u>
Agradecimientos	11
Introducción	13
 PRIMERA PARTE: EL SÍ MISMO	 21
1. La naturaleza del Sí mismo	23
2. Auto-Consciencia y Auto-Ignorancia	37
3. El <i>jñani</i>	60
 SEGUNDA PARTE: INDAGACIÓN Y ENTREGA	 75
4. Auto-indagación — Teoría	77
5. Auto-indagación — Práctica	91
6. Auto-indagación — Errores	112
7. Entrega	128
 TERCERA PARTE: EL GURÚ	 143
8. El Gurú	145
9. Silencio y <i>sat-sanga</i>	161
 CUARTA PARTE: MEDITACION Y YOGA	 173
10. Meditación y concentración	175
11. <i>Mantras</i> y <i>japa</i>	189
12. La vida en el mundo	201
13. El Yoga	215
 QUINTA PARTE: EXPERIENCIA	 231
14. <i>Samadhi</i>	233
15. Visiones y poderes psíquicos	245
16. Problemas y experiencias	255

SEXTA PARTE: TEORÍA	269
17. Las teorías de la creación y la realidad del mundo	271
18. La reencarnación	288
19. La naturaleza de Dios	298
20. Sufrimiento y moralidad	311
21. <i>Karma</i> , destino y libre albedrío	323
Notas y referencias	335
Glosario	353

Agradecimientos

A Sri Ramanasramam por su consentimiento para reimprimir la mayoría de los extractos de los libros que figuran en la bibliografía.

A Rider and Co., Londres, por su permiso para reimprimir un extracto de *A Search in Secret India*.

A Sadhu Om por la autorización para reimprimir material de *The Path of Sri Ramana* y su consentimiento para utilizar y adaptar su traducción inédita de los escritos de Sri Ramana Maharshi *Guru Vachaka Kovai*.

A Michael James por su ayuda en la adaptación de los versos de *Guru Vachaka Kovai* y por ofrecer su constructivo asesoramiento a lo largo de la preparación del libro.

INTRODUCCIÓN

En 1896 un muchacho de dieciséis años dejó a su familia y, llevado por un impulso interior, recorrió lentamente su camino hacia Arunachala, una montaña sagrada y centro de peregrinación en la India del Sur. A su llegada arrojó todo su dinero y posesiones y se abandonó a una recién descubierta consciencia de que su naturaleza real era sin forma, inmanente. Su absorción en esta consciencia fue tan intensa que se olvidó completamente de su cuerpo y del mundo; los insectos le comieron pequeñas porciones de sus piernas, su cuerpo se consumió debido a que raramente estaba suficientemente consciente para comer y sus cabellos y uñas crecieron hasta tamaños inmanejables. Después de dos o tres años en este estado comenzó a retornar lentamente a la normalidad física, un proceso que no se completó del todo durante varios años. Su conocimiento de sí mismo como consciencia no fue afectado por esta transición física y permaneció continuo y sin empañar para el resto de su vida. En el lenguaje hindú, él había «realizado el Sí mismo»; es decir, había realizado por experiencia directa que no existe nada aparte de una consciencia indivisible y universal que era experimentada en su forma inmanifiesta como eseidad o consciencia y en su forma manifiesta como la apariencia del universo.

Normalmente esta consciencia se genera solo después de un largo y arduo período de práctica espiritual, pero en este caso aconteció espontáneamente, sin ningún esfuerzo o deseo previo. Venkataraman, el muchacho de dieciséis años de edad, estaba sólo en una habitación de la planta superior de la casa de su tío en Madurai (cerca de la punta austral de la India) cuando repentinamente fue atenazado por un intenso miedo de la muer-

te. En los minutos siguientes pasó por una experiencia de muerte simulada durante la cual devino conscientemente consciente por primera vez de que su naturaleza real era imperecedera y de que no tenía ninguna relación con el cuerpo, la mente o la personalidad. Muchas gentes han contado experiencias inesperadas similares pero son casi invariablemente pasajeras. En el caso de Venkataraman la experiencia fue permanente e irreversible. Desde aquel tiempo en adelante su consciencia de ser una persona individual cesó de existir y nunca funcionó en él de nuevo.

Venkataraman no habló a nadie sobre su experiencia y durante seis semanas mantuvo la apariencia de ser un muchacho ordinario. Sin embargo, encontró que tal era una postura cada vez más difícil de mantener y al final de este período de seis semanas abandonó a su familia y se fue directamente a la sagrada montaña de Arunachala.

La elección de Arunachala estaba lejos de ser una cuestión de azar. A todo lo largo de su breve vida él había asociado siempre el nombre de Arunachala con Dios y fue una revelación mayor para él cuando descubrió que no se trataba de algún ámbito celestial sino de una entidad terrenal tangible. La montaña misma había sido considerada desde hacía mucho tiempo por los hindúes como una manifestación de Siva, una divinidad hindú, y en los años posteriores Venkataraman a menudo decía que fue el poder espiritual de Arunachala lo que había llevado a cabo su Auto-realización. Su amor por la montaña fue tan grande que desde el día en que llegó allí en 1896 hasta su muerte en 1950 nunca se le pudo persuadir para alejarse más allá de dos millas de su base.

Después de vivir unos cuantos años en la falda de la montaña, su consciencia interior comenzó a manifestarse como una irradiación espiritual exterior. Esta irradiación atrajo a un pequeño círculo de seguidores y, aunque él permanecía silente la mayor parte del tiempo, emprendió una carrera de enseñanza. Uno de sus más tempranos seguidores, impresionado por la

evidente santidad y sabiduría del joven, decidió renombrarle Bhagavan Sri Ramana Maharshi —Bhagavan significa Señor o Dios, Sri es un título honorífico indio, Ramana es una contracción de Venkataraman, y Maharshi significa «gran veedor» en sánscrito. El nombre encontró acogida entre sus otros seguidores y pronto devino el título por el cual llegó a ser conocido en el mundo.

En esta etapa de su vida Sri Ramana hablaba muy poco de modo que sus enseñanzas se transmitían de una manera inusual. En lugar de dar instrucciones verbales, emanaba de él constantemente una fuerza o poder silente que aquietaba las mentes de aquellos que lo captaban y que ocasionalmente les daba incluso una experiencia directa del estado en el cual él mismo estaba perpetuamente inmerso. En años posteriores devino más dispuesto a dar enseñanzas verbales, pero inclusive entonces, las enseñanzas silentes siempre estaban disponibles para aquellos que eran capaces de hacer buen uso de ellas. A todo lo largo de su vida Sri Ramana insistió en que este flujo de poder silente representaba sus enseñanzas en su forma más directa y concentrada. La importancia que él le daba queda patente por sus frecuentes afirmaciones al efecto de que sus enseñanzas verbales se daban solo a aquellos que eran incapaces de comprender su silencio.

A medida que pasaban los años se hacía cada vez más famoso. Una comunidad creció en torno a él, miles de visitantes se congregaron para verle y durante los últimos veinte años de su vida fue ampliamente considerado como el hombre santo más popular y venerado de la India. Algunos de estos miles eran atraídos por la paz que sentían en su presencia, otros por la manera autorizada con la cual guiaba a los buscadores espirituales e interpretaba las enseñanzas religiosas, y otros venían meramente a contarle sus problemas. Fueran cuales fueran sus razones para venir, casi todo el que entraba en contacto con él quedaba impresionado por su simplicidad y su humildad. Él

mismo se puso a disposición de los visitantes las veinticuatro horas del día viviendo y durmiendo en una sala comunal que siempre era accesible para todo el mundo, y sus únicas posesiones privadas eran un taparrabos, un cantarillo y una garrota. Aunque era venerado por miles de gentes como un Dios vivo, se negaba a permitir que nadie le tratara como una persona especial y siempre se negaba a aceptar algo que no pudiera ser compartido igualmente por todos en su ashram. Participaba en el trabajo comunal y durante muchos años estuvo levantándose a las tres de la mañana para preparar la comida para los residentes del ashram. Su sentido de igualdad era legendario. Cuando los visitantes venían a verle —no había ninguna diferencia bien fueran personas importantes, campesinos o animales— todos eran tratados con igual respeto y consideración. Su interés igualitario se extendía inclusive a los árboles locales; disuadía a sus seguidores de coger flores u hojas e intentaba cerciorarse de que siempre que se tomaba un fruto de los árboles del ashram se hiciera de tal manera que el árbol sólo sufriera un mínimo daño.

A lo largo de todo este período (1925-1950) el centro de la vida del ashram era la pequeña sala donde Sri Ramana vivía, dormía y recibía. Pasaba la mayor parte de su día sentado en un rincón irradiando su poder silente y acogiendo simultáneamente las preguntas del constante flujo de visitantes que descendían sobre él desde todos los rincones del globo. Raramente encomendaba sus ideas al papel y así las respuestas dadas durante este período (con mucho el mejor documentado de su vida) representan la más amplia fuente superviviente de sus enseñanzas.

Estas enseñanzas verbales fluían llenas de autoridad desde su conocimiento directo de que la consciencia es la única realidad existente. Consecuentemente, todas sus explicaciones e instrucciones tenían la intención de convencer a sus seguidores de que éste es su estado verdadero y natural. Pocos de sus se-

guidores eran capaces de asimilar esta verdad en su forma más elevada y no-diluida, y así él a menudo adaptaba sus enseñanzas para conformarlas a la limitada comprensión de las gentes que venían a pedirle consejo. A causa de esta tendencia es posible distinguir muchos niveles diferentes en sus enseñanzas. En el nivel más alto que puede expresarse en palabras decía que sólo la consciencia existe. Si esto era recibido con escepticismo decía que la consciencia de esta verdad está oscurecida por las ideas auto-limitativas de la mente y que si estas ideas son abandonadas entonces se revela la realidad de la consciencia. La mayoría de sus seguidores encontraba este planteamiento de alto nivel demasiado teórico —estaban tan inmersos en las ideas auto-limitativas que Sri Ramana les alentaba a abandonar su sentimiento de que la verdad solo se revelaría a ellos si emprendían un largo período de práctica espiritual. Para satisfacer a tales gentes, Sri Ramana prescribía un método innovador de auto-atención, al cual llamaba auto-indagación. Recomendaba esta técnica tan a menudo y tan vigorosamente que era considerada por multitud de gentes como el motivo más distintivo en sus enseñanzas.

Inclusive entonces, muchas gentes no estaban satisfechas y seguían pidiendo consejo sobre otros métodos o intentaban comprometerle en discusiones filosóficas teóricas. Con tales gentes Sri Ramana abandonaba temporalmente su punto de vista absoluto y daba el consejo adecuado sobre cualquier nivel que se le preguntaba. Si en estas ocasiones parecía aceptar y endosar muchas de las concepciones erróneas que sus visitantes tenían sobre ellos mismos era solo para llevar su atención a algún aspecto de sus enseñanzas que él sentía que les ayudaría a comprender mejor sus puntos de vista reales.

Inevitablemente, esta política de modificar sus enseñanzas para adaptarlas a las necesidades de diferentes gentes condujo a muchas contradicciones. Podía, por ejemplo, decirle a una persona que el sí mismo individual es no-existente y entonces

volverse hacia otra persona y darle una detallada descripción de cómo funciona el sí mismo individual, cómo acumula *karma* y cómo se reencarna. A un observador le es posible decir que tales afirmaciones opuestas pueden ser ambas verdaderas cuando se ven desde diferentes puntos de vista, pero la primera afirmación tiene claramente más validez cuando se contempla desde el punto de vista absoluto de la experiencia propia de Sri Ramana. Este punto de vista, resumido por su afirmación de que sólo existe la consciencia, es en último recurso la única referencia por la cual puede uno apreciar en realidad la verdad relativa de sus otras afirmaciones ampliamente discrepantes y contradictorias. En la medida en que sus otras afirmaciones se apartan de ésta puede asumirse que son disoluciones de la verdad.

Teniendo esto presente he intentado disponer el material en este libro de tal manera que sus enseñanzas más elevadas vienen en primer lugar y en último lugar sus enseñanzas menos importantes o más diluidas. La única excepción es un capítulo en el cual habla sobre sus enseñanzas silentes. Debería estar cerca del comienzo pero por una variedad de razones encontré más oportuno acoplarlo dentro de una sección más o menos a la mitad del libro.

Decidí esta estructura por dos razones. En primer lugar da al lector una posibilidad de evaluar la relativa importancia de las diversas ideas presentadas, y en segundo lugar, y más importantemente, éste era el método de enseñanza preferido de Sri Ramana. Cuando los visitantes venían a verle, él siempre intentaba convencerles de la verdad de sus enseñanzas más elevadas y solo si parecían poco dispuestos a aceptarlas bajaba el tono de sus respuestas y hablaba desde un nivel más relativo.

Las enseñanzas han sido presentadas en la forma de una serie de preguntas y respuestas en las cuales Sri Ramana enfatiza sus puntos de vista sobre diferentes temas. Cada capítulo está dedicado a un tópico diferente y cada tópico tiene un prefacio

de observaciones introductorias o explicativas. Las preguntas y respuestas que forman el cuerpo de cada capítulo han sido tomadas de muchas fuentes y ordenadas de tal manera que dan la apariencia de ser una conversación continua. Fui obligado a adoptar este método debido a que no hay ninguna conversación suficientemente larga que cubra la totalidad del espectro de sus puntos de vista sobre un tema particular. Para aquellos que están interesados, las fuentes de las citas que constituyen las conversaciones se han listado todas al final del libro.

Sri Ramana usualmente respondía a las preguntas en una de las tres lenguas vernáculas de la India del Sur: tamil, telugu y malayalam. Nunca se hicieron grabaciones y la mayor parte de sus respuestas eran transcritas apresuradamente al inglés por sus intérpretes oficiales. Debido a que algunos de los intérpretes no eran muy fluidos en inglés, algunas de las transcripciones eran o bien gramaticalmente incorrectas o se escribían en una especie de inglés inflado que ocasionalmente hacen que Sri Ramana suene como un pomposo victoriano. Me he apartado de los textos publicados corrigiendo unos pocos de los peores ejemplos de este tipo; en tales casos el significado no ha sido modificado, solo el modo de expresión. También he concentrado algunas de las preguntas y respuestas a fin de eliminar el material que divergía demasiado del tema bajo discusión.

Los textos originales de los cuales se han tomado estas conversaciones se caracterizan por una gran profusión de letras mayúsculas. He eliminado la mayor parte de ellas, dejando solamente tres términos, Gurú, Sí mismo y Corazón, con mayúscula. Sri Ramana usaba a menudo estos términos como sinónimos de consciencia y siempre que este significado se halla implicado he retenido la mayúscula para evitar la confusión.

Puede encontrarse un glosario completo de las palabras sánscritas que no se han traducido en el texto. El mismo glosario incluye también breves descripciones de gentes, lugares y

obras espirituales poco familiares que se mencionan en el texto. Sri Ramana usaba ocasionalmente términos sánscritos de maneras no convencionales. En las pocas ocasiones en que lo hace así en este libro he ignorado las definiciones estándar de los diccionarios y en lugar de ello he dado una definición que refleja más exactamente el significado propuesto.

CAPÍTULO 1

La naturaleza del Sí Mismo

La esencia de las enseñanzas de Sri Ramana se comunica en sus frecuentes aserciones de que hay una única realidad inmanente, directamente experimentada por todos, que es simultáneamente la fuente, la substancia y la naturaleza real de todo lo que existe. Él le daba un número de nombres diversos, significando cada uno un aspecto diferente de la misma realidad indivisible. La siguiente clasificación incluye todos sus sinónimos más comunes y explica las implicaciones de los distintos términos usados.

1. *El Sí mismo*. Este es el término que usaba más frecuentemente. Lo definía diciendo que el Sí mismo real o el «Yo» real, contrariamente a la experiencia perceptible, no es una experiencia de la individualidad sino una consciencia no-personal, omni-inclusiva. No ha de ser confundido con el sí mismo individual del cual decía que es esencialmente no-existente, siendo una fabricación de la mente que oscurece la verdadera experiencia del Sí mismo real. Mantenía que el Sí mismo real está siempre presente y que siempre se experimenta, pero hacía notar que uno es consciente de él, como realmente es, solo cuando las tendencias auto-limitadoras de la mente han cesado. La Auto-consciencia permanente y continua es conocida como Auto-realización.

2. *Sat-chit-ananda*. Este es un término sánscrito que se traduce como ser-consciencia-felicidad. Sri Ramana enseñaba que

el Sí mismo es puro ser, una consciencia subjetiva de «yo soy», que es completamente exenta de sensación «yo soy esto» o «yo soy eso». No hay ningún sujeto ni objeto en el Sí mismo, hay solo una consciencia de ser. La experiencia directa de esta consciencia es, según Sri Ramana, un estado de felicidad entera y así el término *ananda* o felicidad se usa también para describirlo. Estos tres aspectos —ser, consciencia, felicidad— se experimentan como un todo unitario y no como atributos separados del Sí mismo. Son inseparables; de la misma manera en que la humedad, la transparencia y la liquidez son propiedades inseparables del agua.

3. *Dios*. Sri Ramana mantenía que el universo es sostenido por el poder del Sí mismo. Puesto que los teístas normalmente atribuyen este poder a Dios, él usaba a menudo la palabra Dios como un sinónimo para el Sí mismo. También usaba las palabras *Brahman*, el ser supremo del hinduismo, y *Siva*, un nombre hindú para Dios, de la misma manera. El Dios de Sri Ramana no es un Dios personal, es el ser sin forma que sostiene el universo. No es el creador del universo, el universo es meramente una manifestación de su poder inherente; es inseparable de él (del universo), pero no es afectado por su aparición o desaparición.

4. *El Corazón*. Sri Ramana usaba frecuentemente la palabra sánscrita *hridayam* cuando estaba hablando sobre el Sí mismo. Usualmente se traduce como «el Corazón», pero una traducción más literal sería «éste es el centro». Al usar este término particular Sri Ramana no estaba implicando que haya una localización o centro particular para el Sí mismo, estaba indicando meramente que el Sí mismo es la fuente desde la cual todas las apariencias son manifestadas.

5. *Jñana*. La experiencia del Sí mismo es llamada a veces *jñana* o conocimiento. Este término no debe tomarse en el sentido de que haya una persona que tiene conocimiento del Sí mismo, debido a que en el estado de Auto-consciencia no hay ningún conocedor localizado y tampoco hay nada separado del Sí mismo que pueda ser conocido. El verdadero conocimiento, o *jñana*, no es un objeto de experiencia, no es tampoco una comprensión de un estado que sea diferente y aparte del sujeto conocedor; es una consciencia directa y cognitiva de la única realidad en la que tanto los sujetos como los objetos han cesado de existir. El que está establecido en este estado es conocido como *jñani*.

6. *Turiya y Turyatita*. La filosofía hindú postula tres niveles alternantes de consciencia relativa: vigilia, sueño con sueños, y sueño profundo. Sri Ramana afirmaba que el Sí mismo es la realidad subyacente que soporta la aparición de los otros tres estados temporarios. Debido a esto él a veces llamaba al Sí mismo *turiya avastha* o el cuarto estado. También usaba ocasionalmente la palabra *turyatita*, que significa «trascender el cuarto», para indicar que no hay realmente cuatro estados sino solamente un único estado trascendental real.

7. *Otros términos*. Son dignos de notar otros tres términos para el Sí mismo. Sri Ramana a menudo enfatizaba que el Sí mismo es el estado de ser real y natural de uno, y por esta razón empleaba los términos *sahaja sthiti*, que significa el estado natural, y *swarupa*, que significa la forma real o la naturaleza real. También usaba la palabra «silencio» para indicar que el Sí mismo es un estado silente libre de pensamiento, de paz no-perturbada y de quietud total.

Pregunta: ¿Qué es la realidad?

Respuesta: La realidad debe ser siempre real. No es con formas ni nombres. Eso que subyace a éstos es la realidad. Subyace a las limitaciones, siendo ella misma ilimitada. No está confinada. Subyace a las irrealidades, siendo ella misma real. La realidad es eso que es. Es como es. Trasciende el lenguaje. Está más allá de las expresiones «existencia, no existencia», etc.¹

Sólo la realidad, que es la mera consciencia que permanece cuando se destruye la ignorancia junto con el conocimiento de los objetos, es el Sí mismo [*atma*]. En esa *Brahma-swarupa* [forma real del *Brahman*], que es abundante Auto-consciencia, no hay la más mínima ignorancia.

La realidad que brilla plenamente, sin miseria y sin cuerpo, no solo cuando el mundo es conocido sino también cuando el mundo no es conocido, es su forma real [*nija-swarupa*].

El esplendor de la consciencia-felicidad, en la forma de una única consciencia que brilla igualmente dentro y fuera, es la realidad primal suprema y bienaventurada. Su forma es silencio y los *jñanis* declaran que es el estado final e inobstructible del conocimiento verdadero [*jñana*].

Sepa que sólo *jñana* es no-apego; que sólo *jñana* es pureza; que *jñana* es la obtención de Dios; que sólo *jñana*, que es exento de olvido del Sí mismo, es inmortalidad; que sólo *jñana* es todo².

Pregunta: ¿Qué es esta consciencia y cómo puede obtenerse y cultivarse?

Respuesta: Usted es consciencia. Consciencia es otro nombre para usted. Puesto que usted es consciencia no hay ninguna necesidad de obtenerla o cultivarla. Todo lo que usted tiene que hacer es abandonar ser consciente de otras cosas, es decir, del no-Sí mismo. Si se abandona ser consciente de ellas entonces sólo permanece la consciencia pura, y eso es el Sí mismo³.

Pregunta: Si el Sí mismo es consciencia, ¿por qué no soy consciente de él ahora?

Respuesta: No hay ninguna dualidad. Su conocimiento presente se debe al ego y es sólo relativo. El conocimiento relativo requiere un sujeto y un objeto, mientras que la consciencia del Sí mismo es absoluta y no requiere ningún objeto.

El recuerdo también es similarmente relativo, requiere un objeto que recordar y un sujeto que recuerde. Cuando no hay ninguna dualidad, ¿quién va a recordar a quién?⁴

El Sí mismo está siempre presente. Cada uno quiere conocer al Sí mismo. ¿Qué tipo de ayuda se requiere para conocerse a uno mismo? Las gentes quieren ver el Sí mismo como algo nuevo. Pero es eterno y permanece el mismo siempre. Desean verle como una luz deslumbradora, etc. ¿Cómo puede ello ser así? No es luz, no es obscuridad. Es solo como es. No puede ser definido. La mejor definición es «yo soy lo que yo soy». Las *srutis* [escrituras] hablan del Sí mismo como del tamaño de un pulgar, como la punta de un cabello, como una chispa eléctrica, vasto, más sutil que lo más sutil, etc. No tienen ningún fundamento de hecho. Él es solo ser, pero diferente de lo real y lo irreal; es conocimiento, pero diferente del conocimiento y la ignorancia. ¿Cómo puede ser definido? Es simplemente ser⁵.

Pregunta: Cuando un hombre realiza el Sí mismo, ¿qué ve?

Respuesta: No hay ningún ver. Ver es solo ser. El estado de Auto-realización, como nosotros lo llamamos, no es obtener algo nuevo o alcanzar alguna meta remota, sino simplemente ser eso que usted siempre es y que usted siempre ha sido. Todo lo que se necesita es que usted abandone su aceptación de lo no-verdadero como verdadero. Todos ustedes están considerando como real lo que no es real. Nosotros sólo tenemos que abandonar esta práctica por nuestra parte. Entonces realizaremos el Sí mismo como el Sí mismo; en otras palabras, «Sea el Sí mismo». En una cierta etapa usted se reirá de usted mismo

por tratar de descubrir el Sí mismo, que es tan auto-evidente. Así pues, ¿qué podemos decir a esta pregunta?

Esa etapa trasciende al veedor y lo visto. No hay ningún veedor ahí para ver nada. El veedor que está viendo todo esto cesa ahora de existir y sólo permanece el Sí mismo⁶.

Pregunta: ¿Cómo conocer esto por experiencia directa?

Respuesta: Si hablamos de conocer el Sí mismo, debe haber dos sí mismos; uno: un sí mismo que conoce, otro: el sí mismo que es conocido, y el proceso de conocer. El estado que llamamos realización es simplemente ser uno mismo, no conocer algo o llegar a ser algo. Si uno ha realizado, uno es sólo eso que es y sólo eso que ha sido siempre. Uno no puede describir ese estado. Uno solo puede ser eso. Por supuesto, nosotros hablamos vagamente de Auto-realización, a falta de un término mejor. ¿Cómo «real-izar» o hacer real eso que es lo único real?⁷

Pregunta: Usted a veces dice que el Sí mismo es silencio. ¿Por qué es esto?

Respuesta: Para aquellos que viven en el Sí mismo como la belleza exenta de pensamiento, no hay nada que deba pensarse. Eso a lo que hay que adherirse es solo la experiencia del silencio, debido a que en ese estado supremo no existe nada que alcanzar otro que uno mismo⁸.

Pregunta: ¿Qué es *mouna* [silencio]?

Respuesta: Ese estado que trasciende el lenguaje y el pensamiento es *mouna* [silencio]⁹. Eso que es, es *mouna*, ¿Cómo puede *mouna* ser explicado en palabras?¹⁰

Los Sabios dicen que sólo el estado en el cual no surge ni rastro del pensamiento «yo» [el ego] es el Sí mismo [*swarupa*], que es silencio [*mouna*]. Sólo ese Sí mismo silente es Dios; sólo el Sí mismo es el *jiva* [alma individual]. Sólo el Sí mismo es este antiguo mundo.

Todos los demás conocimientos son solo conocimientos pequeños y triviales; sólo la experiencia del silencio es el conocimiento real y perfecto. Sepa que la multitud de las diferencias objetivas no son reales sino meras sobreimposiciones sobre el Sí mismo, que es la forma del conocimiento verdadero¹¹.

Pregunta: Como los cuerpos y los sí mismos que los animan se observa por todas partes que de hecho son innumerables, ¿cómo puede decirse que el Sí mismo es solamente uno?

Respuesta: Si se acepta la idea «yo soy el cuerpo», los sí mismos son múltiples. El estado en que se desvanece esta idea es el Sí mismo, puesto que en ese estado no hay ningún otro objeto. Es por esta razón por lo que el Sí mismo se considera como uno solo¹².

Puesto que el cuerpo mismo no existe en la mirada natural del Sí mismo, sino solo en la mirada extrovertida de la mente, la cual está engañada por el poder de la ilusión, llamar al Sí mismo, al espacio de consciencia, *dehi* [el poseedor del cuerpo] es erróneo.

El mundo no existe sin el cuerpo, el cuerpo nunca existe sin la mente, la mente nunca existe sin la consciencia y la consciencia nunca existe sin la realidad.

Para el sabio que ha conocido el Sí mismo escrutando dentro de sí mismo, no hay nada más que conocer que el Sí mismo. ¿Por qué? Porque debido a que el ego, el cual identifica la forma de un cuerpo como «yo», ha perecido, él [el sabio] es la existencia-consciencia sin forma¹³.

El *jñani* [el que ha realizado el Sí mismo] sabe que él es el Sí mismo y que nada, ni su cuerpo ni ninguna otra cosa existen, excepto el Sí mismo. Para un tal, ¿qué diferencia podría constituir la presencia o la ausencia de un cuerpo?

Es falso hablar de *realización*. ¿Qué hay que *realizar*? Lo real es como es siempre. Nosotros no estamos creando nada nuevo u obteniendo algo que no tuviéramos antes. La ilustra-

ción dada en los libros es ésta. Nosotros cavamos un pozo y creamos un enorme hoyo. El espacio en el hoyo o pozo no ha sido creado por nosotros. Nosotros sólo hemos quitado la tierra que estaba llenando el espacio allí. El espacio estaba allí entonces y está también allí ahora. Similarmente, nosotros simplemente tenemos que arrojar todos los *samskaras* [tendencias innatas] añejos que están dentro de nosotros. Cuando todos ellos hayan sido abandonados, sólo brillará el Sí mismo¹⁴.

Pregunta: ¿Pero cómo hacer esto y obtener la liberación?

Respuesta: La liberación es nuestra naturaleza misma. Nosotros somos eso. El hecho mismo de que deseemos la liberación muestra que la libertad de toda esclavitud es nuestra naturaleza real. No tiene que adquirirse como algo nuevo. Todo lo que se necesita es deshacerse de la falsa noción de que somos limitados. Cuando logramos eso, no hay ningún deseo o pensamiento de ningún tipo. Mientras uno desea la liberación, mientras usted quiere atraparla, uno está en la esclavitud¹⁵.

Pregunta: Para el que ha realizado su Sí mismo, se dice que no tendrá los tres estados de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. ¿Es eso un hecho?

Respuesta: ¿Qué le hace a usted decir que ellos no tienen los tres estados? Cuando usted dice «he tenido un sueño; dormí profundamente; estoy despierto», usted debe admitir que usted ha estado presente en los tres estados. Eso deja totalmente claro que usted ha estado presente todo el tiempo. Si permanece como usted está ahora, usted está en el estado de vigilia; éste deviene oculto en el estado de sueño con sueños; y el estado de sueño con sueños desaparece cuando usted está en el sueño profundo. Usted ha estado presente entonces, usted está presente ahora, y usted está presente en todos los tiempos. Los tres estados vienen y van, pero usted está siempre presente. Es como un cine. La pantalla está siempre presente pero la multitud

de los tipos de imágenes aparecen sobre la pantalla y después desaparecen. Nada se pega a la pantalla, ella sigue siendo una pantalla. Similarmente, usted sigue siendo su propio Sí mismo en los tres estados. Si usted conoce eso, los tres estados no le perturbarán, lo mismo que las imágenes que aparecen sobre la pantalla no se pegan a ella. Sobre la pantalla, usted a veces ve un imponente océano con enormes olas sin fin; después desaparece. En otra ocasión, usted ve un fuego devastador creciendo todo alrededor; después también desaparece. La pantalla está presente en ambas ocasiones. ¿Se ha mojado la pantalla con el agua o se ha quemado con el fuego? Nada ha afectado a la pantalla. De la misma manera, las cosas que acontecen durante los estados de vigilia, sueño con sueños y de sueño profundo no le afectan a usted en absoluto; usted permanece su propio Sí mismo.

Pregunta: ¿Significa eso que, aunque las gentes tienen los tres estados, vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, éstos no les afectan?

Respuesta: Sí, así es. Estos estados vienen y van. El Sí mismo no es tocado; tiene solo un único estado.

Pregunta: ¿Significa eso que una tal persona estará en este mundo meramente como un presenciador?

Respuesta: Así es; para esta misma cosa, Vidyaranya, en el décimo capítulo del *Panchadasi*, da como ejemplo la luz que ilumina el escenario de un teatro. Cuando se está representando el drama, la luz está presente, la cual ilumina, sin ninguna distinción, a todos los actores, bien sean reyes o siervos o danzarinnes, y también a toda la audiencia. Esa luz está presente antes de que comience el drama, durante la representación y también después de que la representación ha terminado. Similarmente, la luz de dentro, es decir, el Sí mismo, da luz al ego, al intelecto, a la memoria y a la mente sin estar él mismo sujeto al proce-

so del crecimiento y del declive. Aunque durante el sueño profundo y en otros estados no hay ninguna sensación del ego, ese Sí mismo permanece sin atributos, y continúa brillando por sí mismo¹⁶.

En realidad, la idea de que el Sí mismo está siendo el presenciador, está solo en la mente; no es la verdad absoluta del Sí mismo. Presenciar es relativo a los objetos presenciados. Tanto el presenciador como su objeto son creaciones mentales¹⁷.

Pregunta: ¿Cómo son los tres estados de consciencia inferiores en grado de realidad al cuarto [*turiya*]? ¿Cuál es la relación entre estos tres estados y el cuarto?

Respuesta: Hay solo un único estado, el de consciencia o existencia. Los tres estados de vigilia, sueño y sueño profundo no pueden ser reales. Simplemente vienen y van. Lo real existirá siempre. Sólo el «Yo» o existencia que persiste en los tres estados es real. Los otros tres no son reales y así no es posible decir que tengan tal o cual grado de realidad. Podemos ponerlo más o menos así. La existencia o consciencia es la única realidad. La consciencia más la vigilia, lo llamamos vigilia. La consciencia más el sueño profundo lo llamamos sueño profundo. La consciencia más el sueño con sueños, lo llamamos sueño con sueños. La consciencia es la pantalla sobre la cual todas las imágenes vienen y van. La pantalla es real, las imágenes son meras sombras sobre ella. Debido a que por causa de un largo hábito nosotros hemos estado considerando estos tres estados como reales, llamamos al estado de consciencia el cuarto. No hay sin embargo ningún cuarto estado, sino solo un único estado¹⁸.

No hay ninguna diferencia entre el estado de sueño con sueños y el estado de vigilia, excepto que el sueño es corto y la vigilia larga. Ambos son el resultado de la mente. Debido a que el estado de vigilia es largo, nosotros imaginamos que es nuestro estado real. Pero, de hecho, nuestro estado real es *turiya* o el

cuarto estado, que es siempre como es y no sabe nada de los tres estados de vigilia, sueño con sueños o sueño profundo. Debido a que nosotros llamamos a estos tres *avasthas* [estados], llamamos al cuarto estado también *turiya avastha*. Pero no es un *avastha*, sino el estado real y natural del Sí mismo. Cuando se realiza esto, sabemos que no es un estado *turiya* o cuarto estado, pues un cuarto estado es solamente relativo, sino *turiya-tita*, el estado trascendente¹⁹.

Pregunta: ¿Pero por qué estos tres estados deben venir e ir sobre el estado real o la pantalla del Sí mismo?

Respuesta: ¿Quién hace esta pregunta? ¿Dice el Sí mismo que estos estados vienen y van? Es el veedor quien dice que estos estados vienen y van. El veedor y lo visto juntos constituyen la mente. Vea si hay una cosa tal como la mente. Entonces, la mente se sumerge en el Sí mismo, y no hay ni el veedor ni lo visto. Así pues, la respuesta real a su pregunta es, «Ellos no vienen ni van». Sólo el Sí mismo permanece lo que siempre es. Los tres estados deben su existencia a la no-indagación y la indagación les pone fin. Por mucho que se explique, el hecho no se aclara hasta que uno obtiene la Auto-realización y se pregunta cómo estuvo tan ciego durante tanto tiempo a la existencia única y auto-evidente.

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre la mente y el Sí mismo?

Respuesta: No hay ninguna diferencia. La mente vuelta hacia adentro es el Sí mismo; vuelta hacia afuera, deviene el ego y la totalidad del mundo. El algodón convertido en diferentes vestidos nosotros lo llamamos por diferentes nombres. El oro convertido en diferentes ornamentos, lo llamamos por diferentes nombres. Pero todos los vestidos son algodón y todos los ornamentos oro. El uno es real, los muchos son meros nombres y formas.

Pero la mente no existe aparte del Sí mismo, es decir, no tiene ninguna existencia independiente. El Sí mismo existe sin la mente, la mente jamás sin el Sí mismo²⁰.

Pregunta: Se dice que *Brahman* es *sat-chit-ananda*. ¿Qué significa eso?

Respuesta: Sí, Eso es así. Eso que es, es solo *sat*. Eso es llamado *Brahman*. El lustre de *sat* es *chit* y su naturaleza es *ananda*. Estos no son diferentes de *sat*. Los tres juntos se conocen como *sat-chit-ananda* [ser-consciencia-felicidad]²¹.

Pregunta: Como el Sí mismo es existencia [*sat*] y consciencia [*chit*], ¿cuál es la razón para describirlo como diferente de lo existente y de lo no-existente, de lo sentiente y de lo insentiente?

Respuesta: Aunque el Sí mismo es real, como comprende todo, no deja ningún resquicio para preguntas que impliquen dualidad sobre su realidad o irrealdad. Por lo tanto se dice que es diferente de lo real y de lo irreal. Similarmente, aunque es consciencia, puesto que para él no hay nada que conocer o a lo que hacerse conocido, se dice que es diferente de lo sentiente o de lo insentiente²².

Sat-chit-ananda se dice para indicar que lo supremo no es *asat* [diferente del ser], ni *achit* [diferente de la consciencia], ni *anananda* [diferente de la felicidad]. Pero debido a que nosotros estamos en el mundo fenoménico hablamos del Sí mismo como *sat-chit-ananda*²³.

Pregunta: ¿En qué sentido es la felicidad o la dicha [*ananda*] nuestra naturaleza real?

Respuesta: La felicidad perfecta es *Brahman*. La paz perfecta es del Sí mismo. Sólo eso existe y es consciencia²⁴. Eso que se llama felicidad es solo la naturaleza del Sí mismo; el Sí mismo no es otro que felicidad perfecta. Sólo existe eso que es

llamado felicidad. Conociendo ese hecho y morando en el estado del Sí mismo, saboree felicidad eternamente²⁵.

Si un hombre piensa que su felicidad se debe a causas externas y a sus posesiones, es razonable concluir que su felicidad debe aumentar con el aumento de sus posesiones y disminuir en proporción a su disminución. Por lo tanto, si está desprovisto de posesiones, su felicidad debe ser nula. ¿Cuál es la experiencia real del hombre? ¿Se conforma a este punto de vista?

En el sueño profundo el hombre está desprovisto de posesiones, incluida la de su propio cuerpo. En lugar de ser infeliz es completamente dichoso. Todo el mundo desea dormir profundamente. La conclusión es que la felicidad es inherente en el hombre y que no se debe a causas externas. Uno debe realizar el Sí mismo a fin de abrir el almacén de la felicidad pura²⁶.

Pregunta: Sri Bhagavan habla del Corazón como sede de la consciencia y como idéntico con el Sí mismo. ¿Qué significa exactamente el Corazón?

Respuesta: Llámelo por cualquier nombre, Dios, Sí mismo, el Corazón o la sede de la consciencia, es todo lo mismo. El punto que hay que entender es éste, que el Corazón significa el núcleo mismo del ser de uno, el centro, sin el cual no hay nada²⁷.

El Corazón no es físico, es espiritual. *Hridayam* es igual a *hrit* más *ayam*; significa «éste es el centro». Es eso de lo que los pensamientos surgen, en lo que subsisten y en lo que se resuelven. Los pensamientos son el contenido de la mente y forman el universo. El Corazón es el centro de todo. Eso de lo cual los seres vienen a la existencia se dice que es *Brahman* en las *Upanishads*. Eso es el Corazón. *Brahman* es el Corazón²⁸.

Pregunta: ¿Cómo realizar el Corazón?

Respuesta: No hay nadie a quien falte ni siquiera por un momento la experiencia del Sí mismo. Pues nadie admite que

alguna vez sea aparte del Sí mismo. Él es el Sí mismo. El Sí mismo es el Corazón²⁹.

El Corazón es el centro del que todo brota. Debido a que usted ve el mundo, el cuerpo y demás, se dice que hay un centro para éstos, el cual es llamado el Corazón. Cuando usted está en el Corazón, el Corazón se conoce a sí mismo como ni el centro ni la circunferencia. No hay nada más aparte de él³⁰.

Sólo la consciencia que es la existencia real y que no sale a conocer esas cosas que son otras que el Sí mismo, es el Corazón. Puesto que la verdad del Sí mismo le es conocida solo a esa consciencia, que está exenta de actividad, sólo esa consciencia que permanece siempre prestando atención al Sí mismo es el brillo del conocimiento claro³¹.

CAPÍTULO 2

Auto-consciencia y Auto-ignorancia

Sri Ramana ocasionalmente indicó que hay tres tipos de aspirantes espirituales. Los más avanzados realizan el Sí mismo tan pronto como se les habla sobre su naturaleza real. Los que son del segundo tipo necesitan reflexionar sobre ello durante algún tiempo antes de que la Auto-consciencia devenga firmemente establecida. Los que están en la tercera categoría son menos afortunados puesto que usualmente necesitan muchos años de práctica espiritual intensiva para obtener la meta de la Auto-realización. Sri Ramana usaba a veces una metáfora de la combustión para describir los tres niveles: la pólvora prende con una sola chispa, el carbón de encina necesita la aplicación de calor durante un corto tiempo, y el carbón mojado necesita secarse y calentarse durante un largo período de tiempo antes de que comience a arder.

Para beneficio de aquellos que están en las dos categorías más elevadas Sri Ramana enseñaba que sólo existe el Sí mismo y que puede ser experimentado directa y conscientemente cesando de prestar atención a las ideas erróneas que tenemos sobre nosotros mismos. Estas ideas erróneas Sri Ramana las llamaba colectivamente el «no-Sí mismo» puesto que son una excrecencia de nociones y de percepciones erróneas, las cuales, efectivamente, velan la verdadera experiencia del Sí mismo real. La principal percepción errónea es la idea de que el Sí mismo está limitado al cuerpo y a la mente. Tan pronto como uno cesa de imaginar que uno es una persona individual, que habita en un cuerpo particular, toda la superestructura de las

ideas erróneas se colapsa y es reemplazada por una consciencia consciente y permanente del Sí mismo real.

En este nivel de la enseñanza ya no se trata de ningún esfuerzo o práctica. Todo lo que se requiere es una comprensión de que el Sí mismo no es una meta que hay que obtener, es meramente la consciencia que prevalece cuando se han abandonado todas las ideas limitativas sobre el no-Sí mismo.

Pregunta: ¿Cómo puedo obtener la Auto-realización?

Respuesta: La realización no es nada que tenga que obtenerse como algo nuevo, está ya aquí. Todo lo que se necesita es deshacerse del pensamiento «yo no estoy realizado».

La quietud o la paz es realización. No hay ningún momento en el que el Sí mismo no sea. Mientras hay duda o el sentimiento de no-realización, debe hacerse el intento de deshacerse de estos pensamientos. Se deben a la identificación del Sí mismo con el no-Sí mismo. Cuando el no-Sí mismo desaparece, sólo el Sí mismo permanece. Para hacer sitio, es suficiente con quitar objetos. El sitio no se trae de ninguna otra parte.

Pregunta: Puesto que la realización no es posible sin *vasana-kshaya* [destrucción de las tendencias mentales], ¿cómo puedo realizar ese estado en el que las tendencias son destruidas efectivamente?

Respuesta: Usted está en ese estado ahora.

Pregunta: ¿Quiere eso decir que aferrándose al Sí mismo, los *vasanas* [tendencias mentales] serán destruidas como y cuando emerjan?

Respuesta: Son destruidos por sí solos si usted permanece lo que usted es.

Pregunta: ¿Cómo obtendré el Sí mismo?

Respuesta: No hay ningún obtener el Sí mismo. Si el Sí mismo tuviera que ser obtenido, ello significaría que el Sí mismo no es aquí y ahora y que todavía tiene que ser obtenido. Todo lo que se obtiene como algo nuevo también se perderá. De modo que será impermanente. Lo que no es permanente no merece ningún esfuerzo. Así pues, digo que el Sí mismo no se obtiene. Usted es el Sí mismo, usted es ya eso.

El hecho es, usted es ignorante de su estado de plenitud dicha. La ignorancia sobreviene y tiende un velo sobre el puro Sí mismo, que es felicidad. Los esfuerzos se dirigen solo a retirar este velo de ignorancia, que es meramente conocimiento erróneo. El conocimiento erróneo es la identificación falsa del Sí mismo con el cuerpo y la mente. Esta identificación falsa debe partir, y entonces sólo el Sí mismo permanece.

Por lo tanto, la realización es para todos; la realización no hace ninguna diferencia entre los aspirantes. Esta misma duda, de si usted puede realizar, y la noción «yo-no-he-realizado» son ellas mismas los obstáculos. Sea libre de estos obstáculos también¹.

Pregunta: ¿Cuánto tiempo lleva alcanzar *mukti* [la liberación]?

Respuesta: *Mukti* [la liberación] no es algo que hay que obtener en el futuro. Está aquí siempre, aquí y ahora.

Pregunta: Estoy de acuerdo, pero yo no la experimento.

Respuesta: La experiencia está aquí y ahora. Uno no puede negar su propio Sí mismo.

Pregunta: Eso significa existencia y no felicidad.

Respuesta: Existencia es lo mismo que felicidad y felicidad es lo mismo que ser. La palabra *mukti* [liberación] es muy provocativa. ¿Por qué debe uno buscarla? Uno cree que hay esclavitud y por lo tanto busca la liberación. Pero el hecho es que no

hay ninguna esclavitud sino solo liberación. ¿Por qué la llamamos por un nombre y la buscamos?

Pregunta: Cierto —pero nosotros somos ignorantes.

Respuesta: Solo quite la ignorancia. Eso es todo lo que hay que hacer.

Todas las preguntas relativas a *mukti* [la liberación] son inadmisibles. *Mukti* significa liberación de la esclavitud, lo cual implica la existencia presente de la esclavitud. No hay ninguna esclavitud y por lo tanto ninguna *mukti* tampoco².

Pregunta: ¿De qué naturaleza es la realización de algunos occidentales que cuentan que han tenido destellos de la consciencia cósmica?

Respuesta: Vino como un destello y desaparecerá como tal. Todo lo que tiene un comienzo debe tener también un fin. Solo cuando se realiza la consciencia siempre presente es permanente. La consciencia está en verdad siempre con nosotros. Todo el mundo sabe «yo soy». Nadie puede negar su propio ser. El hombre en el sueño profundo no es consciente; mientras está despierto parece ser consciente. Pero es la misma persona. No hay ningún cambio en el que duerme profundamente y el que está ahora despierto. En el sueño profundo él no era consciente de su cuerpo y así no había ninguna consciencia corporal. En el estado de vigilia él es consciente de su cuerpo y así hay consciencia corporal. Por lo tanto la diferencia se encuentra en la emergencia de la consciencia corporal y no en algún cambio en la consciencia real.

El cuerpo y la consciencia corporal surgen juntos y se sumergen juntos. Todo esto equivale a decir que no hay ninguna limitación en el sueño profundo, mientras que hay limitaciones en el estado de vigilia. El sentimiento «El cuerpo es yo» es el error. Este falso sentido de «yo» debe partir. El «Yo» real está siempre. Está aquí y ahora. Nunca aparece como nuevo ni des-

aparece después. Eso que es debe también persistir siempre. Eso que aparece como nuevo también se perderá. Compare el sueño profundo y la vigilia. El cuerpo aparece en un estado pero no en el otro. Por lo tanto, el cuerpo se perderá. La consciencia era pre-existente y sobrevivirá al cuerpo.

No hay nadie que no diga «yo soy». El conocimiento erróneo de «yo soy el cuerpo» es la causa de todo el sufrimiento. Este conocimiento erróneo debe partir. Eso es realización. La realización no es la adquisición de algo nuevo ni tampoco es una nueva facultad. Es solamente la retirada de todo camuflaje.

La verdad última es así de simple. No es nada más que ser en el estado prístino. Esto es todo lo que se necesita decir³.

Pregunta: ¿Está uno más cerca de la consciencia pura en el sueño profundo que en el estado de vigilia?

Respuesta: Los estados de sueño profundo, de sueño con sueños y de vigilia son meros fenómenos que aparecen sobre el Sí mismo, que es estacionario. Es también un estado de consciencia simple. ¿Puede alguien permanecer aparte del Sí mismo en algún momento? Esta pregunta puede surgir solo si eso fuera posible.

Pregunta: ¿No se dice a menudo que uno está más cerca de la consciencia pura en el estado de sueño profundo que en el estado de vigilia?

Respuesta: La pregunta puede ser también, «¿Estoy yo más cerca de mí mismo en mi estado de sueño profundo que en mi estado de vigilia?».

El Sí mismo es consciencia pura. Nadie puede ser jamás aparte del Sí mismo. La pregunta es posible solo si hay dualidad. Pero no hay ninguna dualidad en el estado de consciencia pura.

La misma persona duerme profundamente, sueña y está despierta. El estado de vigilia se considera que está lleno de

cosas bellas e interesantes. La ausencia de tal experiencia le hace decir a uno que el estado de sueño profundo es opaco. Antes de proceder más adelante dejemos este punto claro. ¿Admite que usted existe en su sueño profundo?

Pregunta: Sí, lo admito.

Respuesta: Usted es la misma persona [en su sueño profundo] que la que es ahora despierto. ¿No es así?

Pregunta: Sí.

Respuesta: Así pues, hay una continuidad en los estados de sueño profundo y de vigilia. ¿Qué es esa continuidad? Es solo el estado de ser puro.

Hay una diferencia en los dos estados. ¿Cuál es esa diferencia? Los incidentes, a saber, el cuerpo, el mundo, y los objetos aparecen en el estado de vigilia pero desaparecen en el estado de sueño profundo.

Pregunta: Pero yo no soy consciente en mi sueño profundo.

Respuesta: Ciertamente, no hay ninguna consciencia del cuerpo ni del mundo. Pero usted debe existir en su sueño profundo a fin de decir ahora «yo no era consciente en mi sueño profundo». ¿Quién habla así ahora? Es la persona despierta. El que está dormido no puede hablar así. Es decir, el individuo que está identificando ahora el Sí mismo con el cuerpo dice que tal consciencia no existe en el sueño profundo.

Debido a que usted se identifica con el cuerpo, usted ve el mundo alrededor suyo y dice que el estado de vigilia está lleno de cosas bellas e interesantes. El estado de sueño profundo aparece opaco debido a que usted no estaba allí como un individuo y por lo tanto estas cosas no estaban. ¿Pero cuál es el hecho? Hay la continuidad del ser en los tres estados, pero no hay ninguna continuidad del individuo ni de los objetos.

Pregunta: Sí.

Respuesta: Eso que es continuo es también duradero, es decir permanente. Eso que es discontinuo es transitorio.

Pregunta: Sí.

Respuesta: Por lo tanto el estado de ser es permanente y el cuerpo y el mundo no lo son. Son fenómenos fugaces que pasan sobre la pantalla del ser-consciencia, que es eterno y estacionario.

Pregunta: Hablando relativamente, ¿no está el estado de sueño profundo más cerca de la consciencia pura que el estado de vigilia?

Respuesta: Sí, en este sentido: cuando se pasa del sueño profundo a la vigilia el pensamiento-«yo» [el sí mismo individual] debe comenzar y la mente debe empezar a funcionar. Entonces surgen los pensamientos y las funciones del cuerpo entran en operación. Todos éstos juntos nos hacen decir que estamos despiertos. La ausencia de toda esta evolución es la característica del sueño profundo y por lo tanto está más cerca de la consciencia pura que el estado de vigilia.

Pero, sin embargo, uno no debe desear estar siempre en sueño profundo. En primer lugar es imposible, pues alternará necesariamente con los otros estados. En segundo lugar no puede ser el estado de felicidad en el cual está el *jñani*, pues su estado [del *jñani*] es permanente y no alternante. Además, el estado de sueño profundo no es reconocido por las gentes como un estado de consciencia, pero el sabio es siempre consciente. Así pues, el estado de sueño profundo difiere del estado en el cual el sabio está establecido.

Más aún, el estado de sueño profundo está libre de pensamientos y de su impresión sobre el individuo. No puede ser alterado por voluntad propia debido a que el esfuerzo es imposible en esa condición. De modo que, aunque está más cerca de

la consciencia pura, no es apto para los esfuerzos para realizar el Sí mismo⁴.

Pregunta: ¿No es la realización del propio ser absoluto, es decir *Brahma-jñana*, algo completamente inalcanzable para un lego como yo?

Respuesta: *Brahma-jñana* no es un conocimiento que se adquiere, de modo que al adquirirlo se obtenga la felicidad. Es la propia manera de ver ignorante lo que debe ser abandonado. El Sí mismo que usted busca conocer es verdaderamente usted mismo. Su supuesta ignorancia le causa a usted una aflicción innecesaria como la de los diez necios que penaban por la pérdida del décimo de ellos que jamás se perdió.

Los diez necios en la parábola vadearon una corriente de agua y al alcanzar la otra orilla quisieron cerciorarse de que todos ellos habían cruzado efectivamente sanos y salvos la corriente. Uno de los diez comenzó a contar, pero mientras contó a los otros se dejó a sí mismo fuera. «Yo veo solamente nueve; cierto, hemos perdido a uno. ¿Quién puede ser?» dijo. «¿Has contado correctamente?» preguntó otro, e hizo el recuento él mismo. Pero él también contó solamente nueve. Uno tras otro cada uno de los diez contó solamente nueve, omitiéndose a sí mismo. «Nosotros somos solamente nueve», estuvieron de acuerdo todos, «¿pero quién es el que falta?» se preguntaban. Todos los esfuerzos que hicieron para descubrir al individuo «desaparecido» fracasaron. «Quienquiera que sea se ha ahogado», dijo el más sentimental de los diez necios, «lo hemos perdido». Diciendo esto estalló en lágrimas y los otros le siguieron.

Viéndolos llorar a la orilla del río, un compadecido viajero preguntó por la causa. Ellos le contaron lo que había ocurrido y le dijeron que incluso después de contarse entre sí mismos varias veces no pudieron encontrar más que nueve. Al oír la historia, y viéndolos a los diez delante de él, el viajero adivinó lo que había ocurrido. A fin de hacerles saber por sí mismos que

eran realmente diez, que todos ellos habían sobrevivido a la travesía, les habló así, «Que cada uno de ustedes cuente por sí mismo pero uno después de otro en serie: uno, dos, tres y así sucesivamente; mientras, yo les daré a cada uno de ustedes un cachete a fin de que todos ustedes puedan estar seguros de haber sido incluidos en la cuenta, e incluidos solamente una vez. Entonces será encontrado el décimo hombre que falta». Oyendo esto se regocijaron ante la perspectiva de encontrar a su camarada «perdido» y aceptaron el método sugerido por el viajero.

Mientras el buen viajero daba un cachete a cada uno de los diez por turno, el que recibía el golpe contaba a sí mismo en voz alta. «Diez», dijo el último hombre que recibió el último golpe de su turno. Desconcertados se miraron unos a otros, «Nosotros somos diez», dijeron a una sola voz y le dieron las gracias al viajero por haberles quitado su aflicción.

Esta es la parábola. ¿De dónde vino el décimo hombre? ¿Estuvo perdido alguna vez? Al saber que había estado allí todo el rato, ¿aprendieron algo nuevo? La causa de su aflicción no era la pérdida real de nadie, era su propia ignorancia, o más bien su mera suposición de que uno de ellos se había perdido.

Tal es el caso con usted. Verdaderamente no hay ninguna causa para que usted sea miserable e infeliz. Usted mismo impone limitaciones a su verdadera naturaleza de ser infinito, y entonces llora porque usted es sólo una criatura finita. Entonces usted emprende esta o aquella práctica espiritual para trascender las limitaciones no-existentes. Pero si su práctica espiritual misma asume la existencia de las limitaciones, ¿cómo puede ayudarle a usted a trascenderlas?

Por lo tanto, yo le digo que sé que usted es realmente el puro ser infinito, el Sí mismo. Usted es siempre el Sí mismo y nada más que ese Sí mismo. Por consecuencia, usted jamás puede ser realmente ignorante del Sí mismo. Su ignorancia es meramente una ignorancia imaginaria, como la ignorancia de

los diez necios sobre el décimo hombre perdido. Es esta ignorancia la que les causaba aflicción.

Sepa entonces que el verdadero conocimiento no crea un ser nuevo para usted, solo quita su ignorante ignorancia. La felicidad tampoco viene a agregarse a su naturaleza, meramente se revela como su verdadero estado natural, eterno e imperecedero. La única manera de deshacerse de su sufrimiento es conocer y ser el Sí mismo. ¿Cómo puede esto ser inalcanzable?⁵.

Pregunta: Sin embargo, a menudo Bhagavan nos enseña que nosotros no somos capaces de comprender.

Respuesta: Las gentes dicen que no son capaces de conocer el Sí mismo que es omnipenetrante. ¿Qué puedo hacer yo? Incluso el niño más pequeño dice, «yo existo; yo hago; esto es mío». Así pues, todos comprenden que la cosa «Yo» es siempre existente. Es solo cuando ese «Yo» está aquí cuando hay la sensación de que usted es el cuerpo, de que él es Venkanna, de que éste es Ramanna, y demás. Para saber que lo que es siempre visible es el propio Sí mismo de uno, ¿es necesario buscar con una vela? Decir que nosotros no conocemos *atma swarupa* [la naturaleza real del Sí mismo], la cual no es diferente sino que está en el propio Sí mismo de uno, es como decir «yo no me conozco a mí mismo»⁶.

Pregunta: ¿Pero cómo va uno a obtener este estado?

Respuesta: No hay ninguna meta que obtener. No hay nada que obtener. Usted es el Sí mismo. Usted existe siempre. No puede predicarse del Sí mismo nada más excepto que existe. Ver a Dios o el Sí mismo es solamente ser el Sí mismo o usted mismo. Ver es ser. Usted, que es el Sí mismo, quiere saber cómo obtener el Sí mismo. Es como un hombre que está aquí en Ramanasraman preguntando cuántos caminos hay para llegar a Ramanasraman y cuál es el mejor camino para él. Todo lo que se requiere es que abandone el pensamiento de que usted es

este cuerpo y que abandone todos los pensamientos de las cosas externas o el no-Sí mismo⁷.

Pregunta: ¿Qué es el sí mismo-ego? ¿Cómo se relaciona con el Sí mismo real?

Respuesta. El sí mismo-ego aparece y desaparece y es transitorio, mientras que el Sí mismo real es permanente. Aunque usted es de hecho el Sí mismo verdadero, usted identifica erróneamente el Sí mismo real con el sí mismo-ego.

Pregunta: ¿Cómo se produce el error?

Respuesta: Vea si se ha producido.

Pregunta: Uno tiene que sublimar el sí mismo-ego dentro del verdadero Sí mismo.

Respuesta: El sí mismo-ego no existe en absoluto.

Pregunta: ¿Por qué nos perturba?

Respuesta: ¿A quién perturba? La perturbación también es imaginada. La perturbación y el placer son solamente para el ego.

Pregunta: ¿Por qué está el mundo tan envuelto en la ignorancia?

Respuesta: Ocúpese de usted mismo. Deje que el mundo se ocupe de sí mismo. Vea su Sí mismo. Si usted es el cuerpo, hay el mundo grosero también. Si usted es espíritu, todo es espíritu sólo.

Pregunta: Ello será válido para el individuo, ¿pero qué hay del resto?

Respuesta: Hágalo primero y entonces vea si surge la pregunta después.

Pregunta: ¿Hay *avidya* [ignorancia]?

Respuesta: ¿Para quién es [la ignorancia]?

Pregunta: Para el sí mismo-ego.

Respuesta: Sí, para el ego. Quite el ego y la *avidya* desaparece. Búsquelo, el ego se desvanece y sólo permanece el Sí mismo real. El ego que profesa la *avidya* [ignorancia] no puede ser encontrado. No hay ninguna *avidya* en realidad. Todos los *sastras* [escrituras] tienen la finalidad de refutar la existencia de *avidya*.

Pregunta: ¿Cómo surgió el ego?

Respuesta: El ego no es. De otro modo, ¿admitiría usted dos sí mismos? ¿Cómo puede haber *avidya* [ignorancia] en la ausencia del ego? Si usted comienza a indagar, la *avidya*, que es ya no-existente, se encontrará que no es, o usted dirá que se ha esfumado.

La ignorancia pertenece al ego. ¿Por qué piensa usted en el ego y además sufre? ¿Qué es la ignorancia nuevamente? Eso que es no-existente. Sin embargo, la vida mundanal requiere la hipótesis de *avidya*. *Avidya* es solo nuestra ignorancia y nada más. Es ignorancia u olvido del Sí mismo. ¿Puede haber obscuridad delante del sol? Similarmente, ¿puede haber ignorancia ante el Sí mismo auto-evidente y auto-luminoso? Si usted conoce el Sí mismo no habrá ninguna obscuridad, ninguna ignorancia y ninguna miseria.

Es la mente la que siente la perturbación y la miseria. La obscuridad jamás viene ni va. Vea el sol y no hay ninguna obscuridad. Similarmente, vea el Sí mismo y se encontrará que la *avidya* no existe⁸.

Pregunta: ¿Cómo ha surgido lo irreal? ¿Puede lo irreal surgir de lo real?

Respuesta: Vea si ha surgido. No hay ninguna cosa tal como lo irreal. Desde otro punto de vista, sólo el Sí mismo existe.

Cuando usted intenta seguir el rastro al ego, que es la base de la percepción del mundo y de todo lo demás, usted encuentra que el ego no existe en absoluto y tampoco toda esta creación que usted ve⁹.

Pregunta: Es el cruel juego (*lila*) de Dios hacer el conocimiento del Sí mismo tan difícil.

Respuesta: Conocer el Sí mismo es ser el Sí mismo, y ser significa existencia, la existencia propia de uno. Nadie niega su propia existencia como nadie niega sus propios ojos, aunque uno no puede verlos. La perturbación está en su deseo de objetivar el Sí mismo, de la misma manera en que usted objetiva sus ojos [los ve como un objeto] cuando pone un espejo delante de ellos. Usted se ha acostumbrado tanto a objetivar que ha perdido el conocimiento de usted mismo, debido simplemente a que el Sí mismo no puede ser objetivado. ¿Quién va a conocer al Sí mismo? ¿Puede el cuerpo insciente conocerlo? Todo el tiempo usted habla y piensa en su «Yo», sin embargo, cuando se cuestiona, usted niega conocerlo. Usted es el Sí mismo, sin embargo usted pregunta cómo conocer el Sí mismo. ¿Dónde está entonces el juego [*lila*] de Dios y dónde está su crueldad? Debido a esta negación del Sí mismo por las gentes, los *sastras* [las escrituras] hablan de *maya*, *lila*, etc.¹⁰

Pregunta. ¿Ayuda mi realización a otros?

Respuesta: Sí, ciertamente. Es la mejor ayuda posible. Pero no hay ningunos otros a quienes ayudar. Pues un ser realizado ve solo el Sí mismo, lo mismo que un orífice que considera el oro en diversas piezas de joyería ve solamente el oro. Cuando se identifica a usted mismo con el cuerpo, solo entonces las formas y las figuras están aquí. Pero cuando usted trasciende su cuerpo, los otros cuerpos desaparecen junto con su consciencia corporal (de usted).

Pregunta: ¿Ocurre lo mismo con las plantas, los árboles, etc.?

Respuesta: ¿Existen aparte del Sí mismo? Encuéntralo. Usted piensa que los ve. El pensamiento es proyectado desde el Sí mismo. Encuentre de dónde surge. Los pensamientos cesarán de surgir y sólo permanecerá el Sí mismo.

Pregunta: Yo comprendo teóricamente. Pero ellos están todavía aquí.

Respuesta: Sí. Es como un cine. Hay una luz sobre la pantalla y las sombras que pasan rápidamente por ella impresionan a la audiencia como la representación de alguna pieza. Si en la misma obra se muestra también una audiencia sobre la pantalla como parte de la representación proyectada, el veedor y lo visto estarán entonces ambos sobre la pantalla. Aplíquese a usted mismo. Usted es la pantalla, el Sí mismo ha creado el ego, el ego tiene sus excrecencias de pensamientos que son mostrados como el mundo, los árboles y las plantas por las cuales pregunta usted. En realidad, todos éstos no son nada sino el Sí mismo. Si usted ve el Sí mismo, el Sí mismo se encontrará que es todo, por todas partes y siempre. Nada existe excepto el Sí mismo.

Pregunta: Sí, pero todavía comprendo sólo teóricamente. Sin embargo las respuestas son simples, bellas y convincentes.

Respuesta: Incluso el pensamiento «yo no realizo» es un obstáculo. De hecho, sólo es el Sí mismo¹¹.

Nuestra naturaleza real es *mukti*. Pero nosotros estamos imaginando que estamos prisioneros, y estamos haciendo múltiples intentos agotadores para devenir libres, mientras somos libres todo el tiempo. Esto se comprenderá solo cuando alcancemos esa estación. Nos sorprenderá estar frenéticamente empeñados en intentar obtener algo que siempre hemos sido y somos. Una ilustración aclarará esto. Un hombre se echa a dormir en esta sala. Sueña que ha ido a recorrer el mundo, que

pasa por colinas y cañadas, bosques y países, desiertos y mares, que atraviesa varios continentes y que después de muchos años de viaje agobiante y agotador, regresa a este país, llega a Tiruvannamalai, entra en el ashram y camina adentro de esta sala. Justo en ese momento se despierta y encuentra que no se ha movido ni siquiera una pulgada y que ha estado durmiendo justamente donde se había tumbado. Él no ha retornado después de un gran esfuerzo a esta sala, sino que está y siempre ha estado en la sala. Es exactamente así. Si se pregunta, «¿Por qué siendo libres nos imaginamos que somos prisioneros?», yo respondo, «¿Por qué estando en la sala imaginó usted que estaba inmerso en una aventura por el mundo, cruzando colinas y cañadas, desiertos y mares? Es todo mente o *maya* [ilusión]»¹².

Pregunta: ¿Cómo entonces la ignorancia de esta única y sola realidad surge tan infelizmente en el caso del *ajñani* [el que no ha realizado el Sí mismo]?

Respuesta: El *ajñani* ve solo la mente, que es un mero reflejo de la luz de la consciencia pura que surge del Corazón. Pero del Corazón mismo él es ignorante. ¿Por qué? Porque su mente está extrovertida y jamás ha buscado su fuente.

Pregunta: ¿Qué le impide a la infinita e indiferenciada luz de la consciencia que surge del Corazón revelarse a sí misma al *ajñani*?

Respuesta: Lo mismo que el agua en un cuenco refleja el inmenso sol dentro de los estrechos límites del cuenco, así también los *vasanas* o tendencias latentes de la mente del individuo, actuando como el medio reflectante, atrapan la infinita y omnipenetrante luz de la consciencia que surge del Corazón. La forma de esta reflexión es el fenómeno llamado la mente. Viendo solo este reflejo, el *ajñani* cae en el engaño de creer que él es un ser finito, el *jiva*, el sí mismo individual¹³.

Pregunta: ¿Cuáles son las trabas que obstaculizan la realización del Sí mismo?

Respuesta: Son los hábitos de la mente [*vasanas*].

Pregunta: ¿Cómo vencer los hábitos mentales [*vasanas*]?

Respuesta: Realizando el Sí mismo.

Pregunta: Esto es un círculo vicioso.

Respuesta: Es el ego el que suscita tales dificultades, creando obstáculos y sufriendo entonces de perplejidad por las aparentes paradojas. Encuentre quién hace las preguntas y el Sí mismo será encontrado¹⁴.

Pregunta. ¿Por qué es esta esclavitud mental tan persistente?

Respuesta: La naturaleza de la esclavitud es meramente el ruinoso pensamiento emergente «yo soy diferente de la realidad». Puesto que uno no puede ciertamente permanecer separado de la realidad, rechace ese pensamiento siempre que surja¹⁵.

Pregunta: ¿Por qué no recuerdo nunca que yo soy el Sí mismo?

Respuesta: Las gentes hablan del recuerdo y del olvido de la plenitud del Sí mismo. El olvido y el recuerdo son solo formas de pensamiento. Alternarán mientras haya pensamientos. Pero la realidad está más allá de éstos. El recuerdo o el olvido deben ser dependientes de algo. Ese algo debe ser ajeno al Sí mismo también, de otro modo no habría olvido. Eso de lo cual dependen el recuerdo y el olvido es la idea del sí mismo individual. Cuando uno lo busca, este «yo» individual no es encontrado debido a que no es real. De aquí que este «yo» es sinónimo de ilusión o ignorancia (*maya*, *avidya*, o *ajñana*). Saber que jamás ha habido ignorancia es la meta de todas las enseñanzas

espirituales. La ignorancia debe ser de quién es consciente. La consciencia es *jñana* [conocimiento, cognitividad]. *Jñana* es eterno y natural, *ajñana* es innatural e irreal.

Pregunta: Una vez escuchada esta verdad, ¿por qué no permanece uno contento?

Respuesta: Debido a que los *samskaras* [tendencias mentales innatas] no han sido destruidos. A menos que los *samskaras* cesen de existir, siempre habrá duda y confusión. Todos los esfuerzos se dirigen a destruir la duda y la confusión. Para hacerlo deben cortarse sus raíces. Sus raíces son los *samskaras*. Estos se hacen inefectivos por la práctica prescrita por el Gurú. El Gurú deja que el buscador practique mucho a fin de que descubra él mismo que no hay ninguna ignorancia. Oír la verdad [*sravana*] es la primera etapa. Si la comprensión no es firme uno tiene que practicar la reflexión [*manana*] y la contemplación ininterrumpida [*nididhyasana*] sobre ello. Estos dos procesos queman las semillas de los *samskaras* de modo que se tornan inefectivas.

Algunas gentes extraordinarias obtienen conocimiento [*jñana*] incommovible después de escuchar la verdad sólo una vez. Éstos son los buscadores avanzados. A los principiantes les lleva más tiempo obtenerlo.

Pregunta: ¿Cómo surgió la ignorancia [*avidya*]?

Respuesta: La ignorancia jamás ha surgido. No tiene ningún ser real, Eso que es, es solo *vidya* [conocimiento].

Pregunta: ¿Por qué entonces no lo realizo?

Respuesta: Debido a los *samskaras*. No obstante, encuentre quién no realiza y lo que no realiza. Entonces estará claro que no hay ninguna *avidya*¹⁶.

Pregunta: Así pues, es erróneo comenzar con una meta, ¿no es así?

Respuesta: Si hay una meta que obtener no puede ser permanente. La meta debe estar ya aquí. Nosotros buscamos obtener la meta con el ego, pero la meta existe antes que el ego. Lo que es en la meta es incluso anterior a nuestro nacimiento, es decir, al nacimiento del ego. Debido a que nosotros existimos, el ego parece existir también.

Si nosotros miramos al Sí mismo como el ego entonces devenimos el ego, si lo miramos como la mente devenimos la mente, si lo miramos como el cuerpo devenimos el cuerpo. Es el pensamiento el que construye envolturas de muchas maneras. Se encuentra que la sombra sobre el agua está moviéndose. ¿Puede alguien detener el movimiento de la sombra? Si dejara de moverse usted no notaría el agua sino solo la luz. Similarmente, no acuse recibo del ego y sus actividades, vea solo la luz que hay detrás. El ego es el pensamiento «yo». El verdadero «Yo» es el Sí mismo.

Pregunta: Si es sólo cuestión de abandonar ideas entonces es solo una etapa hacia la realización.

Respuesta: La realización está ya aquí. El estado libre de pensamiento es el único estado real. No hay ninguna acción tal como la realización. ¿Hay alguien que no esté realizando el Sí mismo? ¿Niega alguien su propia existencia? Hablar de realización, implica dos sí mismos —uno que realiza, el otro que es realizado. Lo que no está ya realizado se busca realizarlo. Una vez que admitimos nuestra existencia, ¿cómo es que no conocemos nuestro Sí mismo?

Pregunta: Debido a los pensamientos, a la mente.

Respuesta: Completamente exacto. Es la mente lo que vela nuestra felicidad. ¿Cómo sabemos que existimos? Si usted dice

que se debe al mundo que nos rodea, entonces ¿cómo sabe que usted existía en el sueño profundo?

Pregunta: ¿Cómo deshacerse de la mente?

Respuesta: ¿Es la mente la que quiere matarse a sí misma? La mente no puede matarse a sí misma. Así pues, su trabajo es encontrar la naturaleza real de la mente. Entonces usted sabrá que no hay ninguna mente. Cuando se busca el Sí mismo, la mente no está en ninguna parte. Morando en el Sí mismo, uno no necesita preocuparse de la mente¹⁷.

Pregunta: ¿Es *mukti* lo mismo que la realización?

Respuesta: *Mukti* o liberación es nuestra naturaleza. Es otro nombre para nosotros. Nuestro deseo de *mukti* es una cosa muy graciosa. Es como un hombre que está en la sombra, que deja voluntariamente la sombra, que se pone bajo el sol, que siente la severidad del calor allí, que hace grandes esfuerzos para regresar de nuevo bajo la sombra y que una vez allí se regocija, «¡Cuán dulce es la sombra! ¡Al fin he alcanzado la sombra!». Todos nosotros estamos haciendo exactamente lo mismo. Nosotros no somos diferentes de la realidad. Nosotros imaginamos que somos diferentes, es decir, nosotros creamos el *bheda bhava* [el sentimiento de diferencia] y entonces emprendemos una gran *sadhana* [prácticas espirituales] para deshacernos del *bheda bhava* y realizar la unidad. ¿Por qué imaginamos o creamos el *bheda bhava* y después lo destruimos?¹⁸.

Pregunta: Esto solo puede realizarse por la gracia del maestro. He estado leyendo el *Sri Bhagavata*. Dice que la felicidad sólo puede tenerse por el polvo de los pies del maestro. Yo suplico la gracia.

Respuesta: ¿Qué es felicidad sino su propio ser? Usted no es aparte del ser, que es lo mismo que felicidad. Usted está pensando ahora que usted es la mente o el cuerpo, que son am-

bos cambiantes o transitorios. Pero usted es sin cambio y eterno. Eso es lo que usted debe saber.

Pregunta: Hay obscuridad y yo soy ignorante.

Respuesta: Esta ignorancia debe partir. De nuevo, ¿quién dice «yo soy ignorante»? Debe ser el presenciador de la ignorancia. Eso es lo que usted es. Sócrates dijo, «Yo sé que yo no sé». ¿Puede esto ser ignorancia? Es sabiduría.

Pregunta: ¿Por qué entonces me siento infeliz cuando estoy en Villore y me siento en paz en su presencia?

Respuesta: ¿Puede el sentimiento en este lugar ser felicidad? Cuando deja este lugar, usted dice que es infeliz. Por lo tanto, esta paz no es permanente, está mezclada con la infelicidad que es sentida en otro lugar. Por lo tanto, usted no puede encontrar felicidad en lugares ni en períodos de tiempo. Ella debe ser permanente a fin de que pueda ser útil. Es su propio ser lo que es permanente. Sea el Sí mismo y eso es felicidad. Usted es siempre eso¹⁹.

El Sí mismo está siempre realizado. No es necesario buscar realizar lo que está ya y ha estado siempre realizado. Usted no puede negar su propia existencia. Esa existencia es consciencia, el Sí mismo.

A menos que usted exista no puede hacer preguntas. Así pues, usted debe admitir su propia existencia. Esa existencia es el Sí mismo. Él está ya realizado. Por lo tanto, el esfuerzo por realizar resulta solo en darse cuenta de su error presente —que usted no ha realizado su Sí mismo. No hay ninguna realización nueva. El Sí mismo deviene revelado.

Pregunta: Eso llevará algunos años.

Respuesta: ¿Por qué años? La idea del tiempo está solo en su mente. No está en el Sí mismo. No hay ningún tiempo para el Sí mismo. El tiempo surge como una idea después de que

surge el ego. Pero usted es el Sí mismo más allá del tiempo y del espacio. Usted existe incluso en la ausencia del tiempo y del espacio²⁰.

Si fuera verdadero que usted lo realizará después, ello significa que usted no está realizado ahora. La ausencia de realización en el momento presente puede repetirse en cualquier momento en el futuro, pues el tiempo es infinito. Así pues, tal realización es impermanente. Pero eso no es verdadero. Es erróneo considerar la realización como impermanente. Es el estado eterno verdadero, el cual no puede cambiar.

Pregunta: Sí, yo lo comprenderé en el curso del tiempo.

Respuesta: Usted es ya eso. El tiempo y el espacio no pueden afectar al Sí mismo. Ellos están en usted. E igualmente todo lo que ve alrededor de usted está en usted. Hay una historia que ilustra este punto. Una señora tenía un precioso collar alrededor de su cuello. Una vez en su excitación lo olvidó y pensó que el collar se había perdido. Se llenó de ansiedad y lo buscó en su casa pero no pudo encontrarlo. Preguntó a sus amigos y vecinos si sabían algo sobre el collar. No sabían nada. Por último un buen amigo suyo le dijo que sintiera el collar alrededor de su cuello. Ella encontró que había estado todo el tiempo alrededor de su cuello y fue feliz. Cuando los demás le preguntaron si había encontrado el collar que se había perdido, ella dijo, «Sí, lo he encontrado». Ella todavía sentía que había recuperado una joya perdida.

Ahora bien, ¿había perdido la joya? Estuvo todo el tiempo alrededor de su cuello. Pero juzgue sus sentimientos. Ella estaba tan feliz como si hubiera recuperado una joya perdida. Similarmen- te en nuestro caso, nosotros imaginamos que realizaremos ese Sí mismo alguna vez, mientras que jamás somos nada excepto el Sí mismo²¹.

Pregunta: Debe haber algo que yo pueda hacer para alcanzar este estado.

Respuesta: La concepción de que hay una meta y una vía que conduce a ella es errónea. Nosotros somos la meta o la paz siempre. Deshacerse de la noción de que no somos la paz es todo lo que se requiere.

Pregunta: Todos los libros dicen que la guía de un Gurú es necesaria.

Respuesta: El Gurú dirá solo lo que yo estoy diciendo ahora. Él no le dará a usted nada que no tenga ya. Es imposible que alguien obtenga lo que no tiene ya. Incluso si obtiene alguna cosa tal, se irá como vino. Todo lo que viene se irá. Sólo quedará lo que siempre es. El Gurú no puede darle a usted nada nuevo, que usted no tenga ya. La supresión de la noción de que usted no ha realizado el Sí mismo es todo lo que se requiere. Nosotros somos siempre el Sí mismo, solo que no lo realizamos²².

Nosotros damos vueltas y vueltas en busca de *Atma* [el Sí mismo] diciendo, «¿Dónde está *atma*? ¿Dónde está?» hasta que al fin se alcanza el amanecer de *jñana drishti* [la visión de conocimiento], y entonces decimos, «Esto es *atma*, esto es yo». Debemos adquirir esa visión. Una vez que se obtiene esa visión, no habrá ningún apego aunque uno se mezcle con el mundo y se mueva en él. Una vez que usted se pone zapatos en los pies no sentirá el dolor de caminar sobre montones de piedras o espinas sobre el camino. Usted camina sin temor ni cuidado, incluso si hay montañas en el camino. De la misma manera, todo será natural para aquellos que han alcanzado *jñana-drishti* [la visión de conocimiento]. ¿Qué hay aparte del propio Sí mismo de uno?

Pregunta: El estado natural puede ser conocido solo después de que toda esta visión mundanal se sumerge. ¿Pero cómo va a sumergirse?

Respuesta: Si la mente se sumerge, la totalidad del mundo se sumerge. La mente es la causa de todo esto. Si eso se sumerge, el estado natural se presenta por sí solo. El Sí mismo se proclama en todo instante como «Yo, Yo». Es auto-luminoso. Está aquí. Todo esto es eso. Nosotros somos en eso solo. Siendo en ello, ¿por qué buscarlo? Los antiguos decían: «Haciendo que la visión se absorba en *jñana* uno ve el mundo como *Brahman*»²³.

CAPÍTULO 3

El Jñani

Muchos de los visitantes de Sri Ramana parecían tener una insaciable curiosidad sobre el estado de Auto-realización y estaban particularmente interesados en conocer cómo un *jñani* se experimenta a sí mismo y el mundo alrededor de él. Algunas de las preguntas que se le hacían sobre el tema reflejaban las extravagantes nociones que muchas gentes tenían sobre este estado, pero la mayoría de ellas tendían a ser variaciones de una de las cuatro preguntas siguientes:

1. ¿Cómo puede un *jñani* funcionar sin ninguna consciencia de la consciencia individual?
2. ¿Cómo puede decir que él «no hace nada» (una afirmación que Sri Ramana a menudo hacía) cuando otros le ven activo en el mundo?
3. ¿Cómo percibe el mundo? ¿Percibe el mundo siquiera?
4. ¿Cómo se relaciona la consciencia pura del *jñani* con los estados alternantes de consciencia del cuerpo y mente experimentados en la vigilia, sueño y sueño profundo?

La premisa oculta detrás de todas estas preguntas es la creencia de que hay una persona (el *jñani*) que experimenta un estado que llama el Sí mismo. Esta asunción no es verdadera. Es meramente un constructo mental inventado por aquellos que no han realizado el Sí mismo (*ajñanis*) para hacerse una idea de la experiencia del *jñani*. El uso mismo de la palabra *jñani* es indicativo de esta creencia errónea, puesto que significa lite-

ralmente un conocedor de *jñana*, la realidad. El *ajñani* usa este término debido a que imagina que el mundo está hecho de buscadores de la realidad y de conocedores de la realidad; la verdad del Sí mismo es que no hay ni *jñanis* ni *ajñanis*, hay solamente *jñana*.

Sri Ramana señaló esto tanto directa como indirectamente en muchas ocasiones, pero pocos de sus interlocutores eran capaces de entender, siquiera intelectualmente, las implicaciones de una tal afirmación. Debido a esto, usualmente adaptaba sus ideas de tal manera que se conformaban a los prejuicios de sus interlocutores. En la mayoría de las conversaciones de este capítulo acepta que sus interlocutores perciban una distinción entre el *jñani* y el *ajñani*, y sin desafiar la base de esa presunción, asume el papel del *jñani* e intenta explicar las implicaciones de estar en ese estado.

Pregunta: ¿Entonces cuál es la diferencia entre el *bandha* y el *mukta*, el hombre esclavizado y el liberado?

Respuesta: El hombre ordinario vive en el cerebro, inconsciente de sí mismo en el Corazón. El *jñana siddha* [*jñani*] vive en el Corazón. Cuando se mueve y trata con los hombres y las cosas, sabe que lo que ve no está separado de la única realidad suprema, el *Brahman*, que él ha realizado en el Corazón como su propio sí mismo, lo real.

Pregunta: ¿Qué hay sobre el hombre ordinario?

Respuesta: Acabo de decir que ve las cosas fuera de sí mismo. Está separado del mundo, de su propia verdad más profunda, de la verdad que le soporta y que ve. El hombre que ha realizado la verdad suprema de su propia existencia realiza que ella es la única realidad suprema que hay detrás de él, detrás del mundo. De hecho, es consciente del uno, como lo real,

el Sí mismo en todos los sí mismos, en todas las cosas, eterno e inmutable, en todo lo que es impermanente y mutable¹.

Pregunta: ¿Cuál es la relación entre la consciencia pura realizada por el *jñani* y la «yo-soy»-dad que es aceptada como el dato de experiencia primario?

Respuesta: La consciencia indiferenciada de ser puro es el Corazón o *hridayam*, que es lo que usted es realmente. Desde el Corazón surge la «yo-soy»-dad como el dato primario de la experiencia de uno. Por sí misma es completamente pura [*suddha-sattva*] en carácter. Es en esta forma de pureza prístina [*sudda-sattva-swarupa*], no-contaminada por *rajas* y *tamas* [actividad e inercia], que el «yo» parece subsistir en el *jñani*.

Pregunta: En el *jñani* el ego subsiste en la forma pura y por lo tanto parece algo real. ¿Estoy en lo cierto?

Respuesta: La existencia del ego en cualquier forma, ya sea en el *jñani* o en el *ajñani*, es ella misma una experiencia. Pero para el *ajñani* que está inmerso en el pensamiento engañoso de que el estado de vigilia y el mundo son reales, el ego también parece ser real. Puesto que ve al *jñani* actuar como los demás individuos, se siente obligado a postular alguna noción de individualidad con referencia al *jñani* también.

Pregunta: ¿Cómo funciona entonces el *aham-vritti* [el pensamiento «yo», el sentido de individualidad] en el *jñani*?

Respuesta: No funciona en él. La naturaleza real del *jñani* es el Corazón mismo, debido a que él es uno e idéntico con la consciencia pura e indiferenciada a la que se alude en las *Upnishads* como *prajñana* [consciencia plena]. *Prajñana* es verdaderamente *Brahman*, lo absoluto, y no hay ningún *Brahman* otro que *prajñana*².

Pregunta: ¿Tiene un *jñani* *sankalpas* [deseos]?

Respuesta: Las principales cualidades de la mente ordinaria son *tamas* y *rajas* [pereza y agitación]; de aquí que esté llena de deseos egoístas y de debilidad. Pero la mente del *jñani* es *suddha-sattva* [armonía pura], sin forma, y funciona en la *vijñanamayakosha* [la envoltura de conocimiento] sutil, a cuyo través mantiene contacto con el mundo. Sus deseos por lo tanto también son puros³.

Pregunta: Estoy intentando comprender el punto de vista del *jñani* sobre el mundo. ¿Se percibe el mundo después de la Auto-realización?

Respuesta: ¿Por qué se preocupa usted del mundo y de lo que le acontece después de la Auto-realización? Primero realice el Sí mismo. ¿Qué importa si el mundo se percibe o no? ¿Gana usted algo que le ayude en su búsqueda por la no-percepción del mundo durante el sueño profundo? Inversamente, ¿qué pierde usted ahora con la percepción del mundo? Es completamente insignificante para el *jñani* o el *ajñani* si percibe el mundo o no. Ambos lo ven, pero sus puntos de vista difieren.

Pregunta: Si el *jñani* y el *ajñani* perciben el mundo de la misma manera, ¿dónde está la diferencia entre ellos?

Respuesta: Viendo el mundo, el *jñani* ve el Sí mismo, que es el substrato de todo lo que se ve; el *ajñani*, bien vea el mundo o no, es ignorante de su verdadero ser, el Sí mismo.

Tome el ejemplo de las imágenes moviéndose sobre la pantalla en el cine. ¿Qué hay enfrente de usted antes de que la proyección empiece? Meramente la pantalla. Sobre esa pantalla usted ve todo el espectáculo, y bajo todas las apariencias las imágenes son reales. Pero vaya e intente apoderarse de ellas. ¿Qué es lo que toca usted? Meramente la pantalla sobre la que las imágenes han aparecido. Después de la proyección, cuando las imágenes desaparecen, ¿qué queda? La pantalla nuevamente.

Así es con el Sí mismo. Sólo eso existe, las imágenes vienen y van. Si se aferra al Sí mismo, usted no será engañado por la apariencia de las imágenes. Tampoco importa en absoluto si las imágenes aparecen o desaparecen. Ignorando el Sí mismo, el *ajñani* piensa que el mundo es real, puesto que, ignorando la pantalla, ve meramente las imágenes, como si éstas existieran independientemente de ella. Si uno sabe que sin el veedor no hay nada que ver, lo mismo que no hay imágenes sin la pantalla, entonces no se engaña. El *jñani* sabe que la pantalla y las imágenes son solamente el Sí mismo. Con las imágenes el Sí mismo está en su forma manifiesta; sin las imágenes permanece en la forma inmanifiesta. Para el *jñani* es completamente insignificante si el Sí mismo está en una forma o la otra. Él es siempre el Sí mismo. Pero el *ajñani*, al ver al *jñani* activo, se confunde⁴.

Pregunta: ¿Bhagavan ve el mundo como parte de sí mismo? ¿Cómo ve Bhagavan el mundo?

Respuesta: Sólo el Sí mismo es y nada más es. Sin embargo, es diferenciado debido a la ignorancia. La diferencia es triple:

- (1) del mismo tipo;
- (2) de un tipo diferente; y
- (3) como partes en sí mismo.

El mundo no es otro Sí mismo similar al Sí mismo. No es diferente del Sí mismo; y no es tampoco parte del Sí mismo.

Pregunta: ¿No se refleja el mundo sobre el Sí mismo?

Respuesta: Para que haya reflejo debe haber un objeto y una imagen. Pero el Sí mismo no admite estas diferencias⁵.

Pregunta: ¿Tiene un *jñani* sueños?

Respuesta: Sí, sueña, pero sabe que es un sueño, de la misma manera en que sabe que el estado de vigilia es un sueño. Usted puede llamarlos sueño n° 1 y sueño n° 2. El *jñani*, puesto que está establecido en el cuarto estado —*turiya*, la realidad suprema— presencia desapegadamente los otros tres estados, vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, como imágenes sobreimpuestas sobre él⁶.

Para aquellos que experimentan la vigilia, el sueño con sueños y el sueño profundo, el estado de sueño profundo despierto, que es más allá de esos tres estados, es llamado *turiya* [el cuarto]. Pero puesto que solo *turiya* existe y puesto que los otros tres estados aparentes no existen, tenga por cierto que *turiya* es, él mismo, *turiyatita* [eso que trasciende el cuarto]⁷.

Pregunta: ¿Para el *jñani*, entonces, no hay ninguna distinción entre los tres estados de la mente?

Respuesta: ¿Cómo puede haberla, cuando la mente misma se disuelve y se pierde en la luz de la consciencia?

Para el *jñani* los tres estados son igualmente irreales. Pero el *ajñani* es incapaz de comprender esto, debido a que el patrón de realidad es el estado de vigilia, mientras que para el *jñani* el patrón de realidad es la realidad misma. Esta realidad de consciencia pura es eterna por naturaleza y por lo tanto subsiste igualmente durante lo que usted llama vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. Para el que es uno con la realidad no hay ni la mente ni sus tres estados y, por lo tanto, ni introversión ni extroversión.

El suyo es el estado siempre-despierto, debido a que está despierto al Sí mismo eterno; el suyo es el estado siempre-soñante, debido a que para él el mundo no es mejor que un fenómeno de sueño repetidamente presentado; el suyo es el estado siempre-dormido, debido a que él está en todo momento sin la consciencia «yo soy el cuerpo»⁸.

Pregunta: ¿No hay ninguna *dehatma buddhi* [idea yo-soy-el-cuerpo] para el *jñani*? Si, por ejemplo, Sri Bhagavan es pica-do por un insecto, ¿no hay ninguna sensación?

Respuesta: Hay la sensación y hay también el *dehatma buddhi*. Esto es común al *jñani* y al *ajñani* con esta diferencia, que el *ajñani* piensa: solo el cuerpo es mí mismo, mientras que el *jñani* sabe que todo es del Sí mismo, o que todo esto es *Brahman*. Si hay dolor, que lo haya. Es también parte del Sí mismo. El Sí mismo es *purna* [perfecto].

Después de trascender el *dehatma buddhi* [la idea yo-soy-el-cuerpo] uno deviene un *jñani*. En la ausencia de esa idea no puede haber ni *kartritva* [obra] ni *karta* [hacedor]. Así pues, un *jñani* no tiene ningún *karma* [es decir, un *jñani* no hace ninguna acción]. Esa es su experiencia. De otro modo no es un *jñani*. Sin embargo el *ajñani* identifica al *jñani* con su cuerpo, lo cual el *jñani* no hace⁹.

Pregunta: Yo le veo a usted hacer cosas. ¿Cómo puede usted decir que nunca hace acciones?

Respuesta: La radio canta y habla, pero si la abre usted no encontrará a nadie dentro. Similarmente, mi existencia es como el espacio; aunque este cuerpo habla como la radio, no hay nadie dentro como *hacedor*¹⁰.

Pregunta: Encuentro esto difícil de comprender. ¿Podría usted por favor extenderse sobre ello?

Respuesta: Se dan en los libros diferentes ilustraciones para facilitarnos la comprensión de cómo el *jñani* puede vivir y actuar sin la mente, aunque vivir y actuar requiere el uso de la mente. La rueda del alfarero continúa girando después de que el alfarero ha dejado de hacerla girar y una vez terminada la pieza. De la misma manera, el ventilador eléctrico continúa dando vueltas durante algunos minutos después de que lo desenchufamos de la corriente. El *prarabdha* [*karma* predestinado] que

creó el cuerpo lo hará pasar por todas las actividades para las que fue creado. Pero el *jñani* pasa por todas estas actividades sin la noción de que él es el hacedor de ellas. Es difícil comprender cómo esto es posible. La ilustración dada generalmente es que el *jñani* lleva a cabo las acciones de manera semejante a como un niño que es sacado del sueño para comer: come pero no recuerda a la mañana siguiente qué comió. Hay que tener presente que todas estas explicaciones no son para el *jñani*. Él sabe y no tiene ninguna duda. Sabe que él no es el cuerpo y sabe que no está haciendo nada aunque su cuerpo pueda estar entregado a alguna actividad. Estas explicaciones son para los espectadores que piensan en el *jñani* como alguien con un cuerpo y no pueden remediar identificarle con su cuerpo.

Pregunta: Se dice que el choque de la realización es tan grande que el cuerpo no puede sobrevivir a él.

Respuesta: Hay varias controversias o escuelas de pensamiento en lo que concierne a si un *jñani* puede continuar viviendo en su cuerpo físico después de la realización. Algunas sostienen que el que muere no puede ser un *jñani* debido a que su cuerpo debe esfumarse en el aire, o alguna cosa por el estilo. Suscitan toda clase de nociones divertidas. Si un hombre debe dejar en el acto su cuerpo cuando realiza el Sí mismo, yo me pregunto cómo algún conocimiento del Sí mismo o del estado de realización puede llegar alguna vez a los demás hombres. Y eso querría decir que todos aquellos que nos han legado los frutos de su Auto-realización en libros no pueden ser considerados *jñanis* debido a que continuaron viviendo después de la realización. Y si se sostiene que un hombre no puede ser considerado un *jñani* mientras lleva a cabo acciones en el mundo (y la acción es imposible sin la mente), entonces no solo los grandes sabios que llevaron a cabo diversos tipos de obras después de obtener *jñana* deben ser considerados *ajñanis* sino los dioses también, e *Ishwara* [el Dios personal supremo del hinduismo]

mismo, puesto que continúa cuidando del mundo. El hecho es que cualquier tipo de acción puede ser llevada a cabo, y llevada a cabo completamente bien, por el *jñani*, sin que se identifique a sí mismo con ella de ninguna manera y sin que imagine nunca que él es el hacedor. Un poder actúa a través de su cuerpo y usa su cuerpo para hacer que la obra se haga¹¹.

Pregunta: ¿Es un *jñani* capaz de cometer pecados? ¿Come-te un *jñani* pecados?

Respuesta: Un *ajñani* ve a alguien como un *jñani* y le identifica con el cuerpo. Debido a que no conoce el Sí mismo y a que toma erróneamente su cuerpo por el Sí mismo, extiende el mismo error al estado del *jñani*. Por lo tanto el *jñani* es considerado ser la forma física.

Nuevamente, puesto que el *ajñani*, aunque no es el hacedor, se imagina que es el hacedor y considera las acciones del cuerpo como suyas propias, piensa que el *jñani* está actuando similarmente cuando el cuerpo está activo. Pero el *jñani* mismo sabe la verdad y no está confundido. El estado de un *jñani* no puede ser determinado por el *ajñani* y por lo tanto la cuestión perturba solamente al *ajñani* y jamás surge para el *jñani*. Si [él] es un hacedor debe determinar la naturaleza de las acciones. El Sí mismo no puede ser el hacedor. Descubra quién es el hacedor y el Sí mismo se revela.

Pregunta: Así pues, todo se resume a esto. Ver a un *jñani* es no comprenderle. Se ve el cuerpo del *jñani* pero no su *jñana*. Uno debe por lo tanto ser un *jñani* para conocer a un *jñani*.

Respuesta: El *jñani* no ve a nadie como un *ajñani*. Todos son solo *jñanis* a su vista. En el estado ignorante uno sobreim-pone su ignorancia sobre un *jñani* y le toma erróneamente por un hacedor. En el estado de *jñana*, el *jñani* no ve nada separado del Sí mismo. El Sí mismo es claridad y solo *jñana* puro. Así pues, no hay ningún *ajñana* en su visión. Hay una ilustración

para este tipo de ilusión o sobreimposición. Dos amigos se fueron a dormir uno al lado del otro. Uno de ellos soñó que ambos habían partido a un largo viaje y que habían tenido extrañas experiencias. Al despertar las recapituló y preguntó a su amigo si no había sido así. El otro simplemente le ridiculizó diciendo que era solo un sueño y que no podía afectarle a él.

Así ocurre con el *ajñani* que sobreimpone sus ideas ilusorias sobre los demás¹².

Pregunta: Usted ha dicho que el *jñani* puede ser y es activo, y que trata con los hombres y las cosas. No tengo ninguna duda sobre ello ahora. Pero usted dice al mismo tiempo que no ve ninguna diferencia; para él todo es uno, él está siempre en la consciencia. Si es así, ¿cómo trata con las diferencias, con los hombres, con las cosas, las cuales son ciertamente diferentes?

Respuesta: Él ve estas diferencias sólo como apariencias, no las ve como separadas de lo verdadero, de lo real, con lo que él es uno.

Pregunta: El *jñani* parece ser más exacto en sus expresiones, aprecia las diferencias mejor que el hombre ordinario. Si el azúcar es dulce y la hiel es amarga para mí, él también parece darse cuenta de ello. De hecho, todas las formas, todos los sonidos, todos los sabores, etc., son lo mismo para él que para los demás. Si es así, ¿cómo puede decirse que éstos son meras apariencias? ¿No forman parte de su experiencia vital?

Respuesta: He dicho que la igualdad es el verdadero signo de *jñana*. El término mismo de igualdad implica la existencia de diferencias. Es una unidad que el *jñani* percibe en todas las diferencias, a la cual yo llamo igualdad. La igualdad no significa ignorancia de las distinciones. Cuando usted tiene la realización, puede ver que estas diferencias son muy superficiales, que no son en absoluto substanciales o permanentes, y que lo que es esencial en todas estas apariencias es la verdad una, lo real. A

eso yo lo llamo unidad. Usted se ha referido al sonido, al gusto, a la forma, al olor, etc. Ciertamente el *jñani* aprecia las distinciones, pero siempre percibe y experimenta la realidad única en todas ellas. Por eso es por lo que no tiene ninguna preferencia. Bien se mueva, o hable, o actúe, todo es la realidad única en la cual él actúa o se mueve o habla. No tiene nada aparte de la única verdad suprema ¹³.

Pregunta: Se dice que el *jñani* se conduce con absoluta igualdad hacia todo.

Respuesta: Sí.

La amistad, la bondad, la felicidad y tales otros *bhavas* [actitudes] devienen naturales para ellos. La afección hacia el bueno, la bondad hacia el desvalido, la felicidad en hacer buenas obras, el perdón hacia el malvado, tales cosas son todas características naturales del *jñani* (Patanjali, *Yoga Sutras*, 1:37)¹⁴.

Usted pregunta sobre los *jñanis*: ellos son lo mismo en cualquier estado o condición, pues conocen la realidad, la verdad. En su rutina diaria de tomar alimento, de moverse y todo lo demás, ellos, los *jñanis*, actúan solo para los demás. Ni una sola acción se hace para sí mismos. Ya les he dicho a ustedes muchas veces que lo mismo que hay gentes cuya profesión es llorar por un difunto, así también los *jñanis* hacen las cosas para beneficio de los demás con desapego, sin que ellos mismos sean afectados por ellas.

El *jñani* llora con el que llora, ríe con el que ríe, juega con el que juega, canta con aquellos que cantan, dando tiempo al canto. ¿Qué pierde? Su presencia es como un puro y transparente espejo. Refleja la imagen exactamente como es. Pero el *jñani*, que es solamente un espejo, no es afectado por las acciones. ¿Cómo puede un espejo, o el estante sobre el cual se apoya, ser afectado por los reflejos? Nada les afecta pues ellos son meros soportes. Por otra parte, los actores en el mundo —los hacedores de todos los actos, los *ajñanis*— deben decidir por sí

mismos qué canto y cuál acción resultarán en el bienestar del mundo, cuál está de acuerdo con los *sastras*, y cuál es practicable¹⁵.

Pregunta: Se dice que son *sadeha mukta* [liberado mientras está todavía en el cuerpo] y *videha mukta* [liberado en el momento de la muerte].

Respuesta: No hay ninguna liberación, y ¿dónde están los *muktas* [liberados]?

Pregunta: ¿No hablan los *sastras* [escrituras] hindúes de *mukti* [liberación]?

Respuesta: *Mukti* es sinónimo de Sí mismo. *Jivan mukti* [liberado mientras está todavía en el cuerpo] y *videha mukti* son para el ignorante. El *jñani* no es consciente de *mukti* [liberación] ni de *bandha* [esclavitud]. La esclavitud, la liberación y los grados de *mukti* se dicen todos para un *ajñani* a fin de que esa ignorancia pueda ser erradicada. Hay solamente *mukti* y nada más.

Pregunta: Está bien desde el punto de vista de Bhagavan. ¿Pero qué hay sobre nosotros?

Respuesta: La diferencia «él» y «yo» son los obstáculos a *jñana*¹⁶.

Pregunta: Usted dijo una vez: «El hombre liberado es libre en verdad de actuar como quiere, y cuando deja el paquete mortal, alcanza la absolución, pero no retorna a este nacimiento que es de hecho la muerte».

Estas palabras dan la impresión de que aunque el *jñani* no toma nacimiento de nuevo sobre este plano, puede continuar trabajando sobre planos más sutiles, si así lo elige. ¿Queda en él algún deseo de elegir?

Respuesta: No, esa no era mi intención.

Pregunta: Además, un filósofo indio, en uno de sus libros, interpretando a Sankara, dice que no hay ninguna cosa tal como *videha mukti* [liberado en el momento de la muerte], pues después de su muerte, el *mukta* toma un cuerpo de luz en el que permanece hasta que toda la humanidad se libera.

Respuesta: Eso no puede ser el punto de vista de Sankara. En el verso 566 de *Vivekachudamani* dice que después de la disolución de la envoltura física, el hombre liberado deviene como «agua vertida en agua y aceite en aceite». Es un estado en el cual no hay esclavitud ni liberación. Tomar otro cuerpo significa tender un velo, por muy sutil que sea, sobre la realidad, lo cual es esclavitud. La liberación es absoluta e irrevocable¹⁷.

Pregunta: ¿Cómo podemos decir que el *jñani* no está en dos planos? Se mueve con nosotros en el mundo y ve los diferentes objetos que nosotros vemos. No es como si no los viera. Por ejemplo, va caminando. Él ve el camino por el cual va. Suponga que hay una silla o una mesa colocada en medio del camino; él la ve, la evita y da un rodeo. Así pues, ¿no tenemos que admitir que él ve el mundo y los objetos de aquí, mientras por supuesto ve el Sí mismo?

Respuesta: Usted dice que el *jñani* ve el camino, va por él, se encuentra los obstáculos, los evita, etc. ¿En la visión de quién está todo esto, en la del *jñani* o en la de usted? Él ve solamente el Sí mismo y todo en el Sí mismo.

Pregunta: ¿No se dan ilustraciones en nuestros libros que nos expliquen claramente este estado *sahaja* [natural]?

Respuesta: Se dan. Por ejemplo usted ve un reflejo en el espejo y el espejo. Usted sabe que el espejo es la realidad y que la imagen en él es un mero reflejo. ¿Es necesario que para ver el espejo dejemos de ver el reflejo en él?¹⁸

Pregunta: ¿Cuáles son las pruebas fundamentales para descubrir hombres de gran espiritualidad, puesto que se cuenta que algunos se comportan como gentes enajenadas?

Respuesta: La mente del *jñani* es conocida solo por el *jñani*. Se debe ser uno mismo *jñani* a fin de comprender a otro *jñani*. Sin embargo la paz de mente que impregna la atmósfera del santo es el único medio por el cual el buscador comprende la grandeza del santo.

Sus palabras o acciones o apariencia no son ninguna indicación de su grandeza, pues ellos están ordinariamente más allá de la comprensión de las gentes comunes¹⁹.

Pregunta: ¿Por qué se dice en las escrituras que el sabio es como un niño?

Respuesta: Un niño y un *jñani* son similares en un punto. Los incidentes interesan a un niño solo mientras duran. Deja de pensar en ellos una vez que han pasado. Así pues, es evidente que no dejan ninguna impresión en el niño y que el niño no es afectado por ellos mentalmente. Ocurre lo mismo con un *jñani*
20.

Pregunta: Usted es *Bhagavan* [el Señor]. Así pues, usted debe saber cuándo obtendré *jñana*. Dígame cuándo seré un *jñani*.

Respuesta: Sí, yo soy *Bhagavan*, no hay nadie aparte del Sí mismo —por lo tanto, ningún *jñani* ni *ajñani*. Si es de otro modo, yo soy tan bueno como usted y sé tanto como usted mismo. En ninguno de ambos casos puedo responder a su pregunta²¹.

Quando vienen aquí, algunas gentes no preguntan sobre sí mismos. Preguntan: «¿Ve el *jivan mukta* el mundo? ¿Es afectado por el *karma*? ¿Qué es la liberación después de ser desincorporado? ¿Se libera uno sólo después de ser desincorporado o mientras está todavía vivo en el cuerpo? ¿Debe el cuerpo del

sabio resolverse en luz o desaparecer de la vista de cualquier otra manera? ¿Puede liberarse si el cuerpo se queda atrás como un cadáver?».

Sus preguntas son inacabables. ¿Por qué preocuparse de tantísimas cuestiones? ¿Consiste la liberación en conocer estas cosas?

Por lo tanto, yo les digo, «Dejen la liberación en paz. ¿Hay esclavitud? Conózanla. Véanse a ustedes mismos primero y por encima de todo»²².

SEGUNDA PARTE

INDAGACIÓN Y ENTREGA

«Yo soy» es la única experiencia auto-evidente permanente de todos. Nada más es tan auto-evidente como «yo soy». Lo que las gentes llaman auto-evidente, es decir, la experiencia que obtienen a través de los sentidos, está lejos de ser auto-evidente. Sólo el Sí mismo es eso. Así pues, hacer auto-indagación y ser ese «yo soy» es la única cosa que hay que hacer. «Yo soy» es la realidad. Yo soy esto o eso es irreal. «Yo soy» es la verdad, otro nombre del Sí mismo¹.

Devoción [*bhakta*] no es nada más que conocerse a uno mismo².

Cuando se indaga, la devoción suprema y *jñana* son en naturaleza uno y lo mismo. Decir que uno de estos dos es un medio hacia el otro se debe a que no se conoce la naturaleza de ninguno de ellos. Sepa que la vía de *jñana* [conocimiento] y la vía de *bhakta* [devoción] están interrelacionadas. Siga estas dos vías inseparables sin separar una de otra³.

CAPÍTULO 4

Auto-indagación — Teoría

Se recordará que en el capítulo sobre la Auto-consciencia y la Auto-ignorancia, Sri Ramana mantenía que la Auto-realización, sólo podía llevarse a cabo abandonando la idea de que hay un sí mismo individual, que funciona a través del cuerpo y de la mente. Solo unos pocos de sus devotos avanzados eran capaces de hacer esto rápida y fácilmente, pero los demás encontraban virtualmente imposible desechar los arraigados hábitos de toda una vida sin emprender alguna forma de práctica espiritual. Sri Ramana simpatizaba con su condición y siempre que se le pedía que prescribiera una práctica espiritual que facilitara la Auto-consciencia, él recomendaba una técnica que llamaba auto-indagación. Esta práctica es la piedra angular de su filosofía práctica y los tres capítulos que siguen se dedicarán a una presentación detallada de todos sus aspectos.

Antes de entrar en una descripción de la técnica misma, será necesario explicar los puntos de vista de Sri Ramana sobre la naturaleza de la mente, puesto que la meta de la auto-indagación es descubrir, por experiencia directa, que la mente es no-existente. Según Sri Ramana, toda actividad consciente de la mente o del cuerpo gira alrededor de la asumición tácita de que hay un «yo» que está haciendo algo. El factor común en «yo pienso», «yo recuerdo», «yo estoy actuando», es el «yo» que asume que es responsable de todas estas actividades. Sri Ramana llamaba a este factor común el «yo»-pensamiento (*aham-vritti*). Literalmente *aham-vritti* significa «modificación mental de yo». El Sí mismo o «yo» real nunca imagina que está

haciendo o pensando nada; el «yo» que imagina todo esto es una ficción mental y por eso es llamado una modificación mental del Sí mismo. Puesto que ésta es una traducción más bien engorrosa de *aham-vritti* usualmente se traduce como el «yo»-pensamiento.

Sri Ramana sostenía el punto de vista de que la noción de individualidad es solo el «yo»-pensamiento manifestándose de diferentes maneras. En lugar de considerar las diferentes actividades de la mente (tales como el ego, el intelecto y la memoria) como funciones separadas, prefería considerarlas todas como diferentes formas del «yo»-pensamiento. Puesto que igualaba la individualidad con la mente y la mente con el «yo»-pensamiento, se sigue que la desaparición del sentido de individualidad (es decir, la Auto-realización) implica la desaparición tanto de la mente como del «yo»-pensamiento. Esto queda confirmado por frecuentes afirmaciones al efecto de que después de la Auto-realización no hay ningún pensador de pensamientos, ningún hacedor de acciones y ninguna consciencia de existencia individual.

Puesto que sostenía la noción de que el Sí mismo es la única realidad existente, consideraba el «yo»-pensamiento como una asumición errónea que no tiene ninguna existencia real suya propia. Explicaba su aparición diciendo que sólo puede parecer existir identificándose con un objeto. Cuando los pensamientos surgen, el «yo»-pensamiento reclama su propiedad —«yo pienso», «yo creo», «yo quiero», «yo estoy actuando»— pero no hay ningún «yo»-pensamiento separado que exista independientemente de los objetos con los que se está identificando. Solo parece existir como una entidad real continua debido al incesante flujo de identificaciones que continuamente están teniendo lugar. Casi todas estas identificaciones pueden ser rastreadas hasta una asumición inicial de que el «yo» está limitado al cuerpo, bien sea como un propietario-ocupante o co-extensivo con su forma física. Esta idea «yo soy el cuerpo» es

la fuente primaria de todas las subsecuentes identificaciones erróneas y su disolución es la meta principal de la auto-indagación.

Sri Ramana mantenía que esta tendencia hacia las identificaciones auto-limitativas, podía ser detenida tratando de separar el sujeto «yo» de los objetos del pensamiento con los cuales se identifica. Puesto que el «yo»-pensado individual no puede existir sin un objeto, si se enfoca la atención en la sensación subjetiva de «yo» o «yo soy» con tal intensidad que los pensamientos «yo soy esto» o «yo soy eso» no surgen, entonces el «yo» individual será incapaz de conectar con los objetos. Si esta consciencia de «yo» se sostiene, el «yo» individual (el pensamiento «yo») desaparecerá y en su lugar habrá una experiencia directa del Sí mismo. Esta atención constante a la consciencia interna de «yo» o «yo soy» era llamada auto-indagación (*vichara*) por Sri Ramana y la recomendaba constantemente como la manera más eficiente y directa de descubrir la irrealidad del pensamiento «yo».

En la terminología de Sri Ramana, el pensamiento «yo» surge del Sí mismo o el Corazón y se sumerge en el Sí mismo cuando su tendencia a identificarse con los objetos pensados cesa. Debido a esto, a menudo, hacía que su consejo se conformara a esta imagen de un «yo» que surge y que se sumerge. Podía decir «siga el rastro al pensamiento “yo” hasta su fuente», o «encuentre de dónde surge el pensamiento “yo”», pero la implicación era siempre la misma. Cualquiera que fueran las palabras usadas, estaba aconsejando a sus devotos que mantuvieran la consciencia del pensamiento «yo» hasta que se disolviera en la fuente de la cual surgió.

A veces mencionaba, que pensar o repetir «yo» mentalmente, también le conduciría a uno en la dirección recta, pero es importante notar que esto es solo una etapa preliminar de la práctica. La repetición de «yo», todavía implica un sujeto (el pensamiento «yo») que tiene una percepción de un objeto (los

pensamientos «yo, yo») y mientras tal dualidad existe, el pensamiento «yo» continuará prosperando. Sólo desaparece finalmente cuando cesa la percepción de todos los objetos, tanto físicos como mentales. Esto no se lleva a cabo siendo consciente de un «yo», sino solo *siendo* el «yo». Esta etapa de experimentar el sujeto más bien que ser consciente de un objeto es la fase culminante de la auto-indagación y será explicada con mayor detalle en el siguiente capítulo.

Esta importante distinción, es el elemento clave que distingue la auto-indagación de casi todas las demás prácticas espirituales y explica por qué Sri Ramana mantenía congruentemente, que la mayor parte de las demás prácticas eran inefectivas. A menudo señalaba que las meditaciones y las prácticas de yoga tradicionales necesitan la existencia de un sujeto que medita en un objeto y usualmente agregaba que una tal relación sostenía el pensamiento «yo» en lugar de eliminarle. Bajo su punto de vista, tales prácticas pueden aquietar efectivamente la mente, e incluso pueden producir experiencias de felicidad, pero nunca culminarán en la Auto-realización debido a que el pensamiento «yo» no está siendo aislado y privado de su identidad.

Las conversaciones que comprenden este capítulo tratan en su mayor parte los puntos de vista de Sri Ramana sobre el fondo teórico de la auto-indagación. Los aspectos prácticos de la técnica se explicarán con mayor detalle en el capítulo 5.

Pregunta: ¿Cuál es la naturaleza de la mente?

Respuesta: La mente no es nada más que el pensamiento «yo». La mente y el ego son uno y lo mismo. Las demás facultades mentales tales como el intelecto y la memoria son solo esto. La mente [*manas*], el intelecto [*buddhi*], el almacén de las tendencias mentales [*chittam*], y el ego [*ahamkara*], todos éstos son solo la mente misma. Esto es como si se dieran diferentes

nombres a un hombre de acuerdo con sus diferentes funciones. El alma individual [*jiva*] no es nada más que este alma o ego¹.

Pregunta: ¿Cómo descubriremos la naturaleza de la mente, es decir, su causa última, o el númeno del que ella es una manifestación?

Respuesta: Disponiendo los pensamientos por orden de su valor, el pensamiento «yo» es el pensamiento más importante. La idea o pensamiento de una personalidad es también la raíz o sostén de todos los demás pensamientos, puesto que cada idea o pensamiento surge solo como el pensamiento de alguien y no se conoce que exista independientemente del ego. Por lo tanto, el ego exhibe actividad de pensamiento. La segunda y la tercera persona [él, tú, eso, etc.] no aparecen excepto a la primera persona [yo]. Por lo tanto, surgen solo después de que aparece la primera persona, de modo que las tres personas parecen surgir y sumergirse juntas. Siga entonces el rastro de la causa última del «yo» o personalidad².

¿De dónde surge este «yo»? Búsquelo dentro; entonces se desvanece. Esto es la investigación de la sabiduría. Cuando la mente investiga incesantemente su propia naturaleza, transpira que no hay ninguna cosa tal como la mente. Esto es la vía directa para todos. La mente es meramente pensamientos. De todos los pensamientos el pensamiento «yo» es la raíz. Por lo tanto, la mente es solo el pensamiento «yo»³.

El nacimiento del pensamiento «yo» es el propio nacimiento de uno, su muerte es la muerte de la persona. Después de que ha surgido el pensamiento «yo», surge la identidad errónea con el cuerpo. Deshágase del pensamiento «yo». Mientras «yo» está vivo, hay aflicción. Cuando «yo» deja de existir, no hay ninguna aflicción.

Pregunta: Sí, pero cuando me doy al pensamiento «yo», surgen otros pensamientos y me perturban.

Respuesta: Vea de *quién* son los pensamientos. Ellos se desvanecerán. Tienen su raíz en el simple pensamiento «yo». Aférrelo y desaparecerán⁴.

Pregunta: ¿Cómo puede una indagación iniciada por el ego revelar su propia irrealdad?

Respuesta: La existencia fenoménica del ego es trascendida cuando usted profundiza dentro de la fuente de donde surge el pensamiento «yo».

Pregunta: ¿Pero no es el *aham-vritti* [el pensamiento «yo»] solo una de las tres formas en las cuales se manifiesta el ego? El *Yoga Vasishtha* y otros textos antiguos describen al ego como teniendo una forma triple.

Respuesta: Así es. El ego se describe con tres cuerpos, el grosero, el sutil y el causal, pero eso es solo para el propósito de la exposición analítica. Si el método de la indagación tuviera que depender de la forma del ego, usted puede dar por hecho que toda indagación devendría enteramente imposible, debido a que las formas que el ego puede asumir son legión. Por lo tanto, para los propósitos de la auto-indagación usted tiene que proceder sobre la base de que el ego tiene una única forma, a saber, la de *aham-vritti* [el pensamiento «yo»].

Pregunta: Pero puede resultar inadecuado para realizar *jñāna*.

Respuesta: La auto-indagación siguiendo el rastro de *aham-vritti* es lo mismo que el perro que sigue el rastro de su dueño por su olor. El dueño puede estar en algún lugar distante desconocido, pero eso no impide que el perro siga su rastro. El olor del dueño es un rastro infalible para el animal, y nada más cuenta, ni los vestidos que lleva, ni su complexión y estatura, etc. El perro se aferra a ese olor sin distraerse mientras le busca, y finalmente logra encontrarle.

Pregunta: Todavía queda la cuestión de por qué la búsqueda de la fuente de *aham-vritti*, en tanto que se distingue de los demás *vrittis* [modificaciones de la mente], debe ser considerada el medio directo a la auto-realización.

Respuesta: Aunque el concepto de «yo»-idad o «yo soy»-dad se conoce por el uso como *aham-vritti* no es realmente un *vritti* [modificación] como los demás *vrittis* de la mente. Debido a que, a diferencia de los demás *vrittis*, que no tienen ninguna interrelación esencial, el *aham-vritti* está igualmente y esencialmente vinculado a cada uno y a todos los *vrittis* de la mente. Sin el *aham-vritti* no puede haber ningún otro *vritti*, pero el *aham-vritti* puede subsistir por sí mismo sin depender de ningún otro *vritti* de la mente. El *aham-vritti* es por lo tanto fundamentalmente diferente de los demás *vrittis*.

Así pues, la búsqueda de la fuente de *aham-vritti* no es meramente la búsqueda de la base de una de las formas del ego sino de la fuente misma de la que surge la «yo soy»-dad. En otras palabras, la búsqueda y la realización de la fuente del ego en la forma de *aham-vritti* implica necesariamente la trascendencia del ego en cada una de sus formas posibles.

Pregunta: Concediendo que el *aham-vritti* comprende esencialmente todas las formas del ego, ¿por qué sólo se debe escoger ese *vritti* [modificación] como el medio para la auto-indagación?

Respuesta: Debido a que es el único dato irreductible de su experiencia y debido a que buscar su fuente es la única vía practicable que usted puede adoptar para realizar el Sí mismo. Se dice que el ego tiene un cuerpo causal [el estado del «yo» durante el sueño profundo], ¿pero cómo puede usted hacer de él el sujeto de su investigación? Cuando el ego adopta esa forma, usted está inmerso en la obscuridad del sueño profundo.

Pregunta: ¿Pero no es el ego en sus formas sutil y causal demasiado intangible como para ser abarcado mediante la indagación dentro de la fuente de *aham-vritti* llevada a cabo mientras la mente está despierta?

Respuesta: No. La indagación dentro de la fuente de *aham-vritti* toca la existencia misma del ego. Por lo tanto, la sutileza de la forma del ego no es una consideración a tener en cuenta.

Pregunta: Si la única meta es realizar el ser del Sí mismo puro e incondicionado, el cual no depende en modo alguno del ego, ¿cómo puede ser de alguna utilidad una indagación pertinente al ego en la forma de *aham-vritti*?

Respuesta: Desde el punto de vista funcional el ego tiene una única y sola característica. El ego funciona como el nudo entre el Sí mismo, que es consciencia pura, y el cuerpo físico, que es inerte e insciente. El ego es llamado por lo tanto el *chit-jada-granthi* [el nudo entre la consciencia y el cuerpo inerte]. En su investigación dentro de la fuente de *aham-vritti*, usted toma el aspecto *chit* [consciencia] esencial del ego. Por esta razón la indagación debe conducir a la realización de la consciencia pura del Sí mismo⁵.

Usted debe distinguir entre el «yo», puro en sí mismo, y el pensamiento «yo». Este último, siendo meramente un pensamiento, ve sujeto y objeto, duerme, despierta, como y bebe, muere y renace. Pero el «yo» puro es el ser puro, existencia eterna, libre de toda ignorancia y de todo pensamiento-ilusión. Si usted permanece como el «yo», su único ser, sin pensamiento, el pensamiento «yo» desaparecerá y la ilusión se desvanecerá para siempre. En una sala de cine usted puede ver las imágenes solo con una luz muy tenue o en la obscuridad. Pero cuando se encienden todas las luces, las imágenes desaparecen. Así también, en la inundación de luz del *atman* supremo todos los objetos desaparecen.

Pregunta: Eso es el estado trascendental.

Respuesta: No. ¿Trascender qué, y por quién? Sólo usted existe⁶.

Pregunta: Se dice que el Sí mismo está más allá de la mente y sin embargo la realización es con la mente. «La mente no puede pensarlo. Él no puede ser pensado con la mente y sólo la mente puede realizarlo». ¿Cómo han de reconciliarse estas contradicciones?

Respuesta: El *Atman* se realiza con *mruta manas* [la mente muerta], es decir, con la mente desprovista de pensamientos y vuelta hacia dentro. Entonces la mente ve su propia fuente y deviene eso [el Sí mismo]. No es como el sujeto que percibe un objeto.

Cuando la habitación está oscura es necesaria una lámpara para iluminar y ojos para conocer los objetos. Pero cuando el sol ha salido no hay ninguna necesidad de una lámpara para ver los objetos. Para ver el sol ninguna lámpara es necesaria, es suficiente con que usted vuelva sus ojos hacia el sol autoluminoso.

Ocurre lo mismo con la mente. Para ver los objetos es necesaria la luz de la mente. Para ver el Corazón es suficiente con que la mente esté vuelta hacia él. Entonces la mente se pierde a sí misma y el Corazón brilla⁷.

La esencia de la mente es solamente consciencia. Sin embargo, cuando el ego la domina, funciona como la facultad razonante, pensante o sensorial. La mente cósmica, no estando limitada por el ego, no tiene nada separado de sí misma y es por lo tanto solo consciencia. Esto es lo que la Biblia quiere decir por «Yo soy lo que Yo soy»⁸.

Cuando la mente perece en la consciencia suprema del propio Sí mismo de uno, sabe que la totalidad de los diferentes poderes, comenzando con el poder de querer [e incluyendo el poder de hacer y el poder de conocer], desaparecerán entera-

mente, al encontrarse que son una imaginación irreal que aparece en la propia forma de la consciencia de uno. Sólo la mente impura, que funciona como pensamiento y olvido, es *samsara*, lo cual es el ciclo del nacimiento y muerte. Sólo el «yo» real, en el que la actividad del pensamiento y el olvido ha perecido, es la liberación pura. Está desprovisto de *pramada* [olvido del Sí mismo], lo cual es la causa del nacimiento y muerte⁹.

Pregunta: ¿Cómo ha de ser destruido el ego?

Respuesta: Atrape al ego primero y entonces pregunte cómo ha de ser destruido. ¿Quién hace la pregunta? Es el ego. Esta pregunta es un medio seguro de mimar al ego y no de matarlo. Si usted busca al ego encontrará que no existe. Esa es la vía para destruirlo¹⁰.

Pregunta: ¿Cómo se hace posible la realización?

Respuesta: Hay un Sí mismo absoluto del cual procede una chispa como de un fuego. La chispa es llamada el ego. En el caso de un hombre ignorante la chispa se identifica a sí misma con un objeto simultáneamente con su surgimiento. No puede permanecer independiente de tal asociación con los objetos. La asociación es *ajñana* o ignorancia y su destrucción es el objeto de nuestros esfuerzos. Si se mata su tendencia objetificante entonces permanece pura, y se sumerge dentro de la fuente. La identificación con el cuerpo es *dehatma buddhi* [la idea «yo soy el cuerpo»]. Esta debe partir antes de que resulten los buenos resultados.

El «yo» en su pureza se experimenta en intervalos entre los dos estados o dos pensamientos. El ego es como esa oruga que deja su agarre solo después de agarrar otro. Su verdadera naturaleza sólo puede encontrarse cuando está fuera de contacto con los objetos o pensamientos¹¹.

Este ego fantasmal que está desprovisto de forma viene a la existencia agarrando una forma; agarrando una forma dura;

alimentando las formas que agarra se expande cada vez más; al dejar una forma agarra otra forma, pero cuando es buscado emprende la huida.

Solo si existe esa primera persona, el ego, en la forma «yo soy el cuerpo», existirán la segunda y la tercera persona [tú, él, ellos, etc.]. Si escrutando la verdad de la propia primera persona de uno se destruye la primera persona, cesarán de existir la segunda y la tercera persona, y la propia naturaleza de uno, que brillará entonces como única, será verdaderamente el estado del Sí mismo¹².

El pensamiento «yo soy este cuerpo de carne y sangre» es el hilo único sobre el que están ensartadas la multitud de los demás pensamientos. Por lo tanto, si nosotros nos volvemos hacia adentro indagando «¿Dónde está este yo?» todos los pensamientos (incluyendo el pensamiento «yo») acabarán y el Auto-conocimiento brillará entonces espontáneamente¹³.

Pregunta: Cuando leo las obras de Sri Bhagavan encuentro que se dice que la investigación es el único método para la realización.

Respuesta: Sí, eso es *vichara* [auto-indagación].

Pregunta: ¿Cómo ha de hacerse eso?

Respuesta: El indagador debe admitir la existencia de su Sí mismo. «Yo soy» es la realización. Seguir el rastro hasta la realización es *vichara*. *Vichara* y realización son lo mismo.

Pregunta: Eso es elusivo. ¿Sobre qué tengo que meditar?

Respuesta: La meditación requiere un objeto sobre el cual meditar, mientras que en *vichara* hay solo el sujeto sin el objeto. La meditación difiere de *vichara* de esta manera.

Pregunta: ¿No es *dhyana* [la meditación] uno de los procedimientos eficientes para la realización?

Respuesta: *Dhyana* es concentración sobre un objeto. Cumple el propósito de mantener apartados los diversos pensamientos y de fijar la mente sobre un único pensamiento, el cual debe desaparecer también antes de la realización. Pero la realización no es nada nuevo que haya que adquirir. Está ya aquí, pero obstruida por una cortina de pensamientos. Todos nuestros esfuerzos están dirigidos a levantar esta cortina y entonces la realización se revela.

Si a los buscadores se les aconseja meditar, muchos de ellos pueden irse satisfechos con el consejo. Pero alguno de entre ellos puede volverse y preguntar, «¿Quién soy yo para meditar sobre un objeto?». A ese tal debe decirse que encuentre el Sí mismo. Eso es la finalidad. Eso es *vichara*.

Pregunta: ¿Funcionará *vichara* sólo en la ausencia de meditación?

Respuesta: *Vichara* es el proceso y la meta también. «Yo soy» es la meta y la realidad final. Aferrarse a ello con esfuerzo es *vichara*. Cuando es espontáneo y natural es realización¹⁴. Si se deja a un lado *vichara* (la indagación en sí mismo), lo más eficaz es la *sadhana* (meditación), no hay ningún otro medio adecuado, cualquiera que sea, para hacer que la mente se sumerja. Si se hace que se sumerja por otros medios, permanecerá como si estuviera sumergida pero surgirá de nuevo¹⁵. La auto-indagación es el único medio infalible, el único medio directo, para realizar el ser absoluto, incondicionado, que usted es realmente.

Pregunta: ¿Por qué sólo la auto-indagación debe ser considerada el medio directo a *jñana*?

Respuesta: Debido a que todo tipo de *sadhana*, excepto la de *atma-vichara* [la auto-indagación], presupone la retención de la mente como el instrumento que lleva a cabo la *sadhana*, y sin la mente no puede ser practicada. El ego puede tomar for-

mas diferentes y cada vez más sutiles en las diferentes etapas de la propia práctica de uno, pero él mismo nunca es destruido.

Cuando Janaka exclamó: «Ahora he descubierto al ladrón que ha estado arruinándome todo el tiempo. Será tratado sumariamente», el rey estaba refiriéndose en realidad al ego o la mente.

Pregunta: Pero el ladrón puede ser aprehendido por las otras *sadhanas* también.

Respuesta: El intento de destruir al ego o la mente por medio de otras *sadhanas* que no sea *atma-vichara* es lo mismo que el ladrón que pretende ser un policía para atrapar al ladrón, es decir, a él mismo. Sólo *atma-vichara* puede revelar la verdad de que ni el ego ni la mente existen realmente, y permitirle a uno realizar el ser puro e indiferenciado del Sí mismo o lo absoluto.

Habiendo realizado el Sí mismo, no queda nada que conocer, debido a que Él es felicidad perfecta, es el todo¹⁶.

Pregunta: ¿Por qué la auto-indagación es más directa que los otros métodos?

Respuesta: La atención al propio Sí mismo de uno, que está siempre brillando como «Yo», la única realidad indivisa y pura, es la única barca con la cual el individuo, que está engañado pensando «yo soy el cuerpo», puede cruzar el océano de los nacimientos sin fin¹⁷.

La realidad es simplemente la pérdida del ego. Destruya el ego buscando su identidad. Debido a que el ego no es ninguna entidad se desvanecerá automáticamente y la realidad brillará por sí misma. Éste es el método directo, mientras que todos los demás métodos se hacen solo reteniendo el ego. En esas vías surgen muchas dudas y finalmente queda por hacer frente a la pregunta eterna de «¿Quién soy yo?». Pero en este método la

pregunta final es la única y se suscita desde el comienzo. Ninguna *sadhana* es necesaria para entregarse a esta búsqueda.

No hay ningún misterio más grande que éste —que siendo la realidad nosotros buscamos obtener la realidad. Nosotros pensamos que hay algo ocultando nuestra realidad y que debe ser destruido antes de que la realidad sea ganada. Es ridículo. Vendrá un día en que usted se reirá de usted mismo por sus esfuerzos pasados. Eso que será el día en que usted se ría, está también aquí y ahora¹⁸.

CAPÍTULO 5

Auto-indagación — Práctica

Los principiantes en la auto-indagación eran aconsejados por Sri Ramana a poner su atención sobre la sensación interior de «yo» y a aferrarse a esa sensación tanto como fuera posible. Se les decía que si su atención era distraída por otros pensamientos debían volver de nuevo a la consciencia del pensamiento «yo» siempre que fueran conscientes de que su atención vagaba errante. Sri Ramana sugería diversas ayudas para asistir a este procedimiento —uno podía preguntarse a uno mismo «¿Quién soy yo?» o «¿De dónde viene este yo?»— pero la meta última era ser continuamente consciente del «yo» que asume que es responsable de todas las actividades del cuerpo y de la mente.

En las primeras etapas de la práctica la atención a la sensación «yo» es una actividad mental que toma la forma de un pensamiento o una percepción. Según se desarrolla la práctica el pensamiento «yo» da paso a una sensación de «yo» experimentada subjetivamente, y cuando esta sensación cesa de conectarse e identificarse con los pensamientos y los objetos se desvanece completamente. Lo que permanece es una experiencia de ser en la que el sentido de individualidad ha cesado de operar temporalmente. La experiencia puede ser intermitente al comienzo pero con la práctica repetida deviene cada vez más fácil de alcanzar y de mantener. Cuando la auto-indagación alcanza este nivel, hay una consciencia de ser sin esfuerzo en la que el esfuerzo individual ya no es posible puesto que el «yo» que hace el esfuerzo ha cesado de existir temporalmente. No es

la Auto-realización puesto que el pensamiento «yo» se reafirma a sí mismo periódicamente pero es el nivel de práctica más elevado. La experiencia repetida de este estado de ser debilita y destruye los *vasanas* (tendencias mentales) que hacen que surja el pensamiento «yo», y, cuando su dominio se ha debilitado suficientemente, el poder del Sí mismo destruye las tendencias residuales tan completamente que el pensamiento «yo» jamás surge de nuevo. Éste es el estado de Auto-realización final e irreversible.

Esta práctica de la auto-atención o consciencia del pensamiento «yo» es una técnica apacible que deja a un lado los métodos represivos usuales de control de la mente. No es un ejercicio de concentración, ni se propone tampoco la supresión de los pensamientos; invoca meramente la consciencia de la fuente de la cual surge la mente. El método y la meta de la auto-indagación es permanecer en la fuente de la mente y ser consciente de lo que uno realmente es, retirando la atención y el interés de lo que uno no es. En las primeras etapas, el esfuerzo, en la forma de la transferencia de la atención desde los pensamientos al pensador, es esencial, pero una vez que la consciencia de la sensación «yo» se ha establecido firmemente, más esfuerzo es contraproducente. Desde ahí en adelante es más un proceso de ser que de hacer, de ser sin esfuerzo más bien que un esfuerzo de ser.

Ser lo que uno ya es, es sin esfuerzo, puesto que la esesidad está siempre presente y siempre es experimentada. Por otra parte, pretender ser lo que uno no es (es decir, el cuerpo y la mente) requiere un esfuerzo mental continuo, aunque este esfuerzo está casi siempre en un nivel subconsciente. Se sigue, por lo tanto, que en las etapas más elevadas de la auto-indagación el esfuerzo aleja la atención de la experiencia de ser, mientras que la cesación del esfuerzo mental la revela. Finalmente, el Sí mismo no es descubierto como un resultado de

hacer algo, sino solo siendo. Como Sri Ramana mismo señaló una vez:

«No medite — ¡sea!
No piense que usted es — ¡sea!
No piense en ser — ¡usted es!»¹.

La auto-indagación no debe ser considerada como una práctica de meditación que tiene lugar en ciertas horas y en ciertas posiciones; debe continuar a todo lo largo de las horas de la vigilia de uno, independientemente de lo que uno esté haciendo. Sri Ramana no veía ningún conflicto entre trabajar y la auto-indagación y mantenía que con un poco de práctica podía hacerse bajo cualquiera circunstancia. A veces decía que los períodos regulares de práctica formal eran buenos para los principiantes, pero nunca abogaba por largos períodos de meditación sentado y siempre mostraba su desaprobación cuando alguno de sus devotos expresaba un deseo de abandonar sus actividades mundanas en favor de una vida meditativa.

Pregunta: Usted dice que uno puede realizar el Sí mismo por una búsqueda de él. ¿Cuál es el carácter de esta búsqueda?

Respuesta: Usted es la mente o piensa que usted es la mente. La mente no es nada más que pensamientos. Detrás de cada pensamiento particular hay un pensamiento general, que es el «yo», es decir usted mismo. Llamemos a este «yo» el primer pensamiento. Aférrese a este pensamiento «yo» y pregúntele para encontrar qué es. Cuando esta pregunta prende con fuerza en usted, usted no puede pensar en otros pensamientos.

Pregunta: Cuando hago esto y me aferro a mí mismo, es decir, al pensamiento «yo», otros pensamientos vienen y van, pero yo me digo a mí mismo «¿Quién soy yo?» y no surge

ninguna respuesta. Estar en esta condición es la práctica. ¿No es así?

Respuesta: Éste es un error que las gentes cometen a menudo. Lo que acontece cuando usted hace una búsqueda seria del Sí mismo es que el pensamiento «yo» desaparece y algo proveniente de las profundidades se apodera de usted, y eso no es el «yo» que comenzó la búsqueda.

Pregunta: ¿Qué es este algo?

Respuesta: Eso es el Sí mismo real, el significado de «yo». No es el ego. Es el ser supremo mismo.

Pregunta: Usted ha dicho a menudo que uno debe rechazar los otros pensamientos cuando comienza la búsqueda, pero los pensamientos son inacabables. Si se rechaza un pensamiento, viene otro y parece no haber ningún fin en absoluto.

Respuesta: Yo no digo que usted deba continuar rechazando los pensamientos. Aférrese a usted mismo, es decir, al pensamiento «yo». Cuando su interés le lleve a usted a esa única idea, los demás pensamientos serán rechazados automáticamente y se desvanecerán.

Pregunta: ¿Y de este modo el rechazo de los pensamientos no es necesario?

Respuesta: No. Puede ser necesario durante un tiempo o para algunos. Usted imagina que no hay ningún fin si uno continúa rechazando cada pensamiento cuando surge. No es verdad, hay un fin. Si usted está vigilante y hace un enérgico esfuerzo para rechazar cada pensamiento cuando surge, pronto encontrará que usted profundiza cada vez más dentro de su propio sí mismo interno. En ese nivel no es necesario hacer ningún esfuerzo para rechazar los pensamientos.

Pregunta: ¿Entonces es posible ser sin esfuerzo, sin tensión?

Respuesta: No solo eso, es imposible para usted hacer un esfuerzo más allá de un cierto punto.

Pregunta: Yo quiero además ser iluminado. ¿Debo tratar de no hacer ningún esfuerzo en absoluto?

Respuesta: Aquí es imposible para usted ser sin esfuerzo. Cuando usted va más profundamente, es imposible para usted hacer algún esfuerzo².

Si la mente deviene introvertida a través de la indagación en la fuente de *aham-vritti* [el pensamiento «yo»], los *vasanas* [las tendencias mentales] se extinguen. La luz del Sí mismo cae sobre los *vasanas* y produce el fenómeno de reflexión que nosotros llamamos la mente. Así pues, cuando los *vasanas* se extinguen, la mente también desaparece, siendo absorbida dentro de la luz de la única realidad, el Corazón.

Esto es la suma y substancia de todo lo que un aspirante necesita saber. Lo que se requiere de él imperativamente es una indagación seria y aguda en la fuente de *aham-vritti* [el pensamiento «yo»]³.

Pregunta: ¿Cómo debe comenzar esta práctica un principiante?

Respuesta: La mente se sumergirá solo por medio de la indagación «¿Quién soy yo?». El pensamiento «¿Quién soy yo?», al destruir todos los otros pensamientos, finalmente se destruirá a sí mismo al igual que el palo usado para atizar la pira funeraria. Si surgen otros pensamientos uno debe, sin intentar completarlos, indagar «¿A quién surgen?». ¿Qué importa si surgen muchos pensamientos? En el momento mismo en que cada pensamiento surge, si uno indaga vigilantemente «¿A quién ha surgido?», se sabrá «A mí». Si uno indaga entonces «¿Quién soy yo?», la mente se volverá hacia su fuente [el Sí mismo] y el

pensamiento que había surgido también se sumergirá. Practicando así repetidamente, el poder de la mente para morar en su fuente aumenta.

Aunque las tendencias hacia los objetos de los sentidos [*vishaya vasanas*], que han estado recurriendo a través de las edades, surgen innumerables como las olas del océano, todas ellas perecerán a medida que la meditación en la propia naturaleza de uno deviene cada vez más intensa. Sin dar sitio al pensamiento de duda, «¿Es posible destruir todas estas tendencias [*vasanas*] y permanecer como Sí mismo solo?», uno debe aferrarse firmemente a la auto-atención.

Mientras haya tendencias hacia los objetos de los sentidos en la mente, la indagación «¿Quién soy yo?» es necesaria. Tan pronto como surgen los pensamientos, uno debe aniquilarlos a todos ellos por medio de la indagación en su mismo lugar de origen. No prestar atención a lo que-es-otro [*anya*] es no-apego [*vairagya*] o no-deseación [*nirasa*]. No dejar el Sí mismo es conocimiento [*jñana*]. En verdad, estos dos [no-deseación y conocimiento] son uno y lo mismo. Lo mismo que un buscador de perlas, atando una piedra a su cintura, se hunde en el mar y toma la perla que yace en el fondo, así también cada uno, sumergiéndose profundamente dentro de sí mismo con el no-apego, puede alcanzar la perla de Sí mismo. Si uno recurre ininterrumpidamente al recuerdo de su propia naturaleza real [*swarupa-smarana*] hasta que obtiene el Sí mismo, eso sólo será suficiente.

Sólo indagar «¿Quién soy yo que está en esclavitud?» y conocer la propia naturaleza real de uno [*swarupa*] es liberación. Mantener siempre la mente fijada sólo en Sí mismo es llamado «auto-indagación» [*vichara*], mientras que la meditación [*dhyana*] es pensar que uno mismo es lo absoluto [*Brahman*], que es existencia-consciencia-felicidad [*sat-chit-ananda*]⁴.

Pregunta: Los *yoguis* dicen que uno debe renunciar a este mundo y partir al interior de junglas apartadas si se quiere encontrar la verdad.

Respuesta: No hay necesidad de renunciar a la vida de acción. Si usted medita durante una hora o dos cada día puede entonces continuar con sus deberes. Si usted medita de la manera correcta entonces la corriente de mente inducida continuará fluyendo incluso en medio de su trabajo. Es como si hubiera dos maneras de expresar la misma idea; la misma línea que usted tome en la meditación se expresará en sus actividades.

Pregunta: ¿Cuál será el resultado de hacer eso?

Respuesta: En la medida en que usted lo haga encontrará que su actitud hacia las gentes, los aconteceres y los objetos cambia gradualmente. Sus acciones tenderán a seguir a sus meditaciones por sí solas.

Pregunta: ¿Entonces usted no está de acuerdo con los *yoguis*?

Respuesta: Un hombre debe entregar la egoismidad personal que le ata a este mundo. Abandonar el sí mismo falso es la verdadera renuncia.

Pregunta: ¿Cómo es posible devenir no-egoísta mientras se lleva una vida de actividad mundanal?

Respuesta: No hay ningún conflicto entre trabajo y sabiduría.

Pregunta: ¿Quiere usted decir que uno puede continuar todas las viejas actividades en su profesión, por ejemplo, y al mismo tiempo obtener la iluminación?

Respuesta: ¿Por qué no? Pero en ese caso uno no pensará que es la vieja personalidad la que está haciendo el trabajo,

debido a que la consciencia de uno se transferirá gradualmente hasta centrarse en eso que es más allá del pequeño sí mismo.

Pregunta: Si una persona tiene que trabajar, le quedará muy poco tiempo para meditar.

Respuesta: Tener un tiempo aparte para la meditación es solo para los novicios espirituales. Un hombre que está avanzando comenzará a saborear la beatitud más profunda bien esté trabajando o no. Mientras sus manos están en sociedad, él mantiene su cabeza en fresca soledad.

Pregunta: ¿Entonces usted no enseña la vía del yoga?

Respuesta: El yogui trata de llevar su mente hacia la meta, como un vaquero lleva un toro con una vara, pero en esta vía el buscador atrae al toro sosteniendo delante de él un manojito de hierba.

Pregunta: ¿Cómo se hace eso?

Respuesta: Usted tiene que hacerse a usted mismo la pregunta «¿Quién soy yo?». Esta investigación le llevará finalmente al descubrimiento de algo dentro de usted que está detrás de la mente. Resuelva ese gran problema y usted resolverá todos los otros problemas⁵.

Pregunta: ¿En la búsqueda del «yo» no hay nada que haya de ser visto?

Respuesta: Debido a que usted está acostumbrado a identificarse a usted mismo con el cuerpo y a la visión con los ojos, por eso mismo usted dice que no ve nada. ¿Qué hay que ver? ¿Quién tiene que ver? ¿Cómo ver? Hay solo una única consciencia que al manifestarse como el pensamiento «yo», se identifica a sí misma con el cuerpo, se proyecta a sí misma a través de los ojos y ve los objetos de alrededor. El individuo está limitado en el estado de vigilia y espera ver algo diferente. La evi-

dencia de sus sentidos será el sello de autoridad. Pero no admitirá que el veedor, lo visto y la visión son todas manifestaciones de la misma consciencia —a saber, «yo, yo». La contemplación le ayuda a uno a rebasar la ilusión de que el Sí mismo debe ser visual. En verdad, no hay nada visual. ¿Cómo siente usted el «yo» ahora? ¿Tiene usted un espejo ante usted para conocer su propio ser? La consciencia es el «yo». Realícelo y eso es la verdad.

Pregunta: Al indagar en el origen de los pensamientos hay una percepción de «yo». Pero no me satisface.

Respuesta: Completamente justo. La percepción de «yo» está asociada con una forma, quizás el cuerpo. No debe haber nada asociado con el Sí mismo puro. El Sí mismo es la realidad pura, inasociada, en cuya luz brillan el cuerpo y el ego. Al aquietarse todos los pensamientos, la consciencia pura permanece.

Justo al despertar del sueño profundo y antes de devenir consciente del mundo hay ese puro «yo, yo». Aférrese a él sin dormir o sin permitir que los pensamientos le posean. Si eso es aferrado firmemente no importa si se ve el mundo. El veedor permanece inafectado por los fenómenos⁶.

¿Qué es el ego? Indague. El cuerpo es insenciente y no puede decir «yo». El Sí mismo es consciencia pura y no-dual. No puede decir «yo». Nadie dice «yo» en el sueño profundo. ¿Qué es el ego entonces? Es algo intermedio entre el cuerpo inerte y el Sí mismo. No tiene ningún *locus standi* [ningún lugar de morada]. Si es buscado se desvanece como un fantasma. Por la noche un hombre puede imaginar que hay un fantasma cerca de él debido al juego de las sombras. Si mira más de cerca descubre que el fantasma no está realmente allí, y que lo que imaginaba que era un fantasma era meramente un árbol o un poste. Si no mira más de cerca el fantasma puede aterrorizarle. Todo lo que se requiere es mirar de cerca y el fantasma se

desvanece. El fantasma nunca estuvo allí. Así ocurre también con el ego. Es un lazo intangible entre el cuerpo y la consciencia pura. No es real. Mientras uno no lo mira de cerca, continúa dando problemas. Pero cuando uno lo busca, se encuentra que no existe.

Hay otra historia que ilustra esto. En las ceremonias del matrimonio hindú las fiestas a menudo se prolongan durante cinco o seis días. En una de estas ocasiones un extraño fue tomado erróneamente como el mejor hombre por los invitados de la novia y consecuentemente le trataron con especial consideración. Viendo que se le trataba con especial consideración entre los invitados de la novia, los invitados del novio consideraron que debía ser un hombre importante emparentado con la familia de la novia y por lo tanto le mostraron también especial respeto. El extraño estuvo encantando con la situación durante un tiempo. Por otra parte, él era enteramente consciente de la situación real. En una ocasión la familia del novio quiso referirse a él sobre algún punto y de esta manera preguntaron a la familia de la novia sobre él. Inmediatamente él captó el problema y se esfumó. Así ocurre con el ego. Si se le busca, desaparece. Si no se le busca, continúa dando problemas⁷.

Pregunta: Si intento hacer la indagación «¿Quién soy yo?», me quedo dormido. ¿Qué debo hacer?

Respuesta: Persista en la indagación a todo lo largo de sus horas de vigilia. Eso será completamente suficiente. Si usted se mantiene haciendo la indagación hasta que cae dormido, la indagación continuará también durante el sueño. Reemprenda la indagación nuevamente tan pronto como se despierte⁸.

Pregunta: ¿Cómo puedo obtener paz? No parece que la obtenga a través de *vichara*.

Respuesta: La paz es su estado natural. Es la mente la que obstruye el estado natural. Si usted no experimenta paz, ello

quiere decir que su *vichara* [indagación] ha sido hecha solo en la mente. Investigue qué es la mente, y ella desaparecerá. No hay ninguna cosa tal como la mente aparte del pensamiento. Sin embargo, debido a la emergencia del pensamiento, usted supone algo desde lo cual emerge y llama a eso la mente. Cuando usted prueba a ver qué es, encuentra que realmente no hay ninguna cosa tal como la mente. Cuando la mente se ha desvanecido así, usted realiza la paz eterna⁹.

Pregunta: Cuando me doy a la indagación de la fuente de la que brota el «yo», llego a un estado de quietud de mente más allá del cual me encuentro a mí mismo incapaz de seguir adelante. No tengo ningún pensamiento de ningún tipo y hay una vacuidad, un vacío. Una tenue luz lo penetra todo y siento que es mí mismo sin cuerpo. No tengo ni cognición ni visión de cuerpo ni de forma. La experiencia dura cerca de media hora y es agradable. ¿Sería correcto concluir que todo lo que se necesita para asegurar la felicidad eterna, que es la liberación o la salvación o como se la quiera llamar, es continuar la práctica hasta que esta experiencia pueda ser mantenida durante horas, días y meses sin parar?

Respuesta: Esto no significa la salvación. A tal condición se la llama *manolaya* o quietud de pensamiento temporaria. *Manolaya* significa concentración, que detiene temporalmente el movimiento de los pensamientos. Tan pronto como esa concentración cesa, los pensamientos, viejos y nuevos, se activan como de costumbre; y aunque esta calma temporal de la mente durara un millar de años, nunca llevará a la destrucción total del pensamiento, que es lo que se llama la liberación del nacimiento y la muerte. Por lo tanto, el practicante debe estar siempre alerta e indagar dentro quién tiene esta experiencia, quién realiza su agradabilidad. Sin esta indagación entrará en un largo trance o sueño profundo [*yoga nidra*]. Debido a la ausencia de un guía adecuado en esta etapa de la práctica espiritual, muchos

han sido engañados y han caído presas de un falso sentido de liberación y solo unos pocos se las han arreglado para obtener la meta sanos y salvos.

La siguiente historia ilustra este punto muy bien. Un yogui estuvo haciendo ascesis [*tapas*] durante un número de años a la orilla del Ganges. Cuando hubo alcanzado un elevado grado de concentración, creyó que la continuación de aquel estado durante prolongados períodos constituía la liberación y así lo practicaba. Un día, antes de entrar en concentración profunda, sintió sed y llamó a su discípulo para que le trajera agua para beber del Ganges. Pero antes de que el discípulo llegara con el agua, el yogui había entrado en *yoga nidra* [trance] y así permaneció en aquel estado durante incontables años, tiempo durante el cual corrió mucha agua por debajo del puente. Cuando despertó de esta experiencia inmediatamente exclamó «¡Agua, agua!», pero ante su vista no estaban ni su discípulo ni el Ganges.

La primera cosa que pidió fue agua debido a que, antes de entrar en concentración profunda, el estrato más somero del pensamiento en su mente era el agua y por la concentración, por profunda y prolongada que pudiera haber sido, él sólo había sido capaz de aquietar temporalmente sus pensamientos. Cuando recuperó la consciencia este pensamiento más somero surgió con todo el empuje y la fuerza de una inundación que rompe los diques. Si éste es el caso con respecto a un pensamiento somero que tomó forma inmediatamente antes de que él se sentara para la meditación, ¿hay alguna duda de que los pensamientos que habían enraizado con anterioridad permanecerían también sin aniquilar? Si la aniquilación de los pensamientos es la liberación, ¿puede decirse que el yogui había alcanzado la salvación?

Los *sadhakas* [buscadores] raramente comprenden la diferencia entre este aquietamiento temporal de la mente [*manolaya*] y la destrucción permanente de los pensamientos [*manonasa*]. En *manolaya* hay una submersión temporal de las olas de

los pensamientos, y aunque este período temporal puede durar incluso un millar de años, los pensamientos, que son aquietados así temporalmente, emergen de nuevo tan pronto como cesa la *manolaya*. Se debe observar por lo tanto el propio progreso espiritual de uno cuidadosamente. Uno no debe permitirse ser dominado por tales raptos de quietud de pensamiento. En el momento en que se experimenta esto, uno debe revivir la consciencia e indagar dentro quién es quien experimenta esta quietud. Mientras no permite que ningún pensamiento se introduzca, al mismo tiempo, uno no debe ser dominado por este sueño profundo [*yoga nidra*] o auto-hipnotismo. Aunque esto es un signo de progreso hacia la meta, no obstante es también el punto donde tiene lugar la divergencia entre la vía a la liberación y el *yoga-nidra*. La vía fácil, la vía directa, el atajo más corto a la salvación es el método de la indagación. Por una tal indagación [*vichara*], usted llevará la fuerza del pensamiento cada vez más profundamente hasta que alcance su fuente y se sumerja en ella. Es entonces cuando usted tendrá la respuesta desde dentro y encontrará que usted mora ahí, destruyendo todos los pensamientos, de una vez por todas¹⁰.

Pregunta: Este pensamiento «yo» surge de mí. Pero yo no conozco el Sí mismo.

Respuesta: Todos estos son solo conceptos mentales. Usted está ahora identificándose con el «yo» erróneo, que es el pensamiento «yo». Este pensamiento «yo» surge y se sumerge, mientras que la verdadera significación de «yo» está más allá de ambos. No puede haber ninguna ruptura en su ser. El usted que dormía profundamente es también el usted que está ahora despierto. No hay ninguna infelicidad en su sueño profundo mientras que ahora sí la hay. ¿Qué es lo que ha ocurrido ahora para que se experimente esta diferencia? No había ningún pensamiento «yo» en su sueño profundo, mientras que está presente ahora. El «yo» verdadero no es visible mientras que el falso

«yo» está a la vista. Este «yo» falso es el obstáculo a su conocimiento correcto. Descubra de dónde surge este «yo» falso. Entonces desaparecerá. Usted será entonces solo lo que usted es, es decir, ser absoluto.

Pregunta: ¿Cómo hacerlo? Hasta ahora no lo he logrado.

Respuesta: Busque la fuente del pensamiento «yo». Eso es todo lo que uno tiene que hacer. El universo existe debido al pensamiento «yo». Si el pensamiento «yo» acaba, la miseria acaba también. El «yo» falso acaba solo cuando se busca su fuente¹¹.

Las gentes a menudo preguntan cómo se controla la mente. Yo les digo: «Muéstreme la mente y entonces usted sabrá qué hacer». El hecho es que la mente es solo un paquete de pensamientos. ¿Cómo puede usted extinguirlo por el pensamiento de hacerlo o por un deseo? Sus pensamientos y deseos son parte de la mente. La mente es simplemente más engordada con los nuevos pensamientos que surgen. Por lo tanto, es necio tratar de matar la mente por medio de la mente. La única manera de hacerlo es encontrar su fuente y aferrarse a ella. La mente entonces se esfumará por sí sola. El yoga enseña *chitta vritti nirodha* [el control de las actividades de la mente]. Pero yo digo *atma vichara* [auto-investigación]. Ésta es la vía práctica. *Chitta vritti nirodha* [el control de las actividades mentales] tiene lugar en el sueño profundo, en el desvanecimiento, y en la inanición por hambre. Tan pronto como se quita la causa hay un recrudescimiento de los pensamientos. ¿De qué utilidad es entonces? En el estado de estupor hay paz y ninguna miseria. Pero la miseria vuelve de nuevo cuando el estupor desaparece. Así pues, *nirodha* [control] es inútil y no puede constituir un beneficio duradero.

¿Cómo puede entonces hacerse el beneficio duradero? Encontrando la causa de la miseria. La miseria se debe a la percepción de los objetos. Si no están aquí, no habrá ningún pen-

samiento contingente y así la miseria se esfuma. «¿Cómo cesarán de ser los objetos?» es la siguiente pregunta. Las *srutis* [escrituras] y los sabios dicen que los objetos son solo creaciones mentales. No tienen ningún ser substancial. Investigue el asunto y verifique la verdad de la afirmación. El resultado será la conclusión de que el mundo objetivo está en la consciencia subjetiva. El Sí mismo es así la única realidad que penetra y envuelve el mundo. Puesto que no hay ninguna dualidad, ningún pensamiento surgirá para perturbar su paz. Esto es la realización del Sí mismo. El Sí mismo es eterno y así también es la realización.

Abhyasa [la práctica espiritual] consiste en retirarse dentro del Sí mismo cada vez que usted es perturbado por el pensamiento. No es la concentración o la destrucción de la mente sino la retirada dentro del Sí mismo¹².

Pregunta: ¿Por qué la concentración es inefectiva?

Respuesta: Pedir que la mente mate a la mente es como hacer del ladrón un policía. Irá con usted y pretenderá atrapar al ladrón, pero no se ganará nada. De modo que usted debe volverse hacia dentro y ver de dónde surge la mente y entonces ella cesará de existir.

Pregunta: Al volver la mente hacia dentro, ¿no estamos todavía empleando la mente?

Respuesta: Por supuesto estamos empleando la mente. Es bien sabido y admitido que sólo con la ayuda de la mente puede ser matada la mente. Pero en lugar de ponernos manos a la obra diciendo que hay una mente, y que yo quiero matarla, usted comienza buscando la fuente de la mente, y encuentra que la mente no existe en absoluto. La mente, vuelta hacia fuera, resulta en pensamientos y objetos. Vuelta hacia adentro, deviene ella misma el Sí mismo¹³.

Pregunta: Aún así, no comprendo. «Yo», dice usted, es el «yo» erróneo ahora. ¿Cómo eliminar el «yo» erróneo?

Respuesta: Usted no necesita eliminar el «yo» erróneo. ¿Cómo puede el «yo» eliminarse a sí mismo? Todo lo que usted necesita hacer es descubrir su origen y permanecer ahí. Sus esfuerzos pueden extenderse solo hasta ahí. Entonces el más allá cuidará de sí mismo. Usted no puede hacer nada ahí. Ningún esfuerzo puede alcanzarlo.

Pregunta: Si «yo» soy siempre, aquí y ahora, ¿por qué no lo siento así?

Respuesta: Eso es. ¿Quién dice que no se siente? ¿Lo dice el «yo» real o el «yo» falso? Examínelo. Usted encontrará que es el «yo» erróneo. El «yo» erróneo es la obstrucción. Tiene que ser eliminado a fin de que el «yo» verdadero no pueda ser ocultado. El sentimiento de que yo no he realizado es la obstrucción a la realización. De hecho está ya realizado y no hay nada más que realizar. De otro modo, la realización será algo nuevo. Si no ha existido hasta aquí, debe tener lugar en el futuro. Lo que nace también morirá. Si la realización no es eterna no merece ser tenida. Por lo tanto, lo que nosotros buscamos no es nada que deba acontecer como nuevo. Es solo eso que es eterno pero no conocido ahora debido a las obstrucciones. Es eso lo que nosotros buscamos. Todo lo que necesitamos hacer es quitar la obstrucción. Eso que es eterno no es conocido así debido a la ignorancia. La ignorancia es la obstrucción. Rebase la ignorancia y todo estará bien.

La ignorancia es idéntica con el pensamiento «yo». Encuentre su fuente y se desvanecerá.

El pensamiento «yo» es como un espíritu que, aunque no es palpable, surge simultáneamente con el cuerpo, florece y desaparece con él. La consciencia del cuerpo es el «yo» erróneo. Abandone esta consciencia del cuerpo. Se hace buscando la fuente del «yo». El cuerpo no dice «yo soy». Es usted quien

dice, «yo soy el cuerpo». Descubra quién es este «yo». Al buscar su fuente, se desvanecerá¹⁴.

Pregunta: ¿Cuánto tiempo puede la mente estar o mantenerse en el Corazón?

Respuesta: El período se extiende con la práctica.

Pregunta: ¿Qué acontece al final del período?

Respuesta: La mente retorna al estado normal presente. La unidad en el Corazón es reemplazada por una variedad de fenómenos percibidos. A esto se le llama la mente hacia afuera. A la mente en el Corazón se la llama la mente en paz¹⁵.

Cuando se practica diariamente cada vez más de esta manera, la mente deviene extremadamente pura debido a la supresión de sus defectos y la práctica deviene tan fácil que la mente purificada se sumerge en el Corazón tan pronto como se comienza la indagación¹⁶.

Pregunta: ¿Es posible que una persona que ha tenido una vez la experiencia de *sat-chit-ananda* en la meditación se identifique a sí mismo con el cuerpo cuando sale de la meditación?

Respuesta: Sí, es posible, pero gradualmente pierde la identificación en el curso de su práctica. En la claridad del Sí mismo la obscuridad de la ilusión se disipa para siempre¹⁷.

La experiencia obtenida sin erradicar todos los *vasanas* [tendencias de la mente] no puede permanecer firme. Los esfuerzos deben dirigirse a erradicar los *vasanas*; el conocimiento sólo puede permanecer estable después de que todos los *vasanas* son erradicados¹⁸.

Nosotros tenemos que contender contra tendencias mentales muy añejas. Todas partirán. Solo parten comparativamente pronto en el caso de aquellos que han hecho *sadhana* en el pasado y más despacio en el caso de los demás.

Pregunta: ¿Estas tendencias parten gradualmente o todas desaparecerán repentinamente un día? Lo pregunto debido a que aunque he permanecido aquí durante mucho tiempo yo no percibo ningún cambio gradual en mí.

Respuesta: Cuando el sol sale, ¿la oscuridad se va gradualmente o toda a la vez?¹⁹.

Pregunta: ¿Cómo puedo decir si estoy haciendo progresos con mi indagación?

Respuesta: El grado de la ausencia de pensamientos es la medida de su progreso hacia la Auto-realización. Pero la Auto-realización misma no admite progreso, es siempre la misma. El Sí mismo permanece siempre en realización. Los obstáculos son los pensamientos. El progreso se mide por el grado de eliminación de los obstáculos a la comprensión de que el Sí mismo está siempre realizado. Así pues, los pensamientos deben ser detenidos buscando a quién surgen. De modo que vaya usted a su fuente, donde ellos no surgen.

Pregunta: Siempre están surgiendo dudas. De aquí mi pregunta.

Respuesta. Surge una duda y se aclara. Surge otra y se aclara también, abriendo paso a otra; y así sucesivamente. De modo que no hay ninguna posibilidad de aclarar todas las dudas. Vea a quién surgen las dudas. Vaya a su fuente y permanezca en ella. Sólo entonces cesarán de surgir. Así es como han de aclararse las dudas²⁰.

Pregunta: ¿Debo continuar preguntando «¿Quién soy yo?» sin respuesta? ¿Quién pregunta a quién? ¿Cuál *bhavana* [pose] debe haber en la mente en el tiempo de la indagación? ¿Qué es «yo», el Sí mismo o el ego?

Respuesta: En la indagación «¿Quién soy yo?», «yo» es el ego. La pregunta realmente significa, ¿cuál es la fuente o el origen de este ego? Usted no necesita tener ninguna *bhavana*

[pose] en la mente. Todo lo que se requiere es que usted abandone la *bhavana* [pose] de que usted es el cuerpo, de tal y cual descripción, con tal y cual nombre, etc. No hay ninguna necesidad de tener una *bhavana* sobre su naturaleza real. Ella existe como existe siempre. Es real, no es ninguna *bhavana*²¹.

Pregunta: ¿Pero no es gracioso que el «yo» deba buscar al «yo»? ¿La indagación «¿Quién soy yo?» no resulta ser al final una fórmula vacía? ¿O tengo que hacerme a mí mismo la pregunta inacabablemente repitiéndola como una especie de *mantra*?

Respuesta: La Auto-indagación no es ciertamente una fórmula vacía y es más que la repetición de cualquier otro *mantra*. Si la indagación «¿Quién soy yo?» fuera una mera interrogación mental, no sería de mucho valor. El verdadero propósito de la auto-indagación es enfocar la mente entera en su fuente. No es, por lo tanto, un caso de «yo» en busca de otro «yo». Y la auto-indagación es aún mucho menos una fórmula vacía, pues implica una intensa actividad de la mente entera para mantenerla firmemente asentada en la Auto-consciencia pura²².

Pregunta: ¿Es suficiente si paso algún tiempo por las mañanas y algún tiempo por las tardes para este *atma-vichara*? ¿O debo hacerlo siempre, aunque esté escribiendo o caminando?

Respuesta: ¿Cuál es su naturaleza real (de usted)? ¿Es escribir, caminar, o ser? La única realidad inalterable es *ser*. Hasta que usted realice ese estado de puro ser, debe proseguir la indagación. Si usted se establece una vez en él ya no habrá más problemas.

Nadie indagará dentro de la fuente de los pensamientos a menos que los pensamientos surjan. Mientras usted piensa «yo estoy caminando» o «yo estoy escribiendo» indague quién lo hace²³.

Pregunta: Si continuo rechazando los pensamientos, ¿puedo llamarlo *vichara*?

Respuesta: Puede ser un paso. Pero *vichara* comienza realmente cuando usted se aferra a su Sí mismo y está ya fuera del movimiento mental, de las olas del pensamiento.

Pregunta: ¿Entonces *vichara* no es intelectual?

Respuesta: No, es *antara vichara*, búsqueda interior²⁴.

Sujetar la mente e investigarla se le aconseja al principiante. ¿Pero qué es la mente después de todo? Es una proyección del Sí mismo. Vea a quién aparece y de dónde surge. Se encontrará que el pensamiento «yo» es la causa raíz. Vaya más profundamente. El pensamiento «yo» desaparece y hay una consciencia «yo» infinitamente expandida²⁵.

Pregunta: Yo hice a la Madre en el Ashram de Sri Aurobindo la siguiente pregunta: «Yo puedo mantener mi mente vacía sin que surjan pensamientos a fin de que Dios pueda mostrarse a sí mismo en su verdadero ser. Pero no percibo nada». La respuesta fue de este tenor: «La actitud es correcta. El poder descenderá de arriba. Es una experiencia directa». ¿Debo hacer algo más?

Respuesta: Sea como usted es. No hay nada que vaya a descender o a devenir manifiesto. Todo lo que se necesita es perder el ego. Eso que es está siempre aquí. Incluso ahora usted es eso. Usted no es aparte de ello. El vacío (de su mente) es visto por usted. Usted está ahí para ver el vacío. ¿Qué espera usted? El pensamiento, «yo no he visto nada», la expectativa de ver y el deseo de sacar algo, son todas las operaciones del ego. Usted ha caído en las redes del ego. Todo esto lo dice el ego, no usted. ¡Sea usted mismo y nada más!

Una vez nacido usted obtiene algo. Si usted obtiene algo debe restituirlo después. Por lo tanto, abandone toda esta verborrea. Sea como usted es. Vea quién es usted y permanezca como el Sí mismo, libre de nacimiento, de ir, de venir y de retornar²⁶.

Pregunta: ¿Cómo tiene uno que conocer el Sí mismo?

Respuesta: Conocer el Sí mismo significa ser el Sí mismo. ¿Puede decir que usted no conoce el Sí mismo? Aunque usted no puede ver sus propios ojos y aunque no disponga de un espejo para mirarse en él, ¿niega usted la existencia de sus ojos? Similarmente, usted es consciente del Sí mismo aunque el Sí mismo no está objetivado. ¿O niega usted su Sí mismo debido a que no está objetivado? Cuando usted dice «yo no puedo conocer el Sí mismo», eso significa ausencia en términos de conocimiento relativo, debido a que usted se ha acostumbrado tanto al conocimiento relativo que se identifica a usted mismo con él. Tal identidad errónea ha forjado la dificultad de no conocer el Sí mismo evidente debido a que Él no puede devenir jamás un objeto. Y entonces usted va y pregunta: «¿Cómo tiene uno que conocer el Sí mismo?».

Pregunta: Usted habla de ser. ¿Ser qué?

Respuesta: Su deber es *ser* y no ser esto o eso. «Yo soy lo que yo soy» resume toda la verdad. El método se resume en las palabras «Sea en quietud». ¿Qué significa en quietud? Significa destrúyase a usted mismo. Debido a que toda forma o figura es la causa de perturbación. Abandone la noción «yo soy fulano»²⁷. Todo lo que requiere para realizar el Sí mismo es ser en quietud. ¿Qué puede ser más fácil que eso? Por consiguiente, *atma-vidya* [Auto-conocimiento] es lo más fácil de obtener²⁸.

Sólo la verdad de uno mismo merece ser escrutada y conocida. Tomándola como el blanco de la atención de uno, uno debe conocerla agudamente en el corazón. Este conocimiento de uno mismo será revelado solo a la consciencia que es silente, clara y libre de la actividad de la agitada y sufriente mente. Sepa que sólo la consciencia que brilla siempre en el Corazón como el Sí mismo sin forma, «yo», y que es conocida por el propio ser en quietud de uno sin pensar en nada como existente o no-existente, es la realidad perfecta²⁹.

CAPÍTULO 6

Auto-indagación — Errores

Los pronunciamientos filosóficos de Sri Ramana eran muy similares a los sostenidos por los seguidores del *vedanta advaita*, una escuela filosófica india que ha florecido durante alrededor de mil años. Sri Ramana y los *advaitines* están de acuerdo sobre la mayoría de las materias teóricas pero sus actitudes hacia la práctica son radicalmente diferentes. Mientras Sri Ramana aconsejaba la auto-indagación, la mayoría de los maestros *advaiticos* recomendaban un sistema de meditación que afirmaba mentalmente que el Sí mismo era la única realidad. Estas afirmaciones tales como «Yo soy *Brahman*» o «yo soy él», se usan usualmente como *mantras*, o, más raramente, uno medita sobre su significado y trata de experimentar las implicaciones de la afirmación.

Debido a que la auto-indagación comienza a menudo con la pregunta «¿Quién soy yo?», muchos de los seguidores tradicionales del *advaita* asumían que la respuesta a la pregunta era «yo soy *Brahman*» y ocupaban sus mentes con las repeticiones de esta solución mental. Sri Ramana criticaba este planteamiento diciendo que mientras que la mente estuviera constantemente dedicada a encontrar o a repetir soluciones a la pregunta jamás se sumergiría dentro de su fuente y desaparecería. Era igualmente crítico por la misma razón que aquellos que intentaban usar «¿Quién soy yo?» como un *mantra*, diciendo que ambos planteamientos eludían el punto de la auto-indagación. La pregunta «¿Quién soy yo?», decía, no es una invitación a analizar la mente y a llegar a conclusiones sobre su naturaleza, ni es tam-

poco una fórmula *mántrica*, es simplemente una herramienta que facilita redirigir la atención desde los objetos de pensamiento y percepción al pensador y perceptor de ellos. En opinión de Sri Ramana, la solución a la pregunta «¿Quién soy yo?» no ha de ser encontrada en o por la mente, puesto que la única respuesta real es la experiencia de la ausencia de mente.

Otro error ampliamente extendido surgió de la creencia hindú de que el Sí mismo podía ser descubierto rechazando mentalmente todos los objetos de pensamiento y percepción como no-Sí mismo. Tradicionalmente esto se llama el planteamiento de *neti-neti* [no esto, no esto]. El practicante de este sistema rechaza verbalmente todos los objetos con los que el «yo» se identifica —«yo no soy la mente», «yo no soy el cuerpo», etc.— con la expectativa de que el «yo» real será experimentado en su forma pura e incontaminada. El hinduismo llama a esta práctica «auto-indagación» y, debido a la identidad de nombres, a menudo era confundida con el método de Sri Ramana. La actitud de Sri Ramana hacia este sistema de autoanálisis era enteramente negativa y desanimaba a sus propios seguidores de practicarlo diciéndoles que era una actividad intelectual que no podía llevarles más allá de la mente. En su respuesta común a las preguntas sobre la efectividad de esta práctica decía que el pensamiento «yo» es sostenido por tales actos de discriminación y que el «yo» que elimina el cuerpo y la mente como «no-yo» nunca puede eliminarse a sí mismo.

Los seguidores de las escuelas «yo soy *Brahman*» y «*neti-neti*» comparten una creencia común de que el Sí mismo puede ser descubierto por la mente, bien sea a través de la afirmación o de la negación. Esta creencia de que la mente puede, por sus propias actividades, obtener el Sí mismo, es la raíz de la mayoría de los errores sobre la práctica de la auto-indagación. Un ejemplo clásico de esto es la creencia de que la auto-indagación implica la concentración sobre un centro particular en el cuerpo llamado el centro del Corazón. Este punto de vista ampliamente

sostenido resulta de una incomprensión de algunas de las afirmaciones de Sri Ramana sobre el Corazón, y para comprender cómo ha surgido esta creencia será necesario mirar más de cerca algunas de sus ideas sobre el tema.

Al describir el origen del pensamiento «yo» a veces decía que sube al cerebro a través de un canal que comienza desde un centro en el lado derecho del pecho. Llamaba a este centro el centro del Corazón y decía que cuando el pensamiento «yo» se sumerge dentro del Sí mismo retorna adentro del centro del Corazón y desaparece. También decía que cuando el Sí mismo es experimentado conscientemente, hay una consciencia tangible de que este centro es la fuente de la mente y del mundo. Sin embargo, estas afirmaciones no son estrictamente verdaderas y Sri Ramana a veces las calificaba diciendo que eran solo representaciones esquemáticas que se daban a aquellas gentes que persistían en identificarse a sí mismos con sus cuerpos. Decía que el Corazón no está realmente localizado en el cuerpo y que desde el punto de vista más alto es igualmente incierto decir que el pensamiento «yo» surge y se sumerge dentro de este centro en el lado derecho del pecho.

Debido a que Sri Ramana decía a menudo «Encuentre el lugar donde surge el “yo”» o «Encuentre la fuente de la mente», muchas gentes interpretaban que estas afirmaciones significaban que debían concentrarse sobre este centro particular mientras se hace auto-indagación. Sri Ramana rechazó esta interpretación muchas veces diciendo que la fuente de la mente o el «yo» sólo podía ser descubierta a través de la atención al pensamiento «yo» y no a través de la concentración en una parte particular del cuerpo. A veces decía que poner la atención en este centro es una buena práctica de concentración, pero nunca lo asoció con la auto-indagación. También dijo ocasionalmente que la meditación en el Corazón era una manera efectiva de alcanzar el Sí mismo, pero nuevamente, nunca dijo que esto debía hacerse concentrándose sobre el centro del Corazón.

En lugar de eso decía que se debe meditar en el Corazón «como él es»¹. El Corazón «como él es» no es una localización, es el Sí mismo inmanente y uno solo puede ser consciente de su naturaleza real siéndolo. No puede ser alcanzado por la concentración.

Aunque hay varios comentarios de este tipo, potencialmente ambiguos, sobre el Corazón y el centro del Corazón, en todos sus escritos y conversaciones registradas no hay ni una sola afirmación que apoye la opinión de que la auto-indagación tiene que ser practicada concentrándose en este centro. De hecho, examinando estrechamente sus afirmaciones sobre el tema, sólo se puede concluir que mientras la experiencia del Sí mismo contiene una consciencia de este centro, la concentración en este centro no resultará en la experiencia del Sí mismo.

Pregunta: Yo comienzo a preguntarme a mí mismo «¿Quién soy yo?», a eliminar el cuerpo como no «yo», la respiración como «no yo», y no soy capaz de seguir más adelante.

Respuesta: Bien, eso es todo lo lejos que el intelecto puede ir. Su procedimiento es solo intelectual. En verdad, todas las escrituras mencionan el procedimiento solo para guiar al buscador a conocer la verdad. La verdad no puede ser señalada directamente. De aquí este procedimiento intelectual.

Vea usted, el que elimina todos los «no-yo» no puede eliminar el «yo». Para decir «yo no soy esto» o «yo no soy eso» debe haber el «yo». Este «yo» es solo el ego o el pensamiento «yo». Después del surgimiento de este pensamiento «yo», surgen todos los demás pensamientos. El pensamiento «yo» es por lo tanto el pensamiento raíz. Si se arranca la raíz todos los demás pensamientos son desarraigados al mismo tiempo. Por lo tanto busque la raíz «yo», pregúntese a usted mismo «¿Quién soy yo?». Descubra su fuente, y entonces todas las demás ideas se desvanecerán y sólo permanecerá el Sí mismo puro.

Pregunta: ¿Cómo hacerlo?

Respuesta: El «yo» está siempre aquí —en el sueño profundo, en el sueño con sueños y en la vigilia. El que duerme profundamente es el mismo que el que habla ahora. Siempre hay el sentido de «yo». De otro modo, ¿niega usted su existencia? Usted no la niega. Usted dice «yo soy». Descubra quién es².

Pregunta: Yo medito sobre *neti-neti* [no esto, no esto].

Respuesta: No —eso no es meditación. Encuentre la fuente. Usted debe alcanzar la fuente sin falta. El falso «yo» desaparecerá y el «yo» real será realizado. El primero no puede existir aparte del segundo³.

Ahora hay la identificación errónea del Sí mismo con el cuerpo, los sentidos, etc. Usted procede a desechar éstos, y esto es *neti*. Esto solo puede hacerse aferrándose al que no puede ser desechado. Eso es *iti* [eso que es]⁴.

Pregunta: Cuando pienso «¿Quién soy yo?», viene la respuesta «yo no soy este cuerpo mortal sino *chaitanya*, *atma* [consciencia, el Sí mismo]». Y repentinamente surge otra pregunta, «¿Por qué *atma* ha entrado en *maya* [la ilusión]?» o en otras palabras, «¿Por qué Dios ha creado este mundo?».

Respuesta: Indagar «¿Quién soy yo?» significa realmente tratar de descubrir la fuente del ego o del pensamiento «yo». Usted no tiene que pensar en otros pensamientos, tales como «yo no soy este cuerpo». Buscar la fuente del «yo» sirve como un medio de deshacerse de todos los demás pensamientos. Nosotros no debemos dar cabida a otros pensamientos, tales como usted menciona, sino que debemos mantener la atención fijada en el descubrimiento de la fuente del pensamiento «yo» preguntando, según surge cada pensamiento, ¿a quién surge el pensamiento? Si la respuesta es «a mí», continúe la indagación preguntando «¿quién es este “yo” y cuál es su fuente?»⁵.

Pregunta: ¿Tengo que mantenerme repitiendo «¿Quién soy yo?» a fin de hacer un *mantra* de ello?

Respuesta: No. «¿Quién soy yo?» no es un *mantra*. Significa que usted debe descubrir dónde surge el pensamiento «yo», que es la fuente de todos los demás pensamientos⁶.

Pregunta: ¿Debo meditar sobre «yo soy *Brahman* [*aham Brahmasmi*]»?

Respuesta: El texto no está hecho para pensar «yo soy *Brahman*». *Aham* [«yo»] es conocido de todos. *Brahman* mora como *aham* en cada uno. Encuentre el «yo». El «yo» es ya *Brahman*. Usted no necesita pensarlo. Simplemente encuentre el «yo».

Pregunta: ¿No se menciona en los *sastras* (escrituras) deshacerse de las envolturas [*neti-neti*]?

Respuesta: Después del surgimiento del pensamiento «yo» hay la falsa identificación del «yo» con el cuerpo, los sentidos, la mente, etc. «Yo» es asociado erróneamente con ellos y el «yo» verdadero se pierde de vista. Para separar el «yo» puro del «yo» contaminado, se hace mención de este deshacerse [de las envolturas]. Pero no significa exactamente deshacerse del no-Sí mismo, significa el hallazgo del Sí mismo real. El Sí mismo real es el «yo» infinito. Ese «yo» es perfección. Es eterno. No tiene ningún origen ni ningún fin. El otro «yo» nace y también muere. Es impermanente. Vea a quién pertenecen los pensamientos que cambian. Se encontrará que surgen después del pensamiento «yo». Aférrese al pensamiento «yo» y entonces se sumergen. Retroceda a la fuente del pensamiento «yo». Sólo permanecerá el Sí mismo.

Pregunta: Es difícil de seguir. Yo comprendo la teoría. ¿Pero cuál es la práctica?

Respuesta: Los otros métodos se dirigen a aquellos que no pueden emprender la investigación del sí mismo. Incluso para repetir *aham Brahmasmi* [yo soy *Brahman*] o para pensar en ello, es necesario un hacedor. ¿Quién es? Es «yo». Sea ese «yo». Es el método directo. Los otros métodos también conducirán finalmente a cada quien a este método de investigación del Sí mismo.

Pregunta: Yo soy consciente del «yo». Sin embargo mis inquietudes no han acabado.

Respuesta: Este pensamiento «yo» no es puro. Está contaminado con la asociación del cuerpo y los sentidos. Vea para quién es la inquietud. Es para el pensamiento «yo». Aférrele. Entonces los otros pensamientos se desvanecen.

Pregunta: Sí. ¿Cómo hacerlo? Eso es todo el problema.

Respuesta: Piense «yo, yo», y aférrese a ese único pensamiento a exclusión de todos los demás⁷.

Pregunta: ¿No es la afirmación de Dios más efectiva que la pregunta «¿Quién soy yo?»? La afirmación es positiva, mientras que lo otro es negación. Además, indica separatividad.

Respuesta: Mientras usted busque saber cómo realizar, se da este consejo para que encuentre su Sí mismo. Su búsqueda del método denota su separatividad (de usted).

Pregunta: ¿No es mejor decir «yo soy el ser supremo» que preguntarse «¿Quién soy yo?»?

Respuesta: ¿Quién afirma? Debe haber alguien para hacerlo. Encuentre a ese alguien.

Pregunta: ¿No es la meditación mejor que la investigación?

Respuesta: La meditación implica imaginación mental, mientras que la investigación es de la realidad. La primera es objetiva, mientras que la segunda es subjetiva.

Pregunta: Debe haber un planteamiento científico sobre este tema.

Respuesta: Evitar la irrealidad y buscar la realidad es científico.

Pregunta: Quiero decir que debe haber una eliminación gradual, primero de la mente, después del intelecto, después del ego.

Respuesta: Sólo el Sí mismo es real. Todo lo demás es irreal. La mente y el intelecto no permanecen aparte de usted.

La Biblia dice, «Sé en quietud y sabe que yo soy Dios». La quietud es el único requisito para la realización del Sí mismo como Dios⁸.

Pregunta: ¿Es *soham* [la afirmación «yo soy él»] lo mismo que «¿Quién soy yo?».

Respuesta: Sólo *Aham* [«yo»] es común a ambos. Uno es *soham* [«Yo soy él»]. El otro es *koham* [«¿Quién soy yo?»]. Son diferentes. ¿Por qué debemos continuar diciendo *soham* [«yo soy él»]? Uno debe encontrar el «yo» real. En la pregunta «¿Quién soy yo?», «yo» se refiere al ego. Al tratar de seguirle el rastro y encontrar su fuente, vemos que no tiene existencia separada sino que se sumerge en el «yo» real⁹.

Vea usted la dificultad. *Vichara* [la auto-indagación] es diferente en método de la meditación *sivohan* [«yo soy Siva»] o *soham* [«yo soy él»]. Yo pongo el acento más bien en el Auto-conocimiento, pues a usted, primero de todo le concierne usted mismo, antes de que usted proceda a conocer el mundo y su Señor. La meditación *soham* [«yo soy él»] o *aham Brahmasmi* [«yo soy *Brahman*»] es más o menos un pensamiento mental.

Pero la búsqueda del Sí mismo de la que yo hablo es un método directo, en verdad superior a las otras meditaciones. En el momento en que usted comienza a buscar el Sí mismo y a profundizar cada vez más, el Sí mismo real está a la espera para tomarle a usted. Entonces todo lo que se hace es hecho por algo en lo que usted no tiene ninguna mano. En este procedimiento, todas las dudas y discusiones son abandonadas automáticamente, lo mismo que uno que se duerme olvida, por el momento, todas sus preocupaciones.

Pregunta: ¿Qué certeza hay de que algo espera allí para recibirme?

Respuesta: Cuando se es un alma suficientemente desarrollada [*pakvi*], uno deviene convencido de manera natural.

Pregunta: ¿Cómo es posible este desarrollo?

Respuesta: Se dan diferentes respuestas. Pero cualquiera que sea el desarrollo previo, *vichara* acelera el desarrollo.

Pregunta: Eso es argumentar en círculo. Yo estoy desarrollado y así soy apto para la indagación, pero la indagación misma hace que me desarrolle.

Respuesta: La mente tiene siempre este tipo de dificultad. Ella quiere una cierta teoría que la satisfaga. Realmente, ninguna teoría es necesaria para el hombre que desea seriamente acercarse a Dios o realizar su propio ser verdadero¹⁰.

Pregunta: No hay duda de que el método enseñado por Bhagavan es directo. Pero es muy difícil. Nosotros no sabemos cómo comenzar. Si nos ponemos a preguntar, «¿Quién soy yo?», «¿Quién soy yo?» como un *japa* [repetición del nombre de Dios] o un *mantra*, ello deviene opaco. En otros métodos hay algo preliminar y positivo con lo que uno puede comenzar y después ir paso a paso. Pero en el método de Bhagavan no

hay ninguna cosa tal, y buscar el Sí mismo de una vez, aunque directo, es difícil.

Respuesta: Usted mismo concede que es el método directo. Es el método directo y fácil. Cuando ir detrás de otras cosas que son ajenas a nosotros es tan fácil, ¿cómo puede serle difícil a uno ir a su propio Sí mismo? Usted habla de «¿dónde comenzar?». No hay ningún comienzo ni ningún fin. Usted es usted mismo en el comienzo y en el fin. Si usted está aquí y el Sí mismo en alguna otra parte, y usted tiene que alcanzar ese Sí mismo, entonces a usted puede decirsele cómo comenzar, cómo viajar y cómo alcanzarlo. Suponga que usted que está ahora en Ramanasramam pregunta, «Yo quiero ir a Ramanasramam. ¿Cómo tengo que comenzar y cómo llegaré allí?». ¿Qué va uno a decirle? La búsqueda del Sí mismo de un hombre es exactamente así. Él es siempre el Sí mismo y nada más. Usted dice que «¿Quién soy yo?» deviene un *japa*. Ello no tiene la intención de que usted se mantenga preguntando «¿Quién soy yo?». En ese caso, el pensamiento no morirá tan fácilmente. En el método directo, como usted lo llama, al preguntarse a sí mismo «¿Quién soy yo?», a usted se le dice que se concentre dentro de usted mismo, donde surge el pensamiento «yo», la raíz de todos los demás pensamientos. Como el Sí mismo no está fuera sino dentro de usted, a usted se le pide que ahonde dentro, en lugar de ir afuera. ¿Qué puede ser más fácil que ir a usted mismo? Pero, no obstante, sigue existiendo el hecho de que para algunos este método parecerá difícil y no será atractivo. Por eso es por lo que se han enseñado tantos métodos diferentes. Cada uno de ellos atraerá a algunos como el mejor y más fácil. Esto será de acuerdo con su *pakva* o aptitud. Pero para algunos, nada excepto la *vichara marga* [la vía de la indagación] será atractiva. Ellos preguntarán, «Usted quiere que yo conozca o vea esto o aquello. ¿Pero quién es el conocedor, el veedor?». En cualquier otro método que elija, siempre habrá un hacedor. Eso no puede ser evitado. Y uno debe descubrir quién es el hacedor.

Hasta entonces, no puede terminarse la *sadhana*. Así pues, eventualmente, todos deben llegar a descubrir «¿Quién soy yo?». Usted se queja de que no hay nada preliminar o positivo con lo que comenzar. Usted tiene el «yo» para comenzar con él. Usted sabe que usted existe siempre, mientras el cuerpo no existe siempre, por ejemplo en el sueño profundo. El sueño profundo revela que usted existe incluso sin un cuerpo. Nosotros identificamos el «yo» con un cuerpo, consideramos que el Sí mismo tiene un cuerpo, y que tiene límites, y de aquí nuestros problemas. Todo lo que tenemos que hacer es abandonar la identificación del Sí mismo con el cuerpo, con formas y límites, y entonces nos conoceremos a nosotros mismos como el Sí mismo que nosotros siempre somos¹¹.

Pregunta: ¿Tengo que pensar «¿Quién soy yo?»?

Respuesta: Usted ha sabido que el pensamiento «yo» ha surgido. Aférrese al pensamiento «yo» y encuentre su fuente.

Pregunta: ¿Puedo saber de qué manera?

Respuesta: Haga lo que se le ha dicho ahora y vea.

Pregunta: Yo no comprendo qué debo hacer.

Respuesta: Si fuera algo objetivo la manera podría ser mostrada objetivamente. Esto es subjetivo.

Pregunta: Pero yo no comprendo.

Respuesta: ¡Qué! ¿No comprende usted que usted es?

Pregunta: Se lo ruego, dígame la manera.

Respuesta: ¿Es necesario mostrarle el camino en el interior de su propia casa? Esto está dentro de usted¹².

Pregunta: Usted ha dicho que el Corazón es el centro del Sí mismo.

Respuesta: Sí, es el único centro supremo del Sí mismo. Usted no necesita tener ninguna duda sobre ello. El Sí mismo real está aquí en el Corazón detrás del *jiva* o sí mismo-ego.

Pregunta: Tenga la amabilidad de decirme ahora dónde está en el cuerpo.

Respuesta: Usted no puede conocerlo con su mente. Usted no puede realizarlo con la imaginación, cuando yo le digo a usted aquí está el centro [señalando el lado derecho del pecho]. La única vía directa para realizarlo es cesar de imaginar y tratar de ser usted mismo. Cuando usted realiza, automáticamente siente que el centro está aquí.

Éste es el centro, el Corazón, del que se habla en las escrituras como *hritguha* [cavidad del corazón], *arul* [gracia], *ullam* [el Corazón].

Pregunta: Yo no he encontrado que se diga en ningún libro que está aquí.

Respuesta: Mucho después de venir aquí me encontré con un verso en la versión malayalam del *Ashtangahridayam*, la obra modélica sobre *ayurveda* [medicina hindú], donde se mencionaba que el *ojas sthana* [fuente de la vitalidad corporal o lugar de la luz] está localizado en el lado derecho del pecho y se lo llamaba la sede de la consciencia [*samvit*]. Pero yo no sé de ninguna otra obra que se refiera a él como estando localizado aquí.

Pregunta: ¿Puedo estar seguro de que los antiguos querían indicar este centro por el término «Corazón»?

Respuesta: Sí, así es. Pero usted debe tratar de tener la experiencia más bien que localizarla. Un hombre no necesita descubrir dónde están situados sus ojos cuando quiere ver. El Corazón está aquí siempre, abierto a usted si usted quiere de verdad entrar, soportando siempre todos sus movimientos aunque

usted no sea consciente de ello. Quizás es más adecuado decir que el Sí mismo es el Corazón, más bien que decir que está en el Corazón. Realmente, el Sí mismo es el centro. Está por todas partes, consciente de sí mismo como el «Corazón, la Autoconsciencia»¹³.

Pregunta: En ese caso, ¿cómo puede estar localizado en alguna parte del cuerpo? Fijar un lugar para el Corazón implicaría establecer limitaciones fisiológicas a eso que está más allá del espacio y del tiempo.

Respuesta: Eso es correcto. Pero la persona que hace la pregunta sobre la posición del Corazón se considera a sí mismo existiendo con el cuerpo o en el cuerpo. Al hacer la pregunta ahora, ¿diría usted que sólo su cuerpo está aquí pero usted está hablando desde alguna otra parte? No, usted acepta su existencia corporal. Es desde este punto de vista como llega a hacerse toda referencia a un cuerpo físico.

Hablando verdaderamente, la consciencia pura es indivisible, es sin partes. No tiene ninguna forma ni figura, ningún «adentro» ni «afuera». No hay ninguna «derecha» ni «izquierda» para ella. La consciencia pura, que es el Corazón, incluye todo, y nada está fuera o aparte de ella. Eso es la verdad última.

Desde este punto de vista absoluto, el Corazón, el Sí mismo o la consciencia no pueden tener asignado ningún lugar particular en el cuerpo físico. ¿Cuál es la razón? El cuerpo físico es una mera proyección de la mente, y la mente no es sino una pobre proyección del Corazón radiante. ¿Cómo puede eso, en lo que todo está contenido, estar ello mismo confinado como una minúscula parte dentro del cuerpo físico, que no es más que una manifestación fenoménica e infinitesimal de la única realidad?

Pero las gentes no comprenden esto. No pueden remediar pensar en los términos del cuerpo físico y el mundo. Por ejemplo, usted dice, «Yo he venido a este ashram por todo el camino

desde mi país más allá de los Himalayas». Pero eso no es verdad. ¿Dónde está el «venir» o el «ir» o cualquier otro movimiento que sea, para el espíritu único y omnipenetrante que usted es realmente? Usted está donde ha estado siempre. Es su cuerpo el que se ha movido o ha sido llevado de un lugar a otro hasta que ha llegado a este ashram. Ésta es la simple verdad, pero para una persona que se considera a sí mismo un sujeto que vive en un mundo objetivo, ¿esto le parece algo enteramente visionario!

Sólo descendiendo al nivel de la comprensión ordinaria se asigna al Corazón un lugar en el cuerpo físico.

Pregunta: ¿Cómo debo comprender entonces la afirmación de Sri Bhagavan de que la experiencia del centro del Corazón está en ese lugar particular del pecho?

Respuesta: Una vez que usted acepta que desde el punto de vista absoluto y verdadero, el Corazón como consciencia pura, está más allá del espacio y el tiempo, será fácil para usted comprender el resto en su perspectiva correcta¹⁴.

Pregunta: Se dice que el Corazón está a la derecha, a la izquierda, o en el centro. Con tales diferencias de opinión, ¿cómo vamos a meditar en él?

Respuesta: Usted es y esto es un hecho. *Dhyana* [la meditación] es por usted, de usted, y en usted. Debe tener lugar donde usted es. No puede tener lugar fuera de usted. Así pues, usted es el centro de *dhyana* y eso es el Corazón.

Las dudas surgen solo cuando usted le identifica con algo tangible y físico. El Corazón no es ningún concepto, ningún objeto para la meditación. Es la sede de la meditación. El Sí mismo permanece completamente uno. Usted ve el cuerpo en el Corazón, el mundo está también en él. No hay nada separado de él. Así pues, todo tipo de esfuerzos se localizan ahí solo¹⁵.

Pregunta: Usted dice que el pensamiento «yo» surge del centro del Corazón, ¿Debemos buscar su fuente ahí?

Respuesta: Yo le pido a usted que vea dónde surge el «yo» en su cuerpo, pero en realidad no es del todo correcto decir que el «yo» surge y se sumerge en el Corazón en el lado derecho del pecho. El Corazón es otro nombre para la realidad y no está ni dentro ni fuera del cuerpo. No puede haber ningún dentro o fuera para él, puesto que sólo él es¹⁶.

Pregunta: ¿Debo meditar sobre el lado derecho del pecho a fin de meditar sobre el Corazón?

Respuesta: El Corazón no es físico. La meditación no debe hacerse sobre la derecha o la izquierda. La meditación debe ser en el Sí mismo. Todo el mundo sabe «yo soy». ¿Quién es el «yo»? No estará ni dentro ni fuera, ni a la derecha ni a la izquierda. «Yo soy» —eso es todo¹⁷. Deje en paz la idea de derecha e izquierda. Pertenecen al cuerpo. El Corazón es el Sí mismo. Realícelo y entonces verá por usted mismo¹⁸. No hay ninguna necesidad de saber dónde está el Corazón y lo que es. Él hará su trabajo si usted se entrega a la búsqueda del Sí mismo¹⁹.

Pregunta: ¿Qué es el Corazón al que se alude en el verso de *Upadesa Saram* donde se dice: «Morar en el Corazón es el mejor karma, yoga, bhakti y jñana»?

Respuesta: Eso que es la fuente de todo, eso en lo que vive todo, y dentro de lo que finalmente se sumerge todo, es el Corazón al que se alude.

Pregunta: ¿Cómo podemos concebir un tal Corazón?

Respuesta: ¿Por qué debe usted concebir nada? Usted sólo tiene que ver de dónde surge el «yo»²⁰. Eso de lo cual surgen todos los pensamientos de los seres incorporados es llamado el Corazón. Todas las descripciones de él son solamente conceptos mentales²¹.

Pregunta: Se dice que hay seis órganos de diferentes colores en el pecho, de los cuales se dice que el Corazón está a dos dedos a la derecha de la línea media²². Pero el Corazón es también sin forma. ¿Debemos imaginar entonces que tiene una forma y meditar en ella?

Respuesta: No. Solo la indagación. «¿Quién soy yo?» es necesaria. Lo que permanece a todo lo largo del sueño profundo y la vigilia es lo mismo. Pero en la vigilia hay infelicidad y el esfuerzo para suprimirla. Si se le pregunta, «¿quién se despierta del sueño profundo?», usted dice «yo». Ahora a usted se le pide que se aferre a este «yo». Si se hace, el ser eterno se revelará por sí mismo. La investigación de «yo» es el punto. y no la meditación en el centro del Corazón. No hay nada como dentro o fuera. Ambos significan la misma cosa o nada.

Por supuesto hay también la práctica de la meditación en el centro del Corazón. Es solo una práctica y no investigación. Solo el que medita en el Corazón puede permanecer consciente cuando la mente cesa de ser activa y permanece en quietud, mientras que aquellos que meditan sobre otros centros no pueden ser conscientes así e infieren que la mente ha estado en quietud solo después de que torna de nuevo a la actividad²³.

Cualquiera que sea el lugar en el cuerpo en que uno piense que reside el Sí mismo, debido al poder de ese pensamiento, al que así piensa le parecerá como si el Sí mismo residiera en ese lugar. Sin embargo, sólo el Corazón amado es el refugio de la emergencia y submersión de ese «yo». Sepa que aunque se dice que el Corazón existe a la vez dentro y fuera, en la verdad absoluta no existe ni dentro ni fuera, debido a que el cuerpo, que aparece como la base de las diferencias «dentro» y «fuera», es una imaginación de la mente pensante. El Corazón, la fuente, es el comienzo, el medio y el fin de todo. El Corazón, el espacio supremo, jamás es una forma. Es la luz de la verdad²⁴.

CAPÍTULO 7

Entrega

Muchas de las tradiciones religiosas del mundo abogan por la entrega a Dios como un medio de trascender el sí mismo individual. Sri Ramana aceptaba la validez de un tal planteamiento y a menudo decía que este método era tan efectivo como la auto-indagación. Tradicionalmente la vía de la entrega está asociada con prácticas devocionales dualísticas, pero tales actividades eran solo de importancia secundaria para Sri Ramana. En lugar de ello insistía en que la entrega verdadera trascendía el culto de Dios en una relación de sujeto-objeto, puesto que solo podía cumplirse válidamente cuando el que imaginaba que estaba separado de Dios había cesado de existir. Para lograr esta meta recomendaba dos prácticas distintas:

- 1 Aferrarse al pensamiento «yo» hasta que el que imagina que está separado de Dios desaparece.
- 2 Entregar completamente toda responsabilidad de la propia vida de uno a Dios o al Sí mismo. Para que una tal auto-entrega sea efectiva, uno no debe tener ninguna voluntad o deseo suyo propio y debe estar completamente libre de la idea de que hay una persona individual que es capaz de actuar independientemente de Dios.

El primer método es claramente la auto-indagación disfrazada bajo un nombre diferente. Sri Ramana a menudo igualaba las prácticas de la entrega e indagación, bien sea diciendo que

eran diferentes nombres para el mismo procedimiento o bien diciendo que eran los dos únicos medios efectivos por los que podía obtenerse la Auto-realización. Esto es completamente congruente con su punto de vista de que toda práctica que implicaba la consciencia del pensamiento «yo» era una vía válida y directa hacia el Sí mismo, mientras que todas las que no lo hacían no lo eran.

Esta insistencia en la consciencia subjetiva de «yo» como el único medio de obtener el Sí mismo coloreaba su actitud hacia las prácticas de la devoción (*bhakti*) y el culto, los cuales se asocian usualmente con la entrega a Dios. Él nunca desalentaba a sus devotos de seguir tales prácticas, pero señalaba que toda relación con Dios (del devoto, adorador, servidor, etc.) era una relación ilusoria puesto que sólo Dios existe. La verdadera devoción, decía, es permanecer como uno es realmente, en el estado de ser en el que todas las ideas sobre las relaciones con Dios han cesado de existir.

El segundo método, el de entregar a Dios la responsabilidad de la propia vida de uno, se vincula también con la auto-indagación puesto que se propone eliminar el pensamiento «yo» separándolo de los objetos y acciones con los que se identifica constantemente. Al seguir esta práctica debe haber una consciencia constante de que no hay ningún «yo» individual que actúa o desea, que solo el Sí mismo existe y que no hay nada aparte del Sí mismo que sea capaz de actuar independientemente de Él. Cuando se sigue esta práctica, siempre que uno deviene consciente de que uno está asumiendo la responsabilidad de los pensamientos y acciones —por ejemplo, «yo quiero» o «yo estoy haciendo esto»— uno debe tratar de retirar la mente de sus contactos externos y fijarla en el Sí mismo. Esto es análogo a la transferencia de la atención que tiene lugar en la auto-indagación cuando uno realiza que se ha perdido la auto-atención. En ambos casos el propósito es aislar el pensamiento «yo» y hacerlo desaparecer en su fuente.

Sri Ramana mismo admitía que la entrega espontánea y completa del «yo» por este método era una meta imposible para muchas gentes, y así a veces aconsejaba a sus seguidores que emprendieran ejercicios preliminares que cultivaran su devoción y controlaran sus mentes. La mayor parte de estas prácticas implicaban el pensamiento o la meditación en Dios o el Gurú, bien sea repitiendo constantemente su nombre (*japa*) o bien visualizando su forma. Decía a sus devotos que si esto se hacía regularmente con amor y devoción entonces la mente devendría absorbida sin esfuerzo en el objeto de meditación.

Una vez que se ha logrado esto, la entrega completa deviene mucho más fácil. La constante consciencia de Dios impide que la mente se identifique con otros objetos y aumenta la convicción de que sólo Dios existe. También produce un flujo recíproco de poder o gracia desde el Sí mismo que debilita el dominio del pensamiento «yo» y destruye los *vasanas* [tendencias mentales] que perpetúan y refuerzan su existencia. Eventualmente el pensamiento «yo» se reduce a proporciones manejables y con un poco de auto-atención puede hacerse que se sumerja temporalmente en el Corazón.

Como ocurre con la auto-indagación, la realización final es llevada a efecto automáticamente por el poder del Sí mismo. Cuando todas las tendencias hacia afuera de la mente han sido disueltas en las experiencias de ser repetidas, el Sí mismo destruye el pensamiento «yo» vestigial tan completamente que nunca surge de nuevo. Esta destrucción final del «yo» tiene lugar solo si la auto-entrega ha sido completamente sin motivo. Si se hace con un deseo de gracia o de Auto-realización nunca puede ser más que una sumisión parcial, una transacción comercial en la que el pensamiento «yo» hace un esfuerzo con la expectativa de recibir una recompensa.

Pregunta: ¿Qué es entrega incondicional?

Respuesta: Si uno mismo se somete ya no habrá nadie que haga preguntas o de quien haya que pensar nada. O bien los pensamientos son eliminados aferrándose al pensamiento raíz «yo», o bien uno se entrega incondicionalmente al poder más alto. Éstas son las dos únicas vías para la realización¹.

Pregunta: ¿No requiere la entrega total o completa que a uno no le quede nada, ni siquiera el deseo de liberación o de Dios?

Respuesta: La entrega completa requiere que usted no tenga ningún deseo suyo propio. Usted debe estar satisfecho con todo lo que Dios le da y eso significa no tener ningún deseo suyo propio.

Pregunta: Ahora que estoy satisfecho sobre ese punto, quiero saber cuáles son los pasos por los cuales yo podría lograr la entrega.

Respuesta: Hay dos maneras. Una es mirar dentro de la fuente de «yo» y sumergirse en esa fuente. La otra es sentir «Yo soy completamente inerte por mí mismo, sólo Dios es todo-poderoso y excepto abandonándome completamente a él, no hay ningún otro medio de salvación para mí». Por este método uno desarrolla gradualmente la convicción de que sólo Dios existe y de que el ego no cuenta. Ambos métodos llevan a la misma meta. La entrega completa es otro nombre para *jñana* o liberación².

Pregunta: Encuentro que la entrega es más fácil. Yo quiero adoptar esa vía.

Respuesta: Por cualquier vía que vaya, tendrá que perderse a usted mismo en el uno. La entrega es completa solo cuando usted alcanza el estadio de «Tú eres todo» y «Hágase Tu voluntad».

El estado no es diferente de *jñana*. En *soham* [la afirmación de «Yo soy él»] hay *dvaita* [dualidad]. En la entrega hay *advaita* [no-dualidad]. En la realidad no hay ni *dvaita* ni *advaita*, sino eso que es. La entrega parece fácil debido a que las gentes imaginan que, una vez que dicen con sus labios «yo me entrego» y ponen sus fardos sobre su Señor, pueden ser libres y hacer lo que quieran. Pero el hecho es que usted no puede tener ni apetencias ni aversiones después de su entrega; su voluntad debe devenir completamente no-existente, tomando su lugar la voluntad del Señor. La muerte del ego de esta manera da paso a un estado que no es diferente de *jñana*. Así pues, vaya usted por donde vaya, debe llegar a *jñana* o la unidad³.

Pregunta: ¿Cuál es la mejor manera de matar el ego?

Respuesta: Para cada persona la mejor manera es la que le parece más fácil o la que le atrae más. Todas las maneras son igualmente buenas, pues todas conducen a la misma meta, que es la submersión del ego en el Sí mismo. Lo que el *bhakta* [el devoto] llama entrega, el hombre que hace *vichara* lo llama *jñana*. Ambos están tratando solo de llevar al ego de vuelta a la fuente de la que ha surgido y sumergirlo ahí⁴.

Pregunta: ¿No puede la gracia acelerar tal capacidad en un buscador?

Respuesta: Deje eso a Dios. Entréguese sin reservas. Hay que hacer una de dos cosas. O bien se entrega debido a que usted admite su incapacidad y requiere un poder más alto para que le ayude, o bien investiga la causa de la miseria yendo a la fuente y sumergiéndose en el Sí mismo. De una u otra manera usted se librará de la miseria. Dios nunca abandona al que se ha entregado.

Pregunta: ¿Cuál es el móvil de la mente después de someterse?

Respuesta: ¿Está haciendo la pregunta la mente entregada?⁵.

Pregunta: Por el deseo constante de entregarme espero que se experimente una gracia cada vez mayor.

Respuesta: Entréguese de una vez por todas y acabe con el deseo. Mientras se retiene el sentido de hacedor, hay deseo. Eso es también la personalidad. Si ésta se va entonces se encuentra que el Sí mismo brilla puro. El sentido de hacedor es la esclavitud y no las acciones mismas.

«Sé en quietud y sabe que yo soy Dios». Aquí la quietud es la entrega total sin ningún vestigio de individualidad. La quietud prevalecerá y no habrá ninguna agitación de mente. La agitación de mente es la causa del deseo, del sentido de hacedor y de la personalidad. Si se detiene, hay quietud. Aquí «conocer» significa «ser». No es el conocimiento relativo que implica la tríada, conocimiento, conocer y conocido.

Pregunta: ¿Es útil el pensamiento «yo soy Dios» o «yo soy el ser supremo»?

Respuesta: «Yo soy lo que yo soy». «Yo soy» es Dios, no pensar «yo soy Dios». Realice «yo soy» y no piense «yo soy». «Sabe que yo soy Dios», se ha dicho, y no «Piensa que yo soy Dios»⁶.

Toda charla sobre la entrega es como pellizcar azúcar de una imagen de azúcar del Señor Ganesa y ofrecerla como *nai-vedya* [ofrenda de alimento] al mismo Señor Ganesa. Usted dice que ofrece su cuerpo, alma y todas sus posesiones a Dios. ¿Acaso han sido suyos de modo que usted pueda ofrecerlos? Como mucho, usted solo puede decir: «Yo imaginaba falsamente hasta ahora que todos éstos que son tuyos eran míos. Ahora realizo que son tuyos. No actuaré más como si fueran míos». Este conocimiento de que no hay nada excepto Dios o el Sí mismo, de que yo y mío no existen y de que sólo el Sí mis-

mo existe, es *jñana*. Así pues, no hay ninguna diferencia entre *bhakti* y *jñana*. *Bhakti* es *jñana mata* o la madre de *jñana*⁷.

Pregunta: Los hombres del mundo que nosotros somos, tenemos un tipo u otro de aflicción y no sabemos cómo sobrepornos a ella. Rogamos a Dios y sin embargo no estamos satisfechos. ¿Qué podemos hacer?

Respuesta: Confíe en Dios.

Pregunta: Nosotros nos entregamos; pero no obstante no hay ninguna ayuda.

Respuesta: Sí. Si usted se ha entregado, debe ser capaz de atenerse a la voluntad de Dios y no quejarse de lo que pueda no gustarle. Las cosas pueden resultar ser diferentes de lo que parecen aparentemente. La aflicción a menudo conduce a los hombres a la fe en Dios.

Pregunta: Pero nosotros somos mundanos. Hay la esposa, hay los hijos, amigos o parientes. No podemos ignorar su existencia y resignarnos a la voluntad divina, sin retener un poco de la personalidad en nosotros.

Respuesta: Eso quiere decir que usted no se ha entregado como usted profesa. Usted debe confiar solo en Dios⁸.

Entréguese a él y atégase a su voluntad bien él aparezca o se desvanezca. Espere su contento. Si usted le pide que haga lo que a usted le gusta, eso no es entregarse sino mandarle. Usted no puede hacer que él le obedezca y al mismo tiempo pensar que usted se ha entregado. Él sabe lo que es mejor y cuándo y cómo hacerlo. Deje todo enteramente a él. Suyo (de él) es el fardo, usted no tiene ya ningún cuidado. Todos sus cuidados (de usted) son suyos (de él). Tal es la entrega. Esto es *bhakti*.

O bien, indague a quién surgen estas preguntas. Ahonde profundamente en el Corazón y permanezca como el Sí mismo. Una de estas dos vías está abierta al aspirante⁹.

Pregunta: La entrega es imposible.

Respuesta: Sí. La entrega completa es imposible en el comienzo. La entrega parcial es ciertamente posible para todos. En el curso del tiempo eso llevará a la entrega completa. Bien, si la entrega es imposible, ¿qué puede hacerse? No hay ninguna paz de mente. Usted está inerme para llevarla a afecto. Ella solo puede hacerse por la entrega¹⁰.

Pregunta: ¿Es la entrega suficiente por sí sola para obtener el Sí mismo?

Respuesta: Es suficiente que uno se entregue. La entrega es abandonarse a la causa original del ser de uno. No se engañe a usted mismo imaginando que una tal fuente sea algún Dios fuera de usted. Su fuente está dentro de usted mismo. Abandónese usted a ella. Eso significa que usted debe buscar la fuente y sumergirse en ella¹¹.

Pregunta: [Dada a Sri Ramana en la forma de una nota escrita]. Ellos dicen que se puede obtener todo si uno se refugia en Dios completa y únicamente, y sin pensamiento de nada más. ¿Quiere decir esto sentarse en quietud en un lugar y contemplar a Dios enteramente en todo momento, apartando todos los pensamientos, incluyendo los pensamientos sobre el alimento, que es esencial para el sustento del cuerpo? ¿Quiere esto decir que cuando uno se pone enfermo, no debe pensar en medicina ni tratamiento, sino confiar su salud o enfermedad exclusivamente a la providencia?

En la *Bhagavad Gita* se dice: «El hombre que se despoja de todo anhelo y que se mueve sin interés, libre del sentido de “yo” y “mío”, obtiene la paz» (2:71). Esto significa desechar todos los deseos. ¿Debemos por lo tanto dedicarnos exclusivamente a la contemplación de Dios, y aceptar comida y agua solo si están disponibles por la gracia de Dios, sin pedirlos? ¿O

significa que debemos hacer un pequeño esfuerzo? Bhagavan, se lo ruego, explique el secreto de esta *saranagati* [entrega].

Respuesta: [Después de leer la nota Sri Ramana se dirigió a todos en la sala]. *Ananya saranagati* [la entrega completa] significa ser sin ningún apego a los pensamientos, sin ninguna duda, pero ¿quiere esto decir desechar inclusive los pensamientos de alimento y agua que son esenciales para el sustento del cuerpo físico? Él pregunta, «¿Debo comer solo si obtengo algo por la dirección de Dios, y sin que yo lo pida? ¿O debo hacer un pequeño esfuerzo?». Muy bien. Pongamos que lo que tenemos para comer viene por sí solo. Pero incluso entonces, ¿quién va a comer? Supongamos que alguien lo pone en nuestra boca, ¿no debemos tragarlo al menos? ¿No es eso un esfuerzo? Él pregunta, «Si me pongo enfermo, ¿debo tomar medicinas o quedarme quieto dejando mi salud y enfermedad en las manos de Dios?». En el libro *Sadhana Panchakam* escrito por Sankara, se afirma que para el tratamiento de la enfermedad llamada hambre se debe comer alimento recibido como limosna. Pero entonces al menos se debe salir y mendigarlo. Si todas las gentes cierran sus ojos y se sientan en quietud diciendo que si la comida viene comeremos, ¿cómo va a funcionar el mundo? De aquí que uno debe tomar las cosas como vienen de acuerdo con sus propias tradiciones, pero debe estar libre del sentimiento de estarlas haciendo uno mismo. El sentimiento de «yo estoy haciéndolo» es la esclavitud. Es por lo tanto necesario considerar y descubrir el método por el que pueda rebasarse un tal sentimiento, en lugar de dudar sobre si debe administrarse una medicina si uno está enfermo o sobre si se debe tomar alimento si uno tiene hambre. Tales dudas continuarán surgiendo y jamás acabarán. Incluso tales dudas como «¿Puedo gemir si hay dolor? ¿Puedo inhalar aire después de exhalar?» también se presentan. Llámenlo *Iswara* [Dios] o llámenlo *karma* [destino]; algún *karta* [poder más alto] hará que todo funcione en este mundo acordemente al desarrollo de la mente de cada indivi-

duo. Si la responsabilidad se deposita sobre el poder más alto, las cosas seguirán funcionando por sí solas. Nosotros vamos caminando por este terreno. Mientras así lo hacemos, ¿consideramos a cada paso si tenemos que levantar una pierna después de la otra o pararnos en algún punto? ¿No se camina automáticamente? Lo mismo ocurre con la inhalación y la exhalación. No se hace ningún esfuerzo especial para inhalar o exhalar. Lo mismo ocurre con esta vida también. ¿Acaso podemos abandonar algo si queremos, o hacer algo cuando queremos? Un número enorme de cosas se hacen automáticamente sin que seamos conscientes de ello. La entrega completa a Dios significa abandonar todos los pensamientos y concentrar la mente en él. Si podemos concentrarnos en él, los demás pensamientos desaparecen. Si las acciones de la mente, del lenguaje y del cuerpo se sumergen en Dios, todo el fardo de nuestra vida lo cargará él¹².

Pregunta: ¿Pero es Dios realmente el hacedor de todas las acciones que yo hago?

Respuesta: La dificultad presente es que el hombre piensa que él es el hacedor. Pero es un error. Es el poder más alto el que hace todo y el hombre es solo un instrumento. Si acepta esta situación está libre de toda perturbación, de otro modo las corteja. Tome, por ejemplo, la figura esculpida en la base de un *goparum* [templete], la cual se hace de modo que parezca como si ella estuviera soportando el peso del templete sobre sus hombros. Su postura y apariencia son una imagen de gran tensión que da la impresión de que está soportando el peso del templete. Pero piense. La torre está construida sobre la tierra y reposa sobre sus cimientos. La figura es una parte del templete, pero está hecha de modo que parezca como si estuviera sosteniendo el peso de la torre. ¿No es gracioso? Así ocurre también con el hombre que toma sobre él mismo el sentido de ser el hacedor¹³.

Pregunta: Swami, es bueno amar a Dios, ¿no es así? ¿Por qué no seguir entonces la vía del amor?

Respuesta: ¿Quién ha dicho que usted no puede seguirla? Usted puede hacerlo. Pero cuando usted habla de amor, hay dualidad, ¿no es así? —la persona que ama y la entidad llamada Dios que es amada. El individuo no está separado de Dios. De aquí que amor significa alguien que tiene amor hacia su propio Sí mismo.

Pregunta: A ello se debe que yo le pregunte a usted si Dios puede ser adorado a través de la vía del amor.

Respuesta: Eso es exactamente lo que he estado diciendo. El amor mismo es la forma actual de Dios. Si diciendo, «yo no amo esto, yo no amo eso», usted rechaza todas las cosas, eso que permanece es *swarupa*, es decir la forma real del Sí mismo. Eso es felicidad pura. Llámelo felicidad pura, Dios, *atma*, o lo que usted quiera. Eso es devoción, eso es realización y eso es todo.

Si usted rechaza así todo, lo que permanece es el Sí mismo solo. Eso es el amor real. El que conoce el secreto de ese amor encuentra el mundo mismo lleno de amor universal¹⁴.

Sólo la experiencia de no olvidar la consciencia es el estado de devoción [*bhakti*] que es la relación de amor real inmarchitable, debido a que el conocimiento real del Sí mismo, que brilla como la suprema felicidad indivisa misma, bulle como la naturaleza del amor.

Solo si uno conoce la verdad del amor, que es la naturaleza real del Sí mismo, será desatado el intrincado lazo de la vida. Solo si uno alcanza la altura del amor será obtenida la liberación. Tal es el corazón de todas las religiones. La experiencia del Sí mismo es solo amor, que es ver solo amor, oír solo amor, sentir solo amor, saborear solo amor y oler solamente amor, que es felicidad¹⁵.

Pregunta: Yo anhelo *bhakti*. Yo quiero más de este anhelo. Ni siquiera la realización me importa. Déjeme ser fuerte en mi anhelo.

Respuesta: Si el anhelo está aquí, la realización será forzada en usted incluso si no la quiere¹⁶. Anhélela intensamente de modo que la mente se funda en devoción. Después de que el alcanfor se quema no queda ningún residuo. La mente es el alcanfor. Cuando se ha disuelto dentro del Sí mismo, sin dejar siquiera el menor rastro tras de sí, es la realización del Sí mismo¹⁷.

Pregunta: Yo tengo fe en *dhyana murti* [la adoración de la forma]. ¿No me ayudará ello a ganar *jñana*?

Respuesta: Ciertamente ayudará. *Upasana* [meditación] ayuda a la concentración de la mente. Entonces la mente está libre de los demás pensamientos y se llena de la forma meditada. La mente deviene entonces una con el objeto de la meditación, y esto la hace completamente pura. Entonces piense quién es el adorador. La respuesta es «yo», es decir, el Sí mismo. De esta manera el Sí mismo es finalmente ganado¹⁸.

Adorar la realidad sin-forma por el pensamiento sin-pensamiento es el mejor tipo de adoración. Pero cuando uno no es apto para tal adoración de Dios sin-forma, sólo la adoración de la forma es adecuada. La adoración sin-forma sólo es posible para las gentes que están desprovistas del ego-forma. Sepa que toda adoración hecha por las gentes que poseen el ego-forma es adoración de la forma.

Sólo el puro estado de ser adherido a la gracia [el Sí mismo], que es exento de todo apego, es el propio estado de silencio de uno, que es exento de toda otra cosa. Sepa que sólo la propia permanencia de uno como ese silencio, habiéndolo experimentado como él es, es la verdadera adoración mental [*manasika-puja*]. Sepa que el cumplimiento de la adoración incesante, verdadera y natural, en la que la mente está establecida

sumisamente como el único Sí mismo, habiendo instalado al Señor en el trono del Corazón, es silencio, la mejor de todas las formas de adoración. Sólo es liberación el silencio que está desprovisto del ego asertivo. Sólo el olvido malhadado del Sí mismo, que hace que uno caiga de ese silencio, es no-devoción [*vibhakti*]. Sepa que permanecer como ese silencio con la mente sumergida como no-diferente del Sí mismo, es la verdad de *Siva bhakti* [la devoción a Dios].

Sólo cuando uno se ha sometido completamente a los pies de Siva, deviniendo con ello de la naturaleza del Sí mismo, la abundante paz resultante, en la que no hay el menor sitio dentro del Corazón para que uno haga ninguna queja sobre sus propios defectos y deficiencias, sólo eso es la naturaleza de la devoción suprema. Este devenir así un esclavo del Señor y este permanecer en quietud y silencio, exento incluso del pensamiento egoístico «yo soy su esclavo», es Auto-permanencia, y esto es el conocimiento supremo¹⁹.

Pregunta: ¿Pueden los buscadores espirituales obtener esta meta en la vida si van errantes por el mundo absorbidos en el canto de las alabanzas de Dios? ¿O deben permanecer en un lugar solo?

Respuesta: Es bueno mantener la mente concentrada en una cosa solo dondequiera que la persona vaya errante. ¿Cuál es la utilidad de mantener el cuerpo en un único lugar si se permite que la mente vague errante?

Pregunta: ¿Es posible *ahetuka bhakti* [devoción sin un motivo]?

Respuesta: Sí, es posible²⁰. Adorar a Dios por causa de un objeto deseado es adorar a ese objeto deseado sólo. La cesación completa de todo pensamiento de un objeto deseado es el primer prerrequisito en una mente que quiere alcanzar el estado de Siva²¹.

Pregunta: Sri *Bhagavatam* señala una vía de encontrar a Krishna en el Corazón postrándose ante todo y mirando a todo como el Señor mismo. ¿Es esta la vía recta que conduce a la Auto-realización? ¿No es más fácil adorar a Bhagavan en todo lo que encuentra la mente, que buscar lo supramental a través de la indagación mental «¿Quién soy yo?»?

Respuesta: Sí, cuando usted ve a Dios en todo, ¿piensa usted en Dios o no? Usted debe ciertamente pensar en Dios si quiere ver a Dios por todas partes en torno a usted. Mantener a Dios en su mente de esta manera deviene *dhyana* [meditación] y *dhyana* es la etapa antes de la realización. La realización solo puede ser en el Sí mismo y del Sí mismo. Nunca puede ser aparte del Sí mismo. *Dhyana* debe preceder a la realización, pero no importa si usted hace *dhyana* sobre Dios o sobre el Sí mismo, debido a que la meta es la misma. Usted no puede, de ninguna manera, escapar al Sí mismo. ¿Usted quiere ver a Dios en todo, pero no en usted mismo? Si todo es Dios, ¿no está usted incluido en ese todo? Siendo Dios usted mismo, ¿es una maravilla que todo sea Dios? Éste es el método aconsejado en *Sri Bhagavatam*, y en otras partes por otros. Pero incluso para esta práctica debe haber el veedor o el pensador. ¿Quién es él?

Pregunta: ¿Cómo ver a Dios que es omnipenetrante?

Respuesta: Ver a Dios es ser Dios. No hay ningún todo aparte de Dios que lo penetre. Sólo él es²².

Pregunta: El *bhakta* requiere un Dios a quien poder hacer su *bhakti*. ¿Ha de enseñársele que hay solamente el Sí mismo, no un adorador y el adorado?

Respuesta: Por supuesto, se requiere a Dios para la *sadhana*. Pero el fin de la *sadhana*, incluso en la *bhakti marga* [la vía de la devoción], se alcanza solo después de la entrega completa. ¿Qué significa esto, excepto que el desvanecimiento del ego resulta en la permanencia de Sí mismo como siempre ha

sido? Cualquiera que sea la vía que uno elija, el «yo» es ineludible, el «yo» que hace la *nishkama marga* [los actos sin motivación], el «yo» que arde de impaciencia por unirse al Señor de quien siente que ha sido separado, el «yo» que siente que ha caído de su naturaleza real, y así sucesivamente. La fuente de este «yo» debe ser encontrada. Entonces se resolverán todas las cuestiones²³.

Pregunta: Si «yo» también es una ilusión, ¿quién disipa entonces la ilusión?

Respuesta: El «yo» disipa la ilusión de «yo» y no obstante permanece como «yo». Tal es la paradoja de la Auto-realización. El realizado no ve ninguna contradicción en ello. Tome el caso de *bhakti*. Yo me acerco a *Iswara* y ruego ser absorbido en él. Entonces me entrego con fe y me concentro en él. ¿Qué queda después? En lugar del «yo» original, la auto-entrega perfecta deja un residuo de Dios en el que el «yo» se pierde. Esta es la forma de devoción y entrega más alta [*para-bhakti*] y la cima de *vairagya* [no-apego].

Usted abandona esta y aquella de «sus» posesiones. Si en lugar de ello usted abandona «yo» y «mío», todo se abandona de un golpe. La semilla misma de la posesión se pierde. Así el mal es comido en el brote o aplastado en el germen mismo. El desapasionamiento [*vairagya*] debe ser muy fuerte para hacer esto. El anhelo de hacerlo debe ser igual al de un hombre mantenido bajo el agua que intenta salir a la superficie para salvar su vida²⁴.

TERCERA PARTE

EL GURÚ

Dios y el Gurú no son en verdad diferentes. Lo mismo que la presa que ha caído en las fauces de un tigre no puede escapar, así también aquellos que han caído bajo la mirada de la gracia del Gurú ciertamente serán salvados y nunca serán abandonados; sin embargo, uno debe seguir sin falta la vía mostrada por el Gurú¹.

Desde el punto de vista de Bhagavan no hay ningún discípulo pero desde el punto de vista del discípulo la gracia del Gurú es como un océano. Si viene con una copa obtendrá solo una copa. No es de ninguna utilidad quejarse de la tacañería del océano; cuanto mayor sea el recipiente tanto más será capaz de contener. Es enteramente incumbencia de él².

Un método de obtener la cesación temporal de las actividades mentales es la asociación con los sabios. Ellos son adeptos en *samadhi* y éste ha devenido en ellos fácil, natural y perpetuo. Aquellos que se mueven con ellos muy de cerca, y que están en contacto empático con ellos, gradualmente absorben de ellos el hábito del *samadhi*³.

CAPÍTULO 8

El Gurú

El término Gurú se usa a menudo ampliamente para designar a alguien que da consejo espiritual, pero en el vocabulario de Sri Ramana la palabra tiene una definición mucho más restringida. Para él, un verdadero Gurú es alguien que ha realizado el Sí mismo y que es capaz de usar su poder para asistir a otros hacia la meta de la Auto-realización.

Sri Ramana decía a menudo que Dios, el Gurú y el Sí mismo son idénticos; el Gurú es Dios en forma humana y, simultáneamente, es también el Sí mismo en el Corazón de cada devoto. Debido a que está a la vez dentro y fuera, su poder opera de dos maneras diferentes. El Gurú exterior da instrucciones y por su poder capacita al devoto para mantener su atención en el Sí mismo; el Gurú interior tira de la mente del devoto hacia su fuente, la absorbe en el Sí mismo y finalmente la destruye.

Es un principio básico de la enseñanza de Sri Ramana que un Gurú es necesario para casi todo aquel que está esforzándose hacia una consciencia permanente del Sí mismo. El papel catalítico del Gurú en el desarrollo espiritual es por lo tanto crucial; excepto en raras excepciones, la ignorancia del Sí mismo está tan profundamente arraigada que los buscadores individuales son incapaces de escapar de ella por sus propios esfuerzos.

Aunque Sri Ramana enseñaba que un Gurú es indispensable para aquellos que buscan la Auto-realización, también señalaba que el Gurú no tiene ningún poder para llevar a efecto la realización en aquellos que no la buscan con energía. Si el buscador individual hace un intento serio de descubrir el Sí mismo,

entonces la gracia y el poder del Gurú comenzarán a fluir automáticamente. Si no se hace ningún tal intento, el Gurú no puede hacer nada.

Las conversaciones en este capítulo resumen los puntos de vista de Sri Ramana sobre la naturaleza del Gurú y el papel que juega en la Auto-realización. El modo distintivo en que Sri Ramana utilizaba su propio poder será explorado en mayor detalle en el capítulo nueve.

Pregunta: ¿Qué es la gracia del Gurú? ¿Cómo lleva a la Auto-realización?

Respuesta: El Gurú es el Sí mismo. A veces en su vida un hombre deviene insatisfecho y, no contento con lo que tiene, busca la satisfacción de sus deseos a través de la oración a Dios. Su mente se purifica gradualmente hasta que anhela conocer a Dios, más que obtener su gracia para satisfacer sus deseos mundanos. Entonces, la gracia de Dios comienza a manifestarse. Dios toma la forma de un Gurú y aparece al devoto, le enseña la verdad y, además, purifica su mente por su compañía. La mente del discípulo gana fuerza y es entonces capaz de volverse hacia adentro. Por la meditación se purifica aún más y permanece en quietud sin la más pequeña onda. Esa expansión calma es el Sí mismo.

El Gurú es a la vez externo e interno. Desde el exterior da un impulso a la mente para volverla hacia adentro. Desde el interior tira de la mente hacia el Sí mismo y ayuda en su aquietamiento. Eso es la gracia del Gurú. No hay ninguna diferencia entre Dios, el Gurú y el Sí mismo.

Pregunta: En la Sociedad Teosófica meditan a fin de buscar maestros que les guíen.

Respuesta: El maestro está dentro; la meditación tiene la intención de eliminar la idea ignorante de que el maestro está solo

fuera. Si es un extraño a quien usted espera, no le quedará más remedio que desaparecer también. ¿Cuál es la utilidad de un ser pasajero así? Pero mientras piense que usted está separado o que usted es el cuerpo, un maestro externo también es necesario y parecerá tener un cuerpo. Cuando la identificación errónea de uno mismo con el cuerpo cesa, se encuentra que el maestro no es ningún otro que el Sí mismo.

Pregunta: ¿Nos ayudará el Gurú a conocer el Sí mismo a través de la iniciación?

Respuesta: ¿Le toma el Gurú a usted de la mano y le murmura al oído? Usted puede imaginar que él es lo que usted mismo es. Debido a que usted piensa que usted es con un cuerpo, usted piensa que él también tiene un cuerpo y que le hará a usted algo tangible. Su trabajo está dentro, en el reino espiritual.

Pregunta: ¿Cómo se encuentra el Gurú?

Respuesta: Dios, que es immanente, se apiada en su gracia del devoto amante y se manifiesta de acuerdo con el desarrollo del devoto. El devoto piensa que él es un hombre y espera una relación entre dos cuerpos físicos. Pero el Gurú, que es Dios o el Sí mismo encarnado, opera desde dentro, ayuda al hombre a ver el error de sus pasos y le guía en la vía recta hasta que realiza el Sí mismo dentro¹.

Pregunta: ¿Cuáles son las marcas de un maestro real [*sad-guru*]?

Respuesta: Permanecer estable en el Sí mismo, mirar a todos con un ojo igual, un ánimo firme en todo tiempo, en todo lugar y en toda circunstancia².

Pregunta: Hay numerosos maestros espirituales que enseñan diferentes vías, ¿a quién se debe tomar por Gurú?

Respuesta: Elija a aquel donde usted encuentre que obtiene *shanti* [paz]³.

Pregunta: ¿No debemos considerar sus enseñanzas?

Respuesta: El que instruye a un buscador ardiente a hacer esto o aquello no es un verdadero maestro. El buscador está ya afligido por sus actividades y quiere paz y reposo. En otras palabras, quiere la cesación de sus actividades. Si un maestro le dice que haga algo en adición a sus otras actividades o en lugar de ellas, ¿puede eso ser una ayuda para el buscador?

La actividad es creación. La actividad es la destrucción de la propia felicidad inherente de uno. Si se aconseja la actividad, el aconsejador no es maestro sino un matador. En tales circunstancias puede decirse que o bien el creador [*Brahma*] o bien la muerte [*Yama*] se han presentado bajo el disfraz de un maestro. Una persona tal no puede liberar al aspirante, solo puede hacer más fuertes sus cadenas⁴.

Pregunta: ¿Cómo puedo encontrar mi propio Gurú?

Respuesta: Por la meditación intensa⁵.

Pregunta: Si es verdad que el Gurú es el propio Sí mismo de uno, ¿cuál es el principio detrás de la doctrina que dice que, por muy instruido que un discípulo pueda ser o sea cuales fueren los poderes ocultos que pueda poseer, él no puede obtener la Auto-realización sin la gracia del Gurú?

Respuesta: Aunque en la verdad absoluta el estado del Gurú es el de uno mismo [el Sí mismo], es muy difícil para el sí mismo que ha devenido el individuo [*jiva*] a través de la ignorancia realizar su estado o naturaleza verdadero sin la gracia del Gurú.

Pregunta: ¿Cuáles son las marcas de la gracia del Gurú?

Respuesta: Él está más allá de las palabras o pensamientos.

Pregunta: Si eso es así, ¿cómo es que se dice que el discípulo realiza su verdadero estado por la gracia del Gurú?

Respuesta: Es como el elefante que se despierta al ver un león en su sueño. Lo mismo que el elefante se despierta a la mera vista del león, así también es cierto que el discípulo se despierta del sueño profundo de la ignorancia a la vigilia del conocimiento verdadero por la benevolente mirada de la gracia del Gurú.

Pregunta: ¿Cuál es la significación del dicho de que la naturaleza del Gurú real es la del Señor supremo [*sarvesvara*]?

Respuesta: Primeramente, el alma individual que desea obtener el estado de Divinidad, o el estado de conocimiento verdadero, practica una devoción incesante. Cuando la devoción del individuo ha alcanzado una etapa madura, el Señor, que es el presenciador de ese alma individual e idéntico con ella, se manifiesta. Aparece en forma humana con la ayuda de *sat-chit-ananda*, sus tres características naturales, y con forma y nombre que él asume graciosamente. Bajo pretexto de bendecir al discípulo le absorbe en sí mismo. Acordemente a esta doctrina el Gurú puede ser llamado verdaderamente el Señor.

Pregunta: ¿Cómo entonces algunas grandes personas alcanzaron el conocimiento sin un Gurú?

Respuesta: A unas pocas personas maduras el Señor brilla como la luz del conocimiento sin forma e imparte la consciencia de la verdad⁶.

Pregunta: ¿Cómo hay que decidir sobre un Gurú apropiado? ¿Cuál es la *swarupa* [la naturaleza o forma real] de un Gurú?

Respuesta: El Gurú apropiado es aquel con quien su mente (de usted) está en sintonía. Si usted pregunta, «¿Cómo decidir quién es el Gurú y cuál es su *swarupa*?», él debe estar dotado

de tranquilidad, paciencia, indulgencia y demás virtudes; debe ser capaz de atraer a otros incluso con sus ojos lo mismo que un imán atrae al hierro; debe tener un sentimiento de igualdad hacia todo. El que tiene estas virtudes es el Gurú verdadero, pero si uno quiere conocer la *swarupa* [naturaleza o forma real] del Gurú, uno debe conocer su propia *swarupa* primero. ¿Cómo puede uno conocer la naturaleza real del Gurú si uno no conoce su propia naturaleza real primero? Si usted quiere percibir la naturaleza o forma real del Gurú primero debe usted aprender a mirar el universo entero como *Guru rupam* [la forma del Gurú]. Uno debe ver al Gurú en todos los seres vivos. Es lo mismo con Dios. Usted debe mirar a todos los objetos como *rupa* [forma] de Dios. ¿Cómo puede el que no conoce su propio Sí mismo percibir la forma real de Dios o la forma real del Gurú? ¿Cómo puede determinarlas? Por lo tanto, primero de todo conozca su propia forma y naturaleza real (de usted).

Pregunta: ¿No es necesario un Gurú para conocer eso?

Respuesta: Eso es verdad. El mundo contiene muchos grandes hombres. Mire como a su Gurú a aquel con quien su mente sintoniza. Aquel en quien usted tiene fe es su Gurú⁷.

Pregunta: ¿Cuál es la significación de la gracia del Gurú en la obtención de la liberación?

Respuesta: La liberación no está en ninguna parte fuera de usted. Está solo dentro. Si un hombre está ansioso de la liberación, el Gurú interno tira de él y el Gurú externo le empuja hacia el Sí mismo. Esto es la gracia del Gurú⁸.

Pregunta: Algunas gentes cuentan que usted ha dicho que no había ninguna necesidad de Gurú. Otros cuentan lo opuesto. ¿Qué dice Maharshi?

Respuesta: Yo nunca he dicho que no haya necesidad de un Gurú.

Pregunta: Sri Aurobindo y otros dicen que usted no ha tenido ningún Gurú.

Respuesta: Todo depende de lo que usted llame un Gurú. Él no necesita estar en una forma humana. Dattatreya tuvo veinticuatro Gurús incluyendo los cinco elementos —tierra, agua, etc. Todo objeto en este mundo era su Gurú.

El Gurú es absolutamente necesario. Las *Upanishads* dicen que nadie excepto un Gurú puede sacar a un hombre de la jungla del intelecto y de las percepciones de los sentidos. Así pues, debe haber un Gurú.

Pregunta: Yo quiero decir un Gurú humano —Maharshi no tuvo ninguno.

Respuesta: Yo podría haber tenido uno en un tiempo u otro. ¿Pero no canté himnos a Arunachala?⁹ ¿Qué es un Gurú? El Gurú es Dios o el Sí mismo. Primeramente un hombre reza a Dios para que él cumpla sus deseos. Pero llega un tiempo en que ya no reza más por el cumplimiento de sus deseos materiales sino por Dios mismo. Dios se le aparece entonces en una forma u otra, humana o no-humana, para guiarle hacia sí mismo en respuesta a su oración y acordemente a sus necesidades¹⁰.

Pregunta: Cuando se es leal a un Maestro, ¿se puede respetar a otros?

Respuesta: El Gurú es solo uno. Él no es físico. Mientras hay debilidad se necesita el soporte de la fuerza.

Pregunta: J. Krishnamurti dice, «Ningún Gurú es necesario».

Respuesta: ¿Cómo lo ha sabido? Uno puede decir eso después de realizar pero no antes¹¹.

Pregunta: ¿Puede Sri Bhagavan ayudarnos a realizar la verdad?

Respuesta: La ayuda está siempre aquí.

Pregunta: Entonces no hay ninguna necesidad de hacer preguntas. Yo no siento la ayuda siempre.

Respuesta: Entréguese y usted la encontrará.

Pregunta: Yo estoy siempre a sus pies. ¿Nos dará Bhagavan alguna *upadesa* [enseñanza] para seguirla? De otro modo, ¿cómo puedo yo obtener la ayuda viviendo a 600 millas de distancia (de aquí)?

Respuesta: El *sadguru* [el Gurú que es uno con el ser] está dentro.

Pregunta: El *sadguru* es necesario para guiarme a comprenderlo.

Respuesta: El *sadguru* está dentro.

Pregunta: Yo quiero un Gurú visible.

Respuesta: Ese Gurú visible dice que él está dentro¹².

Pregunta: ¿No depende el éxito de la gracia del Gurú?

Respuesta: Sí, así es. ¿No se debe su práctica misma a una tal gracia? Los frutos son el resultado de la práctica y la siguen automáticamente. Hay una estrofa en *Kaivalya* que dice, «¡Oh Gurú! Tú has estado siempre conmigo, observándome a través de varias reencarnaciones, y ordenando mi curso hasta que me he liberado». El Sí mismo se manifiesta externamente como el Gurú cuando la ocasión lo requiere; además está siempre dentro, haciendo lo que es necesario¹³.

Pregunta: Algunos discípulos de Shirdi Sai Baba rinden culto a un retrato suyo y dicen que (el retrato) es su Gurú.

¿Cómo puede ser eso? Pueden rendirle culto como Dios, ¿pero cuál beneficio pueden obtener rindiéndole culto como su Gurú?

Respuesta: Con eso se procuran la concentración.

Pregunta: Eso está muy bien, estoy de acuerdo. Puede ser en alguna medida un ejercicio de concentración. ¿Pero no se requiere un Gurú para esa concentración?

Respuesta: Ciertamente, pero después de todo, Gurú solo significa *guri*, concentración.

Pregunta: ¿Cómo puede un retrato sin vida ayudar a desarrollar la concentración profunda? Ello requiere un Gurú vivo que pueda mostrarlo en la práctica. Es posible quizás para Bhagavan obtener la perfección sin un Gurú vivo, ¿pero es posible para gentes como yo mismo?

Respuesta: Eso es cierto. Aún así, rindiendo culto a un retrato sin vida, la mente logra concentrarse hasta un cierto punto. Esa concentración no permanecerá constante a menos que uno conozca su propio Sí mismo por la indagación. Para esa indagación, sí es necesaria la ayuda de un Gurú¹⁴.

Pregunta: Se dice que el Gurú puede hacer que su discípulo realice el Sí mismo trasmitiéndole algo de su propio poder. ¿Es ello cierto?

Respuesta: Sí. El Gurú no provoca la Auto-realización. Simplemente quita los obstáculos a ello. El Sí mismo está siempre realizado.

Pregunta: ¿Es absolutamente necesario tener un Gurú si uno está buscando la Auto-realización?

Respuesta: Mientras usted busca la Auto-realización el Gurú es necesario. El Gurú es el Sí mismo. Tome el Gurú como el Sí mismo real y su sí mismo como el sí mismo individual. La desaparición de este sentido de dualidad es la disolución de la

ignorancia. Mientras la dualidad persiste en usted el Gurú es necesario. Debido a que usted se identifica con el cuerpo, piensa que el Gurú es también un cuerpo. Usted no es el cuerpo, ni lo es tampoco el Gurú. Usted es el Sí mismo y también lo es el Gurú. Este conocimiento se obtiene por lo que usted llama Auto-realización.

Pregunta: ¿Cómo se puede saber si un individuo particular es competente para ser un Gurú?

Respuesta: Por la paz de mente encontrada en su presencia y por el sentido de respeto que usted siente hacia él.

Pregunta: Si acontece que el Gurú resulta incompetente, ¿cuál será el destino del discípulo que tiene fe implícita en él?

Respuesta: Cada uno de acuerdo con sus méritos¹⁵.

Pregunta: ¿Puedo tener la gracia del Gurú?

Respuesta: La gracia está siempre aquí.

Pregunta: Pero yo no la siento.

Respuesta: La entrega hará que uno comprenda la gracia.

Pregunta: Yo he entregado corazón y alma. Yo soy el mejor juez de mi corazón. Sin embargo, no siento la gracia.

Respuesta: Si usted se hubiera entregado, las preguntas no surgirían.

Pregunta: Me he entregado. Sin embargo las preguntas surgen.

Respuesta: La gracia es constante. Su juicio es variable. ¿Dónde más estaría el fallo?¹⁶.

Pregunta: ¿Se puede tener más de un maestro espiritual?

Respuesta: ¿Quién es su maestro? Es el Sí mismo después de todo. De acuerdo con las etapas de desarrollo de la mente el Sí mismo se manifiesta como el maestro externamente. El famoso santo antiguo Dattatreya dijo que tenía más de veinticuatro maestros. El maestro es aquel de quien uno aprende algo. El Gurú puede ser a veces inanimado también, como en el caso de Dattatreya. Dios, el Gurú y el Sí mismo son idénticos.

Un hombre inclinado hacia la espiritualidad piensa que Dios es omnipenetrante y toma a Dios por su Gurú. Más tarde, Dios le pone en contacto con un Gurú personal y el hombre le reconoce como todo en todo. Finalmente, por la gracia del maestro al mismo hombre se le hace sentir que su Sí mismo es la realidad y nada más. Y así encuentra que el Sí mismo es el maestro¹⁷.

Pregunta: Se dice en *Srimad Bhagavad Gita*: «Realiza el Sí mismo con el intelecto puro y también por el servicio al Gurú y por la indagación». ¿Cómo han de reconciliarse?

Respuesta: «*Iswaro Gururatmeti*» —*Iswara*, Dios y el Sí mismo son idénticos. Mientras el sentido de dualidad persiste en usted, usted busca un Gurú, pensando que él es diferente de usted. Sin embargo, él le enseña la verdad y usted obtiene el conocimiento¹⁸.

Sólo el que confiere el conocimiento supremo del Sí mismo al alma haciéndola volverse hacia el Sí mismo, es el supremo Gurú que es alabado por los sabios como la forma de Dios, que es el Sí mismo. Aférese a él. Por la proximidad del Gurú y sirviéndole fielmente se debe aprender a través de su gracia la causa del nacimiento y sufrimiento de uno. Sabiendo entonces que éstos se deben al extravío de uno del Sí mismo, es mejor permanecer firmemente como el Sí mismo.

Aunque a aquellos que han abrazado y que siguen firmemente la vía de la salvación puede acontecer a veces que se aparten de la vía *védica*, bien sea debido al olvido o bien a al-

gunas otras razones, sepa que en ninguna ocasión deben ir contra las palabras del Gurú. Las palabras de los sabios aseguran que si uno hace un agravio a Dios, puede ser rectificado por el Gurú, pero que un agravio hecho a un Gurú no puede ser rectificado ni siquiera por Dios.

Para el que, debido a un raro, intenso y abundante amor, tiene una fe completa en la mirada de la gracia conferida por el Gurú, no habrá ningún sufrimiento y vivirá en este mundo como *Puruhuta* [un nombre de Indra, el rey de los Dioses].

La paz, la única cosa que es deseada por todos, no puede ser obtenida de ninguna manera, por nadie, en ningún tiempo ni en ningún lugar, a menos que se obtenga la quietud de mente por la gracia del *sadguru*. Por lo tanto, busque siempre esa gracia con una mente despierta¹⁹.

Pregunta: Hay discípulos de Bhagavan que han tenido su gracia y que se han realizado sin ninguna dificultad considerable. Yo también quiero tener esa gracia. Siendo una mujer y viviendo a una larga distancia no puedo permitirme a mí misma la sagrada compañía de Maharshi tanto ni tan a menudo como yo querría. Posiblemente no pueda volver aquí de nuevo. Suplico la gracia de Bhagavan. Cuando esté de regreso en mi lugar, quiero recordar a Bhagavan. Que Bhagavan acepte conceder mi súplica.

Respuesta: ¿A dónde va a ir usted? Usted no va a ir a ninguna parte. Incluso suponiendo que usted fuera su cuerpo, ¿ha venido su cuerpo desde Lucknow a Tiruvannamalai? Usted simplemente se ha sentado en el autobús y un transporte u otro se ha movido. Y finalmente usted dice que usted ha venido aquí. El hecho es que usted no es el cuerpo. El Sí mismo no se mueve, el mundo se mueve en él. Usted es solo lo que usted es. No hay ningún cambio en usted. De modo que, incluso después de lo que aparece como su partida de aquí, usted está aquí y allí y por todas partes. Sólo las escenas cambian.

En cuanto a la gracia, la gracia está dentro de usted. Si es externa es inútil. La gracia es el Sí mismo. Usted jamás está fuera de su operación. La gracia está siempre aquí.

Pregunta: Quiero decir que cuando recuerde su forma (de usted), mi mente se fortalezca y venga de su lado una respuesta también. Que no me quede sola con mis esfuerzos individuales, los cuales, después de todo, son harto débiles.

Respuesta: La gracia es el Sí mismo. Ya lo he dicho, si usted recuerda a Bhagavan, usted es empujada a hacerlo por el Sí mismo. ¿No está la gracia ya ahí? ¿Hay algún momento en que la gracia no esté operando en usted? Su recuerdo es el heraldo de la gracia. Esa es la respuesta, eso es el estímulo, eso es el Sí mismo y eso es la gracia. No hay ningún motivo para la ansiedad²⁰.

Pregunta: ¿Puedo dispensarme de la ayuda exterior y por mi propio esfuerzo obtener la verdad más profunda por mí mismo?

Respuesta: El hecho mismo de que usted esté poseído por la búsqueda del Sí mismo es una manifestación de la gracia divina. Ella es efulgente en el Corazón, el ser interno, el Sí mismo real. Él tira de usted desde dentro. Usted tiene que tratar de entrar desde fuera. Su tratar de entrar es la búsqueda ardorosa, el profundo movimiento interior es gracia. Por eso es por lo que digo que no hay ninguna búsqueda real sin gracia, y tampoco hay ninguna gracia activa para el que no busca el Sí mismo. Ambas son necesarias²¹.

Pregunta: ¿Cuánto tiempo es necesario un Gurú para la Auto-realización?

Respuesta: El Gurú es necesario mientras hay ignorancia. La ignorancia se debe a la limitación auto-impuesta pero errónea del Sí mismo. Dios, cuando es adorado, confiere constancia

en la devoción, la cual lleva a la entrega. Cuando el devoto se entrega, Dios muestra su misericordia manifestándose como el Gurú. El Gurú, de otra manera Dios, guía al devoto, diciendo que Dios está dentro y que él no es diferente del Sí mismo. Esto lleva a la introversión de la mente y finalmente a la realización.

Pregunta: Si la gracia es tan importante, ¿cuál es el papel del esfuerzo individual?

Respuesta: El esfuerzo es necesario hasta el estado de realización. Incluso entonces el Sí mismo debe devenir espontáneamente evidente, de otro modo la felicidad no será completa. Hasta ese estado de espontaneidad debe haber esfuerzo en una forma u otra²².

Hay un estado más allá de nuestros esfuerzos o no-esfuerzos. Hasta que se realiza, el esfuerzo es necesario. Después de saborear tal felicidad, aunque sea sólo una vez, uno tratará de recuperarla repetidamente. Una vez experimentada la felicidad de la paz, nadie quiere estar fuera de ella o entregarse a ninguna otra actividad²³.

Pregunta: ¿Es necesaria la gracia divina para alcanzar la realización, o pueden los esfuerzos de un individuo honesto conducir por sí solos al estado del que no hay ningún retorno a la vida y muerte?

Respuesta: La gracia divina es esencial para la realización. Le lleva a uno a la realización de Dios. Pero tal gracia es otorgada solo al que es un verdadero devoto o un yogui. Ella es dada solo a aquellos que se han esforzado dura e incesantemente en la vía a la liberación²⁴.

Pregunta: ¿Tiene la distancia algún efecto sobre la gracia?

Respuesta: El tiempo y el espacio están dentro de nosotros. Usted está siempre en su Sí mismo. ¿Cómo pueden afectarle el tiempo y el espacio?

Pregunta: En la radio aquellos que están más cerca oyen más pronto. Usted es hindú, nosotros somos americanos. ¿Supone esto alguna diferencia?

Respuesta: No.

Pregunta: Incluso los pensamientos son leídos por otros.

Respuesta: Eso muestra que todos somos uno²⁵.

Pregunta: ¿Siente Bhagavan por nosotros y nos muestra su gracia?

Respuesta: Usted está sumergido hasta el cuello en agua y sin embargo pide agua a gritos. Vale lo mismo decir que uno está sumergido en agua y que se siente sediento, o que un pez en el agua siente sed, o que el agua misma siente sed²⁶.

La gracia está siempre aquí. «El desapasionamiento no puede ser adquirido, ni tampoco la realización de la verdad, ni la inherencia en el Sí mismo, en la ausencia de la gracia del Gurú».

Pero la práctica también es necesaria. Permanecer en el Sí mismo por los propios esfuerzos de uno es como amansar a un toro bravo encerrado en su establo tentándole con hierba jugosa e impidiéndole extraviarse²⁷.

Pregunta: Recientemente me he tropezado con una canción *tamil* en la cual el autor se lamenta de que él no es como el tenaz mono pequeño que puede agarrarse a su madre firmemente, sino más bien como un gatito gimiente que debe ser llevado por el cuello en las fauces de su madre. El autor por lo tanto ruega a Dios que se haga cargo de él. Mi caso es exactamente el mismo. Usted debe tener compasión de mí, Bhagavan. Sujéteme por el cuello y vea que no me caigo ni me hiero.

Respuesta: Eso es imposible. Es necesario a la vez que usted se esfuerce y que el Gurú ayude²⁸.

Pregunta: ¿Cuánto tiempo le llevará a uno obtener la gracia del Gurú?

Respuesta: ¿Por qué desea usted saberlo?

Pregunta: Para que me dé esperanza.

Respuesta: Ese deseo mismo es un obstáculo. El Sí mismo está siempre aquí, no hay nada sin él. Sea el Sí mismo y los deseos y las dudas desaparecerán²⁹.

La gracia es el comienzo, el medio y el fin. La gracia es el Sí mismo. Debido a la falsa identificación del Sí mismo con el cuerpo se considera que el Gurú es un cuerpo. Pero desde la perspectiva del Gurú, el Gurú es solo el Sí mismo. El Sí mismo es uno solo y el Gurú le dice a usted que sólo el Sí mismo es. ¿No es entonces el Sí mismo su Gurú? ¿De dónde más vendrá la gracia? Es del Sí mismo sólo. La manifestación del Sí mismo es una manifestación de gracia y viceversa. Todas estas dudas surgen debido a la visión errónea y a la consecuente expectativa de cosas externas para uno mismo. Nada es externo al Sí mismo³⁰.

CAPÍTULO 9

Silencio y Sat-Sanga

Aunque Sri Ramana daba gustoso sus enseñanzas verbales a cualquiera que las pedía, frecuentemente señalaba que sus «enseñanzas silentes» eran más directas y más poderosas. Estas «enseñanzas silentes» consistían en una fuerza espiritual que parecía emanar de su forma, una fuerza tan poderosa que él consideraba que era el aspecto más directo e importante de sus enseñanzas. En lugar de dar instrucciones verbales sobre cómo controlar la mente, él emitía sin esfuerzo un poder silente que aquietaba automáticamente las mentes de todo el mundo a su alrededor. Las gentes que estaban en sintonía con esta fuerza cuentan que la experimentaban como un estado de paz y de bienestar interior; en algunos devotos avanzados precipitaba incluso una experiencia directa del Sí mismo.

Este método de enseñanza tiene una larga tradición en la India, siendo su exponente más famoso Dakshinamurti, una manifestación de Siva que llevó a cuatro sabios eruditos a una experiencia del Sí mismo por el poder de su silencio. Sri Ramana hablaba frecuentemente de Dakshinamurti con gran aprobación y su nombre prolifera en muchas de las conversaciones de este capítulo.

Este flujo de poder desde el Gurú puede ser recibido por cualquiera cuya atención está enfocada en el Sí mismo o en la forma del Gurú; la distancia no es ningún impedimento a su eficacia. A esta atención a menudo se la llama *sat-sanga*, lo cual significa literalmente «asociación con el ser». Sri Ramana alentaba encarecidamente esta práctica y decía frecuentemente

que era la manera más eficiente de provocar una experiencia directa del Sí mismo. Tradicionalmente implica estar en la presencia física del que ha realizado el Sí mismo, pero Sri Ramana le daba una definición mucho más amplia. Decía que el elemento más importante en *sat-sanga* es la conexión mental con el Gurú; *sat-sanga* tiene lugar no solo en su presencia sino dondequiera que uno piensa en él y siempre que uno piensa en él.

La siguiente cita da una indicación del poder de *sat-sanga*. Consta de cinco versos sánscritos extraviados con los que Sri Ramana se tropezó en varias ocasiones. Él estaba tan impresionado por sus contenidos que los tradujo al tamil y los incorporó en *Ulladu Narpadu Anubandham*, una de sus propias obras escritas que trata de la naturaleza de la realidad.

- 1 Por *sat-sanga* la asociación con los objetos del mundo será eliminada. Cuando esa asociación con los objetos del mundo es eliminada, los apegos o tendencias de la mente serán destruidos. Aquellos que están exentos de apego mental perecerán en eso que es inmutable. Así obtienen *jivan mukti* [la liberación]. Ama su asociación.
- 2 El estado supremo que es alabado y que es obtenido aquí en esta vida por clara *vichara* [indagación], que surge en el Corazón cuando se gana la asociación con un *sadhu* [una persona noble, o uno que ha realizado el Sí mismo], es imposible de obtener escuchando a predicadores, estudiando y aprendiendo el significado de las escrituras, por obras virtuosas o por cualesquiera otros medios.
- 3 Si uno obtiene la asociación con *sadhus*, ¿de qué utilidad son todas las observaciones religiosas [*niyamas*]? Cuando está soplando la excelente brisa fresca del sur, ¿cuál es la utilidad de tener un abanico?

- 4 El calor será eliminado por la fría luna, la pobreza por el árbol que cumple todos los deseos, y el pecado por el Ganges. Pero sabe que todos éstos, comenzando con el calor, serán eliminados meramente por el *darshan* [la mirada] de *sadhus* incomparables.
- 5 Los lugares del baño sagrado, que están compuestos de agua, y las imágenes de las deidades, que están hechas de piedra y tierra, no pueden ser comparables a esas grandes almas [*mahatmas*]. ¡Ah, qué maravilla! Los lugares del baño y las deidades confieren pureza de mente después de incontables días, mientras que tal pureza es conferida instantáneamente a las gentes tan pronto como los *sadhus* los miran con sus ojos¹.

Pregunta: ¿Por qué Bhagavan no va de un lado a otro predicando la verdad a las gentes?

Respuesta: ¿Cómo sabe usted que no lo estoy haciendo? ¿Consiste predicar en subir a un púlpito y arengar a las gentes congregadas? Predicar es simple comunicación de conocimiento; realmente ello puede hacerse en silencio solo; ¿qué piensa usted de un hombre que escucha un sermón durante una hora y que se marcha sin haber sido impresionado por él de manera que cambie su vida? Compárelo con otro, que se sienta en una sagrada presencia y que se va después de algún tiempo con su visión de la vida totalmente cambiada. ¿Qué es mejor, predicar en voz alta sin efecto o sentarse en silencio enviando nuestra fuerza interior?

Pero veamos, ¿cómo surge el lenguaje? Primero hay conocimiento abstracto. De éste surge el ego, que a su vez provoca el pensamiento, y el pensamiento la palabra hablada. Así pues, la palabra es el biznieto de la fuente original. Si la palabra puede producir un efecto, juzgue por usted mismo, cuánto más poderosa debe ser la predicación por el silencio².

Pregunta: ¿Cómo puede el silencio ser tan poderoso?

Respuesta: Un realizado emite oleadas de influencia espiritual que atraen a muchas gentes hacia él. Sin embargo, él puede estar sentado en una caverna y mantener un completo silencio. Nosotros podemos escuchar conferencias sobre la verdad e irnos después con apenas algún atisbo del tema, pero la entrada en contacto con un realizado, aunque él no hable nada, dará mucha más luz sobre el asunto. Él nunca necesita salir entre el público. Si es necesario puede usar a otros como instrumentos³.

El Gurú es el dador del silencio que revela la luz del Autoconocimiento que brilla como la realidad residual. Las palabras habladas no son de ninguna utilidad si los ojos del Gurú se encuentran con los ojos del discípulo⁴.

Pregunta: ¿Da Bhagavan *diksha* [iniciación]?

Respuesta: *Mouna* [silencio] es la mejor y la más poderosa *diksha*. Esa fue practicada por Sri Dakshinamurti. La iniciación por contacto, mirada, etc., son todas de un orden más bajo. La iniciación silente cambia los corazones de todos⁵.

Dakshinamurti observaba silencio cuando los discípulos se acercaban a él. Esa es la forma más elevada de iniciación. Incluye las demás formas. En las otras *dikshas* debe establecerse la relación sujeto-objeto. Primeramente debe emanar el sujeto y después el objeto. A menos que estos dos estén aquí, ¿cómo va uno a mirar o a tocar al otro? *Mouna diksha* es la más perfecta; comprende la mirada, el contacto y la enseñanza. Purificará al individuo de todas las maneras y le establecerá en la realidad⁶.

Pregunta: Swami Vivekananda dice que un Gurú espiritual puede transferir la espiritualidad substancialmente al discípulo.

Respuesta: ¿Hay alguna substancia que transferir? Transferir significa la erradicación del sentido de ser el discípulo. El maestro lo hace. No que el hombre fuera algo en un tiempo y se metamorfosee después en otro.

Pregunta: ¿No es la gracia el don del Gurú?

Respuesta: Dios, gracia y Gurú son todos sinónimos y también eterno e inmanente. ¿No está el Sí mismo ya dentro? ¿Le corresponde al Gurú otorgarlo con su mirada? Si un Gurú piensa así, no merece el nombre.

Los libros dicen que hay muchos tipos de *diksha*, iniciación por la mano, por contacto, por el ojo, etc. También dicen que el Gurú hace algunos ritos con fuego, agua, *japa* o *mantras* y llama a tales actuaciones fantásticas *dikshas*, como si el discípulo deviniera maduro solo después de que el Gurú llevara a cabo tales procesos.

Si se busca al individuo no será encontrado en ninguna parte. Tal es el Gurú. Tal es Dakshinamurti. ¿Qué hacía él? Él estaba silencioso cuando los discípulos aparecían ante él. Se mantenía en silencio y las dudas de los discípulos se disipaban, lo cual significa que perdían sus identidades individuales. Eso es *jñana* y no toda la verborrea usualmente asociada con él.

El silencio es la forma de operación más potente. Por vastos y enfáticos que los *sastras* [escrituras] puedan ser, fallan en su efecto. El Gurú está en quietud y la paz prevalece en todo. Su silencio es más vasto y más enfático que todos los *sastras* juntos. Estas preguntas surgen debido al sentimiento de que, habiendo estado aquí durante tanto tiempo, escuchando tanto, trabajando tanto, uno no ha obtenido nada. La operación que se lleva a cabo dentro no es visible. De hecho el Gurú está siempre dentro de usted⁷.

Pregunta: ¿Puede el silencio del Gurú provocar realmente estados avanzados de consciencia espiritual?

Respuesta: Hay una antigua historia que muestra el poder del silencio del Gurú. Tattvaraya compuso un *bharani*, un tipo de composición poética en tamil, en honor de su Gurú Swarupananda, y convocó una asamblea de pandits eruditos para que escucharan la obra y evaluaran su mérito. Los pandits suscita-

ron la objeción de que un *bharani* se componía solo en honor de grandes héroes capaces de matar un millar de elefantes en batalla y que no estaba dentro del orden una obra tal en honor de un asceta. A lo cual el autor dijo, «Vayamos todos a mi Gurú y resolvamos esta cuestión allí». Fueron al Gurú y después que todos se hubieron sentado, el autor dijo a su Gurú el propósito de su visita. El Gurú se sentó en silencio y todos los demás permanecieron también en *mouna*. Así pasó todo el día, vino la noche, y algunos días y noches más, y sin embargo todos estaban sentados allí en silencio, sin que les sobreviniera ningún pensamiento a ninguno de ellos y sin que nadie pensara o preguntara por qué habían venido allí. Después de tres o cuatro días así, el Gurú movió un poco su mente, y las gentes allí reunidas recuperaron inmediatamente su actividad de pensamiento. Entonces declararon: «Conquistar un millar de elefantes no es nada al lado del poder de este Gurú para conquistar los enardecidos elefantes de todos nuestros egos juntos. ¡Así pues, ciertamente merece el *bharani* en su honor!»⁸.

Pregunta: ¿Cómo opera este poder silencioso?

Respuesta: El lenguaje es solo un medio para comunicar los pensamientos de uno a otro. Se requiere solo después de que han surgido los pensamientos. Todos los demás pensamientos surgen solo después de que surge el pensamiento «yo» y así el pensamiento «yo» es la raíz de toda conversación. Cuando se permanece sin pensar uno comprende a otro por medio del lenguaje universal del silencio.

El silencio está hablando siempre. Es un flujo de lenguaje perenne que es interrumpido por el habla. Estas palabras que yo estoy hablando obstruyen ese lenguaje mudo. Por ejemplo, hay electricidad fluyendo en un cable. Con una resistencia a su paso, enciende una bombilla o hace girar un ventilador. En el cable permanece como energía eléctrica. Similarmente tam-

bién, el silencio es el eterno flujo del lenguaje, obstruido por las palabras.

Lo que no se alcanza a conocer por la conversación aunque dure varios años puede ser conocido instantáneamente en el silencio, o frente al silencio —Dakshinamurti y sus cuatro discípulos son un buen ejemplo de esto. Éste es el lenguaje más elevado y más efectivo⁹.

Pregunta: Bhagavan dice: «La influencia del *jñani* se cuela dentro del devoto en silencio». Bhagavan dice también: «El contacto con grandes hombres [*mahatmas*] es un medio eficaz de realizar el verdadero ser de uno».

Respuesta: Sí. ¿Cuál es la contradicción? *Jñani*, grandes hombres, *mahatmas* —¿hace usted diferencias entre ellos?

Pregunta: No.

Respuesta: El contacto con ellos es bueno. Ellos operan por el silencio. Hablar reduce su poder. El silencio es muy poderoso. El lenguaje es siempre menos poderoso que el silencio, de modo que el contacto mental es el mejor.

Pregunta: ¿Es esto válido incluso después de la disolución del cuerpo físico del *jñani* o es verdad solo mientras él está en carne y sangre?

Respuesta: El Gurú no es la forma física. Así pues, el contacto permanecerá incluso después de que la forma física del Gurú se desvanezca. Uno puede ir a otro Gurú después de que el Gurú de uno fallece, pero todos los Gurús son uno y ninguno de ellos es la forma que usted ve. El contacto mental es siempre el mejor¹⁰.

Pregunta: ¿Es la operación de la gracia la mente del Gurú actuando sobre la mente del discípulo o es un proceso diferente?

Respuesta: La forma de gracia más elevada es el silencio. Es también la *upadesa* [enseñanza] más elevada.

Pregunta: Vivekananda ha dicho también que el silencio es la forma de plegaria más alta.

Respuesta: Es así en lo que concierne al silencio del buscador. El silencio del Gurú es la *upadesa* [enseñanza] más alta. Es también la gracia en su forma más elevada. Todas las demás *dikshas* [iniciaciones] se derivan de *mouna* [silencio], y por lo tanto son secundarias. *Mouna* es la forma primaria. Si el Gurú está silente la mente del buscador se purifica por sí misma¹¹.

Pregunta: El silencio de Sri Bhagavan es él mismo una fuerza poderosa. Provoca una cierta paz de mente en nosotros.

Respuesta: El silencio es el lenguaje que jamás acaba. El lenguaje vocal obstruye el otro lenguaje del silencio. En el silencio uno está en íntimo contacto con lo que le rodea. El silencio de Dakshinamurti disolvió las dudas de los cuatro sabios. *Mouna vyakhya prakatita tattvam* significa la verdad expuesta por el silencio. Se dice que el silencio es exposición. El silencio es muy poderoso.

Para el lenguaje vocal, son necesarios los órganos del habla y ellos preceden al habla. Pero el otro lenguaje está incluso más allá del pensamiento. Es, en resumen, el lenguaje trascendente o la palabra no-hablada [*para vak*]¹².

Pregunta: ¿Pueden beneficiarse todos de este silencio?

Respuesta: El silencio es la verdadera *upadesa* [enseñanza]. Es adecuado solo para el buscador muy avanzado. Los otros son incapaces de sacar plena inspiración de él. Por lo tanto, requieren palabras que expliquen la verdad. Pero la verdad está más allá de las palabras. No admite explicación. Todo lo que es posible hacer es indicarla¹³.

Pregunta: Se dice que una sola mirada de un *mahatma* es suficiente, que los ídolos, peregrinaciones, etc., no son tan efectivos. Yo he estado aquí durante tres meses, pero no sé cómo he sido beneficiado por la mirada de Maharshi.

Respuesta: La mirada tiene un efecto purificador. La purificación no puede ser visualizada. Lo mismo que un pedazo de carbón mineral le lleva mucho tiempo encenderse, a un pedazo de carbón vegetal le lleva un tiempo más corto, y un montón de pólvora se enciende instantáneamente, así también con los grados de los hombres que entran en contacto con *mahatmas*¹⁴. El fuego de la sabiduría consume todas las acciones. La sabiduría se adquiere por asociación con el sabio [*sat-sanga*] o más bien con su atmósfera mental¹⁵.

Pregunta: ¿Puede el silencio del Gurú llevar a efecto la realización si el discípulo no hace ningún esfuerzo?

Respuesta: En la proximidad de un gran maestro, los *vasanas* cesan de ser activos, la mente deviene serena y resulta el *samadhi*. El discípulo gana así el verdadero conocimiento y la experiencia correcta en la presencia del maestro. Para permanecer imperturbable en ella son necesarios esfuerzos adicionales. Eventualmente el discípulo sabrá que ello es su ser real y se liberará así en vida¹⁶.

Pregunta: Si la búsqueda tiene que hacerse dentro, ¿es necesario estar en la proximidad física del maestro?

Respuesta: Es necesario estar en ella hasta que todas las dudas acaban¹⁷.

Pregunta: Yo no soy capaz de concentrarme por mí mismo. Estoy buscando una fuerza que me ayude.

Respuesta: Sí, eso se llama gracia. Individualmente nosotros somos incapaces debido a que la mente es débil. La gracia es necesaria. *Sadhu seva* [el servicio a un *sadhu*] la provocará.

No hay sin embargo nada nuevo que obtener. Lo mismo que un hombre débil se somete al control de uno más fuerte, la mente débil de un hombre se somete a control fácilmente en la presencia de *sadhus* plenamente realizados. Eso que es, es solo gracia; no hay nada más¹⁸.

Pregunta: ¿Es necesario servir al Gurú físicamente?

Respuesta: Los *sastras* [escrituras] dicen que se debe servir al Gurú durante doce años a fin de obtener la Auto-realización. ¿Qué hace el Gurú? ¿Transmite algo al discípulo? ¿No está el Sí mismo siempre realizado? ¿Qué significa entonces la creencia común? El hombre es siempre el Sí mismo y sin embargo no lo sabe. En lugar de ello lo confunde con el no-Sí mismo, el cuerpo, etc. Tal confusión se debe a la ignorancia. Si se borra la ignorancia la confusión dejará de existir y el verdadero conocimiento será desentrañado. Permaneciendo en contacto con sabios realizados el hombre pierde gradualmente la ignorancia hasta que su disolución es completa. Así se revela el Sí mismo eterno¹⁹.

Pregunta: Usted dice que la asociación con los sabios [*sat-sanga*] y el servicio a ellos es algo que se requiere del discípulo.

Respuesta: Sí, lo primero significa en realidad la asociación con el *sat* [ser] inmanifiesto o existencia absoluta, pero como muy pocos pueden hacer eso, tienen que tomar mejor lo segundo, que es la asociación con el *sat* manifiesto, es decir, el Gurú. La asociación con sabios debe hacerse debido a que los pensamientos son muy persistentes. El sabio ya ha rebasado la mente y permanece en paz. Estar en su proximidad ayuda a llevar a efecto esta condición en otros, de otro modo no hay ningún significado en buscar su compañía. El Gurú proporciona la fuerza que se necesita para esto, invisible para los demás. El servicio es principalmente permanecer en el Sí mismo, pero también incluye el bienestar del cuerpo del Gurú y el cuidado

de su lugar de morada. El contacto con el Gurú es también necesario, pero esto significa contacto espiritual. Si el discípulo encuentra al Gurú internamente, entonces no importa dónde vaya. Estar aquí o en otra parte debe comprenderse como idéntico y con idéntico efecto²⁰.

Pregunta: Mi profesión me exige permanecer cerca de mi lugar de trabajo. No puedo quedarme en la vecindad de *sadhus*. ¿Puedo tener la realización incluso en la ausencia de *sat-sanga*?

Respuesta: *Sat* es *aham pratyaya saram*, el Sí mismo de los sí mismos. El *sadhu* es ese Sí mismo de los sí mismos. Él es inmanente en todos. ¿Puede alguien permanecer sin el Sí mismo? No. Así pues, nadie está desprovisto de *sat-sanga*²¹.

Pregunta: ¿Es de ayuda la proximidad del Gurú?

Respuesta: ¿Quiere decir usted la proximidad física? ¿Qué hay de bueno en ella? Sólo la mente importa. Se debe entrar en contacto con la mente²². *Sat-sanga* hará que la mente se sumerja en el Corazón.

Tal asociación es a la vez mental y física. El ser extremadamente visible del Gurú empuja a la mente hacia dentro. Él también está en el Corazón del buscador y así tira de la mente de éste hacia dentro del Corazón²³.

Pregunta: Todo lo que yo quiero saber es si *sat-sanga* es necesario y si mi venida aquí me ayudará o no.

Respuesta: Primero usted debe decidir lo que es *sat-sanga*. Significa la asociación con *sat* o la realidad. Uno que conoce o que ha realizado *sat*, es considerado también como *sat*. Tal asociación con *sat* o con el que conoce *sat* es absolutamente necesaria para todos. Sankara ha dicho que en los tres mundos no hay ninguna barca como *sat-sanga* para cruzar indemne el océano de los nacimientos y muertes²⁴.

Sat-sanga significa *sanga* [asociación] con *sat* [la realidad]. *Sat* es solo el Sí mismo. Puesto que ahora se comprende que el Sí mismo es *sat*, se busca la compañía del sabio que así lo ha comprendido. Eso es *sat-sanga*. De ello resulta la introversión. Entonces *sat* [la realidad] se revela²⁵.

CUARTA PARTE

MEDITACIÓN Y YOGA

La mejor meditación es la que continúa en los tres estados. Debe ser tan intensa que no deje sitio siquiera al pensamiento «Yo estoy meditando»¹.

Habiendo saboreado ver sumergirse a los sentidos engañosos, y habiendo acabado así con el conocimiento objetivo de la mente, del ego usurpador, conocer la luz sin luz y el sonido sin sonido en el Corazón es el verdadero poder del yoga [*yoga-sakti*]².

CAPÍTULO 10

Meditación y Concentración

La insistencia de Sri Ramana en que la consciencia del pensamiento «yo» era un prerequisite para la realización de Sí mismo, le condujo a la conclusión de que todas las prácticas espirituales que no incorporaban esta característica eran indirectas e ineficientes:

«Esta vía [la atención al «yo»] es la vía directa; todas las demás son vías indirectas. La primera lleva al Sí mismo, las otras a otra parte. E incluso si las otras llegan al Sí mismo, se debe sólo a que finalmente llevan a la primera vía, que finalmente las lleva a la meta. Así pues, al final, los aspirantes deben adoptar la primera vía. ¿Por qué no hacerlo así ahora? ¿Por qué perder el tiempo?»¹.

Es decir, las demás técnicas a veces pueden llevarle a uno a un estado de quietud interior en el que tiene lugar inadvertidamente la auto-atención o la auto-consciencia de sí mismo, pero es una vía muy indirecta (con muchos rodeos) de obtener el Sí mismo. Sri Ramana mantenía que las demás técnicas solo podían llevarle a uno al punto donde comienza la auto-indagación y así él nunca las respaldaba a menos que sintiera que los interlocutores particulares eran incapaces o no querían adoptar la auto-indagación. Esto está ilustrado por una conversación en *Sri Ramana Gita* (una de las primeras colecciones de sus preguntas y respuestas) en la que Sri Ramana explicaba en detalle por qué la auto-indagación era la única vía para realizar el Sí mismo.

Después de escuchar cuidadosamente la explicación de Sri Ramana, el interlocutor todavía estaba reacio a aceptar que la auto-indagación era el único camino al Sí mismo y así preguntaba si había algunos otros métodos por los que el Sí mismo pudiera ser realizado. Sri Ramana replicó:

«La meta es la misma para el que medita [en un objeto] y para el que practica la auto-indagación. Uno obtiene quietud por la meditación, el otro por el conocimiento. Uno se esfuerza en obtener algo; el otro busca al que se esfuerza en obtener. El primero precisa un tiempo más largo, pero finalmente obtiene el Sí mismo»².

Así pues, no queriendo sacudir la fe de un hombre que tenía una manifiesta predilección por la meditación de sujeto-objeto y una vez que se había asegurado que era reacio a emprender la auto-indagación, Sri Ramana le alentaba a seguir su propio método elegido diciéndole que ello le permitiría obtener el Sí mismo. Bajo el punto de vista de Sri Ramana cualquier método es mejor que ningún método, puesto que siempre hay la posibilidad de que finalmente lleve a la auto-indagación.

Sri Ramana dio muchas otras respuestas similares a otras gentes por razones similares. Estas respuestas, que indican que otros métodos que no sean la auto-indagación o la entrega podrían resultar en la Auto-realización, no deben tomarse al pie de la letra, puesto que se daban solo a gentes que no estaban atraídas por la auto-indagación y que querían seguir sus propios métodos. Cuando hablaba a otros devotos que no estaban apegados a lo que él llamaba «métodos indirectos», usualmente reafirmaba que la auto-atención era finalmente indispensable.

Aunque Sri Ramana defendía vigorosamente sus puntos de vista sobre la auto-indagación, nunca insistía para que alguien cambiara sus creencias o sus prácticas y, si era incapaz de convencer a sus seguidores para que emprendieran la auto-

indagación, les daba consejo sobre otros métodos. En las conversaciones de este capítulo da respuesta en su mayor parte a preguntas provenientes de devotos que querían consejo sobre formas de meditación convencional (*dhyana*). Al dar este consejo usualmente definía la meditación como la concentración sobre un único pensamiento a exclusión de todos los demás, pero a veces le daba una definición más elevada diciendo que mantener la mente fija en el Sí mismo era la verdadera meditación. Esta última práctica es en realidad otro nombre para la auto-indagación, pues, como él explicaba en uno de sus primeras obras escritas: «Mantener siempre la mente fija sólo en el Sí mismo es llamado auto-indagación, mientras que la meditación es pensar que uno mismo es *Brahman*»³.

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre meditación [*dhyana*] e investigación [*vichara*]?

Respuesta: Ambas equivalen a lo mismo. Aquellos que no son aptos para la investigación deben practicar la meditación. En la meditación, el aspirante, olvidándose de sí mismo, medita «Yo soy *Brahman*» o «Yo soy *Siva*» y por este método aferra al *Brahman* o a *Siva*. Finalmente esto acabará en la consciencia residual del *Brahman* o *Siva* como ser. Entonces realizará que ésta es ser puro, es decir, el Sí mismo.

El que se da a la investigación comienza aferrándose a sí mismo y, preguntándose a sí mismo «¿Quién soy yo?», el Sí mismo deviene claro para él⁴.

Imaginarse mentalmente que uno mismo es la realidad suprema, que brilla como existencia-consciencia-felicidad [*satchit-ananda*], es meditación. Fijar la mente en el Sí mismo de modo que la semilla irreal de la ilusión muera, es indagación.

Quienquiera que medita en el Sí mismo en una imagen mental [*bhava*], cualquiera que sea, lo obtiene solo en esa imagen. Los pacíficos que permanecen en quietud sin ninguna tal

imagen mental [*bhava*] obtienen el noble e incualificado estado de *Kaivalya*, el estado sin forma del Sí mismo⁵.

Pregunta: La meditación es más directa que la indagación debido a que la meditación se aferra a la verdad mientras que la indagación separa la verdad de la no verdad.

Respuesta: Para el principiante la meditación en una forma es más fácil y agradable. Su práctica lleva a la auto-indagación, que consiste en separar la realidad de la irre realidad.

¿Cuál es la utilidad de aferrarse a la verdad cuando usted está lleno de factores antagónicos?

La auto-indagación lleva directamente a la realización eliminando los obstáculos que hacen que usted piense que el Sí mismo no está ya realizado⁶.

La meditación difiere según el grado de avance del buscador. Si se es apto para ello uno puede aferrarse directamente al pensador, y el pensador se sumergirá entonces automáticamente dentro de su fuente, la consciencia pura.

Si uno no puede aferrarse directamente al pensador, uno debe meditar en Dios y a su debido tiempo el mismo individuo habrá devenido suficientemente puro para aferrarse al pensador y sumergirse en el ser absoluto⁷.

La meditación sólo es posible si se mantiene el ego. Hay el ego y el objeto en el que se medita. El método es por lo tanto indirecto debido a que el Sí mismo es solo uno. Al buscar el ego, es decir su fuente, el ego desaparece. Lo que queda es el Sí mismo. Este método es el directo⁸.

Pregunta: ¿No hay ninguna vía establecida para ir hacia adentro por medio de la meditación?

Respuesta: ¿Dónde más estamos nosotros ahora? Nuestro ser mismo es eso.

Pregunta: Si es así, nosotros somos ignorantes de ello.

Respuesta: ¿Ignorantes de qué, y de quién es la ignorancia? Si se es ignorante del Sí mismo, ¿hay dos sí mismos?

Pregunta: No hay dos sí mismos. El sentimiento de limitación no puede ser negado. Debido a las limitaciones...

Respuesta: La limitación está solo en la mente. ¿La sentía usted en el sueño profundo? Usted existe en el sueño profundo. Usted no niega su existencia entonces. El mismo Sí mismo está aquí y ahora en el estado de vigilia. Usted está diciendo ahora que hay limitaciones. Lo que ha acontecido ahora es que hay estas diferencias entre los dos estados. Las diferencias se deben a la mente. No hay ninguna mente en el sueño profundo, mientras que la mente está activa ahora. El Sí mismo existe también en la ausencia de la mente.

Pregunta: Aunque se comprende, no se realiza.

Respuesta: Pronto se realizará, con la meditación.

Pregunta: La meditación es con la mente. ¿Cómo puede ella matar a la mente a fin de revelar el Sí mismo?

Respuesta: La meditación es aferrarse a un único pensamiento. Ese único pensamiento mantiene apartados los demás pensamientos. La distracción de la mente es un signo de su debilidad. Por la meditación constante gana fuerza, es decir, la debilidad de los pensamientos fugitivos deja el sitio al trasfondo constante libre de pensamiento. Esta expansión exenta de pensamiento es el Sí mismo. La mente en pureza es el Sí mismo⁹.

Pregunta: ¿Qué es *dhyana* [meditación]?

Respuesta: Es permanecer como el Sí mismo de uno sin apartarse de ninguna manera de la naturaleza real de uno y sin sentir que uno está meditando.

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre *dhyana* y *samadhi*?

Respuesta: *Dhyana* se lleva a efecto a través del esfuerzo mental deliberado. En *samadhi* no hay ningún esfuerzo tal.

Pregunta: ¿Cuáles son los factores que hay que mantener presentes en *dhyana*?

Respuesta: Es importante para el que está establecido en su Sí mismo [*atmanishta*] ver que no se aparta en lo más mínimo de esta absorción. Al apartarse de su verdadera naturaleza puede ver ante él brillantes efulgencias, u oír sonidos inusuales, o considerar como reales las visiones de dioses que aparecen dentro o fuera de sí mismo. Pero no debe dejarse engañar por todo esto y olvidarse de sí mismo¹⁰

Pregunta: ¿Cómo ha de practicarse la meditación?

Respuesta: La meditación es, hablando verdaderamente, *atmanishtha* [estar fijado como el Sí mismo]. Pero cuando los pensamientos cruzan la mente y se hace un esfuerzo por eliminarlos, el esfuerzo se llama usualmente meditación. *Atmanishtha* es su naturaleza real. Permanezca lo que usted es. Eso es la meta.

Pregunta: Pero los pensamientos surgen. ¿Nuestro esfuerzo se dirige a eliminar los pensamientos solo?

Respuesta: Sí. Siendo la meditación un único pensamiento, los demás pensamientos se mantienen apartados. La meditación es sólo de efecto negativo en tanto que se mantienen apartados los demás pensamientos.

Pregunta: Se dice *atma samstham manah krtva* [fijar la mente en el Sí mismo]. Pero el Sí mismo es impensable.

Respuesta: ¿Por qué quiere usted meditar? Debido a que quiere hacerlo, a usted se le dice *atma samstham manah krtva*. ¿Por qué no permanece lo que usted es sin meditar? ¿Qué es

esa *manah* [mente]? Cuando se eliminan todos los pensamientos deviene *atma samstha* [fijada en el Sí mismo].

Pregunta: Si se da una forma, yo puedo meditar en ella y los demás pensamientos son eliminados. Pero el Sí mismo es sin forma.

Respuesta: Se dice que la meditación en formas u objetos concretos es *dhyana*, mientras que la indagación en el Sí mismo es *vichara* [indagación] o *nididhyasana* [consciencia ininterrumpida de ser]¹¹.

Pregunta: Hay más gozo en *dhyana* que en los placeres sensuales. Sin embargo la mente corre detrás de éstos últimos y no busca *dhyana*. ¿Por qué es esto así?

Respuesta: El placer o el dolor son aspectos de la mente sólo. Nuestra naturaleza esencial es felicidad. Pero nosotros hemos olvidado el Sí mismo e imaginamos que el cuerpo o la mente es el Sí mismo. Es esta identidad errónea la que provoca la miseria. ¿Qué hay que hacer? Esta tendencia mental es muy antigua y ha continuado durante innumerables nacimientos pasados. De aquí que se ha hecho muy fuerte. Debe partir antes de que la naturaleza esencial, la felicidad, se haga patente¹².

Pregunta: ¿Cómo se practica *dhyana* —con los ojos abiertos o cerrados?

Respuesta: Puede hacerse de ambas maneras. El punto es que la mente debe introvertirse y mantenerse activa en su búsqueda. A veces ocurre que cuando los ojos están cerrados los pensamientos latentes se precipitan con gran vigor. También puede ser difícil introvertir la mente con los ojos abiertos. Requiere fuerza de mente hacerlo. La mente se contamina cuando admite los objetos. De otro modo, es pura. El principal factor en *dhyana* es mantener la mente activa en su propia búsqueda, sin

admitir impresiones o pensamientos externos de otras materias¹³.

Pregunta: Bhagavan, siempre que medito, siento gran calor en la cabeza y, si persisto, todo mi cuerpo quema. ¿Cuál es el remedio?

Respuesta: Si la concentración se hace con el cerebro, le siguen sensaciones de calor e incluso dolor de cabeza. La concentración ha de hacerse en el Corazón, el cual es frío y refrescante. Relájese y su meditación será fácil. Mantenga su mente calma, rechazando con suavidad pero sin tensión, todos los pensamientos intrusos. Pronto usted lo logrará¹⁴.

Pregunta: ¿Cómo impedirme a mí mismo dormirme en la meditación?

Respuesta: Si usted intenta impedir el sueño, ello querrá decir que hay pensamiento en la meditación, lo cual debe ser evitado. Pero si usted se introduce en el sueño mientras medita, la meditación continuará incluso durante el sueño y después de él. Sin embargo, siendo un pensamiento, el sueño debe ser desechado, pues el estado natural final ha de ser obtenido conscientemente en *jagrat* [el estado de vigilia] sin la perturbación del pensamiento. La vigilia y el sueño son meras imágenes en la pantalla del estado original libre de pensamiento. Que pasen pues inadvertidos¹⁵.

Pregunta: ¿Sobre qué se ha de meditar?

Respuesta: Sobre cualquier cosa que usted prefiera.

Pregunta: *Siva*, *Vishnu* y *gayatri* se dice que son igualmente eficaces. ¿Sobre cuál debo meditar?

Respuesta: Sobre cualquiera que a usted le guste más. Todos son iguales en su efecto. Pero usted debe aferrarse a uno.

Pregunta: ¿Cómo medito?

Respuesta: Concéntrese sobre aquel que a usted le guste más. Si sólo prevalece un único pensamiento, todos los otros pensamientos son desechados y finalmente erradicados. Mientras prevalece la diversidad hay malos pensamientos. Cuando prevalece el objeto de amor sólo buenos pensamientos imperan en el campo. Por lo tanto, aférrese a un único pensamiento solo. *Dhyana* es la práctica principal.

Dhyana quiere decir lucha. Tan pronto como usted comience la meditación los demás pensamientos se juntarán, cobrarán fuerza e intentarán derribar el pensamiento único al cual usted trata de aferrarse. El pensamiento bueno debe ganar fuerza gradualmente por la práctica repetida. Después de que se haya fortalecido los otros pensamientos se pondrán a luchar. Ésta es la batalla real que siempre tiene lugar en la meditación.

Usted quiere deshacerse de la miseria. Ello requiere paz de mente, lo cual significa la ausencia de perturbación debida a todos los tipos de pensamientos. La paz de mente es llevada a efecto sólo por *dhyana*¹⁶.

Pregunta: Puesto que Sri Bhagavan dice que el Sí mismo puede funcionar en cualquiera de los centros o *chakras* aunque su sede está en el Corazón, ¿no es posible que por la práctica de una concentración o *dhyana* intensa entre las cejas este centro devenga la sede del Sí mismo?

Respuesta: Toda consideración sobre la sede del Sí mismo es teórica si usted fija su atención sobre un lugar en el cuerpo. Usted se considera a usted mismo como el sujeto, el veedor, y el lugar donde usted fija su atención deviene el objeto visto. Esto es meramente *bhavana* [imaginería mental]. Cuando, por el contrario, usted ve al veedor mismo, usted se sumerge en el Sí mismo y deviene uno con él. Eso es el Corazón.

Pregunta: ¿Es aconsejable la práctica de la concentración entre las cejas?

Respuesta: El resultado final de la práctica de todo tipo de *dhyana* es que el objeto sobre el que el buscador fija su mente cesa de existir como distinto y separado del sujeto. Ellos, el sujeto y el objeto, devienen el único Sí mismo, y eso es el Corazón.

Pregunta: ¿Por qué Sri Bhagavan no nos dirige a practicar la concentración sobre algún centro o *chakra* particular?

Respuesta: El *Yoga Sastra* dice que el *sahasrara* [el *chakra* localizado en el cerebro] o el cerebro es la sede del Sí mismo. El *Purusha Sukta* declara que el Corazón es su sede. Para capacitar al *sadhaka* a orientarse más allá de toda duda, yo le digo que tome el hilo o la pista de la «yo»-idad o «yo soy»-dad y que lo siga hasta su fuente. Y ello debido a que, en primer lugar, es imposible que nadie mantenga ninguna duda sobre esta noción «yo». Y en segundo lugar, sea cual fuere el medio adoptado, la meta final es la realización de la fuente de la «yo soy»-dad que es el dato primario de su propia existencia.

Si usted por lo tanto practica la auto-indagación, alcanzará el Corazón, que es el Sí mismo¹⁷.

Pregunta: Yo practico *hatha yoga* y también medito «Yo soy *Brahman*». Después de unos momentos de esta meditación, prevalece un vacío, el cerebro se calienta y surge un miedo de la muerte. ¿Qué debo hacer?

Respuesta: «Yo soy *Brahman*» es solo un pensamiento. ¿Quién lo dice? El *Brahman* mismo no lo dice. ¿Qué necesidad hay para él de decirlo? Tampoco puede decirlo el «yo» real. Pues «yo» permanece siempre como el *Brahman*. Estar diciéndolo es solo un pensamiento. ¿De quién es el pensamiento? Todos los pensamientos son del «yo» irreal, es decir del pen-

samiento «yo». Permanezca sin pensar. Mientras hay pensamiento habrá miedo.

Pregunta: Según estoy pensando en ello hay olvido, el cerebro se calienta y tengo miedo.

Respuesta: Sí, la mente se concentra en el cerebro y de ahí que usted tenga una sensación de calor ahí. Se debe al pensamiento «yo». Cuando el pensamiento «yo» surge, el miedo de la muerte surge simultáneamente. Con respecto al olvido, mientras haya pensamiento habrá olvido. Primero hay el pensamiento «Yo soy *Brahman*», entonces sobreviene el olvido. El olvido y el pensamiento son solo para el pensamiento «yo». Aférrese a él y desaparecerá como un fantasma. Lo que permanece es el «yo» real y eso es el Sí mismo.

«Yo soy *Brahman*» es una ayuda a la concentración, puesto que mantiene apartados los demás pensamientos. Cuando sólo persista ese único pensamiento, vea de quién es ese pensamiento. Se encontrará que es de «yo». ¿Desde dónde es el pensamiento «yo»? Indague en él, el pensamiento «yo» se desvanecerá, y el Sí mismo supremo brillará por sí solo. No se necesita ningún otro esfuerzo.

Cuando sólo permanezca el único «yo» real, no estará diciendo «yo soy el *Brahman*». ¿Acaso un hombre está repitiendo todo el tiempo «yo soy un hombre»? A menos que sea desafiado, ¿por qué va a declararse a sí mismo un hombre? ¿Se confunde a sí mismo alguien con un animal de modo que diga, «no, yo no soy animal, yo soy un hombre»? Similarmente, siendo el *Brahman* o «yo» la única realidad existente, no hay nadie que lo desafíe y así no hay ninguna necesidad de estar repitiendo «Yo soy el *Brahman*»¹⁸.

Pregunta: ¿Por qué debe uno adoptar esta auto-hipnosis pensando en el punto impensable? ¿Por qué no adoptar otros métodos como mirar fijamente la luz, retener la respiración,

escuchar música, escuchar los sonidos internos, o la repetición de la sílaba sagrada *om* u otros *mantras*?

Respuesta: Mirar fijamente la luz obnubila la mente y produce catalepsia de la voluntad de momento, pero no asegura ningún beneficio permanente. El control de la respiración suspende temporalmente la voluntad, pero ello no es permanente. Lo mismo ocurre con la escucha de sonidos, a menos que el *mantra* sea sagrado y asegure la ayuda de un poder más alto para purificar y elevar los pensamientos¹⁹.

Pregunta: A nosotros se nos aconseja concentrarnos sobre la mancha en la frente entre las cejas. ¿Es correcto?

Respuesta: Todo el mundo es consciente —«yo soy». Poniendo a un lado esa consciencia, uno va de acá para allá en busca de Dios. ¿Cuál es la utilidad de fijar la atención entre las cejas? Es simplemente necio decir que Dios está entre las cejas. El propósito de tal consejo es ayudar a la mente a concentrarse. Es uno de los métodos forzados para sujetar la mente e impedir su disipación. Se la dirige forzosamente dentro de un único carril. Es una ayuda a la concentración.

Pero el mejor medio de realización es la indagación «¿Quién soy yo?». El trastorno presente es de la mente y debe ser disuelto sólo por la mente²⁰.

Pregunta: Yo no me concentro siempre en el mismo centro en el cuerpo. A veces encuentro más fácil concentrarme en un centro y a veces en otro. Y a veces, cuando me concentro en un centro, el pensamiento por sí solo se va y se fija a sí mismo en otro. ¿Por qué es eso?

Respuesta: Puede deberse a sus prácticas del pasado. Pero en cualquier caso no importa sobre qué centro se concentre usted, puesto que el Corazón real está en todos los centros e incluso fuera del cuerpo. Sea cual fuere la parte del cuerpo o el

objeto externo en el cual usted se concentre, el Corazón está ahí.

Pregunta: ¿Puede uno concentrarse una vez en un centro y otra vez en otro o debe concentrarse siempre congruentemente en el mismo centro?

Respuesta: Como acabo de decir, no puede haber ningún daño dondequiera que usted se concentre, debido a que la concentración es solo un medio de abandonar los pensamientos. Cualquiera que sea el centro o el objeto en el que usted se concentre, el que se concentra es siempre el mismo²¹.

Pregunta: Algunos dicen que se debe practicar la meditación en objetos groseros solo. Puede ser desastroso si uno busca constantemente matar la mente.

Respuesta: ¿Para quién es desastroso? ¿Puede haber desastre aparte del Sí mismo?

«Yo, yo» indiviso es el océano infinito. El ego, el pensamiento «yo», permanece solo como una burbuja en él y es llamado *jiva* o alma individual. La burbuja también es agua pues cuando estalla se mezcla solo en el océano. Cuando permanece como una burbuja es también una parte del océano. Ignorantes de esta simple verdad, innumerables métodos bajo diferentes denominaciones, tales como *yoga*, *bhakti*, *karma*, cada uno a su vez con muchas modificaciones, se están enseñando con gran artificio e intrincados detalles solo para engatusar a los buscadores y confundir sus mentes. Así son también las religiones, las sectas y los dogmas. ¿Para qué es todo esto? Solo para conocer el Sí mismo. Son ayudas y prácticas requeridas para conocer el Sí mismo.

Los objetos percibidos por los sentidos son calificados como conocimiento inmediato [*pratyaksha*]. ¿Puede algo ser tan directo como el Sí mismo —experimentado siempre sin la ayuda de los sentidos? Las percepciones de los sentidos solo pue-

den ser conocimiento indirecto, y no conocimiento directo. Solo la propia consciencia de uno mismo es conocimiento directo, y eso es la experiencia común de uno y de todos. No se necesita ninguna ayuda para conocer el propio Sí mismo de uno²².

CAPÍTULO 11

Mantras y Japa

Un *mantra* es una palabra o una frase que ha sido dada a un discípulo por un Gurú, usualmente como parte de un rito de iniciación. Si el Gurú ha acumulado poder espiritual como resultado de su realización o de su meditación, algo de este poder es transmitido en el *mantra*. Si el discípulo repite la palabra continuamente, se invoca el poder del Gurú, de tal manera que ayuda al discípulo a progresar hacia la meta de la Auto-realización. Sri Ramana aceptaba la validez de este planteamiento pero él mismo raramente daba *mantras* y nunca los usaba como parte de un rito de iniciación. Por otra parte, hablaba elevadamente de la práctica del *nama-japa* (la repetición continua del nombre de Dios) y a menudo la recomendaba como una ayuda útil para aquellos que estaban siguiendo la vía de la entrega.

En el capítulo 7 se señaló que la entrega a Dios o al Sí mismo podía practicarse efectivamente siendo consciente en toda ocasión de que no hay ningún «yo» individual actuando y pensando, sino solo un «poder más alto» que es responsable de todas las actividades del mundo. Sri Ramana recomendaba el *japa* como una manera efectiva de cultivar esta actitud, puesto que reemplaza una consciencia del individuo y del mundo por una consciencia constante de este poder más alto.

En sus primeras etapas la repetición del nombre de Dios es solo un ejercicio de concentración y meditación, pero con la práctica continuada se alcanza una etapa en la que la repetición prosigue sin esfuerzo, automática y continuamente. Esta etapa

no se alcanza únicamente por la concentración sino solo entregándose completamente a la deidad cuyo nombre se está repitiendo: «Para usar el nombre de Dios, uno debe invocarle con anhelo y entregarse sin reservas a él. Solo después de una tal entrega está el nombre de Dios constantemente con el hombre»¹.

Cuando Sri Ramana hablaba sobre esta etapa avanzada de *japa*, había una dimensión casi mística en sus ideas. Hablaba de la identidad del nombre de Dios con el Sí mismo y a veces decía incluso que cuando se realiza el Sí mismo, el nombre de Dios se repite sin esfuerzo y continuamente en el Corazón.

Esta última etapa se alcanza solo después de que la práctica del *japa* se sumerge en la práctica de la auto-atención. Sri Ramana ilustraba usualmente la necesidad de esta transición citando las palabras de Namdev, un santo de Maharashtra del siglo XIV: «La naturaleza omnipenetrante del Nombre sólo puede ser comprendida cuando uno reconoce el «yo» propio de uno. Cuando el nombre propio de uno no es reconocido, es imposible obtener el Nombre omnipenetrante»². Esta cita proviene de una obra breve de Namdev titulada *La Filosofía del Nombre Divino*, cuyo texto completo se da en una de las respuestas de Sri Ramana posteriormente en este capítulo. Él la descubrió por primera vez en 1937 y durante los últimos trece años de su vida tuvo una copia de ella sobre un pequeño estante junto a su cama. Frecuentemente la leía en voz alta cuando los visitantes le preguntaban sobre la naturaleza y utilidad del *japa*, y por el número de veces que habló de ella con aprobación es razonable asumir que respaldaba plenamente sus contenidos.

Pregunta: Mi práctica ha sido un *japa* continuo de los nombres de Dios con la inhalación y del nombre de Sai Baba con la exhalación. Simultáneamente con esto veo la forma de Baba siempre. Incluso en Bhagavan, veo a Baba. Ahora, ¿debo continuar con esto o cambiar el método, pues algo me dice

desde dentro que si me aferro al nombre y a la forma jamás rebasaré el nombre y la forma? Pero no puedo comprender qué más hacer después de abandonar el nombre y la forma. ¿Querrá Bhagavan iluminarme sobre este punto?

Respuesta: Usted puede continuar con su método presente. Cuando el *japa* deviene continuo, todos los demás pensamientos cesan y uno está en su propia naturaleza real, que es *japa* o *dhyana*. Nosotros volvemos nuestra mente hacia afuera sobre las cosas del mundo y por lo tanto no somos conscientes de que nuestra naturaleza real es siempre *japa*. Cuando por el esfuerzo consciente de *japa* o de *dhyana*, como nosotros lo llamemos, impedimos a nuestra mente pensar en otras cosas, lo que permanece entonces es nuestra naturaleza real, que es *japa*.

Mientras piense que usted es nombre y forma, usted no puede escapar de nombre y forma en *japa* también. Cuando realice que usted no es nombre y forma, entonces nombre y forma se esfumarán por sí solos. Ningún otro esfuerzo es necesario. *Japa* o *dhyana* le llevarán a ello de modo natural. Lo que ahora se considera como el medio, *japa*, se encontrará entonces que es la meta. El Nombre y Dios no son diferentes. Esto se muestra claramente en las enseñanzas de Namdev³.

- 1 El Nombre penetra densamente el cielo y las regiones más bajas y el universo entero. ¿Quién puede decir hasta qué profundidades en las regiones más bajas y hasta qué altura en los cielos se extiende? El ignorante sufre los 84 *lakhs* [8'4 millones] de especies de nacimientos, no conociendo la esencia de las cosas. Namdev dice que el Nombre es inmortal. Las formas son innumerables, pero el Nombre es todo eso.
- 2 El Nombre mismo es la Forma. No hay ninguna distinción entre Nombre y Forma. Dios devino manifiesto y asumió Nombre y Forma. De aquí que los *Vedas* establecieran el Nombre. Cuidado, no hay ningún *mantra*

más allá del Nombre. Aquellos que dicen otra cosa son ignorantes. Namdev dice que el Nombre es Keshava [Dios] mismo. Esto es conocido solo por los amantes devotos del Señor.

- 3 La naturaleza omnipenetrante del Nombre sólo puede ser comprendida cuando se reconoce el «yo» propio de uno. Cuando el nombre propio de uno no es reconocido, es imposible obtener el Nombre omnipenetrante. Cuando uno se conoce a sí mismo, entonces encuentra el Nombre por todas partes. Ver el Nombre como diferente del Nombrado crea ilusión. Namdev dice, «Pregunta a los Santos».
- 4 Nadie puede realizar el Nombre por la práctica del conocimiento, la meditación o la austeridad. Entrégate primero a los pies del Gurú y aprende a conocer que «yo» mismo es ese Nombre. Después de encontrar la fuente de ese «yo», sumerge tu individualidad en esa unidad que es auto-existente y exenta de toda dualidad. Eso que penetra más allá de *dvaita* [dualidad] y de *dvaitatita* [eso que es más allá de la dualidad], ese Nombre ha impregnado los tres mundos. El Nombre es el *Parabrahman* mismo donde no hay ninguna acción que surja de la dualidad⁴.

La misma idea se encuentra también en la Biblia: «En el comienzo era el Verbo y el Verbo era con Dios y el Verbo era Dios»⁵.

Pregunta: ¿Así pues el nombre verdadero de Dios se revelará finalmente por la auto-indagación?

Respuesta: ¡Puesto que usted mismo es la forma del *japa*, si usted conoce su propia naturaleza indagando quién es usted, qué maravilla será eso! El *japa* que previamente se desarrollaba

con esfuerzo continuará entonces infatigablemente y sin esfuerzo en el Corazón⁶.

Pregunta: ¿Durante cuánto tiempo debo hacer *japa*? ¿Debo concentrarme también sobre una imagen de Dios al mismo tiempo?

Respuesta: *Japa* es más importante que la forma externa. Debe hacerse hasta que deviene natural. Comienza con esfuerzo y se continúa hasta que procede por sí mismo. Cuando es natural es llamado realización.

Japa puede hacerse mientras se está haciendo otro trabajo. Eso que es, es la única realidad. Puede ser representado por una forma, un *japa*, *mantra*, *vichara*, o cualquier tipo de tentativa de obtener la realidad. Todas ellas se resolverán finalmente en esa realidad única. *Bhakti*, *vichara* y *japa* son solo formas diferentes de nuestros esfuerzos para mantenerse fuera de la irrealidad. La irrealidad es una obsesión ahora, pero nuestra naturaleza verdadera es la realidad. Nosotros estamos persistiendo erróneamente en la irrealidad, es decir, en el apego a los pensamientos y actividades mundanales. La cesación de éstos revelará la verdad. Nuestras tentativas se dirigen a mantenerlos fuera y esto se hace pensando en la realidad solo. Aunque [ella] es nuestra naturaleza parece como si nosotros estuviéramos pensando en ella mientras hacemos estas prácticas. Lo que hacemos realmente equivale a la supresión de los obstáculos para la revelación de nuestro ser verdadero.

Pregunta: ¿Tienen nuestras tentativas asegurado el éxito?

Respuesta: La realización es nuestra naturaleza. No hay nada nuevo que obtener. Lo que es nuevo no puede ser eterno. Por lo tanto, no hay ninguna necesidad de dudar sobre si uno podría perder u obtener el Sí mismo⁷.

Pregunta: ¿Es bueno hacer *japa* cuando nosotros sabemos que la indagación en el Sí mismo es la cosa real?

Respuesta: Todos los métodos son buenos puesto que eventualmente llevarán a la indagación. *Japa* es nuestra naturaleza real. Cuando realizamos el Sí mismo entonces *japa* continúa sin esfuerzo. Lo que es el medio en una etapa deviene la meta en otra. Cuando *japa* continúa constantemente y sin esfuerzo, eso es realización⁸.

Pregunta: Yo no estoy instruida en las escrituras y encuentro el método de la auto-indagación demasiado difícil para mí. Soy una mujer con siete hijos y un montón de tareas caseras y me queda muy poco tiempo para la meditación. Suplico a Bhagavan que me dé algún método más simple y más fácil.

Respuesta: No se necesita ninguna instrucción o conocimiento de las escrituras para conocer el Sí mismo, lo mismo que ningún hombre necesita un espejo para verse a sí mismo. Todo conocimiento se requiere solo para ser abandonado eventualmente como no-Sí mismo. Tampoco el trabajo de la casa, o los cuidados de los niños son necesariamente un obstáculo. Si usted no puede hacer nada más, manténganse al menos diciendo «yo, yo» mentalmente para usted misma, como se aconseja en *¿Quién soy yo?* ...«si se piensa incesantemente “yo, yo”, ello conducirá a ese estado [el Sí mismo]». Continúe repitiéndolo sea cual fuere el trabajo que usted pueda estar haciendo, bien sea que usted esté sentada, de pie o caminando. «Yo» es el nombre de Dios. Es el primero y el más grande de los *mantras*. Incluso *om* es secundario a él⁹.

Pregunta: Para controlar la mente, ¿cuál de los dos es mejor, hacer el *japa* del *ajapa mantra* [silente] o del *omkar* [el sonido de *om*]?

Respuesta: ¿Cuál es su idea del *japa* silente e involuntario [*ajapa*]? ¿Será *ajapa* si usted continúa repitiendo con la boca

soham, soham [«Yo soy él, yo soy él»]? *Ajapa* significa en realidad conocer ese *japa* que continúa involuntariamente sin ser pronunciado por la boca. Sin conocer este significado real las gentes piensan que significa repetir con la boca las palabras *soham, soham* cientos de miles de veces, contándolas con los dedos o las cuentas de un rosario.

Antes de comenzar un *japa* se prescribe el control de la respiración. Eso significa, primero hacer *pranayama* [regulación de la respiración] y después comenzar a repetir el *mantra*. *Pranayama* significa primero cerrar la boca, ¿no es así? Si deteniendo la respiración, los cinco elementos en el cuerpo son sometidos y controlados, lo que permanece es el Sí mismo real. Ese Sí mismo estará repitiendo por sí solo siempre *aham, aham* [«Yo, Yo»]. Eso es *ajapa*. Sabiendo esto, ¿cómo podría eso que se repite con la boca ser *ajapa*? La visión del Sí mismo real que hace *japa* por sí solo involuntariamente y en una corriente que nunca se acaba, como un flujo continuo de ungüento, es *ajapa, gayatri* y todo.

Si usted conoce quién es quien está haciendo *japa*, usted sabrá qué es *japa*. Si usted busca y trata de descubrir quién es quien está haciendo *japa*, ese *japa* mismo deviene el Sí mismo.

Pregunta: ¿No hay ningún beneficio en hacer *japa* con la boca?

Respuesta: ¿Quién ha dicho que no hay ningún beneficio? Tal *japa* será el medio para *chitta suddhi* [purificar la mente]. Cuando el *japa* se hace repetidamente, el esfuerzo madura y más pronto o más tarde conduce a la vía recta. Bueno o malo, todo lo que se hace nunca se hace en vano. Las diferencias y los méritos y deméritos de cada uno tendrán que decirse solo a la vista de la etapa de desarrollo de la persona concernida¹⁰.

Pregunta: ¿No es el *japa* mental mejor que el *japa* oral?

Respuesta: El *japa* oral consiste en sonidos. Los sonidos surgen de los pensamientos, pues uno debe pensar antes de expresar los pensamientos en palabras. Los pensamientos forman la mente. Por lo tanto, el *japa* mental es mejor que el *japa* oral.

Pregunta: ¿No debemos contemplar el *japa* y repetirlo oralmente también?

Respuesta: Cuando el *japa* deviene mental, ¿dónde está la necesidad de los sonidos?

El *japa*, al devenir mental, deviene contemplación. *Dhyana*, contemplación, y el *japa* mental son lo mismo. Cuando los pensamientos cesan de ser promiscuos y el pensamiento único persiste a exclusión de todos los demás, se dice que es contemplación. El objeto de *japa* o *dhyana* es la exclusión de la multitud de los pensamientos y la confinación de uno mismo a un único pensamiento. Entonces ese pensamiento se desvanece también dentro de su fuente —la consciencia absoluta, el Sí mismo. La mente se da al *japa* y entonces se sumerge dentro de su propia fuente.

Pregunta: La mente se dice que proviene del cerebro.

Respuesta: ¿Dónde está el cerebro? Está en el cuerpo. Yo digo que el cuerpo mismo es una proyección de la mente. Usted habla del cerebro cuando piensa en el cuerpo. Es la mente la que crea el cuerpo, el cerebro en él y también la que asegura que el cerebro es su sede.

Pregunta: Sri Bhagavan ha dicho que al *japa* debe seguirse el rastro hasta su fuente. ¿No se entiende aquí la mente?

Respuesta: Todos éstos son solo las operaciones de la mente. *Japa* ayuda a fijar la mente en un único pensamiento. Todos los demás pensamientos primeramente se subordinan hasta que desaparecen. Cuando *japa* deviene mental se llama *dhyana*.

Dhyana es su verdadera naturaleza (de usted). Sin embargo, se llama *dhyana* debido a que se hace con esfuerzo. El esfuerzo es necesario mientras los pensamientos son promiscuos. Debido a que usted está con otros pensamientos, usted llama a la continuidad de un único pensamiento meditación o *dhyana*. Si esa *dhyana* deviene sin esfuerzo se encontrará que es su naturaleza real (de usted)¹¹.

Pregunta: Las gentes dan algunos nombres a Dios y dicen que el nombre es sagrado y que las repeticiones del nombre confieren mérito al individuo. ¿Puede esto ser verdadero?

Respuesta: ¿Por qué no? Usted tiene un nombre al cual responde. Pero su cuerpo no ha nacido con ese nombre inscrito en él, ni tampoco ha dicho a nadie que su nombre era ese. Y sin embargo a usted se le ha dado un nombre y responde a ese nombre, debido a que usted se ha identificado con el nombre. Por lo tanto, el nombre significa algo y no es una mera ficción. Similarmente, el nombre de Dios es efectivo. La repetición del nombre es recordación de lo que significa. De aquí su mérito¹².

Pregunta: Mientras estoy haciendo *japa* durante una hora o más caigo en un estado semejante al sueño. Al despertar me acuerdo de que mi *japa* ha estado interrumpido. Así pues, lo intento de nuevo.

Respuesta: «Semejante al sueño», exactamente. Es el estado natural. Debido a que usted está ahora asociado con el ego, usted considera que el estado natural es algo que interrumpe su funcionamiento. Usted debe tener la experiencia repetida hasta que usted realice que es su estado natural. Usted encontrará entonces que *japa* es extraño, pero sin embargo, continuará automáticamente. Su duda presente se debe a esa falsa identidad, a saber, la de identificarse a usted mismo con la mente que hace el *japa*. *Japa* significa aferrarse a un único pensamiento a exclusión de todos los demás pensamientos. Ese es su propósi-

to. Conduce a *dhyana*, la cual acaba en la Auto-realización o *jñana*.

Pregunta: ¿Cómo debo continuar el *japa*?

Respuesta: No se debe usar el nombre de Dios mecánicamente y superficialmente sin el sentimiento de la devoción¹³.

Pregunta: ¿Así pues la repetición mecánica es improductiva?

Respuesta: Las enfermedades agudas no se curarán meramente repitiendo el nombre de la medicina sino solo tomando la medicina. Similarmente, las cadenas del nacimiento y muerte no cesarán meramente haciendo muchas repeticiones de *mahavakyas* tales como «Yo soy Siva». En lugar de errar de acá para allá repitiendo «Yo soy lo supremo», permanezca usted mismo como lo supremo. La miseria del nacimiento y de la muerte no cesarán repitiendo vocalmente incontables veces «yo soy eso», sino solamente permaneciendo como eso¹⁴.

Pregunta: ¿Puede alguien obtener algún beneficio repitiendo sílabas sagradas [*mantras*] escogidas al azar?

Respuesta: No. Él debe ser competente e iniciado en tales *mantras*. Esto está ilustrado por la historia del rey y su ministro. Un rey visitó a su visir en su residencia. Allí se le dijo que el visir estaba ocupado en la repetición de sílabas sagradas. El rey le esperó, y cuando se encontró con él, le preguntó cuál era el *mantra*. El visir dijo que era el más sagrado de todos, la *gayatri*. El rey deseó ser iniciado por el visir pero el visir le confesó su incapacidad para iniciarle. Por lo tanto, el rey lo aprendió de algún otro, y, cuando más tarde se encontró con el ministro, le repitió la *gayatri* y quiso saber si era correcto. El visir dijo que el *mantra* era correcto, pero que no era apropiado que él lo dijera. Cuando fue presionado para que diera una explicación, el visir llamó a un paje de allí al lado y le ordenó apresar al rey.

La orden no fue obedecida. La orden fue repetida de nuevo, y tampoco fue obedecida. El rey se encolerizó y ordenó al mismo hombre que apresara al visir, lo que se hizo inmediatamente. El visir se echó a reír y dijo que el incidente era la explicación que quería el rey. «¿Cómo?» preguntó el rey. El ministro contestó, «La orden ha sido la misma y el ejecutor también, pero la autoridad ha sido diferente. Cuando yo he dado la orden, el efecto ha sido nulo, mientras que, cuando habéis sido vos quien ha ordenado, ha habido un efecto inmediato. Similarmente ocurre con los *mantras*»¹⁵.

Pregunta: Se me ha enseñado que el *mantra japa* es muy poderoso en la práctica.

Respuesta: El Sí mismo es el más grande de todos los *mantras* —prosigue automática y eternamente. Si usted no es consciente de este *mantra* interno, usted debe tomarlo conscientemente como *japa*, el cual se hace con esfuerzo, para erradicar todos los demás pensamientos. Por la atención constante a él, usted devendrá eventualmente consciente del *mantra* interno, lo cual es el estado de realización y es sin esfuerzo. La firmeza en esta consciencia le mantendrá a usted continuamente y sin esfuerzo en la corriente, por muy comprometido que usted pueda estar en otras actividades¹⁶.

Por la repetición de *mantras*, la mente es controlada. Entonces el *mantra* deviene uno con la mente y también con el *prana* [la energía que sustenta al cuerpo].

Cuando las sílabas del *mantra*, devienen uno con el *prana*, a eso se le llama *dhyana*, y cuando *dhyana* deviene profunda y firme conduce a *sahaja sthiti* [el estado natural]¹⁷.

Pregunta: Yo he recibido un *mantra*. Las gentes me asustan diciéndome que puede tener resultados imprevisibles si lo repito. Es solo el *pranava* [*Om*]. Así pues, busco consejo. ¿Puedo repetirlo? Tengo considerable fe en él.

Respuesta: Ciertamente, debe ser repetido con fe.

Pregunta: ¿Operará por sí solo, o puede usted darme amablemente algunas instrucciones más?

Respuesta: El objeto del *mantra japa* es realizar que el mismo *japa* se prosigue ya en uno mismo sin ningún esfuerzo. El *japa* oral deviene mental y el *japa* mental finalmente se revela como eterno. Ese *mantra* es la naturaleza real de la persona. Eso es también el estado de realización.

Pregunta: ¿Puede obtenerse así la felicidad del *samadhi*?

Respuesta: El *japa* deviene mental y finalmente se revela como el Sí mismo. Eso es *samadhi*¹⁸.

CAPÍTULO 12

La Vida en el Mundo

Hay una tradición hindú bien establecida que prescribe cuatro etapas en la vida (*asramas*) para los buscadores espirituales serios:

- 1 *Brahmacharya* (estudio en celibato). Un largo período de estudio de las escrituras antes del matrimonio, usualmente en una institución que especializa en la erudición védica.
- 2 *Grihastha* (matrimonio y familia). A la conclusión de sus estudios se espera que el aspirante se case y desempeñe sus negocios y deberes hogareños concienzudamente, pero sin apego a ellos.
- 3 *Vanaprastha* (retiro en el bosque). Cuando se han cumplido todas las obligaciones familiares (lo cual significa usualmente cuando se han casado los hijos), el aspirante puede retirarse a un lugar solitario, usualmente un bosque, y entregarse todo el tiempo a la meditación.
- 4 *Sannyasa* (monacato errante). En la etapa final el buscador se desprende del mundo completamente y deviene un monje mendicante errante. No teniendo ningún vínculo material, social o financiero, el *sannyasi* ha

desechado teóricamente todos los apegos que previamente impedían su progreso hacia la Auto-realización.

Esta estructura antigua y venerada sostenía la creencia india común de que era necesario abandonar a la familia y adoptar una vida meditativa de ascetismo en celibato si uno estaba seriamente interesado en realizar el Sí mismo. Sri Ramana era preguntado sobre esta creencia muchas veces pero siempre se negaba a respaldarla. Se negaba congruentemente a dar a sus devotos permiso para abandonar sus responsabilidades mundanas en favor de una vida meditativa e insistía siempre en que la realización era igualmente accesible a todos, independientemente de sus circunstancias físicas. En lugar de aconsejar la renuncia física decía a todos sus devotos que sería espiritualmente más productivo para ellos desempeñar sus deberes y obligaciones normales con una consciencia de que no hay ningún «yo» individual cumpliendo o aceptando ninguna responsabilidad por los actos que el cuerpo lleva a cabo. Creía firmemente que la actitud mental tiene una incidencia mucho mayor en el progreso espiritual que las circunstancias físicas y desanimaba persistentemente a todos los interlocutores que sentían que una manipulación de sus condiciones exteriores, por muy pequeña que fuera, sería espiritualmente beneficiosa.

Los únicos cambios físicos que siempre sancionaba eran cambios en la dieta. Aceptaba la prevaleciente teoría hindú de la dieta, la cual proclamaba que el tipo de alimento consumido afectaba a la cantidad y cualidad de los pensamientos y recomendaba una moderada ingestión de alimento vegetariano como la ayuda más útil a la práctica espiritual.

La teoría dietética hindú que Sri Ramana respaldaba clasifica los diferentes alimentos según los estados mentales que inducen:

1 *Sattva* (pureza o armonía). Los productos lácteos, frutas, hortalizas, legumbres y cereales se consideran alimentos *sáttvicos*. Una dieta que consiste ampliamente de estos productos ayuda a los aspirantes espirituales a mantener una mente tranquila y serena.

2 *Rajas* (actividad). Los alimentos *rajásicos* incluyen la carne, el pescado y alimentos con especias picantes tales como pimienta, cebollas y ajos. La ingestión de estos alimentos resulta en una mente sobreactivada.

3 *Tamas* (torpor). Los alimentos añejos, rancios o que son producto de un proceso de fermentación se clasifican como *tamásicos*. La consumición de estos alimentos conduce a estados de mente apáticos y torpes que obnubilan el discernimiento.

Pregunta: Yo tengo una buena inclinación a darme de baja del servicio y permanecer constantemente con Sri Bhagavan.

Respuesta: Bhagavan está siempre con usted, en usted, y usted mismo es Bhagavan. Para realizar esto no es necesario abandonar su trabajo ni tampoco huir de su casa. La renuncia no implica el despojamiento visible de las costumbres, lazos familiares, hogar, etc., sino la renuncia de los deseos, la afección y el apego. No hay ninguna necesidad de abandonar su trabajo, solo abandónese usted mismo a Dios, el cargador del fardo de todos. El que renuncia a los deseos en realidad se funde en el mundo y expande su amor a todo el universo. La expansión del amor y la afección será una condición mucho mejor para un verdadero devoto de Dios que la renunciación, pues el que renuncia a los lazos inmediatos, en realidad extiende los lazos de afección y de amor a un mundo mucho más amplio más allá de las fronteras de casta, credo y raza. Un *sannyasi* que aparentemente desecha sus vestidos y deja su casa no lo hace por aversión hacia sus relaciones inmediatas sino debido a la

expansión de su amor hacia los demás a su alrededor. Cuando esta expansión llega, uno no siente que esté huyendo de casa, en lugar de ello uno se cae de ella como un fruto maduro de un árbol. Hasta entonces sería una necedad dejar la casa o el trabajo de uno¹.

Pregunta: ¿Cómo encaja un *grihasta* [responsable de un hogar] en el esquema de *moksha* [liberación]? ¿No debe devenir necesariamente un mendicante a fin de alcanzar la liberación?

Respuesta: ¿Por qué piensa que usted es un *grihasta*? Pensamientos similares de que usted es un *sannyasi* [monje errante] le obsesionarán, incluso si usted se va como un *sannyasi*. Bien sea que usted continúe en el hogar o bien sea que renuncie a él y se vaya al bosque, su mente le obsesiona a usted. El ego es la fuente del pensamiento. Crea el cuerpo y el mundo y le hace pensar que usted es el *grihasta*. Si usted renuncia, el ego solo sustituirá el pensamiento de *grihasta* por el de *sannyasa* y el entorno del hogar por el del bosque. Pero los obstáculos mentales están siempre aquí para usted. Incluso aumentarán grandemente en los nuevos parajes. No es de ninguna ayuda cambiar de entorno. El único obstáculo es la mente y ella debe ser rebasada bien sea en el hogar o en el bosque. Si usted puede hacerlo en el bosque, ¿por qué no en casa? Por lo tanto, ¿por qué cambiar el entorno? Sus esfuerzos pueden hacerse ahora, cualquiera que sea el entorno.

Pregunta: ¿Es posible gozar del *samadhi* [consciencia de la realidad] mientras se está ocupado en el trabajo en el mundo?

Respuesta: El sentimiento «yo trabajo» es el obstáculo. Pregúntese a usted mismo «¿Quién trabaja?». Recuerde quién es usted. Entonces el trabajo no le atará, continuará automáticamente. No haga ningún esfuerzo ni para trabajar ni para renunciar; es su esfuerzo el que es la esclavitud. Lo que está des-

tinado a acontecer, acontecerá. Si usted está destinado a no trabajar, no tendrá trabajo incluso si usted se obsesiona por él. Si usted está destinado a trabajar, usted no podrá evitarlo y estará forzado a darse a él. Así pues, déjelo al poder más alto; usted no puede renunciar o retener como usted quiera.

Pregunta: Bhagavan dijo ayer que mientras uno está dado a la búsqueda de Dios «dentro», el trabajo «exterior» continuará automáticamente. En la vida de Sri Chaitanya se dice que durante sus charlas a los estudiantes él estaba en realidad buscando a Krishna dentro y que se olvidaba de todo sobre su cuerpo y continuaba hablando de Krishna solo. Esto suscita una duda en cuanto a si el trabajo puede dejarse a sí mismo tranquilamente. ¿No debe uno mantener parte de su atención sobre el trabajo físico?

Respuesta: El Sí mismo es todo. ¿Es usted aparte del Sí mismo? ¿O puede el trabajo continuar sin el Sí mismo? El Sí mismo es universal, de modo que todas las acciones continuarán bien sea que usted se esfuerce en darse a ellas o bien sea que no. El trabajo continuará por sí solo. Así Krishna le dijo a Arjuna que no se perturbara por matar a los Kauravas debido a que para Dios estaban ya muertos. No le correspondía a él decidir obrar y lamentarse por ello, sino sólo permitir que su propia naturaleza efectuara la voluntad del poder más alto.

Pregunta: Pero el trabajo puede sufrir si no estoy atento a él.

Respuesta: Atender al Sí mismo significa atender al trabajo. Debido a que se identifica a usted mismo con el cuerpo, piensa que el trabajo es hecho por usted. Pero el cuerpo y sus actividades, incluyendo ese trabajo, no son aparte del Sí mismo. ¿Qué importa si usted atiende el trabajo o no? Cuando camina de un lugar a otro usted no está pendiente de los pasos que da, y, sin embargo, usted se encuentra después de un tiempo en su meta.

Usted ve cómo el asunto de caminar continúa solo sin que usted esté pendiente de él. Así ocurre también con los demás tipos de trabajo².

Pregunta: Si uno mantiene el Sí mismo en recordación, ¿sus acciones serán siempre justas?

Respuesta: Deben serlo. Sin embargo, una tal persona no se preocupa de la justicia o injusticia de las acciones. Sus acciones son de Dios y por lo tanto justas.

Pregunta: ¿Cómo puede mi mente estar en quietud si tengo que usarla más que otras gentes? Quiero retirarme a la soledad y renunciar a mi trabajo de patrón.

Respuesta: No. Usted puede permanecer donde está y continuar con el trabajo. ¿Cuál es el trasfondo que vivifica la mente, que la permite hacer todo este trabajo? Es el Sí mismo. De modo que eso es la fuente real de su actividad. Simplemente sea consciente de ello durante su trabajo y no lo olvide. Contemple el trasfondo de su mente incluso mientras trabaja. Para hacer eso, no tenga prisa, tómese su tiempo. Mantenga vivo el recuerdo de su naturaleza real, incluso mientras trabaja, y evite la prisa, la cual hace que usted olvide. Sea deliberado. Practique la meditación para aquietar la mente y hacer que devenga consciente de su verdadera relación con el Sí mismo que la sostiene. No imagine que es usted quien está haciendo el trabajo. Piense que es la corriente subyacente quien lo está haciendo. Identifíquese con la corriente. Si usted trabaja sin precipitación, recordándose a sí mismo, su trabajo o servicio no será un obstáculo³.

Pregunta: En las primeras etapas, ¿no sería una ayuda para un hombre buscar la soledad y abandonar sus deberes exteriores en la vida?

Respuesta: La renunciación está siempre en la mente, no en ir a los bosques o a lugares solitarios o en abandonar los debe-

res de uno. La cosa principal es ver que la mente no se vuelva hacia afuera sino hacia adentro. No depende de un hombre si va a este lugar o a aquel o si abandona sus deberes o no. Todos estos acontecimientos ocurren de acuerdo con el destino. Todas las actividades por las que el cuerpo tiene que pasar se determinan cuando viene a la existencia. No depende de usted aceptarlas o rechazarlas. La única libertad que usted tiene es volver su mente hacia adentro y renunciar a las actividades ahí.

Pregunta: ¿Pero no es posible que algo sea una ayuda, especialmente para un principiante, como una cerca alrededor de un árbol joven? Por ejemplo, ¿no dicen nuestros libros que es útil ir de peregrinación a los santuarios sagrados o tener el *sat-sanga*?

Respuesta: ¿Quién ha dicho que no son útiles? Pero tales cosas no dependen de usted, mientras que volver su mente hacia adentro sí. Muchas gentes desean las peregrinaciones o el *sat-sanga* que usted menciona, ¿pero lo obtienen todos?

Pregunta: ¿Por qué a nosotros solo nos queda volvernos hacia adentro y no a alguna otra cosa exterior?

Respuesta: Si quiere ir al fundamento, usted debe indagar quién es usted y encontrar quién es quien tiene libertad o destino. ¿Quién es usted y por qué ha recibido usted este cuerpo que tiene estas limitaciones?⁴.

Pregunta: ¿Es necesaria la soledad para *vichara* [indagación]?

Respuesta: Hay soledad por todas partes. El individuo está siempre solo. Su labor es encontrarla dentro, no buscarla fuera de sí mismo⁵.

La soledad está en la mente del hombre. Uno puede estar en la espesura del mundo y mantener la serenidad de mente. Alguien así está en soledad. Otro puede estar en un bosque, y

sin embargo ser incapaz de controlar su mente. De alguien así no puede decirse que está en soledad. La soledad es una función de la mente. Un hombre apegado a los deseos no puede tener soledad esté donde esté, mientras que un hombre desapegado está siempre en soledad.

Pregunta: Así pues, uno puede estar dedicado al trabajo y estar libre de deseo y mantener la soledad. ¿Es así?

Respuesta: Sí. El trabajo cumplido con apego es una cadena, mientras que el trabajo cumplido con desapego no afecta al hacedor. El que trabaja así, aunque esté trabajando, está en soledad⁶.

Pregunta: Nuestra vida de cada día no es compatible con tales esfuerzos.

Respuesta: ¿Por qué piensa que usted es activo? Tome el ejemplo grosero de su venida aquí. Usted ha dejado su casa en un carro, ha tomado un tren, se ha apeado en la estación, ha tomado un carro y se ha encontrado a usted mismo en este *ashram*. Cuando se le pregunta, usted dice que ha viajado hasta aquí todo el camino desde su ciudad. ¿Es esto cierto? ¿No es un hecho que usted ha permanecido como usted era y que ha habido movimientos de vehículos a todo lo largo del camino? Lo mismo que esos movimientos son confundidos con el suyo propio, así ocurre también con las demás actividades. Ellas no son suyas propias, son las actividades de Dios⁷.

Pregunta: ¿Cómo puede ser obtenida la cesación de la actividad [*nivritti*] y la paz de mente en medio de los deberes del responsable de un hogar, los cuales son de la naturaleza de la actividad constante?

Respuesta: Como las actividades del hombre sabio existen solo a los ojos de los demás y no a los suyos propios, aunque él pueda estar cumpliendo tareas inmensas, en realidad no hace

nada. Por lo tanto, sus actividades no obstaculizan la vía de la inacción y paz de mente. Él sabe la verdad de que todas las actividades tienen lugar en su mera presencia y que él no hace nada. De aquí que permanezca como el presenciador silente de todas las actividades que están teniendo lugar⁸.

Pregunta: ¿Es más difícil para los occidentales retirarse dentro?

Respuesta: Sí, son *rajásicos* [mentalmente sobreactivados] y su energía va hacia afuera. Nosotros debemos estar interiormente en quietud, no olvidar el Sí mismo, y entonces podemos continuar externamente con la actividad. ¿Olvida un hombre que está representando sobre el escenario el papel de una mujer que él es un hombre? Similarmente, nosotros también debemos representar nuestros papeles sobre el escenario de la vida, pero no debemos identificarnos con esos papeles.

Pregunta: ¿Cómo se elimina la pereza espiritual de otros?

Respuesta: ¿Ha eliminado usted la suya propia? Vuelva sus indagaciones hacia el Sí mismo. La fuerza suscitada en usted operará en los otros también⁹.

Pregunta: ¿Pero cómo puedo ayudar a otro en sus problemas, en sus perturbaciones?

Respuesta: ¿Qué es este hablar de otro? —hay solo el uno. Trate de realizar que no hay ningún yo, ningún usted, ningún él, solo el único Sí mismo, que es todo. Si usted cree en el problema de otro, usted está creyendo en algo fuera del Sí mismo. Usted le ayudará mejor realizando la unidad de todo más bien que por una actividad exterior¹⁰.

Pregunta: ¿Aprueba usted la continencia sexual?

Respuesta: Un verdadero *brahmachari* [célibe] es el que mora en el *Brahman*. Entonces ya no se plantean más los deseos.

Pregunta: En el *ashram* de Sri Aurobindo hay una regla rígida de que a las parejas casadas se les permite vivir allí a condición de que no tengan ningún intercurso sexual.

Respuesta: ¿Cuál es la utilidad de eso? Si existe en la mente, ¿cuál es la utilidad de forzar a las gentes a la abstención?

Pregunta: ¿Es el matrimonio una barrera al progreso espiritual?

Respuesta: La vida de casado no es una barrera, pero el casado debe hacer lo más posible para practicar el auto-control. Si un hombre tiene un fuerte deseo de la vida más elevada entonces la tendencia del sexo se sumergirá. Cuando la mente es destruida, los demás deseos son destruidos también¹¹.

Pregunta: Yo he cometido pecado sexual.

Respuesta: Incluso si lo ha cometido, no importa mientras usted no piense después que lo ha cometido. El Sí mismo no es consciente de ningún pecado y la renuncia al sexo es interna, no meramente del cuerpo sólo.

Pregunta: A mí me pierde la visión de los pechos de una joven vecina y a menudo estoy tentado de cometer adulterio con ella. ¿Qué debo hacer?

Respuesta: Usted es siempre puro. Son sus sentidos y su cuerpo los que le tientan y los que usted confunde con su Sí mismo real. Así pues, primero sepa quién es tentado y quién hay para tentar. Pero incluso si comete adulterio, no piense en ello después, debido a que usted es siempre puro. Usted no es el pecador¹².

Pregunta: ¿Cómo desarraigamos nuestra idea del sexo?

Respuesta: Desarraigando la idea falsa de que el cuerpo es el Sí mismo. No hay ningún sexo en el Sí mismo. Sea el Sí mismo y entonces usted no tendrá ninguno de los trastornos del sexo.

Pregunta: ¿Puede el ayuno curar el deseo sexual?

Respuesta: Sí, pero es pasajero. El ayuno mental es la ayuda real. El ayuno no es un fin en sí mismo. Debe haber desarrollo espiritual a la par. El ayuno completo hace a la mente demasiado débil. La indagación espiritual debe mantenerse íntegra a través de un ayuno si es que ha de ser beneficioso espiritualmente¹³.

Pregunta: ¿Puede uno progresar espiritualmente ayunando?

Respuesta: El ayuno debe ser principalmente mental [abstención de los pensamientos]. La mera abstinencia de alimento no hará ningún bien, e incluso alterará la mente. El florecimiento espiritual vendrá más bien regulando la comida. Pero si, durante un ayuno de un mes, se han mantenido las miras espirituales, entonces durante alrededor de diez días después de la ruptura del ayuno (si se ha roto adecuadamente y se ha seguido por una dieta juiciosa) la mente devendrá pura y estable y permanecerá así¹⁴.

En los primeros días de mi venida aquí, yo tenía los ojos cerrados y estaba tan profundamente absorto en meditación que apenas sabía si era de día o de noche. Ni comía ni dormía. Cuando hay movimiento en el cuerpo, uno necesita comer. Si uno come, necesita dormir. Si no hay ningún movimiento, uno no necesita dormir. Un poco de comida es suficiente para sostener la vida. Esa solía ser mi experiencia. Una u otra persona solía ofrecerme un tazón de alguna dieta líquida siempre que yo abría los ojos. Eso era todo lo que yo comía de vez en cuando. Pero recuerde una cosa: excepto cuando uno está absorbido en

un estado donde la mente está inmóvil, no es posible renunciar al sueño ni al alimento completamente. Cuando el cuerpo y la mente están ocupados en las tareas ordinarias de la vida, el cuerpo flaquea si uno renuncia a la comida y al sueño.

Hay diferentes teorías concernientes a cuánto debe comer y a cuánto debe dormir un *sadhaka*. Algunos dicen que es saludable acostarse a las 10 de la noche y levantarse a las 2 de la mañana. Eso da a entender que cuatro horas de sueño es suficiente. Otros dicen que cuatro horas de sueño no es suficiente, sino que deben ser seis horas. Tanto vale decir que el sueño y la comida no deben tomarse en exceso. Si uno quiere cortar tajantemente con cada uno de ellos, su mente se dirigirá siempre hacia ellos. Por lo tanto, el *sadhaka* debe hacer todo con moderación¹⁵.

No hay ningún daño en comer tres o cuatro veces al día. Pero no diga «quiero esto para comer y no quiero eso». Por otra parte, usted toma estas comidas en doce horas de vigilia mientras que no come nada en doce horas de sueño profundo. ¿Le lleva el sueño profundo a *mukti* [liberación]? Es erróneo suponer que la simple inactividad le lleva a uno a *mukti*¹⁶.

Pregunta: ¿Qué hay sobre la dieta?

Respuesta. El alimento afecta a la mente. Para la práctica de cualquier tipo de *yoga*, el vegetarianismo es absolutamente necesario puesto que hace a la mente más *sáttvica* [pura y armoniosa].

Pregunta: ¿Puede uno recibir la iluminación espiritual mientras se comen alimentos carnívoros?

Respuesta: Sí, pero abandónelos gradualmente y acostúmbrase a los alimentos *sáttvicos*. Sin embargo, una vez que usted ha obtenido la iluminación no supondrá ninguna diferencia lo que usted coma, lo mismo que, en un gran fuego, es indiferente el combustible que se eche¹⁷.

Pregunta: Nosotros los europeos estamos acostumbrados a una dieta particular y un cambio de dieta afecta a la salud y debilita la mente. ¿No es necesario mantener la salud física?

Respuesta: Completamente necesario. Cuanto más se debilita el cuerpo tanto más se fortalece la mente.

Pregunta: En la ausencia de nuestra dieta usual nuestra salud se resiente y la mente pierde fuerza.

Respuesta: ¿Qué entiende usted por fuerza de mente?

Pregunta: El poder para eliminar el apego mundano.

Respuesta: La cualidad del alimento influencia la mente. La mente se alimenta del alimento consumido.

Pregunta: ¡Efectivamente! ¿Entonces cómo pueden los europeos ajustarse al alimento *sáttvico* sólo?

Respuesta: El hábito es solo ajuste al entorno. Es la mente lo que importa. El hecho es que la mente ha sido entrenada a pensar en algunos alimentos como sabrosos y buenos. El material alimentario ha de tenerse por igual tanto en la dieta vegetariana como en la no-vegetariana. Pero la mente desea ese alimento al que está acostumbrada y considera sabroso.

Pregunta: ¿Hay restricciones para el hombre realizado con respecto al alimento?

Respuesta: No. Él es estable y no es influenciado por el alimento que toma.

Pregunta: ¿No se mata la vida para preparar una dieta de carne?

Respuesta: *Ahimsa* [no-violencia] ocupa un lugar destacado en el código de disciplina de los yoguis.

Pregunta: Incluso las plantas tienen vida.

Respuesta: ¡También las losas sobre las cuales usted se sienta!

Pregunta: ¿Podemos acostumbrarnos gradualmente al alimento vegetariano?

Respuesta: Sí. Esa es la manera¹⁸.

Pregunta: ¿Es inofensivo continuar fumando?

Respuesta: No, pues el tabaco es un veneno. Es mejor prescindir de él. Es bueno que usted haya dejado de fumar. Los hombres son esclavizados por el tabaco y no pueden abandonarlo. Pero el tabaco sólo da una estimulación pasajera a la que debe haber una reacción con más ganas. Tampoco es bueno para la práctica de la meditación.

Pregunta: ¿Recomienda usted que se abandonen la carne y las bebidas alcohólicas?

Respuesta: Es aconsejable abandonarlas debido a que esta abstención es una ayuda útil para los principiantes. La dificultad de abandonarlas no reside en que sean realmente necesarias, sino meramente en que nosotros las apreciamos debido a la costumbre y al hábito de ellas¹⁹.

Pregunta: Hablando en general, ¿cuáles son las reglas de conducta que un aspirante debe seguir?

Respuesta: Moderación en la comida, moderación en el sueño y moderación en el habla²⁰.

CAPÍTULO 13

El Yoga

Los practicantes del yoga persiguen la unión con el Sí mismo (yoga es la palabra sánscrita para unión) por medio de ejercicios característicos mentales y físicos. La mayor parte de estos ejercicios pueden ser rastreados hasta los *Yoga Sutras* de Patanjali, que fueron escritos hace alrededor de 2.000 años. El sistema de Patanjali, conocido como *raja yoga*, contiene ocho niveles y prácticas característicos.

- 1 *Yama*. Conducta de vida en relación a los demás —evitar la falsedad, el robo, el perjuicio a los demás, la sensualidad y la codicia.
- 2 *Niyama*. Conducta hacia uno mismo —limpieza, tranquilidad, austeridad, estudio y devoción.
- 3 *Asana*. Ejercicios de estiramiento, curvamiento, equilibrio y asentamiento. Estos ejercicios hoy en día se conocen colectivamente como *hatha yoga*.
- 4 *Pranayama*. Ejercicios respiratorios cuyo propósito es controlar la mente.
- 5 *Pratyahara*. Retirar la atención del cuerpo y de los sentidos.
- 6 *Dharana*. Concentración de la mente.
- 7 *Dhyana*. Meditación.
- 8 *Samadhi*. Contemplación ininterrumpida de la realidad.

La mayoría de estas prácticas pueden ser encontradas en otros sistemas espirituales. La única excepción son el *hatha*

yoga y el *pranayama* y son éstas las que dan al *raja yoga* su carácter distintivo. Cuando los visitantes preguntaban a Sri Ramana sobre estas prácticas él usualmente criticaba el *hatha yoga* a causa de su obsesión con el cuerpo. Es una premisa fundamental de sus enseñanzas que los problemas espirituales sólo pueden ser resueltos controlando la mente, y debido a esto, él nunca alentaba la práctica de disciplinas espirituales que se dedicaran primariamente al bienestar del cuerpo. Sri Ramana tenía una opinión más elevada del *pranayama* (control de la respiración), y decía que era una ayuda útil para aquellos que no podían controlar su mente de otra manera, pero en conjunto tendía a considerarlo como una práctica de principiante. Sus puntos de vista sobre los otros aspectos del *raja yoga* (tales como la moralidad, la meditación y el *samadhi*) se han tratado en capítulos separados.

En adición al *raja yoga* hay otro sistema popular llamado el *kundalini yoga*. Los practicantes de este sistema se concentran sobre los centros psíquicos (*chakras*) en el cuerpo a fin de generar un poder espiritual que ellos llaman *kundalini*. El propósito de esta práctica es forzar el *poder kundalini* por un canal psíquico (la *sushumna*) que va desde la base de la espina dorsal hasta el cerebro. El *kundalini yogui* cree que cuando este poder alcanza el *sahasrara* (el *chakra* más elevado localizado en el cerebro), resultará la Auto-realización.

Sri Ramana nunca aconsejaba a sus devotos la práctica del *kundalini yoga* puesto que lo consideraba a la vez sustancialmente peligroso e innecesario. Aceptaba la existencia del poder *kundalini* y de los *chakras* pero decía que incluso si el poder *kundalini* alcanzaba el *sahasrara*, ello no resultaría en la realización. Para la realización final, decía, el poder *kundalini* debe ir más allá del *sahasrara*, descendiendo por otro *nadi* (nervio psíquico) que él llamaba *amritanadi* (llamado también el *para-nadi* o *jivanadi*) al centro del Corazón en el lado derecho del pecho. Puesto que sostenía que la auto-indagación lleva auto-

máticamente el poder *kundalini* al centro del Corazón, enseñaba que los demás ejercicios de *yoga* eran innecesarios.

«El Sí mismo es obtenido por la búsqueda del origen del ego y profundizando en el Corazón. Éste es el método directo de la Auto-realización. El que lo adopta no necesita preocuparse de los *nadis*, del centro de cerebro [*sahasrara*], de la *sushumna*, del *paranadi*, de la *kundalini*, del *pranayama* ni de los seis centros [*chakras*]»¹.

Además de las prácticas reseñadas arriba, el hinduismo contiene otro *yoga* llamado *karma yoga*, el *yoga* de la acción. Los practicantes de este sistema tienen como meta evolucionar espiritualmente sirviendo y asistiendo a los demás sin egoísmo. Aunque se habla de él elevadamente en la *Bhagavad Gita*, Sri Ramana generalmente desalentaba a sus devotos de que siguieran esta vía puesto que presupone la existencia de un «yo» que va a hacer las buenas obras y de «otras gentes» que están en necesidad de asistencia. Solo lo alentaba si sentía que algún devoto particular era incapaz de seguir las vías de *jñana*, *bhakti* o *raja yoga*.

«Si un aspirante no es apto temperamentalmente para los dos primeros métodos [*jñana* o *bhakti*], ni circunstancialmente, debido a la edad, para el tercer método [*raja yoga*], debe intentar la *karma marga* [la vía del *karma yoga*]. Sus tendencias más nobles devienen entonces más evidentes y él saca (de ello) un placer impersonal. El hombre deviene así debidamente equipado para una de las tres vías ya mencionadas»².

Sri Ramana hacía hincapié en que para tener éxito, el *karma yoga* debe estar libre de la noción de que él está ayudando a otros, y que debe también no estar apegado y ser indiferente a

las consecuencias de sus acciones. Aunque raramente daba al *karma yoga* más que un respaldo suave, admitía que estas dos condiciones se cumplían si todas las acciones se llevaban a cabo sin la idea de «yo soy el hacedor».

Pregunta: *Yoga* significa unión. ¿Yo me pregunto unión de qué con qué?

Respuesta: Exactamente. *Yoga* implica una división previa y significa una unión posterior de una cosa con otra. ¿Pero quién tiene que unirse y con quién? Usted es el buscador, que busca la unión con algo. Si asume esto entonces ese algo debe estar separado de usted. Pero su Sí mismo es íntimo de usted y usted es siempre consciente de él. Búsquelo y séalo. Entonces se expandirá como lo infinito y ya no habrá ninguna cuestión de *yoga* [unión]. ¿De quién es la separación [*viyoga*]?³.

Pregunta: Yo no sé. ¿Hay realmente separación?

Respuesta: Descubra para quién es la separación [*viyoga*]. Eso es *yoga*. *Yoga* es común a todas las vías. *Yoga* no es en realidad nada más que cesar de pensar que usted es diferente del Sí mismo o la realidad. Todos los *yogas* —*karma*, *jñana*, *bhakti*, y *raja*— son sólo vías diferentes apropiadas a naturalezas diferentes con modos de evolución diferentes. Todos tienen como meta sacar a las gentes de la noción tanto tiempo mantenida de que ellos son diferentes del Sí mismo. No hay ninguna cuestión de unión o *yoga* en el sentido de ir y unirse con algo que está en algún lugar lejos de nosotros o que es diferente de nosotros, debido a que usted nunca ha estado ni puede estar separado del Sí mismo⁴.

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre *yoga* e indagación?

Respuesta: El *yoga* prescribe *chitta-vritti-nirodha* [represión de los pensamientos]⁵ mientras que yo prescribo *atman-veshana* [la gesta de uno mismo]. Este último método es más

practicable. La mente está represada en el desmayo, o como el efecto del ayuno. Pero tan pronto como se retira la causa la mente revive, es decir, los pensamientos comienzan a fluir como antes. Hay sólo dos modos de controlar la mente. O buscar su fuente, o entregarla para que sea destruida por el poder supremo. La entrega es el reconocimiento de la existencia de un poder omnipotente más elevado. Si la mente se niega a ayudar en la búsqueda de la fuente, déjela ir y espere su retorno; entonces vuélvala hacia adentro. Nadie lo logra sin paciente perseverancia⁶.

Pregunta: ¿Es necesario controlar la respiración?

Respuesta: El control de la respiración es solo una ayuda para profundizar dentro de uno mismo. Uno puede profundizar también controlando la mente. Cuando se controla la mente, la respiración es controlada automáticamente. No hay necesidad de intentar el control de la respiración, el control de la mente es suficiente. El control de la respiración se recomienda solo aquellos que no pueden controlar sus mentes directamente⁷.

Pregunta: ¿Cuándo se debe hacer *pranayama* (control de la respiración) y por qué es efectivo?

Respuesta: En la ausencia de indagación y de devoción, puede intentarse el sedativo natural *pranayama* [la regulación de la respiración]. Esto es conocido como *yoga marga* [la vía del yoga]. Si la vida corre peligro todo el interés se centra alrededor de un solo punto, salvar la vida. Si se contiene la respiración la mente no puede permitirse (y no se permite) saltar a sus divertimentos —los objetos externos. Así hay reposo para la mente mientras la mente está contenida. Al estar toda la atención vuelta sobre la respiración o su regulación, se pierden otros intereses⁸.

La fuente de la respiración es la misma que la de la mente. Por lo tanto, la submersión de una lleva sin esfuerzo a la submersión de la otra.

Pregunta: ¿Aquietará la mente la concentración sobre los *chakras*?

Respuesta: Fijando sus mentes en los centros psíquicos tales como el *sahasrara* [el *chakra*-loto de los mil pétalos], los *yoguis* permanecen algún tiempo sin consciencia de sus cuerpos. Mientras continúa este estado ellos parecen estar inmersos en algún tipo de gozo. Pero cuando la mente que ha devenido tranquila emerge y deviene activa de nuevo, reasume sus pensamientos mundanos. Es por lo tanto necesario entrenarla con la ayuda de prácticas como *dhyana* [meditación] siempre que se externaliza. Entonces alcanzará un estado en el cual no hay ni submersión ni emergencia⁹.

Pregunta: ¿Es también pasajero el control de la mente inducido por *pranayama*?

Respuesta: La quietud dura solo mientras se controla la respiración. De modo que es pasajera. La meta no es por tanto el *pranayama* [control del soplo]. Ella se extiende a *pratyahara* [retirada], *dharana* [concentración de la mente], *dhyana* [meditación] y *samadhi*. Todas estas etapas tratan del control de la mente. Tal control deviene más fácil para una persona que previamente ha practicado *pranayama*. El *pranayama* por lo tanto le lleva a uno a etapas más elevadas. Debido a que estas etapas más elevadas implican controlar la mente, uno puede decir que el control de la mente es el propósito último del *yoga*.

Un hombre más avanzado irá directo naturalmente al control de la mente sin perder su tiempo en practicar el control de la respiración¹⁰.

Pregunta: El *pranayama* tiene tres fases —exhalación, inhalación y retención. ¿Cómo deben ser reguladas?

Respuesta: Sólo abandonar completamente la identificación con el cuerpo es exhalación [*rechaka*]; sólo sumergirse dentro por medio de la indagación «¿Quién soy yo?» es inhalación [*puraka*]; sólo permanecer como la única realidad «Yo soy eso» es retención [*kumbhaka*]. Éste es el *pranayama* real¹¹.

Pregunta: He encontrado dicho en *Maha Yoga* que en el comienzo de la meditación uno puede prestar atención a la respiración, es decir, a su inspiración y expiración, y que después que se alcanza una cierta suma de quietud de mente, uno puede profundizar en el Corazón buscando la fuente de la mente. Yo estaba llanamente necesitado de una tal sugerencia práctica. ¿Puedo seguir este método? ¿Es correcto?

Respuesta: La cosa es matar la mente como sea. A aquellos que no tienen fuerza para seguir el método de la indagación se les aconseja adoptar el *pranayama* como una ayuda al control de la mente. Este *pranayama* es de dos tipos: controlar y regular la respiración, o simplemente observar la respiración¹².

Pregunta: En el control de la respiración, ¿no es la mejor proporción 1:4:2 para inhalar, retener y exhalar?

Respuesta: Todas esas proporciones, a veces reguladas no contando sino pronunciando *mantras*, son ayudas al control de la mente. Eso es todo. Observar la respiración es también una forma de *pranayama*. Inhalar, retener y exhalar es más violento y puede ser dañino en algunos casos, por ejemplo cuando no hay ningún Gurú cualificado para guiar al buscador en cada paso y en cada etapa. Pero observar meramente la respiración es fácil y no entraña ningún riesgo¹³.

Pregunta: ¿Es la manifestación de *kundalini sakti* [el poder *kundalini*] posible solo para aquellos que siguen la vía yóguica

de adquirir *sakti* [poder], o es posible también para aquellos que siguen la vía de la devoción [*bhakti*] o del amor [*prema*]?

Respuesta: ¿Quién no tiene *kundalini sakti*? Cuando se conoce la naturaleza real de esa *sakti*, es llamada *akhandakara vritti* [consciencia indivisa] o *aham sphurana* [efulgencia de «yo»]. *Kundalini sakti* está aquí para todas las gentes sea cual sea la vía que sigan. Es solamente una diferencia en el nombre.

Pregunta: Se dice que la *sakti* se manifiesta en cinco fases, diez fases, un centenar y un millar de fases. ¿Cuál es verdadero: cinco, diez, cien o mil?

Respuesta: La *sakti* tiene solamente una fase. Si se dice que se manifiesta en varias fases, es solo una manera de hablar. La *sakti* es solo una.

Pregunta: ¿Puede un *jñani* ayudar no solo a aquellos que siguen su vía sino también a otros que siguen otras vías tales como el *yoga*?

Respuesta: Indudablemente. Puede ayudar a las gentes sea cual sea la vía que elijan seguir. Es algo parecido a esto. Suponga que hay una colina. Habrá muchos caminos para subir a ella. Si el *jñani* anda pidiendo a las gentes que suban por el camino por el cual él mismo ha subido, a algunos puede que les guste y a otros no. Si a las gentes que no les gusta se les pide que suban por esa vía, y solo por esa vía, no serán capaces de llegar arriba. De aquí que un *jñani* ayuda a las gentes a seguir cualquier vía particular, sea cual sea. Las gentes que están a medio camino pueden no saber los méritos y deméritos de las otras vías, pero el que ha subido a la cima y está sentado allí observando cómo suben los demás, es capaz de ver todas las vías. Por lo tanto, será capaz de decirle a las gentes que están subiendo que se muevan un poco hacia este lado o hacia aquel o que eviten un escollo. La meta es la misma para todos¹⁴.

Pregunta: ¿Cómo puede uno dirigir el *prana* o fuerza vital dentro de la *nadi sushumna* [un nervio psíquico en la espina dorsal] a fin de que el *chit-jada-granthi* [la identificación de la consciencia con el cuerpo] pueda ser cortado del modo en que se afirma en *Sri Ramana Gita*?

Respuesta: Indagando «¿Quién soy yo?». El *yogui* puede tener como propósito final hacer que surja el poder *kundalini* y hacerlo subir por la *sushumna*. El *jñani* puede no tener esto como su objeto. Pero ambos obtienen los mismos resultados, el de hacer subir la fuerza vital por la *sushumna* y cortar el *chit-jada-granthi*. *Kundalini* es solo otro nombre para *atma* o Sí mismo o *sakti*. Hablamos de ella como estando dentro del cuerpo, debido a que nos concebimos a nosotros mismos como limitados por este cuerpo. Pero en realidad está a la vez dentro y fuera, y no es diferente del Sí mismo o la *sakti* del Sí mismo.

Pregunta: ¿Cómo batir las *nadis* [nervios psíquicos] a fin de que la *kundalini* suba por la *sushumna*?

Respuesta: Aunque el *yogui* puede tener sus métodos de control de la respiración para este objeto, el método del *jñani* es solo el de la indagación. Cuando por este método la mente se sumerge en el Sí mismo, la *sakti* o *kundalini*, la cual no está separada del Sí mismo, surge automáticamente¹⁵.

Los *yoguis* dan la máxima importancia al ascenso de la *kundalini* hasta el *sahasrara*, el centro cerebral o el loto de los mil pétalos. Apuntan la afirmación de las escrituras de que la corriente vital entra en el cuerpo por la fontanela y argumentan que, habiendo sobrevenido *vivoga* [la separación] de ese modo, el *yoga* [la unión] debe ser efectuada también del modo inverso. Por lo tanto, dicen, por la práctica del *yoga* nosotros debemos juntar los *pranas* y entrar en la fontanela para la consumación del *yoga*. Por otra parte, los *jñanis* señalan que el *yogui* asume la existencia del cuerpo y su separación del Sí mismo. Solo si se acepta este punto de vista de la separatividad, el yo-

gui puede aconsejar el esfuerzo para la reunión por la práctica del *yoga*.

De hecho el cuerpo está en la mente, la cual tiene el cerebro como sede. Que el cerebro funciona por la luz prestada de otra fuente es admitido por los *yoguis* mismos en su teoría de la fontanela. El *jñani*, además, argumenta: si la luz es prestada debe venir de su fuente nativa. Vaya a la fuente directa y no dependa de recursos prestados. Esa fuente es el Corazón, el Sí mismo¹⁶.

El Sí mismo no viene de ninguna parte ni entra en el cuerpo por la coronilla de la cabeza. Él es lo que es, siempre brillante, siempre estable, inmutable y sin cambio. El individuo se confina a sí mismo en los límites del cuerpo o de la mente cambiantes, los cuales derivan su existencia del Sí mismo sin cambio. Todo lo que se necesita es abandonar esta identidad errónea, y hecho eso, se verá que el Sí mismo siempre brillante es la única realidad no-dual.

Si uno se concentra en el *sahasrara* no hay ninguna duda de que sobreviene el éxtasis del *samadhi*. Sin embargo, los *vasanas*, que son las tendencias mentales latentes, no son destruidos. El *yogui* está por lo tanto obligado a despertar del *samadhi* debido a que la liberación de la esclavitud todavía no se ha cumplido. Todavía debe tratar de erradicar los *vasanas* inherentes en él a fin de que cesen de perturbar la paz de su *samadhi*. Así él desciende desde el *sahasrara* al Corazón por lo que es llamado la *jivanadi*, que es solo una continuación de la *sushumna*. La *sushumna* es así una curva. Comienza en el *chakra* más bajo, sube a través de la espina dorsal hasta el cerebro y desde allí desciende y acaba en el Corazón. Cuando el *yogui* ha alcanzado el Corazón, el *samadhi* deviene permanente. Así pues, vemos que el Corazón es el centro final¹⁷.

Pregunta: Las prácticas *hatha-yóguicas* se dice que curan las enfermedades efectivamente y por lo tanto se recomiendan como preliminares necesarios para el *jñana yoga*.

Respuesta: Deje usted que quienes las recomiendan las usen. Esa no ha sido la experiencia aquí. Todas las enfermedades serán efectivamente aniquiladas por la auto-indagación continua¹⁸. Si usted parte de la noción de que la salud del cuerpo es necesaria para la salud de la mente, nunca habrá un final para el cuidado del cuerpo¹⁹.

Pregunta: ¿No es necesario el *hatha yoga* para la indagación dentro del Sí mismo?

Respuesta: Cada uno encuentra un método conveniente para él, debido a las tendencias latentes [*purva samskara*].

Pregunta: ¿Puede el *hatha yoga* hacerse a mi edad?

Respuesta: ¿Por qué piensa usted en todo eso? Debido a que piensa que el Sí mismo es exterior a usted, lo desea y se esfuerza por él. ¿Pero no existe usted constantemente? ¿Por qué se deja a usted mismo y va detrás de algo externo?

Pregunta: Se dice en *Aparoksha Anubhuti* que el *hatha yoga* es una ayuda necesaria para la indagación en el Sí mismo.

Respuesta: Los *hatha yoguis* pretenden mantener el cuerpo en forma, de modo que la indagación pueda efectuarse sin obstáculos. También dicen que la vida debe ser prolongada de modo que la indagación pueda ser llevada a fin con éxito. Además hay aquellos que usan algunas medicinas [*kayakalpa*] con miras a ese fin. Su ejemplo favorito es que el lienzo debe estar perfecto antes de que se comience la pintura. Sí, ¿pero cuál es el lienzo y cuál es la pintura? Según ellos, el cuerpo es el lienzo y la indagación en el Sí mismo es la pintura. ¿Pero no es el cuerpo mismo una pintura en el lienzo, el Sí mismo?

Pregunta: Pero se habla tanto del *hatha yoga* como una ayuda.

Respuesta: Sí. Incluso grandes *pandits* bien versados en el *vedanta* continúan practicándolo. De otro modo sus mentes no se sumergirán. Así pues, puede decir que es útil para aquellos que no pueden aquietar la mente de otro modo²⁰.

Pregunta: ¿Qué son los *asanas* [posturas o asientos]? ¿Son necesarios?

Respuesta: En los *yoga sastras* se mencionan muchos *asanas* con sus efectos. Los asientos son la piel de tigre, la hierba, etc. Las posturas son la «postura del loto», la «postura cómoda» y demás. ¿Por qué todo esto solo para conocerse a uno mismo? La verdad es que del Sí mismo surge el ego, se confunde a sí mismo con el cuerpo, toma erróneamente el mundo como real, y entonces, cubierto de orgullo egoísta, piensa con desatino y busca *asanas* [asientos]. Una tal persona no comprende que él mismo es el centro de todo y que constituye así la base de todo.

El *asana* [asiento] se propone para que se asiente firmemente. ¿Dónde y cómo puede permanecer firme excepto en su propio estado real? Éste es el *asana* real²¹.

Sólo alcanzar la estabilidad de no separarse del conocimiento de que la base [*asana*] sobre la que todo el universo reposa es únicamente el Sí mismo, que es el espacio de conocimiento verdadero, el terreno ilustre, es la postura [*asana*] firme e inmutable para el *samadhi* excelente²².

Pregunta: ¿En qué *asana* está sentado usualmente Bhagavan?

Respuesta: ¿En qué *asana*? En el *asana* del Corazón. Dondequiera que hay dicha, ahí está mi *asana*. Eso es llamado *sukhasana*, el *asana* de la felicidad. Ese *asana* del Corazón es apacible, y da felicidad. No hay necesidad de ningún otro *asana* para aquellos que tienen su sede en ése²³.

Pregunta: La *Gita* parece enfatizar el *karma yoga* [el yoga de la acción], pues a Arjuna se le persuade a luchar. Sri Krishna mismo establece el ejemplo con una vida activa llena de grandes hazañas.

Respuesta: La *Gita* comienza diciendo que usted no es el cuerpo y que usted no es por lo tanto el *karta* [el hacedor].

Pregunta: ¿Cuál es el significado?

Respuesta: Significa que se debe actuar sin pensar que uno mismo es el hacedor. Las acciones proseguirán incluso en el estado sin ego. Cada persona ha entrado en manifestación para un cierto propósito y ese propósito se cumplirá tanto si él mismo se considera el hacedor como si no.

Pregunta: ¿Qué es el *karma yoga*? ¿Es no-apego al *karma* [acción] o a su fruto?

Respuesta: *Karma yoga* es ese yoga en el que la persona no se arroga la función de ser el hacedor. Todas las acciones prosiguen automáticamente.

Pregunta: ¿Es no-apego a los frutos de las acciones?

Respuesta: La cuestión surge solamente si hay hacedor. Se dice en todas las escrituras que no debe considerarse a usted mismo el hacedor.

Pregunta: Así pues, *karma yoga* es «*kartritva buddhi rahita karma*» —acción sin el sentido de ser el hacedor.

Respuesta. Sí. Exactamente eso.

Pregunta: La *Gita* enseña que uno debe tener una vida activa de comienzo a fin.

Respuesta: Sí, acción sin el hacedor²⁴.

Pregunta: Si uno permanece quieto, ¿cómo va a producirse la acción? ¿Dónde está el lugar para el *karma yoga*?

Respuesta: Comprendamos primero qué es *karma*, de quién es el *karma* y quién es el hacedor. Al analizarlos e indagar en su verdad, uno está obligado a permanecer como el Sí mismo en paz. Sin embargo, incluso en ese estado las acciones continuarán.

Pregunta: ¿Cómo continuarán las acciones si yo no actúo?

Respuesta: ¿Quién hace esta pregunta? ¿Es el Sí mismo u otro? ¿Está el Sí mismo supeditado a las acciones?

Pregunta: No, el Sí mismo no. Es otro, diferente del Sí mismo.

Respuesta: Así pues, es evidente que el Sí mismo no está supeditado a las acciones, de modo que la cuestión no se plantea²⁵.

Pregunta: Yo quiero hacer *karma yoga*. ¿Cómo puedo ayudar a los demás?

Respuesta: ¿Quién hay para que usted lo ayude? ¿Quién es el «yo» que va a ayudar a los demás? Primero aclare ese punto y entonces todo se ordenará por sí solo²⁶.

Pregunta: ¿Qué significa «realizar el Sí mismo»? ¿Ayuda mi realización a los demás?

Respuesta: Sí, y es la mejor ayuda que usted puede rendir a los demás. Pero en realidad no hay ningunos otros a quienes ayudar. Pues el ser realizado ve solamente el Sí mismo, lo mismo que el orífice ve solamente el oro al evaluarlo en diferentes joyas hechas de oro. Cuando usted se identifica con el cuerpo, el nombre y la forma están aquí. Pero cuando usted trasciende la consciencia del cuerpo, los demás también des-

aparecen. El realizado no ve el mundo como diferente de él mismo.

Pregunta: ¿No sería mejor si los santos se mezclaran con las demás gentes a fin de ayudarlos?

Respuesta: No hay ningunos otros con quienes mezclarse. El Sí mismo es la única realidad²⁷.

El sabio ayuda al mundo meramente siendo el Sí mismo real. El mejor modo de servir al mundo es obtener el estado sin ego. Si usted está ansioso de ayudar al mundo, pero piensa que no puede hacerlo obteniendo el estado sin ego, entonces entregue a Dios todos los problemas del mundo, junto con los suyos propios²⁸.

Pregunta: ¿No debo tratar de ayudar al mundo que sufre?

Respuesta: El poder que le ha creado a usted ha creado el mundo también. Si puede cuidar de usted, puede cuidar similarmente del mundo también. Si Dios ha creado el mundo es su asunto cuidar de él, no de usted²⁹.

Pregunta: ¿Es justo el deseo de *swaraj* [independencia política]?

Respuesta: Tal deseo comienza sin duda con el propio interés de uno. Sin embargo el trabajo práctico en pos de la meta amplía gradualmente la visión de modo que el individuo deviene inmerso en el país. Tal submersión de la individualidad es deseable y el *karma* relacionado es *nishkama* [no egoísta].

Pregunta: Si *swaraj* se obtiene después de una larga lucha y de terribles sacrificios, ¿no está justificada la persona al complacerse en el resultado y al sentirse orgullosa de él?

Respuesta: En el curso de su trabajo debe haberse entregado al poder más alto cuya dominación debe tener presente y no perderla de vista nunca. ¿Cómo puede enorgullecerse entonces?

No debe preocuparse siquiera por el resultado de sus acciones.
Solo entonces el *karma* deviene no egoísta³⁰.

QUINTA PARTE

EXPERIENCIA

No hay grados de realidad. Hay grados de experiencia para el individuo pero no de realidad. Sean cuales sean las experiencias, el experimentador es uno y el mismo¹.

El Sí mismo está ciertamente dentro de la experiencia directa de todos, pero no como uno lo imagina. Él es solamente como él es².

CAPÍTULO 14

Samadhi

La palabra *samadhi* se usa ampliamente en la literatura espiritual oriental para denotar una etapa de meditación avanzada en la que hay una experiencia consciente del Sí mismo o una absorción intensa e imperturbada en el objeto de meditación. Se han descrito muchas graduaciones y subdivisiones del *samadhi* por las diferentes escuelas y religiones, tendiendo cada una a producir sus propias categorías y terminología distintivas.

La clasificación usada generalmente por Sri Ramana divide los diferentes *samadhis* en la siguiente división triple:

1. *Sahaja nirvikalpa samadhi*. Éste es el estado del *jñani* que ha eliminado su ego final e irrevocablemente. *Sahaja* significa «natural» y *nirvikalpa* significa «ninguna diferencia». Un *jñani* en este estado es capaz de funcionar naturalmente en el mundo, lo mismo que cualquier persona ordinaria. Sabiendo que él es el Sí mismo, el *sahaja jñani* no ve ninguna diferencia entre él mismo y los demás y ninguna diferencia entre él mismo y el mundo. Para una tal persona, todo es una manifestación del Sí mismo indivisible.

2. *Kevala nirvikalpa samadhi*. Ésta es la etapa previa a la Auto-realización. En este estado hay una Auto-consciencia pasajera pero sin esfuerzo, aunque el ego no ha sido finalmente eliminado. Se caracteriza por una ausencia de consciencia del cuerpo. Aunque se tiene una consciencia pasajera del Sí mismo en este estado, uno no es capaz de percibir

información sensorial o de funcionar en el mundo. Cuando retorna la consciencia del cuerpo, el ego reaparece.

3. *Savikalpa samadhi*. En este estado la Auto-consciencia es mantenida por un esfuerzo constante. La continuidad del *samadhi* depende enteramente del esfuerzo puesto en mantenerla. Cuando la Auto-atención fluctúa, la Auto-consciencia es obscurecida.

Las siguientes definiciones breves formuladas por Sri Ramana deben ser suficientes para guiar al no iniciado por la jungla terminológica del *samadhi*.

1. Aferrarse a la realidad es *samadhi*.
2. Aferrarse a la realidad con esfuerzo es *savikalpa samadhi*.
3. Sumergirse en la realidad y permanecer inconsciente del mundo es *nirvikalpa samadhi*.
4. Sumergirse en la ignorancia y permanecer inconsciente del mundo es sueño profundo.
5. Permanecer en el estado primal, puro y natural sin esfuerzo es *sahaja nirvikalpa samadhi*¹.

Pregunta: ¿Qué es samadhi?

Respuesta: Sólo es *samadhi* el estado en el que es obtenida por la mente en quietud la experiencia indivisa de la existencia-consciencia. Sólo esa mente en quietud que está adornada con la obtención del ilimitado Sí mismo supremo es la realidad de Dios².

Cuando la mente está en comunión con el Sí mismo en obscuridad, es llamado *nidra* [sueño profundo], es decir, la inmersión de la mente en la ignorancia. La inmersión en un estado consciente o despierto es llamada *samadhi*. *Samadhi* es

la inherencia continua en el Sí mismo en un estado despierto. *Nidra* o sueño profundo es también inherencia en el Sí mismo pero en un estado inconsciente. En *sahaja samadhi* la comunión es continua.

Pregunta: ¿Qué son *kevala nirvikalpa samadhi* y *sahaja nirvikalpa samadhi*?

Respuesta: La inmersión de la mente en el Sí mismo, pero sin su destrucción, es *kevala nirvikalpa samadhi*. En este estado uno no está libre de los *vasanas* y por lo tanto uno no ha obtenido *mukti* [liberación]. Solo después de que los *vasanas* han sido destruidos puede uno obtener la liberación.

Pregunta: ¿Cuándo puede uno practicar el *sahaja samadhi*?

Respuesta: Desde el comienzo. Aunque uno practique el *kevala nirvikalpa samadhi* durante años, si no se han desarraigado los *vasanas* no se obtendrá la liberación³.

Pregunta: ¿Puedo tener una idea clara de la diferencia entre *savikalpa* y *nirvikalpa*?

Respuesta: Aferrarse al estado supremo es *samadhi*. Cuando es con esfuerzo debido a las perturbaciones mentales, es *savikalpa*. Cuando estas perturbaciones están ausentes, es *nirvikalpa*. Permanecer siempre en el estado primal sin esfuerzo es *sahaja*⁴.

Pregunta: ¿Es el *nirvikalpa samadhi* absolutamente necesario antes de la obtención de *sahaja*?

Respuesta: Morar permanentemente en cualquiera de estos *samadhis*, bien sea en *savikalpa*, o *nirvikalpa*, es *sahaja* [el estado natural]. ¿Qué es la consciencia corporal? Es el cuerpo insenciente más la consciencia. Estos dos deben residir en otra consciencia, que es absoluta e inafectada y que permanece siempre como ella es, con o sin la consciencia corporal. ¿Qué

importa entonces si la consciencia corporal es perdida o retenida, siempre que uno se aferre a esa consciencia pura? La ausencia total de la consciencia corporal tiene la ventaja de hacer el *samadhi* más intenso, aunque no constituye ninguna diferencia respecto al conocimiento de lo supremo⁵.

Pregunta: ¿Es *samadhi* lo mismo que *turiya*, el cuarto estado?

Respuesta: *Samadhi*, *turiya* y *nirvikalpa* tienen todos la misma implicación, es decir, consciencia del Sí mismo. *Turiya* significa literalmente el cuarto estado, la consciencia suprema, en tanto que distinto de los otros tres estados: vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. El cuarto estado es eterno y los otros tres estados vienen y van en él. En *turiya* hay la consciencia de que la mente se ha sumergido en su fuente, el Corazón, y de que es quiescente allí, aunque algunos pensamientos todavía bullen en ella y los sentidos son todavía algo activos. En *nirvikalpa* los sentidos son inactivos y los pensamientos están totalmente ausentes. De aquí que la experiencia de consciencia pura en este estado es intensa y dichosa. *Turiya* es obtenible en *sarvikalpa samadhi*⁶.

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre la felicidad gozada en el sueño profundo y la felicidad gozada en *turiya*?

Respuesta: No hay felicidades diferentes. Hay solo una única felicidad que incluye la felicidad gozada en el estado de vigilia, la felicidad de todos los tipos de seres desde el animal más bajo al *Brahma* más alto. Esa felicidad es la felicidad del Sí mismo. La felicidad que es gozada inconscientemente en el sueño profundo es gozada conscientemente en *turiya*, ésa es la única diferencia. La felicidad gozada en el estado de vigilia es de segunda mano, es un adjunto de la felicidad real [*upadhi ananda*]⁷.

Pregunta: ¿Es el *samadhi*, la octava etapa del *raja yoga*, lo mismo que el *samadhi* de que usted habla?

Respuesta: En el *yoga* el término *samadhi* se refiere a algún tipo de trance y hay varios tipos de *samadhi*. Pero el *samadhi* de que yo hablo es diferente. Es *sahaja samadhi*. Desde aquí usted tiene *samadhana* [estabilidad] y permanece calmo y compuesto aunque usted esté activo. Usted realiza que usted es movido por el Sí mismo real de dentro. Usted no tiene preocupaciones, ni ansiedades, ni cuidados, pues llega a realizar que no hay nada que le pertenezca. Usted sabe que todo es hecho por algo con lo que usted está en unión consciente.

Pregunta: Si este *sahaja samadhi* es la condición más deseable, ¿no hay ninguna necesidad del *nirvikalpa samadhi*?

Respuesta: El *nirvikalpa samadhi* del *raja yoga* puede tener su utilidad. Pero en *jñana yoga* este *sahaja sthiti* [estado natural] o *sahaja nishtha* [permanencia en el estado natural] mismo es el estado *nirvikalpa*. En este estado natural la mente está libre de dudas. No tiene ninguna necesidad de nadar entre alternativas de posibilidades y probabilidades. No ve *vikalpas* [diferencias] de ningún tipo. Está segura de la verdad debido a que siente la presencia de lo real. Incluso cuando es activa, sabe que es activa en la realidad, el Sí mismo, el ser supremo⁸.

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre sueño profundo, *laya* [un estado parecido al trance en el cual la mente está temporalmente en suspenso] y *samadhi*?

Respuesta: En el sueño profundo la mente está sumergida pero no destruida. Eso que se sumerge reaparece. Puede acontecer en la meditación también. Pero la mente que está destruida no puede reaparecer. El propósito del *yogui* debe ser destruirla y no sumergirla en *laya*. En la paz de la meditación, a veces sobreviene *laya* pero no es suficiente. Ello debe ser suplementado por otras prácticas para destruir la mente. Algunas

gentes han entrado en *samadhi yóguico* con un pensamiento trivial y después de mucho tiempo se han despertado en la onda del mismo pensamiento. Entre tanto, muchas generaciones habían pasado por el mundo. Un tal yogui no ha destruido su mente. La verdadera destrucción de la mente es el no-reconocimiento de ella como separada del Sí mismo. Incluso ahora la mente no es. Reconózcalo. ¿Cómo puede usted hacerlo sino en las actividades cotidianas que prosiguen automáticamente? Sepa que la mente que las promueve no es real sino que es solo un fantasma que procede del Sí mismo. Así es como es destruida la mente⁹.

Pregunta: ¿Puede el meditador ser afectado por las perturbaciones físicas durante el *nirvikalpa samadhi*? Mi amigo y yo no estamos de acuerdo sobre este punto.

Respuesta: Ambos tienen razón. Uno de ustedes está refiriéndose a *kevala* y el otro a *sahaja samadhi*. En ambos casos la mente está inmersa en la felicidad del Sí mismo. En el primer caso, los movimientos físicos pueden causar perturbación al meditador, debido a que la mente no está completamente muerta. Está todavía viva y, como ocurre después del sueño profundo, en cualquier momento puede activarse de nuevo. Es comparable a un cubo, que, aunque está completamente sumergido bajo el agua, puede ser sacado tirando de la cuerda a la que está todavía atado. En *sahaja*, la mente se ha hundido completamente dentro del Sí mismo, como el cubo que se ha perdido en las profundidades del pozo junto con su cuerda. En *sahaja* no queda nada que pueda ser perturbado o traído de vuelta al mundo. Las actividades de uno se parecen entonces a las del niño que mama dormido la leche de su madre y que apenas es consciente de que la toma¹⁰.

Pregunta: ¿Cómo se puede funcionar en el mundo en un tal estado?

Respuesta: El que se acostumbra naturalmente a la meditación y goza de la felicidad de la meditación no perderá su estado de *samadhi* sea cual fuere el trabajo exterior que haga, sean cuales fueren los pensamientos que le vengan. Eso es *sahaja nirvikalpa*¹¹. *Sahaja nirvikalpa* es *nasa* [destrucción total de la mente] mientras que *kevala nirvikalpa* es *laya* [suspensión pasajera de la mente]. Aquellos que están en el estado de *laya samadhi* tendrán que volver para poner la mente bajo control de vez en cuando. Si la mente es destruida, como en *sahaja samadhi*, jamás brotará de nuevo. Todo lo que es hecho por tales gentes es solo incidental, ellos nunca resbalarán de su elevado estado.

Aquellos que están en el estado de *kevala nirvikalpa* no son realizados, son todavía buscadores. Aquellos que están en el estado de *sahaja nirvikalpa* son como una luz en un lugar sin viento, o como el océano sin olas, es decir, no hay ningún movimiento en ellos. Ellos no pueden encontrar nada que sea diferente de ellos mismos. Para aquellos que no obtienen ese estado, todo parece ser diferente de ellos mismos¹².

Pregunta: ¿Es la experiencia de *kevala nirvikalpa* la misma que la de *sahaja*, aunque se descienda de ella al mundo relativo?

Respuesta: No hay ningún bajar ni subir —el que sube y baja no es real. En *kevala nirvikalpa* el cubo mental está todavía en la existencia bajo el agua, y puede ser sacado en cualquier momento. *Sahaja* es como el río que se ha fundido con el océano desde el cual no hay ningún retorno. ¿Por qué hace usted todas estas preguntas? Continúe practicando hasta que usted mismo tenga la experiencia¹³.

Pregunta: ¿Cuál es la actividad del *samadhi* y subsiste el pensamiento entonces?

Respuesta: Sólo el *samadhi* puede revelar la verdad. Los pensamientos tienden un velo sobre la realidad, y así la verdad no es realizada como tal en otros estados que no sean el *samadhi*.

En el *samadhi* hay únicamente la sensación «yo soy» y ningún pensamiento. La experiencia de «yo soy» es «ser en quietud».

Pregunta: ¿Cómo puedo repetir la experiencia del *samadhi* o la quietud que obtengo aquí en su presencia?

Respuesta: Su experiencia presente se debe a la influencia de la atmósfera en la que se encuentra. ¿Puede usted tenerla fuera de esta atmósfera? La experiencia es intermitente. Hasta que deviene permanente, es necesaria la práctica¹⁴.

Pregunta: ¿Es el *samadhi* una experiencia de calma o de paz?

Respuesta: Sólo la claridad tranquila, que está exenta del barullo mental, es el *samadhi*, el cual es la base firme para la liberación. Procurando asiduamente destruir el engañoso barullo mental, experimente ese *samadhi* como la apacible consciencia que es la claridad interior¹⁵.

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre *samadhi* interno y externo?

Respuesta: El *samadhi* externo es aferrarse a la realidad mientras se presencia el mundo, sin reaccionar a él desde dentro. Hay la quietud de un océano sin olas. El *samadhi* interno implica la pérdida de la consciencia corporal.

Pregunta: La mente no se sumerge en ese estado ni siquiera durante un segundo.

Respuesta: Es necesaria una fuerte convicción de que «Yo soy el Sí mismo, que trasciende la mente y los fenómenos».

Pregunta: Sin embargo, la mente prueba ser un obstáculo indómito que desbarata todos los intentos por sumergirse en el Sí mismo.

Respuesta: ¿Qué importa si la mente es activa? Lo es solo en el substratum del Sí mismo. Aférrese al Sí mismo incluso durante las actividades mentales¹⁶.

Pregunta: Yo he leído en un libro de Romain Rolland sobre Ramakrishna que el *nirvikalpa samadhi* es una experiencia terrible y aterradora. ¿Es el *nirvikalpa* tan terrible? ¿Estamos nosotros entonces padeciendo todos estos tediosos procesos de meditación, purificación y disciplina solo para acabar en un estado de terror? ¿Estamos convirtiéndonos en cadáveres vivos?

Respuesta: Las gentes tienen todo tipo de nociones sobre *nirvikalpa*. ¿Por qué habla usted de Romain Rolland? Si aquellos que tienen a su disposición todas las *Upanishads* y la tradición *vedántica* tienen nociones completamente fantásticas sobre *nirvikalpa*, ¿quién puede culpar a un occidental por nociones similares? Algunos *yoguis* mediante ejercicios respiratorios se dejan caer dentro de un estado cataléptico mucho más profundo que el sueño sin sueños, en el cual no son conscientes de nada, absolutamente de nada, y ellos le glorifican como *nirvikalpa*. Otros piensan que una vez que usted se sumerge en *nirvikalpa* deviene un ser completamente diferente. Otros consideran que *nirvikalpa* se obtiene solo a través de un trance en el que la consciencia del mundo está totalmente obliterada, como en un desvanecimiento. Todo esto se debe a que lo consideran sólo intelectualmente.

Nirvikalpa es *chit* —consciencia sin forma, sin esfuerzo. ¿Dónde entra el terror aquí, y dónde está el misterio en ser uno mismo? Para algunas gentes cuyas mentes han devenido maduras por una larga práctica en el pasado, *nirvikalpa* viene repentinamente como una inundación, pero para otros viene en el

curso de su práctica espiritual, una práctica que lentamente va agotando los pensamientos obstructivos y que revela la pantalla de la consciencia pura «yo-yo». La práctica asidua torna la pantalla permanentemente expuesta. Esto es Auto-realización, *mukti*, o *sahaja samadhi*, el estado natural, sin esfuerzo¹⁷. La mera no-percepción de las diferencias [*vikalpa*] exteriores no es la naturaleza real del *nirvikalpa* firme. Sepa que sólo la no-aparición de las diferencias [*vikalpas*] en la mente muerta es el verdadero *nirvikalpa*.

Pregunta: Cuando la mente comienza a sumergirse dentro del Sí mismo hay a menudo una sensación de miedo.

Respuesta: El miedo y el temblor involuntario del cuerpo mientras se está entrando en *samadhi* se deben a la ligera consciencia del ego que todavía queda. Pero cuando ésta muere completamente, sin dejar siquiera un rastro, uno permanece como el vasto espacio de mera consciencia donde sólo la felicidad prevalece, y el temblor se detiene¹⁸.

Pregunta: ¿Es el *samadhi* un estado dichoso o extático?

Respuesta: En el *samadhi* mismo hay solo paz perfecta. El éxtasis viene cuando la mente revive al final del *samadhi*, con el recuerdo de la paz del *samadhi*. En la devoción el éxtasis viene primero. Se manifiesta por lágrimas de alegría, erizamiento del vello y balbuceos vocales. Cuando el ego finalmente muere y se obtiene el *sahaja*, estos síntomas y los éxtasis cesan¹⁹.

Pregunta: Al realizar el *samadhi*, ¿no se obtienen *siddhis* [poderes sobrenaturales] también?

Respuesta: A fin de exhibir los *siddhis* [poderes], tiene que haber otros para reconocerlos. Eso significa que no hay ningún *jñana* en el que los exhibe. Por lo tanto, los *siddhis* no merecen

ni un pensamiento. Sólo *jñana* ha de ser perseguido y obtenido²⁰.

Pregunta: Se afirma en la *Mandukyopanishad* que a menos que se experimente también el *samadhi*, la octava y última etapa del *yoga*, no puede haber ninguna liberación [*moksa*] por mucha meditación [*dhyana*] o austeridades físicas [*tapas*] que se hayan hecho. ¿Es eso así?

Respuesta: Rectamente comprendidos, son lo mismo. No supone ninguna diferencia que usted lo llame meditación o austeridades o absorción, o cualquier otra cosa. Eso que es estable, continuo como el flujo de aceite, es austeridad, meditación y absorción. Ser el propio Sí mismo de uno es *samadhi*.

Pregunta. Pero se dice en la *Mandukyopanishad* que el *samadhi* debe experimentarse necesariamente antes de alcanzar la liberación.

Respuesta: ¿Y quién dice que no es así? Eso se dice no solo en la *Mandukyopanishad* sino en todos los libros antiguos. Pero solo es verdadero *samadhi* si usted conoce su Sí mismo. ¿Cuál es la utilidad de sentarse en quietud durante algún tiempo como un objeto sin vida? Suponga que usted tiene un absceso en su mano y que le operan bajo anestesia. Usted no siente ningún dolor en el momento, ¿pero significa eso que usted ha estado en *samadhi*? Es lo mismo con esto también. Uno tiene que saber lo que el *samadhi* es. ¿Y cómo puede usted saberlo sin conocer su Sí mismo. Si se conoce el Sí mismo, se conocerá el *samadhi* automáticamente²¹.

Samadhi es el estado natural de uno. Es la corriente que subyace en los tres estados de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. El Sí mismo no está en estos estados, pero estos estados están todos en el Sí mismo. Si obtenemos el *samadhi* en nuestro estado de vigilia, eso persistirá en el sueño profundo también. La distinción entre consciencia e inconsciencia perte-

nece al reino de la mente, que es transcendida por el estado del Sí mismo real²².

Pregunta: Así pues, ¿debe uno estar siempre intentando obtener el *samadhi*?

Respuesta: Los sabios dicen que sólo el estado de equilibrio que está exento del ego es *mouna-samadhi* [el *samadhi* del silencio], el pináculo del conocimiento. Hasta que se obtenga *mouna-samadhi*, el estado en el que uno es la realidad sin ego, busque solo la aniquilación de «yo» como su meta²³.

CAPÍTULO 15

Visiones y Poderes Psíquicos

La meditación a veces provoca espectaculares efectos colaterales; pueden aparecer visiones de dioses y ocasionalmente pueden desarrollarse poderes sobrenaturales como la clarividencia y la telepatía. Ambos efectos pueden producirse también deliberadamente. La concentración en una imagen mental resultará a veces en visiones, particularmente si la concentración se hace con devoción o si hay un fuerte deseo de que las visiones aparezcan. Los poderes psíquicos (*siddhis*) también pueden obtenerse por ejercicios yóguicos especiales. Los *Yoga Sutras* de Patanjali, el texto clásico sobre el yoga, enumera varios ejercicios que aceleran el desarrollo de ocho *siddhis* que van desde la invisibilidad a caminar sobre el agua.

Sri Ramana disuadía a sus devotos de que persiguieran deliberadamente las visiones o los *siddhis* señalando que eran productos de la mente que podían impedir más bien que facilitar la Auto-realización. Si las visiones venían espontáneamente a veces admitía que eran un signo de progreso pero usualmente agregaba que eran solo experiencias pasajeras en la mente y que estaban «por debajo del plano de la Auto-realización»¹.

Si los *siddhis* aparecen espontáneamente, Sri Ramana subrayaba los peligros de apegarse a ellos, explicando que tales poderes era mucho más probable que inflaran el ego a que ayudaran a su eliminación, y enfatizaba que el deseo de poderes y el deseo de la Auto-realización eran mutuamente excluyentes.

«El Sí mismo es el ser más íntimo y eterno mientras que los *siddhis* [poderes] son advenedizos. Los *siddhis* se adquieren por esfuerzo mientras que el Sí mismo no se adquiere. Los poderes son buscados por la mente, que debe mantenerse alerta, mientras que el Sí mismo es realizado cuando la mente es destruida. Los poderes sólo se manifiestan cuando hay ego. El Sí mismo está más allá del ego y es realizado solo después de que el ego es eliminado»².

Pregunta: Una vez anteriormente le dije a Sri Bhagavan que tuve una visión de Siva más o menos en la época de mi conversión al hinduismo. Una experiencia similar me ha ocurrido de nuevo en Courtallam. Estas visiones son momentáneas pero muy dichosas. Yo quiero saber cómo podría hacerse que sean permanentes y continuas. Sin Siva no hay ninguna vida en lo que veo alrededor de mí. ¡Soy tan feliz al pensar en él! Se lo ruego, dígame cómo su visión puede ser constante para mí.

Respuesta: Usted habla de una visión de Siva. La visión es siempre de un objeto. Eso implica la existencia de un sujeto. El valor de la visión es el mismo que el del veedor. Es decir, la naturaleza de la visión está en el mismo plano que la del veedor. La aparición implica la desaparición también. Todo lo que aparece debe desaparecer. Una visión nunca puede ser eterna. Pero Siva es eterno.

La visión implica el veedor. El veedor no puede negar la existencia del Sí mismo. No hay ningún momento en que el Sí mismo como consciencia no exista, ni el veedor tampoco puede permanecer aparte de la consciencia. Esta consciencia es el ser eterno y el ser único. El veedor no puede verse a sí mismo. ¿Niega su existencia debido a que no puede verse a sí mismo con los ojos como en una visión? No. Así pues, *pratyaksha* [experiencia directa] no significa ver, sino ser.

Ser es realizar. De aquí «Yo soy lo que yo soy». «Yo soy» es Siva. Nada más puede ser sin él. Todo tiene su ser en Siva y a causa de Siva.

Por lo tanto, indague «¿Quién soy yo?». Sumérjase profundamente dentro y permanezca como el Sí mismo. Eso es Siva como ser. No espere tener visiones repetidas de él. ¿Cuál es la diferencia entre los objetos que usted ve y Siva? Él es a la vez el sujeto y el objeto. Usted no puede ser sin Siva debido a que Siva está siempre realizado aquí y ahora. Si piensa que usted no le ha realizado es un error. Esto es un obstáculo para realizar Siva. Abandone ese pensamiento también y la realización está aquí.

Pregunta: Sí. ¿Pero cómo lo efectuaré tan rápidamente como sea posible?

Respuesta: Este es el obstáculo a la realización. ¿Puede haber individuo sin Siva? Incluso ahora él es usted. No se trata en absoluto de tiempo. Si hubiera un momento de no-realización, podría surgir la cuestión de la realización. Pero como ello es, usted no puede ser sin él. Él está ya realizado, siempre realizado y nunca no-realizado³.

Pregunta: Yo quiero obtener *sakshatkara* [la realización directa] de Sri Krishna. ¿Qué debo hacer para obtenerla?

Respuesta: ¿Cuál es su idea de Sri Krishna y qué entiende usted por *sakshatkara*?

Pregunta: Me refiero al Sri Krishna que vivió en Brindavan y quiero verle como las *gopis* [sus devotas] le veían.

Respuesta: Mire, usted piensa que él es un ser humano o un ser con una forma humana, el hijo de fulano, mientras que él mismo ha dicho: «Yo soy el Corazón de todos los seres, Yo soy el comienzo, el medio y el fin de todas las formas de vida». Él

debe estar dentro de usted, pues está dentro de todo. Él es su Sí mismo o el Sí mismo de su Sí mismo. Así pues, si usted ve esta entidad [el Sí mismo] o tiene su *sakshatkara*, usted tendrá la *sakshatkara* de Krishna. La realización directa del Sí mismo y la realización directa de Krishna no pueden ser diferentes. Sin embargo, para seguir su propia vía, sométase completamente a Krishna y déjele a él darle la *sakshatkara* que usted quiere⁴.

Pregunta: ¿Es posible hablar a Dios [*Iswara*] como lo hacía Sri Ramakrishna?

Respuesta: Si nosotros podemos hablarnos unos a otros, ¿por qué no hablar a Dios de la misma manera?

Pregunta: ¿Por qué en nuestro caso no ocurre entonces?

Respuesta. Requiere pureza y fuerza de mente y práctica en la meditación.

Pregunta: ¿Deviene Dios evidente si existen las condiciones señaladas?

Respuesta: Tales manifestaciones son tan reales como su propia realidad (de usted). En otras palabras, cuando usted se identifica con el cuerpo, como en el estado de vigilia, usted ve objetos groseros. Cuando usted está en el cuerpo sutil o en el plano mental como en los sueños, usted ve objetos igualmente sutiles. En la ausencia de identificación en el sueño profundo usted no ve nada. Los objetos vistos tienen una relación con el estado del veedor. Lo mismo se aplica a las visiones de Dios.

Por una larga práctica, la figura de Dios, en la cual se medita, aparece en sueños y puede aparecer más tarde en el estado de vigilia también⁵.

Pregunta: Muchos visitantes me dicen aquí que obtienen visiones o corrientes de pensamiento de usted. Yo he estado

aquí durante el último mes y medio y todavía no he tenido la más mínima experiencia de ningún tipo. ¿Se debe a que yo soy indigno de su gracia?

Respuesta: Las visiones y las corrientes de pensamiento se tienen de acuerdo con el estado de la mente. Depende de los individuos y no de la presencia universal. Además, carecen de toda significación. Lo que importa es la paz de mente⁶.

¿Qué es realización? ¿Es ver a Dios con cuatro manos, llevando una concha, una rueda y una maza? Incluso si Dios apareciera en esa forma, ¿cómo es disuelta la ignorancia del discípulo? La verdad debe ser realización eterna. La percepción directa es experiencia siempre-presente. Dios mismo es conocido cuando es percibido directamente. Ello no significa que aparezca ante el devoto en alguna forma particular. A menos que la realización sea eterna no puede servir para ningún propósito útil. ¿Puede la aparición de Dios con cuatro manos ser la realización eterna? Ello es fenoménico e ilusorio. Debe haber un veedor. Sólo el veedor es real y eterno.

Pongamos que Dios aparece como la luz de un millón de soles. ¿Es ello *pratyaksha* [experiencia directa]? Para ver una visión de Dios son necesarios los ojos y la mente. Es conocimiento indirecto, mientras que el veedor es experiencia directa. Sólo el veedor es *pratyaksha*⁷.

Pregunta: Las gentes hablan de *Vaikuntha*, *Kailasa*, *Indraloka*, *Chandraloka* [los cielos hindúes]. ¿Existen realmente?

Respuesta: Ciertamente. Usted puede estar confiado en que todos ellos existen. Allí también se encontrará sentado en una hamaca un swami como yo y también habrá discípulos sentados alrededor de él. Ellos preguntarán algo y él dirá algo como respuesta. Todo será más o menos como esto. ¿Qué hay con todo eso? Si uno ve el *Chandraloka*, pedirá ver el *Indraloka*, y después del *Indraloka*, el *Vaikuntha* y después del *Vaikuntha*, el

Kailasa, y así sucesivamente, y la mente continúa errando. ¿Dónde está *shanti* [la paz]? Si uno quiere *shanti*, el único método correcto de asegurarla es la auto-indagación. Por la auto-indagación es posible la Auto-realización. Si uno realiza el Sí mismo, uno puede ver todos estos mundos dentro de su propio Sí mismo. La fuente de todo es el propio Sí mismo de uno, y si uno realiza el Sí mismo, no encontrará nada diferente del Sí mismo. Entonces estas preguntas no surgirán. Puede haber o no un *Vaikuntha* o un *Kailasa* pero es un hecho que usted es aquí, ¿no es así? ¿Cómo es usted aquí? ¿Dónde es usted? Una vez que usted sepa estas cosas, puede pensar en todos esos mundos⁸.

Pregunta: ¿Son los poderes [*siddhis*] mencionados en los *sutras* de Patanjali verdaderos o solo su sueño (de él)?

Respuesta: El que es el *Brahman* o el Sí mismo no valorará esos poderes [*siddhis*]. Patanjali mismo dice que se ejercen todos con la mente y que impiden la Auto-realización.

Pregunta: ¿Qué hay sobre los poderes de los pretendidos superhombres?

Respuesta: Sean los poderes altos o bajos, sean de la mente o de una supermente, existen solo con referencia al que tiene el poder. Descubra quién es ése⁹.

Pregunta: ¿Han de obtenerse *siddhis* [poderes] en la vía espiritual o son opuestos a *mukti* [liberación]?

Respuesta: El *siddhi* más alto es la realización del Sí mismo, pues una vez que realiza la verdad, usted cesa de ser arrastrado por la senda de la ignorancia.

Pregunta: ¿Entonces cuál es la utilidad de los *siddhis*?

Respuesta: Hay dos tipos de *siddhis* y uno de ellos bien puede ser un grave escollo a la realización. Se dice que por *mantras*, por algunas drogas que poseen virtudes ocultas, por austeridades severas o por *samadhis* de un cierto tipo, pueden adquirirse poderes. Pero estos poderes no son un medio hacia el Auto-conocimiento, pues aunque los adquiera, usted puede seguir estando en la ignorancia más completa.

Pregunta: ¿Cuál es el otro tipo?

Respuesta: Son manifestaciones de poder y conocimiento que son completamente naturales a usted cuando realiza el Sí mismo. Son *siddhis* que son los productos del *tapas* [práctica espiritual] normal y natural del hombre que ha obtenido el Sí mismo. Vienen por sí solos, son el don de Dios. Vienen de acuerdo con el destino de uno, pero bien vengan o no, el *jñani*, que está establecido en la paz suprema, no es perturbado por ellos. Pues él conoce el Sí mismo y ese es el *siddhi* inamovible. Pero estos *siddhis* no vienen esforzándose por ellos. Cuando sea en el estado de realización, usted sabrá lo que son estos poderes¹⁰.

Pregunta: ¿Usa el sabio poderes ocultos para hacer que otros realicen el Sí mismo, o el mero hecho de su Auto-realización es suficiente para ello?

Respuesta: La fuerza de su Auto-realización es mucho más poderosa que el uso de todos los demás poderes juntos¹¹.

Aunque los *siddhis* se dice que son muchos y diferentes, sólo *jñana* es el más alto de esos múltiples *siddhis* diferentes, debido a que aquellos que han alcanzado otros *siddhis* desearán *jñana*, pero aquellos que han alcanzado *jñana* no desearán otros *siddhis*. Por lo tanto, aspire solo a *jñana*¹².

Aunque los poderes parezcan ser maravillosos a aquellos que no los poseen, sin embargo son solo transitorios. No tiene

ninguna ventaja aspirar a eso que es transitorio. Todos esos portentos están contenidos en el único Sí mismo sin cambio¹³.

Mendigar ávidamente poderes ocultos desdeñables a Dios, que se da a Sí mismo de buena gana, que es todo, es como mendigar el desperdicio de unas gachas rancias a un generoso filántropo que está dispuesto a dar todo.

En el Corazón que se enciende con la resplandeciente llama de la devoción suprema, se juntarán todos los poderes ocultos. Sin embargo, con un corazón que ha devenido una presa completa a los pies del Señor, el devoto no tendrá ningún deseo de esos *siddhis*. Sabe que si los aspirantes que se esfuerzan en la vía a la liberación ponen su corazón en los poderes ocultos, su densa esclavitud cobrará cada vez más fuerza, y por lo tanto el lastre de su ego crecerá también cada vez más.

Sólo la obtención [*siddhi*] del Sí mismo, que es el todo perfecto, la radiación de la liberación, es la obtención del conocimiento verdadero, mientras que los otros tipos de *siddhis*, comenzando con *anima* [la capacidad de devenir tan pequeño como un átomo] pertenecen al engaño del poder de la imaginación de la mente insensata¹⁴.

Las gentes ven muchas cosas que son mucho más milagrosas que los presuntos *siddhis*, sin embargo no meditan en ellas debido simplemente a que ocurren todos los días. Cuando un hombre nace no es más grande que esta bombilla eléctrica, pero después crece y deviene un enorme atleta, o un artista, orador, político o sabio de fama mundial. Las gentes no consideran esto como un milagro pero se quedan atónitos si se hace hablar a un cadáver¹⁵.

Pregunta: Yo he estado interesándome en la metafísica durante veinte años. Pero no he obtenido ninguna experiencia nueva como tantos otros pretenden hacerlo. No tengo poderes

de clarividencia, clariaudiencia, etc. Me siento a mí mismo encerrado en este cuerpo y nada más.

Respuesta: Correcto. La realidad es solo una y eso es el Sí mismo. Todo lo demás son meros fenómenos en ella, de ella y por ella. El veedor, los objetos y la visión son todos el Sí mismo solo. ¿Puede alguien ver u oír, dejando al Sí mismo a un lado? ¿Qué diferencia supone ver u oír a alguien que está muy cerca o a una enorme distancia? En ambos casos se necesitan los órganos de la vista y del oído y en ambos casos también se requiere la mente. En ninguno de ambos casos se puede prescindir de ellos. De un modo u otro hay dependencia. ¿Por qué entonces debe haber algún atractivo en la clarividencia o clariaudiencia?

Además, todo lo que se adquiere se perderá a su debido tiempo. Nunca puede ser permanente¹⁶.

Pregunta: ¿No es bueno adquirir poderes tales como la telepatía?

Respuesta: La telepatía o la radio le permiten a uno ver y oír desde lejos. Son todos lo mismo, oír y ver. Si uno oye desde cerca o desde lejos no constituye ninguna diferencia para el que oye. El factor fundamental es el que oye, el sujeto. Sin el que oye o el que ve, no puede haber ni oír ni ver. Oír y ver son las funciones de la mente. Los poderes ocultos [*siddhis*] están por lo tanto sólo en la mente. No son naturales al Sí mismo. Eso que no es natural, sino adquirido, no puede ser permanente, y no merece la pena esforzarse por ello.

Estos *siddhis* denotan poderes extendidos. Un hombre posee poderes limitados y es miserable. Debido a esto desea expandir sus poderes para poder ser feliz. Pero considere usted si ello será así. Si con percepciones limitadas uno es miserable, con percepciones expandidas la miseria debe aumentar propor-

cionalmente. Los poderes ocultos no traerán felicidad a nadie, al contrario, le harán a uno más miserable.

Además, ¿para qué son esos poderes? El presunto ocultista [*siddha*] desea exhibir los poderes [*siddhis*] para que otros le aprecien. Busca el aprecio, y si no vienen no será feliz. Debe haber otros que le aprecien. Incluso puede toparse con otro poseedor de poderes más amplios. Eso provocará sus celos y fomentará la infelicidad.

¿Cuál es el poder real? ¿Es aumentar la prosperidad o realizar la paz? Eso que resulta en la paz es la perfección [*siddhi*] más alta¹⁷.

CAPÍTULO 16

Problemas y Experiencias

Dolor y malestar físico, anarquía mental, fluctuaciones emocionales e interludios ocasionales de paz dichosa son experimentados frecuentemente como productos secundarios de la práctica espiritual. Tales manifestaciones pueden no ser tan dramáticas como las reseñadas en los dos capítulos anteriores, pero tienden a ser de gran interés para las gentes que las experimentan. Se interpretan usualmente como mojones u obstáculos en la vía hacia el Sí mismo y, dependiendo de cuál interpretación tenga el favor, se hacen grandes esfuerzos para tratar de prolongarlos o eliminarlos.

Sri Ramana tendía a rebajar la importancia de la mayor parte de las experiencias espirituales y, si se le contaban, usualmente hacía hincapié en que era mucho más importante ser consciente del experimentador que dejarse llevar por la experiencia o ponerse a analizarla. A veces se extendía en explicaciones sobre las causas de las experiencias y ocasionalmente las evaluaba como benéficas o perjudiciales para la Autoconsciencia, pero en conjunto tendía a la disuasión del interés en ellas.

Estaba más dispuesto cuando los devotos le pedían su consejo sobre problemas que habían encontrado durante la meditación. Escuchaba pacientemente sus quejas, les ofrecía soluciones constructivas a sus problemas y, si sentía que era oportuno, trataba de mostrarles que desde el punto de vista del Sí mismo todos los problemas eran no-existentes.

Pregunta: A veces uno tiene vívidos atisbos de una consciencia cuyo centro está fuera del sí mismo normal, y que parece ser omni-inclusiva. Sin meterse en conceptos filosóficos, ¿cómo me aconsejaría trabajar Bhagavan en pos de la obtención, retención y extensión de esos raros atisbos? ¿Implica el retiro la *abhyasa* [práctica espiritual] necesaria para tales experiencias?

Respuesta: Usted dice «fuera»: ¿para quién es el adentro o el afuera? Éstos pueden existir solo mientras hay el sujeto y el objeto. ¿Para quién hay el sujeto y el objeto? Al investigar usted encontrará que ambos se resuelven en el sujeto solo. Vea quién es el sujeto y esta indagación le lleva a la consciencia pura más allá del sujeto.

Usted dice «sí mismo normal»: el sí mismo normal es la mente. La mente es con limitaciones. Pero la consciencia pura es más allá de las limitaciones, y es obtenida por la investigación en el «yo».

Usted dice «en pos de la obtención»: el Sí mismo es siempre aquí. Usted sólo tiene que eliminar el velo que obstruye la revelación del Sí mismo.

Usted dice «retención»: una vez que usted realiza el Sí mismo, él deviene su experiencia directa e inmediata. Nunca es perdido.

Usted dice «extensión»: no hay ninguna extensión del Sí mismo, pues él es como es siempre, sin contracción ni expansión.

Usted dice «retiro»: permanecer en el Sí mismo es soledad, debido a que no hay nada ajeno al Sí mismo. El retiro debe ser de un lugar o estado a otro. No hay ni uno ni otro aparte del Sí mismo. Siendo todo el Sí mismo, el retiro es imposible e inconcebible.

Usted dice «*abhyasa*»: *abhyasa* es solo la prevención de la perturbación de la paz inherente. Usted está siempre en su esta-

do natural tanto si usted hace *abhyasa* como si no. Permanecer lo que usted es, sin cuestión o duda, es su estado natural¹.

Pregunta: Hay veces en que las personas y las cosas toman una forma vaga, casi transparente, como en un sueño. Uno cesa de observarlas desde fuera, pero uno es pasivamente consciente de su existencia, mientras no es activamente consciente de ningún tipo de egoidad. Hay una profunda quietud en la mente. ¿Está la mente dispuesta en tales ocasiones para profundizar en el Sí mismo? ¿O esta condición es insana, el resultado del auto-hipnotismo? ¿Debe ser recomendada como un medio de obtener paz pasajera?

Respuesta: Hay consciencia junto con quietud en la mente. Éste es exactamente el estado al que hay que apuntar. El hecho de que la pregunta se haya formulado sobre este punto, sin darse cuenta de que es el Sí mismo, muestra que el estado no es constante sino casual.

La palabra «profundizar» es apropiada solo si uno tiene que volver la mente hacia adentro a fin de evitar ser distraído por las tendencias salientes de la mente. En tales ocasiones uno tiene que profundizar debajo de la superficie de estos fenómenos externos. Pero cuando la quietud profunda prevalece sin obstruir la consciencia, ¿dónde está la necesidad de profundizar?².

Pregunta: Cuando medito siento una cierta felicidad a veces. En tales ocasiones, ¿debo preguntarme a mí mismo «Quién es quien experimenta esta felicidad»?

Respuesta: Si es la felicidad real del Sí mismo lo que es experimentado, es decir, si la mente se ha sumergido realmente en el Sí mismo, una tal duda no surgirá en absoluto. La pregunta misma muestra que la felicidad real no ha sido obtenida.

Todas las dudas cesarán solo cuando sean encontrados el dudador y su fuente. No hay ninguna utilidad en quitar las du-

das una por una. Si aclaramos una duda, surgirá otra y no habrá ningún fin para las dudas. Pero si, buscando la fuente del dudador se encuentra que él es realmente no-existente, entonces todas las dudas cesarán.

Pregunta: A veces oigo sonidos internos. ¿Qué debo hacer cuando tales cosas acontecen?

Respuesta: Acontezca lo que acontezca, mantenga la indagación en el Sí mismo, preguntando «¿Quién oye estos sonidos?» hasta que la realidad sea obtenida³.

Pregunta: A veces, mientras estoy en meditación, me siento lleno de dicha y las lágrimas llenan mis ojos. En otras ocasiones no las tengo. ¿Por qué es eso?

Respuesta: La dicha es una cosa que está siempre aquí y no es algo que viene y va. Todo lo que viene y va es una creación de la mente y usted no debe inquietarse por ello.

Pregunta: La dicha causa una conmoción en el cuerpo, pero cuando desaparece me siento abatido y deseo tener la experiencia de nuevo. ¿Por qué?

Respuesta: Usted admite que usted era tanto cuando se experimentaba la sensación dichosa como cuando no se experimentaba. Si usted realiza ese «usted» adecuadamente, esas experiencias no contarán para nada.

Pregunta: Para realizar esa dicha, debe haber algo que se da cuenta de ella, ¿no es así?

Respuesta: Debe haber una dualidad si usted tiene que agarrar algo, pero lo que es, es solo el Sí mismo único, no una dualidad. De aquí que, ¿quién va a agarrar a quién? ¿Y qué cosa hay que agarrar?⁴.

Pregunta: Cuando alcanzo el estado sin pensamiento en mi *sadhana*, gozo un cierto placer, pero a veces también experimento un vago temor que no puedo describir adecuadamente.

Respuesta: Usted puede experimentar cualquier cosa, pero no debe nunca quedarse contento con eso. Sienta usted placer o temor, pregúntese quién siente el placer o el temor y continúe así la *sadhana* hasta que tanto el placer como el temor sean transcendidos, hasta que cese toda dualidad y hasta que sólo la realidad permanezca.

No hay nada malo en que acontezcan o se experimenten tales cosas, pero usted nunca debe detenerse en eso. Por ejemplo, usted nunca debe contentarse con el placer de *laya* [suspensión pasajera de la mente] experimentado cuando se aquieta el pensamiento, usted debe seguir presionando hasta que cese toda dualidad⁵.

Pregunta: ¿Cómo se deshace uno del miedo?

Respuesta: ¿Qué es el miedo? Es solo un pensamiento. Si hubiera algo aparte del Sí mismo entonces habría razón para tener miedo. ¿Quién ve las cosas separadas del Sí mismo? Primero surge el ego y ve los objetos como externos. Si el ego no surge, sólo existe el Sí mismo y no hay nada externo. Dado que toda cosa externa a uno mismo implica la existencia del veedor dentro, buscarlo adentro eliminará la duda y el miedo. No solo el temor, todos los demás pensamientos centrados alrededor del ego desaparecerán junto con él⁶.

Pregunta: ¿Cómo puede ser vencido el terrible miedo de la muerte?

Respuesta: ¿Cuándo le atrapa a usted ese miedo? ¿Viene cuando usted no ve su cuerpo, digamos, en el sueño profundo sin sueños? [Ese miedo] le llena de ansiedad solo cuando está usted plenamente «despierto» y percibe el mundo, incluyendo su cuerpo. Si usted no ve éstos y permanece su Sí mismo puro,

como en el sueño profundo sin sueños, ningún miedo puede tocarle a usted.

Si usted sigue el rastro de este miedo hasta el objeto, cuya pérdida lo hace surgir, encontrará que ese objeto no es el cuerpo, sino la mente que funciona en él. Más de un hombre estaría encantado de deshacerse de su cuerpo enfermo y de todos los problemas e inconvenientes que crea si se garantizara la continuidad de la consciencia. Es la consciencia, la consciencia, y no el cuerpo, lo que él tiene miedo de perder. Los hombres aman la existencia debido a que es consciencia eterna, que es su propio Sí mismo. ¿Por qué no aferrarse entonces a la consciencia pura justamente ahora, mientras se está en el cuerpo, y ser libre de todo miedo?⁷

Pregunta: Cuando trato de ser sin pensamientos, me duermo. ¿Qué debo hacer al respecto?

Respuesta: Una vez que usted se duerme, no puede hacer nada en ese estado. Pero mientras usted está despierto, trate mantener apartados todos los pensamientos. ¿Por qué pensar en el sueño? Incluso eso es un pensamiento, ¿no es así? Si usted es capaz de ser sin ningún pensamiento mientras está despierto, eso es suficiente. Cuando usted se duerme, el estado en el que estaba antes de dormirse continuará cuando usted despierte. Usted continuará desde donde lo dejó cuando cayó en el sueño. Mientras hay pensamientos de actividad también habrá sueño. El pensamiento y el sueño son contrapartidas de una y la misma cosa.

Nosotros no debemos dormir demasiado ni prescindir del sueño enteramente, sino dormir sólo moderadamente. Para impedir dormir demasiado, debemos tratar de no tener ningún pensamiento o *chalana* [movimiento de la mente], debemos comer solo alimento *sáttvico* en medida moderada, y no darse a demasiada actividad física. Cuanto más controlemos el pensamiento, la actividad y el alimento, tanto más capaces seremos

de controlar el sueño. Pero la moderación debe ser la regla, como se explica en la *Gita*, para el buscador en la vía. El sueño es el primer obstáculo, como se explica en los libros, para todos los *sadhakas*. El segundo obstáculo se dice que es *vikshepa* o los objetos sensoriales del mundo, los cuales entretienen la atención de uno. El tercero se dice que es *kashaya* o los pensamientos en la mente sobre las experiencias anteriores con los objetos sensoriales. El cuarto, *ananda* [felicidad], es llamado también un obstáculo, debido a que en ese estado está presente una sensación de separación de la fuente de *ananda*, la cual permite decir al gozador «yo estoy gozando *ananda*». Incluso esto tiene que ser rebasado. Ha de alcanzarse la etapa final del *samadhi* en la que uno mismo deviene *ananda* o uno con la realidad. En este caso la dualidad del gozador y lo gozado cesa en el océano de *sat-chit-ananda* o el Sí mismo⁸.

Pregunta: Así pues, ¿uno no debe tratar de perpetuar los estados dichosos o extáticos?

Respuesta: El obstáculo final en la meditación es el éxtasis; usted siente gran dicha y felicidad y quiere permanecer en ese éxtasis. No se entregue a él, pase a la siguiente etapa, que es la gran calma. La calma es más elevada que el éxtasis y se sumerge en el *samadhi*. El *samadhi* cabal hace que sobrevenga un estado de sueño profundo en vigilia. En ese estado sabe que usted es siempre la consciencia, pues la consciencia es su naturaleza. De hecho, uno está siempre en *samadhi* pero no lo sabe. Para saberlo, todo lo que uno tiene que hacer es eliminar los obstáculos⁹.

Pregunta: Por la poesía, la música, el *japa*, los *bhajans* [cantos devocionales], la vista de paisajes bellos, la lectura de versos espirituales, etc., uno experimenta a veces un sentido de la unidad omnipenetrante. ¿Es esa sensación de dichosa quietud profunda en la que el sí mismo personal no tiene lugar lo mis-

mo que la entrada en el Corazón de la que habla Bhagavan? ¿Emprender estas actividades le llevan a un *samadhi* más profundo y así finalmente a una visión plena de lo real?

Respuesta: Hay felicidad cuando cosas agradables se presentan a la mente. Ella es la felicidad inherente en el Sí mismo, y no hay ninguna otra felicidad. Y no es extraña ni lejana. Usted está sumergiéndose en el Sí mismo en esas ocasiones que usted considera placenteras y esa submersión resulta en felicidad auto-existente. Pero la asociación de ideas es responsable de superponer esa felicidad en otras cosas o aconteceres mientras que, de hecho, esa felicidad está dentro de usted. En estas ocasiones usted está sumergiéndose en el Sí mismo, aunque inconscientemente. Si usted lo hace conscientemente, con la convicción que viene de la experiencia de que usted es idéntico con la felicidad que es verdaderamente el Sí mismo, la única realidad, usted lo llama realización. Yo quiero que usted se sumerja conscientemente en el Sí mismo, es decir, el Corazón¹⁰.

Pregunta: He estado haciendo *sadhana* durante casi veinte años y no puedo ver ningún progreso. ¿Qué debo hacer? Desde alrededor de las cinco de la mañana me concentro sobre el pensamiento de que sólo el Sí mismo es real y todo lo demás irreal. Aunque he estado haciendo esto durante veinte años no puedo concentrarme más de dos o tres minutos sin que mis pensamientos se pongan a errar.

Respuesta: No hay ninguna otra vía para realizar que tirar de la mente hacia atrás cada vez que se vuelve hacia afuera y fijarla en el Sí mismo. No hay ninguna necesidad de meditación ni de *mantra* ni de *japa* ni de nada parecido, debido a que éstos son nuestra naturaleza real. Todo lo que se necesita es abandonar el pensamiento de objetos otro que el Sí mismo. La meditación no es tanto pensar en el Sí mismo como abandonar el pensamiento del no-Sí mismo. Cuando usted abandona pensar en

los objetos exteriores e impide a su mente ir hacia afuera volviéndola hacia adentro y fijándola en el Sí mismo, sólo el Sí mismo permanece.

Pregunta: ¿Qué debo hacer para vencer el empuje de estos pensamientos y deseos? ¿Cómo debo regular mi vida a fin de obtener el control sobre mis pensamientos?

Respuesta: Cuanto más se fije usted en el Sí mismo tanto más se esfumarán por sí solos los demás pensamientos. La mente no es nada más que un paquete de pensamientos, y el pensamiento-«yo» es la raíz de todos ellos. Cuando usted ve quién es este «yo» y encuentra de dónde viene, todos los demás pensamientos se sumergen en el Sí mismo.

La regulación de la vida, tal como levantarse a una hora fijada, bañarse, hacer el *mantra*, el *japa*, observar el ritual, todo esto es para las gentes que no se sienten atraídos a la auto-indagación o que no son capaces de ella. Pero para aquellos que pueden practicar este método todas las reglas y disciplinas son innecesarias¹¹.

Pregunta: ¿Por qué no puede la mente ser vuelta hacia adentro a pesar de los repetidos intentos?

Respuesta: Se hace por la práctica y por la no-pasión y se logra sólo gradualmente. La mente, habiendo sido durante tanto tiempo una vaca acostumbrada a pacer furtivamente en las haciendas de los demás, no es confinada fácilmente a su establo. Cuando su guarda la tienta con hierba sabrosa y forraje fino, ella se niega la primera vez. Entonces toma un bocado, pero su tendencia innata a extraviarse se afirma y entonces se escabulle. Al ser repetidamente tentada por el propietario, se acostumbra al establo hasta que finalmente, incluso si se la deja suelta, ya no se va. Similarmente con la mente. Si encuentra una vez su felicidad interior, ya no vagará errante fuera.

Pregunta: ¿No hay modulaciones en la contemplación según las circunstancias?

Respuesta: Sí, las hay. A veces hay iluminación y entonces la contemplación es fácil. En otras ocasiones la contemplación es imposible aún cuando se hagan intentos repetidos. Esto se debe a la operación de los tres *gunas* [*sattva*, *rajas* y *tamas*].

Pregunta: ¿Es influenciada por las actividades y circunstancias de uno?

Respuesta: Éstas no pueden influenciarla. Es el sentido de hacedor —*kartritva buddhi*— el que forma el impedimento¹².

Pregunta: Mi mente permanece clara durante dos o tres días y se torna obtusa durante los dos o tres días siguientes; y así alterna. ¿A qué es debido?

Respuesta: Es completamente natural. Es el juego alternante de la pureza [*sattva*], la actividad [*rajas*] y la inercia [*tamas*]. No se lamenta por *tamas*, pero cuando *sattva* entre en juego, aférrese a él y aprovéchelo bien a fondo¹³.

Pregunta: Un hombre encuentra a veces que el cuerpo físico no le permite la meditación constante. ¿Debe practicar el *yoga* a fin de entrenar el cuerpo para tal propósito?

Respuesta: Ocurrirá de acuerdo con los *samkaras* [predisposiciones] de cada uno. Un hombre practicará el *hatha yoga* para curar sus enfermedades corporales, otro hombre confiará a Dios su cura, un tercer hombre usará el poder de su voluntad para ello y un cuarto hombre puede ser totalmente indiferente a ellas. Pero todos ellos persistirán en la meditación. La gesta del Sí mismo es el factor esencial y todo lo demás son meros accesorios¹⁴.

Pregunta: Mis intentos de concentración son frustrados por repentinas palpitaciones del corazón acompañadas por respira-

ciones ásperas, cortas y rápidas. Entonces mis pensamientos también se precipitan y la mente deviene incontrolable. Bajo condiciones saludables tengo más éxito y mi respiración llega a un alto con una concentración profunda. Desde hace mucho tiempo yo había estado ansioso de obtener el beneficio de la proximidad de Sri Bhagavan para el logro de la culminación de mi meditación y así vine aquí después de un considerable esfuerzo. Aquí caí enfermo. No podía meditar de modo que me sentí deprimido. Hice un esfuerzo determinado para concentrar mi mente aunque era perturbado por las respiraciones cortas y rápidas. Aunque en parte lo logro no me satisface. El tiempo en que deje este lugar se está acercando. Cada vez me siento más deprimido cuando pienso que tengo que irme. Aquí encuentro gentes que obtienen paz meditando en la sala mientras yo no soy bendecido con esa paz. Esto mismo tiene un efecto depresivo en mí.

Respuesta: Este pensamiento, «yo no soy capaz de concentrarme», es, él mismo, un obstáculo. ¿Por qué debe surgir el pensamiento?

Pregunta: ¿Puede uno permanecer sin que surjan pensamientos durante las veinticuatro horas del día? ¿Debo permanecer sin meditación?

Respuesta: ¿Qué es «horas» nuevamente? Es un concepto. Cada pregunta suya está inspirada por un pensamiento.

Siempre que surja un pensamiento, no se deje extraviar por él. Usted deviene consciente del cuerpo cuando olvida el Sí mismo. ¿Pero puede usted olvidar el Sí mismo? Siendo el Sí mismo, ¿cómo puede usted olvidarlo? Debe haber dos sí mismos para que uno olvide al otro. Es absurdo. Así pues, el Sí mismo no está deprimido, ni es imperfecto. Es siempre feliz. El sentimiento contrario es un mero pensamiento que no tiene en realidad ninguna consistencia en él. Deshágase de los pensamientos. ¿Por qué debe uno intentar la meditación? Siendo el Sí

mismo uno permanece siempre realizado. Solo sea, libre de pensamientos.

Usted piensa que su salud no permite su meditación. Esta depresión debe ser rastreada hasta su origen. El origen es la identificación errónea del cuerpo con el Sí mismo. La enfermedad no es del Sí mismo, es del cuerpo. Pero el cuerpo no viene y le dice a usted que está poseído por la enfermedad. Es usted quien lo dice. ¿Por qué? Debido a que usted se ha identificado erróneamente con el cuerpo. El cuerpo mismo es un pensamiento. Sea como usted es realmente. No hay ninguna razón para estar deprimido¹⁵.

Pregunta: Suponga que hay alguna perturbación durante la meditación, tal como la picadura de un mosquito. ¿Debe uno persistir en la meditación e intentar soportar las picaduras e ignorar la interrupción, o debe echar a los mosquitos y después continuar la meditación?

Respuesta: Usted debe hacer lo que encuentre más conveniente. Usted no obtendrá *mukti* (la liberación) simplemente porque los eche fuera. La cosa es obtener hondura y después obtener *mano-nasa* [la destrucción de la mente]. Si usted hace eso soportando las picaduras de los mosquitos o echando a los mosquitos fuera eso es asunto suyo. Si usted está completamente absorbido en su meditación no sabrá que los mosquitos le están picando. Hasta que usted obtenga esa etapa, ¿por qué no va usted a echarlos fuera?¹⁶.

Pregunta: Las gentes que practican la meditación se dice que contraen nuevas enfermedades; sea como fuere, yo siento dolor en la espalda y por delante del pecho. Esto se dice que es una prueba de Dios. ¿Quiere Bhagavan explicar esto y decir si es verdadero?

Respuesta: No hay ningún Bhagavan fuera de usted y por lo tanto no hay ninguna prueba instituida. Lo que usted cree

que es una prueba o una nueva enfermedad resultante de las prácticas espirituales es en realidad la tensión que está operando ahora sobre sus nervios y los cinco sentidos. La mente que antes operaba a través de los *nadis* [nervios] para sentir los objetos sensoriales externos, manteniendo un lazo entre ella misma y los órganos de percepción, ahora se requiere que se retire del lazo, y esta acción de retirada causa naturalmente una tensión, un disloque o una ruptura acompañada de dolor. Algunas gentes llaman a esto una enfermedad y otros lo llaman una prueba de Dios. Todos estos dolores partirán si usted continúa su meditación, dando su pensamiento solo a comprender su Sí mismo o a la Auto-realización. No hay ningún remedio más grande que este continuo yoga o unión con Dios o el *atman*. El dolor es inevitable como resultado de la supresión de los *vasanas* [tendencias mentales] que usted ha tenido durante tanto tiempo¹⁷.

Pregunta: ¿Cuál es la mejor manera de tratar los deseos y *vasanas* con miras a deshacerse de ellos —satisfacerlos o suprimirlos?

Respuesta: Si un deseo puede ser desechado satisfaciéndolo, no habrá ningún daño en satisfacer tal deseo. Pero los deseos generalmente no son erradicados con la satisfacción. Tratar de desraizarlos de esta manera es como tratar de apagar un fuego derramando sobre él líquido inflamable. Al mismo tiempo, el remedio adecuado no es la supresión forzosa, puesto que tal represión está obligada a reaccionar más pronto o más tarde con una pujante emergencia de los deseos con consecuencias indeseables. La manera adecuada de deshacerse de un deseo es encontrar «¿Quién tiene el deseo? ¿Cuál es su fuente?». Cuando ésta es encontrada, el deseo es desraizado y nunca emergerá o crecerá de nuevo. Los deseos pequeños tales como el deseo de comer, beber, dormir y aliviar los requerimientos de la naturaleza, aunque pueden clasificarse también entre los deseos,

usted puede satisfacerlos sin daño. Ellos no implantarán *vasanas* en su mente, que necesiten de otro nacimiento. Esas actividades son necesarias para continuar viviendo y no desarrollarán ni dejarán detrás *vasanas* o tendencias mentales. Como regla general, por lo tanto, no hay ningún mal en satisfacer un deseo cuando la satisfacción no conduzca a otros deseos que creen *vasanas* en la mente¹⁸.

Pregunta: ¿Hay signos en la práctica de la meditación, dentro del reino de la experiencia subjetiva, que indiquen el progreso del aspirante hacia la Auto-realización?

Respuesta: El grado de liberación de los pensamientos indeseables y el grado de concentración sobre un único pensamiento son las medidas para evaluar el progreso¹⁹.

SEXTA PARTE

TEORÍA

Toda discusión metafísica carece de utilidad a menos que nos haga buscar dentro del Sí mismo la verdadera realidad.

Todas las controversias sobre la creación, la naturaleza del universo, la evolución, el propósito de Dios, etc., son inútiles. No nos conducen a nuestra verdadera felicidad. Las gentes tratan de hacer descubrimientos sobre las cosas que están fuera de ellos antes de tratar de encontrar «¿Quién soy yo?». Solo por este último medio puede ser obtenida la felicidad¹.

CAPÍTULO 17

Las Teorías de la Creación y la Realidad del Mundo

Sri Ramana tenía poco o ningún interés en el lado teórico de la espiritualidad. Su principal interés estaba en llevar a las gentes a una consciencia del Sí mismo y, para lograr este fin, siempre insistía en que la práctica era más importante que la especulación. Disuadía de hacer preguntas de una naturaleza teórica bien permaneciendo silente cuando eran formuladas o bien pidiendo al preguntador que encontrara la fuente del «yo» que estaba haciendo la pregunta. Ocasionalmente cedía y daba detalladas exposiciones sobre diferentes aspectos de la filosofía, pero si sus interlocutores persistían demasiado en sus preguntas, o si la conversación se escoraba hacia el intelectualismo estéril, cambiaba el tema y dirigía la atención de sus interlocutores hacia materias más prácticas.

Muchas de estas conversaciones filosóficas se centraban alrededor de la naturaleza y origen del mundo físico, puesto que era conocido que Sri Ramana tenía puntos de vista que eran totalmente contrapuestos a los puntos de vista sobre el mundo mantenidos por el sentido común. En cuanto a la mayor parte de los demás tópicos disponía sus afirmaciones para conformarlas a los diferentes niveles de comprensión que encontraba en sus interlocutores, pero incluso así, casi todas sus ideas eran refutaciones radicales de los conceptos de realidad física que la mayor parte de las gentes aprecian.

Sri Ramana adoptaba tres puntos de vista diferentes cuando hablaba sobre la naturaleza del mundo físico. Abogó por todos ellos en diferentes ocasiones pero es evidente, por sus comenta-

rios generales sobre el tema, que él sólo consideraba verdaderas o útiles las dos primeras categorías dadas abajo.

1. *Ajata vada* (la teoría de la no-causalidad). Ésta es una antigua doctrina hindú que afirma que la creación del mundo nunca ha acontecido. Es una negación completa de toda causalidad en el mundo físico. Sri Ramana suscribía este punto de vista diciendo que es la experiencia del *jñani* que nada viene nunca a la existencia ni cesa de ser nunca, debido a que sólo el Sí mismo existe como la única realidad sin cambio. Es un corolario de esta teoría que tiempo, espacio, causa y efecto, que son componentes esenciales en todas las teorías de la creación, existen solo en las mentes de los *ajñanis* y que la experiencia del Sí mismo revela su no-existencia.

Esta teoría no es una negación de la realidad del mundo, sino solo del proceso creativo que lo ha traído a la existencia. Hablando desde su propia experiencia Sri Ramana decía que el *jñani* es consciente de que el mundo es real, no como un conjunto de materia y energía interactivas, sino como una apariencia incausada en el Sí mismo. Ampliaba esto diciendo que debido a que la naturaleza o substrato real de esta apariencia es idéntica con la esividad del Sí mismo, participa necesariamente de su realidad. Es decir, el mundo no es real para el *jñani* simplemente porque aparece, sino solo porque la naturaleza real de la apariencia es inseparable del Sí mismo.

El *ajñani*, por otra parte, es totalmente inconsciente de la naturaleza y fuente unitaria del mundo y, como consecuencia de ello, su mente construye un mundo ilusorio de objetos interactivos separados, malinterpretando persistentemente las impresiones sensoriales que recibe. Sri Ramana señalaba que esta visión del mundo no tiene más realidad que un sueño puesto que sobreimpone una creación de la mente en la realidad del Sí mismo. Resumía la diferencia entre el punto de vista del *jñani* y del *ajñani* diciendo que el mundo es irreal si es percibido con la

mente como una colección de objetos separados y real cuando se experimenta directamente como una apariencia en el Sí mismo.

2. *Dristhi-srishti vada*. Si sus interlocutores encontraban la idea de *ajata* o no-causalidad imposible de asimilar, les enseñaba que el mundo viene a la existencia simultáneamente con la aparición del pensamiento «yo» y que cesa de existir cuando el pensamiento «yo» está ausente. Esta teoría es conocida como *dristhi-srishti*, o creación simultánea, y dice, en efecto, que el mundo que aparece a un *ajñani* es un producto de la mente que lo percibe, y que en la ausencia de esa mente cesa de existir. La teoría es verdadera en tanto que la mente crea un mundo imaginario para sí misma, pero desde el punto de vista del Sí mismo, un «yo» imaginario creando un mundo imaginario no es ninguna creación en absoluto, y así la doctrina de *ajata* (no-causalidad) no es subvertida. Aunque Sri Ramana decía a veces que *dristhi-srishti* no era la verdad última sobre la creación, alentaba a sus seguidores a aceptarla como una hipótesis de trabajo. Justificaba este planteamiento diciendo que si uno puede considerar congruentemente el mundo como una creación irreal de la mente, entonces el mundo pierde su atracción y deviene más fácil mantener una consciencia sin distracción del pensamiento «yo».

3. *Srishti-dristhi vada* (creación gradual). Éste es el punto de vista del sentido común que sostiene que el mundo es una realidad objetiva gobernada por leyes de causa y efecto que pueden ser rastreadas hasta un acto de creación único. Incluye virtualmente todas las ideas occidentales sobre el tema desde la teoría del «big bang» hasta el relato bíblico del Génesis. Sri Ramana solo invocaba teorías de esta naturaleza cuando estaba hablando a interlocutores que no querían aceptar las implicaciones de las doctrinas de *ajata* y *dristhi-srishti*. Incluso entonces, usualmente señalaba que tales teorías no debían tomarse

demasiado en serio pues se promulgaban solamente para satisfacer la curiosidad intelectual.

Literalmente, *drishti-srishti* significa que el mundo sólo existe cuando es percibido, mientras que *srishti-drishti* significa que el mundo existía anteriormente a su percepción por alguien. Aunque la primera teoría suena perversa, Sri Ramana insistía en que los buscadores serios deben estar satisfechos con ella, en parte debido a que es una estrecha aproximación a la verdad y en parte debido a que es la actitud más beneficiosa que se puede adoptar si uno está seriamente interesado en realizar el Sí mismo.

Pregunta: ¿Cómo ha surgido *srishti* [la creación]? Algunos dicen que está predestinada. Otros dicen que es la *lila* [el juego] del Señor. ¿Cuál es la verdad?

Respuesta: En los libros se dan varias versiones. ¿Pero hay creación? Solo si hay creación tenemos que explicar cómo surgió. Nosotros podemos no saber todas estas teorías pero sabemos ciertamente que nosotros existimos. ¿Por qué no conocemos el «yo» y vemos entonces si hay una creación?¹.

Pregunta: En el *Vedanta* de Sri Sankaracharya se ha aceptado el principio de la creación del mundo para beneficio de los principiantes, pero al avanzado se le introduce al principio de no-creación. ¿Cuál es su punto de vista sobre este asunto?

Respuesta: «No hay ninguna disolución ni creación, nadie en esclavitud, ni nadie haciendo prácticas espirituales. No hay nadie deseando la liberación ni nadie liberado. Ésta es la verdad absoluta». Este *sloka* aparece en el segundo capítulo de los *Karika* de Gaudapada. El que está establecido en el Sí mismo ve esto por su conocimiento de la realidad².

Pregunta: ¿No es el Sí mismo la causa de este mundo que vemos a nuestro alrededor?

Respuesta: El mismo Sí mismo aparece como el mundo de los diversos nombres y formas. Sin embargo, el Sí mismo no actúa como la causa eficiente [*nimitta karana*] que lo crea, lo sostiene y lo destruye. No pregunte «¿Por qué, no sabiendo la verdad de que él mismo aparece como el mundo, surge la confusión del Sí mismo?». Si en lugar de ello usted indaga «¿A quién ocurre esta confusión?», se descubrirá que ninguna confusión tal ha existido nunca para el Sí mismo³.

Pregunta: Usted parece ser un exponente de la doctrina *ajata* del *vedanta advaita*.

Respuesta: Yo no enseño solo la doctrina *ajata*. Apruebo todas las escuelas. La misma verdad tiene que ser expresada de diferentes maneras para adaptarse a la capacidad del que escucha. La doctrina *ajata* dice, «Nada existe excepto la única realidad. No hay nacimiento ni muerte, ni proyección ni reabsorción, ni buscador, ni esclavitud, ni liberación. Sólo existe la única realidad». A aquel que encuentra difícil entender esta verdad y que pregunta: «¿Cómo podemos ignorar este mundo sólido que todos vemos a nuestro alrededor?», se le indica la experiencia del sueño y se le dice: «Todo lo que usted ve depende del veedor. Aparte del veedor, no hay nada visto». Esto es llamado la doctrina *drishti-srishti vada* o el argumento de que primero uno crea desde su mente y después ve lo que su propia mente ha creado. Algunas gentes no pueden entender siquiera esto y continúan argumentando en los siguientes términos: «La experiencia del sueño es muy breve, mientras que el mundo existe siempre. La experiencia del sueño estaba limitada a mí. Pero el mundo es sentido y visto no solo por mí, sino por muchos otros. Nosotros no podemos llamar a un tal mundo no-existente». Cuando las gentes argumentan de esta manera puede dárseles una teoría *srishti-drishti*, por ejemplo: «Dios

creó primero tal y tal cosa, de tal y cual elemento, y después se creó alguna otra cosa, y así sucesivamente». Solamente eso satisfará a este tipo de gentes. De otro modo sus mentes no se sienten satisfechas y se preguntan a sí mismos: «¿Cómo pueden toda la geografía, todos los mapas, todas las ciencias, las estrellas, los planetas y las leyes que los gobiernan o que se refieren a ellos y todo el conocimiento ser totalmente falsos?». A tales gentes es mejor decirles: «Sí, Dios ha creado todo esto, y de esta manera usted lo ve».

Pregunta: Pero no todas estas doctrinas pueden ser verdaderas. Solo una única doctrina puede ser verdadera.

Respuesta: Todas estas doctrinas son solo para adaptarse a la capacidad del buscador. Lo absoluto sólo puede ser uno⁴.

El *vedanta* dice que el cosmos deviene visible simultáneamente con el veedor y que no hay ningún proceso de creación detallada. Esto es llamado *yugapat-srishti* [creación instantánea]. Es completamente similar a las creaciones en el sueño donde el experimentador surge simultáneamente con los objetos de experiencia. Cuando se dice esto, algunas gentes no se sienten satisfechas pues están profundamente arraigados en el conocimiento objetivo. Buscan descubrir cómo puede haber una creación repentina. Argumentan que un efecto debe ser precedido por una causa. Brevemente, desean una explicación para la existencia del mundo que ven a su alrededor. Entonces las *srutis* [escrituras] tratan de satisfacer su curiosidad con las teorías de la creación. Este método de tratar el tema de la creación es llamado *krama-srishti* [creación gradual]. Pero el verdadero buscador puede contentarse con *yugapat-srishti*, la creación instantánea⁵.

Pregunta: ¿Cuál es el propósito de la creación?

Respuesta: Es suscitar esta pregunta. Investigue la respuesta a esta pregunta, y finalmente more en lo supremo o más bien

en la fuente primal de todo, el Sí mismo. La investigación se resolverá por sí sola en una gesta del Sí mismo y solo cesará después de que se disuelva el no-Sí mismo y de que se realice el Sí mismo en su pureza y gloria⁶.

Puede haber cualquier número de teorías de la creación. Todas ellas se extienden hacia afuera. No habrá ningún límite a ellas debido a que el tiempo y el espacio son ilimitados. Sin embargo, están solo en la mente. Si usted ve la mente, el tiempo y el espacio son trascendidos y el Sí mismo es realizado.

La creación puede explicarse tanto científicamente como lógicamente para propia satisfacción de uno. ¿Pero hay alguna finalidad en ello? Tales explicaciones son llamadas *kramasrishti* [creación gradual]. Por otra parte, *drishti-srishti* [creación simultánea] es *yugapat-srishti*. Sin el veedor no hay ningún objeto visto. Encuentre al veedor y la creación está comprendida en él. ¿Por qué mirar fuera y seguir explicando los fenómenos que no tienen fin?⁷.

Pregunta: Los *Vedas* contienen relatos cosmogónicos contradictorios. En un lugar se dice que el éter es la primera creación; en otro lugar lo es la energía vital [*prana*]; en otro lo es alguna otra cosa; el agua lo es en otro, y así sucesivamente. ¿Cómo ha de reconciliarse todo esto? ¿No perjudica esto la credibilidad de los *Vedas*?

Respuesta: Diferentes veedores vieron diferentes aspectos de la verdad en diferentes tiempos, enfatizando cada uno de ellos un único punto de vista. ¿Por qué se preocupa usted por sus afirmaciones contradictorias? La meta esencial de los *Vedas* es enseñarnos la naturaleza del *atman* imperecedero y mostrarnos que nosotros somos eso.

Pregunta: Yo estoy satisfecho con esa porción.

Respuesta: Entonces trate todo lo demás como *artha vada* [argumentos auxiliares] o exposiciones dirigidas al ignorante que busca rastrear la génesis de las cosas⁸.

Pregunta: Yo formo parte de la creación y así permanezco dependiente. No puedo resolver el enigma de la creación hasta que devenga independiente. Sin embargo, pregunto a Sri Bhagavan, ¿no debe él responder la pregunta por mí?

Respuesta: Sí. Es Bhagavan quien dice: «Devenga independiente y resuelva el enigma usted mismo. Es incumbencia suya hacerlo». ¿Dónde está usted ahora para que haga esta pregunta? ¿Está usted en el mundo, o está el mundo dentro de usted? Usted debe admitir que el mundo no es percibido en su sueño profundo aunque no puede negar su existencia [de usted] entonces. El mundo aparece cuando usted despierta. Así pues, ¿dónde está? Claramente el mundo es su pensamiento. Los pensamientos son sus proyecciones. El «yo» es creado primero y después el mundo. El mundo es creado por el «yo» que a su vez surge del Sí mismo. El enigma de la creación del mundo se resuelve si usted resuelve la creación del «yo». Así pues, yo digo, encuentre su Sí mismo.

¿Viene el mundo y le pregunta a usted «¿Por qué existo “yo”? ¿Cómo fui creado “yo”?»? Es usted quien hace la pregunta. El preguntador debe establecer la relación entre el mundo y él mismo. Debe admitir que el mundo es su propia imaginación. ¿Quién lo imagina? Que encuentre primero el «yo» y después el Sí mismo. Además, todas las explicaciones científicas y teológicas no armonizan. Las divergencias en tales teorías muestran claramente la inutilidad de buscar tales explicaciones. Tales explicaciones son puramente mentales o intelectuales y nada más. Sin embargo, todas ellas son verdaderas acordemente al punto de vista del individuo. No hay ninguna creación en el estado de realización. Cuando uno ve el mundo, uno no se ve a sí mismo. Cuando uno ve el Sí mismo, el mundo no se ve. Así

pues, vea el Sí mismo y realice que no ha habido ninguna creación⁹.

Pregunta: «El *Brahman* es real. El mundo [*jagat*] es ilusión» es el estribillo de Sri Sankaracharya. Sin embargo otros dicen: «El mundo es realidad». ¿Cuál es verdadero?

Respuesta: Ambas afirmaciones son verdaderas. Se refieren a diferentes etapas de desarrollo y se dicen desde diferentes puntos de vista. El aspirante [*abhyasi*] comienza con la definición de que lo que es real existe siempre. Entonces elimina el mundo como irreal debido a que es cambiante. Finalmente el buscador obtiene el Sí mismo y ahí encuentra la unidad como la nota prevaleciente. Entonces, aquello que originalmente fue rechazado como irreal se encuentra que es una parte de la unidad. Al estar absorbido en la realidad, el mundo también es real. Hay solo ser en la Auto-realización y nada más que ser¹⁰.

Pregunta: Sri Bhagavan dice a menudo que *maya* [ilusión] y realidad son lo mismo. ¿Cómo puede ser eso?

Respuesta: Sankara fue criticado, sin ser comprendido, por sus puntos de vista sobre *maya*. Él dijo que:

1. El *Brahman* es real
2. El universo es irreal, y
3. El universo es el *Brahman*.

Él no se detuvo en el segundo paso, debido a que el tercero explica los otros dos. Significa que el universo es real si es percibido como el Sí mismo, e irreal si es percibido aparte del Sí mismo. De aquí que *maya* y realidad son uno y lo mismo¹¹.

Pregunta: Así pues, ¿el mundo no es realmente ilusorio?

Respuesta: En el nivel del buscador espiritual usted tiene que decir que el mundo es una ilusión. No hay ninguna otra vía.

Cuando un hombre olvida que él es el *Brahman*, que es real, permanente y omnipresente, y se engaña a sí mismo con el pensamiento de que él es un cuerpo en el universo, que está lleno de cuerpos que son transitorios, y se afana bajo ese engaño, usted tiene que recordarle que el mundo es irreal y un engaño. ¿Por qué? Porque su visión, que ha olvidado su propio Sí mismo, está morando en el universo externo y material. Ella no se volverá hacia adentro en introspección a menos que usted le inculque que todo este universo externo y material es irreal. Una vez que realice su propio Sí mismo sabrá que no hay nada otro que su propio Sí mismo y llegará a mirar el universo entero como el *Brahman*. No hay ningún universo sin el Sí mismo. Mientras un hombre no ve el Sí mismo, que es el origen de todo, sino que mira solo al mundo externo como real y permanente, usted tiene que decirle que todo este universo es una ilusión. Usted no tiene más remedio que hacerlo. Tome un papel. Nosotros sólo vemos el escrito, y nadie repara en el papel en el que el escrito está escrito. El papel está aquí, bien sea que el escrito en él esté aquí o no. Para aquellos que miran el escrito como real, usted tiene que decir que es irreal, una ilusión, puesto que está sobre el papel. El sabio mira a ambos, papel y escrito, como uno. Así ocurre también con el *Brahman* y el universo¹².

Pregunta: Así pues, ¿el mundo es real cuando es experimentado como el Sí mismo e irreal cuando es visto como nombres y formas separados?

Respuesta: Lo mismo que el fuego es oscurecido por el humo, la brillante luz de la consciencia es oscurecida por el amasijo de los nombres y las formas —el mundo. Cuando por la compasiva gracia divina la mente devenga clara, se sabrá que la naturaleza del mundo no son las formas ilusorias sino solo la realidad.

Solo aquellas gentes cuyas mentes están exentas del poder malo de *maya*, habiendo abandonado el conocimiento del mundo y estando desapegados de él, y habiendo obtenido con ello el conocimiento de la auto-efulgente realidad suprema, pueden saber correctamente el significado de la afirmación «El mundo es real». Si la mirada de uno ha sido transformada en la naturaleza del conocimiento real, el mundo de los cinco elementos, comenzando con el éter [*akasa*] será real, siendo la realidad suprema, que es la naturaleza del conocimiento.

El estado original de este mundo vacío, que está aturrido y atestado por innumerables nombres y formas, es felicidad, que es una, lo mismo que la yema del huevo de un multicoloreado pavo real es solo una. Sepa esta verdad permaneciendo en el estado de Sí mismo¹³.

Pregunta: Yo no puedo decir que todo está claro para mí. ¿Es el mundo que es visto y sentido por nosotros de tantas maneras diferentes algo semejante a un sueño, una ilusión?

Respuesta: No hay ninguna alternativa para usted excepto aceptar el mundo como irreal si está buscando la verdad y sólo la verdad.

Pregunta: ¿Por qué es eso así?

Respuesta: Por la simple razón de que a menos que usted abandone la idea de que el mundo es real su mente estará siempre detrás de él. Si usted toma la apariencia por real, nunca conocerá lo real mismo, aunque sólo lo real existe. Este punto está ilustrado por la analogía de la serpiente en la cuerda. Usted puede ser engañado al creer que un pedazo de cuerda es una serpiente. Mientras usted imagina que la cuerda es una serpiente, no puede ver la cuerda como una cuerda. La serpiente no-existente deviene real para usted, mientras que la cuerda real parece enteramente no-existente como tal.

Pregunta: Es fácil aceptar a modo de ensayo que finalmente el mundo no es real, pero es difícil tener la convicción de que es realmente irreal.

Respuesta: De la misma manera es real su mundo de sueño mientras usted está soñando. Mientras dura el sueño todo lo que usted ve y siente en él es real.

Pregunta: ¿No es entonces el mundo mejor que un sueño?

Respuesta: ¿Qué hay de malo en el sentido de realidad que usted tiene mientras está usted soñando? Usted puede estar soñando algo completamente imposible, por ejemplo, que usted tiene una feliz charla con una persona muerta. Por un momento, puede dudar en el sueño, diciéndose a usted mismo, «¿No estaba muerto?», pero de alguna manera su mente se reconcilia con la visión del sueño, y la persona está perfectamente viva para los propósitos del sueño. En otras palabras, el sueño en tanto que sueño no le permite a usted dudar de su realidad. Ocurre lo mismo en el estado de vigilia, pues usted es incapaz de dudar de la realidad del mundo que usted ve mientras está despierto. ¿Cómo puede la mente, que ha creado ella misma el mundo, aceptarlo como irreal? Esa es la significación de la comparación hecha entre el mundo del estado de vigilia y el mundo del estado de sueño. Ambos son creaciones de la mente, de modo que mientras la mente esté absorbida en uno y otro, se encuentra a sí misma incapaz de negar su realidad. No puede negar la realidad del mundo del sueño mientras está soñando y no puede negar la realidad del mundo de la vigilia mientras está despierto. Si, por el contrario, usted retira su mente completamente del mundo y la vuelve hacia adentro y permanece ahí, es decir, si usted se mantiene despierto siempre al Sí mismo, que es el substrato de todas las experiencias, encontrará que el mundo del que usted es ahora consciente es tan irreal como el mundo en el que usted vivía en su sueño.

Pregunta: Nosotros vemos y sentimos el mundo de muchas maneras diferentes. Estas sensaciones son las reacciones a los objetos vistos y sentidos. No son creaciones mentales como en los sueños, que difieren no solo de persona a persona sino también con respecto a la misma persona. ¿No es eso suficiente para probar la realidad objetiva del mundo?

Respuesta: Toda esta conversación sobre las incongruencias en el mundo del sueño surge solo ahora, cuando usted está despierto. Mientras usted está soñando, el sueño es un todo perfectamente integrado. Es decir, si usted ha sentido sed en un sueño, la ingestión ilusoria de agua ilusoria sacia su sed ilusoria. Pero todo esto era real y no ilusorio para usted mientras no sabe que el sueño mismo era ilusorio. Similarmente con el mundo de la vigilia. Usted tiene que coordinar ahora las sensaciones para darle la impresión de que el mundo es real.

Si, por el contrario, el mundo es una realidad auto-existente (eso es lo que usted quiere decir evidentemente por su objetividad), ¿qué impide que el mundo se revele a usted en el sueño profundo? Sin embargo, usted no dice que usted no ha existido en su sueño profundo.

Pregunta: Yo no niego tampoco la existencia del mundo mientras estoy dormido. El mundo ha estado existiendo todo el tiempo. Si durante mi sueño profundo yo no lo veo, otros que no estaban durmiendo lo han visto.

Respuesta: Para decir que usted ha existido mientras estaba dormido, ¿ha sido necesario buscar la evidencia de otros para probárselo a usted? ¿Por qué busca usted la evidencia de otros ahora? Esos otros pueden decirle a usted que han estado viendo el mundo durante su sueño profundo (de usted) solo cuando usted mismo despierta. Con respecto a su propia existencia (de usted) es diferente. Al despertar usted dice que ha dormido profundamente, de modo que en esa medida usted es consciente de usted mismo en el sueño profundo, mientras que usted no

tiene la más mínima noción de la existencia del mundo entonces. Incluso ahora, mientras usted está despierto, ¿es el mundo el que dice «yo soy real», o es usted?

Pregunta: Lo digo yo por supuesto, pero lo digo del mundo.

Respuesta: Pues bien, ese mundo, que usted dice que es real, está en realidad burlándose de usted por buscar probar su realidad mientras usted es ignorante de su propia realidad (de usted).

Usted quiere de un modo u otro mantener que el mundo es real. ¿Cuál es el patrón de la realidad? Sólo es real eso que existe por sí mismo, que se revela a sí mismo por sí mismo y que es eterno y sin cambio.

¿Existe el mundo por sí mismo? ¿Ha sido visto alguna vez sin la ayuda de la mente? En el sueño profundo no hay ni mente ni mundo. En la vigilia hay la mente y hay el mundo. ¿Qué significa esta concomitancia invariable? Usted está familiarizado con los principios de la lógica inductiva que son considerados la base misma de la investigación científica. ¿Por qué no decide usted esta cuestión de la realidad del mundo a la luz de esos principios de lógica aceptados?

De usted mismo puede decir «yo existo». Es decir, su existencia no es mera existencia, es existencia de la que usted es consciente. En realidad, es existencia idéntica con la consciencia.

Pregunta: El mundo puede no ser consciente de sí mismo, sin embargo existe.

Respuesta: La consciencia es siempre Auto-consciente. Si usted es consciente de algo, es esencialmente consciente de usted mismo. Una existencia no consciente de Sí misma es una contradicción en los términos. No es existencia en absoluto. Es meramente existencia atribuida, mientras que la existencia ver-

dadera, el *sat*, no es un atributo, es la substancia misma. Es *vastu* [la realidad]. Por lo tanto, la realidad es conocida como *sat-chit*, ser-consciencia, y nunca meramente como uno a exclusión del otro. El mundo ni existe por sí mismo, ni es consciente de su existencia. ¿Cómo puede usted decir que un tal mundo es real?

¿Y cuál es la naturaleza del mundo? Es cambio perpetuo, flujo continuo e interminable. Un mundo dependiente, no consciente de sí mismo y siempre cambiante no puede ser real¹⁴.

Pregunta: ¿Son reales los nombres y formas del mundo?

Respuesta: Usted no los encontrará separados del substrato [*adhishtana*]. Cuando usted trate de profundizar en nombre y forma, encontrará la realidad solo. Por lo tanto, obtenga el conocimiento de eso que es real siempre.

Pregunta. ¿Por qué el estado de vigilia parece tan real?

Respuesta: Nosotros vemos muchas cosas en la pantalla de cine, pero no son reales. Nada es real ahí excepto la pantalla. De la misma manera, en el estado de vigilia no hay nada sino *adhishtana* [el substrato]. El conocimiento del mundo es conocimiento del conocedor del mundo [*jagat-prama* es el *prama* de *jagat-pramata*]. Ambos desaparecen en el sueño profundo.

Pregunta: ¿Por qué vemos tal permanencia y constancia en el mundo?

Respuesta: Se ve debido a las ideas erróneas. Cuando alguien dice que se ha bañado dos veces en el mismo río está en un error, porque cuando se bañó por segunda vez el río ya no es el mismo que era cuando se bañó por primera vez. Al mirar dos veces el brillo de una llama un hombre dice que ve la misma llama, pero esta llama está cambiando cada momento. El estado de vigilia es también así. La apariencia estacionaria es un error de percepción.

Pregunta: ¿Dónde está el error?

Respuesta: *Pramata* [el conocedor].

Pregunta: ¿Cómo surgió el conocedor?

Respuesta: Debido al error de percepción. De hecho, el conocedor y sus percepciones erróneas aparecen simultáneamente, y cuando el conocimiento del Sí mismo es obtenido, desaparecen simultáneamente.

Pregunta: ¿De dónde han surgido el conocedor y sus percepciones erróneas?

Respuesta: ¿Quién está haciendo la pregunta?

Pregunta: Yo soy.

Respuesta: Descubra ese «yo» y todas sus dudas se resolverán. Lo mismo que en un sueño surgen un falso conocimiento, un conocedor y un conocido, en el estado de vigilia opera el mismo proceso. En ambos estados al conocer este «yo» usted conoce todo y no queda nada que haya que conocer. En el sueño profundo, conocedor, conocimiento y conocido están ausentes. De la misma manera, en el momento de experimentar el «yo» real ellos no existirán. Todo lo que usted ve acontecer en el estado de vigilia acontece solo al conocedor, puesto que el conocedor es irreal, de hecho nunca acontece nada¹⁵.

Pregunta: ¿Es la luz, que da la identidad del sentido de «yo» y el conocimiento del mundo, ignorancia o *chit* [consciencia]?

Respuesta: Es solo la luz reflejada de *chit* la que hace que el «yo» se crea diferente de otros. Esta luz reflejada de *chit* hace también que el «yo» cree objetos, pero para esta reflexión debe haber una superficie en la que la reflexión tenga lugar.

Pregunta: ¿Cuál es esa superficie?

Respuesta: A la realización del Sí mismo usted encontrará que la reflexión y la superficie en la que tiene lugar no existen en realidad, sino que ambas son una y la misma *chit* [consciencia]. Hay el mundo, que requiere locación para su existencia y luz para hacerlo perceptible. Ambos surgen simultáneamente. Por lo tanto, la existencia física y la percepción dependen de la luz de la mente, que es reflejada desde el Sí mismo. Lo mismo que en el cine las imágenes pueden hacerse visibles por una luz reflejada, y solo en la oscuridad, así también las imágenes del mundo son perceptibles solo por la luz del Sí mismo reflejada en la oscuridad de *avidya* [ignorancia]. El mundo no puede ser visto ni en la extrema oscuridad de la ignorancia, como en el sueño profundo, ni en la extrema luz del Sí mismo, como en la Auto-realización o *samadhi*¹⁶.

CAPÍTULO 18

La Reencarnación

La mayor parte de las religiones han construido elaboradas teorías que se proponen explicar lo que acontece en el alma individual después de la muerte del cuerpo. Algunas pretenden que el alma va al cielo o al infierno mientras que otras pretenden que se reencarna en un cuerpo nuevo.

Sri Ramana enseñaba que todas estas teorías se basan sobre la falsa asunción de que el sí mismo o alma individual es real; una vez que esta ilusión se disipa, toda la superestructura de las teorías para después de la vida se viene abajo. Desde el punto de vista del Sí mismo, no hay ningún nacimiento ni muerte, ningún cielo ni infierno, ni ninguna reencarnación.

Como una concesión a aquellos que eran incapaces de asimilar las implicaciones de esta verdad, Sri Ramana admitía a veces que la reencarnación existía. En respuesta a tales gentes decía que si uno imaginaba que el sí mismo individual era real, entonces ese sí mismo imaginario persistiría después de la muerte y que eventualmente se identificaría con un cuerpo nuevo y una vida nueva. Todo el proceso, decía, está sostenido por la tendencia de la mente a identificarse a sí misma con un cuerpo. Una vez que se trasciende la ilusión limitante de la mente, cesa la identificación con el cuerpo, y todas las teorías sobre la muerte y la reencarnación se encuentra que son inaplicables.

Pregunta: ¿Es verdadera la reencarnación?

Respuesta: La reencarnación existe solo mientras hay ignorancia. No hay realmente ninguna reencarnación, ni ahora ni antes. Tampoco la habrá en ningún futuro. Esta es la verdad.

Pregunta: ¿Puede un yogui conocer sus vidas pasadas?

Respuesta: ¿Conoce usted la vida presente para que usted quiera conocer la pasada? Encuentre la presente, entonces el resto seguirá por sí sólo. Incluso con nuestro limitado conocimiento presente, usted sufre enormemente. ¿Por qué quiere usted cargarse con más conocimiento? ¿Es para sufrir más?¹

Cuando se ve a través de la visión del supremo espacio del Sí mismo, la ilusión de tomar nacimiento en este mundo falso semejante a un espejismo, se encuentra que no es nada más que la ignorancia egoística de identificar un cuerpo como «yo». Entre aquellos cuyas mentes están poseídas por el olvido del Sí mismo, aquellos que nacen morirán y aquellos que mueren nacerán de nuevo. Pero sepa que aquellos cuyas mentes están muertas, habiendo conocido la gloriosa realidad suprema, permanecerán solo ahí en ese elevado estado de realidad, libres de nacimiento y muerte. Olvidar el Sí mismo, tomar erróneamente el cuerpo por el Sí mismo, tomar innumerables nacimientos, y finalmente conocer el Sí mismo y ser el Sí mismo es lo mismo que despertar de un sueño de vagar errante por todo el mundo².

Pregunta: ¿Cuánto tiempo le lleva a un hombre renacer después de la muerte? ¿Es inmediatamente después de la muerte o algún tiempo después?

Respuesta: Usted no sabe lo que usted era antes del nacimiento, y sin embargo quiere saber lo que usted será después de la muerte. ¿Sabe lo que usted es ahora?

El nacimiento y el renacimiento pertenecen al cuerpo. Usted está identificando el Sí mismo con el cuerpo. Es una identificación errónea. Usted cree que el cuerpo ha nacido y que

morirá, y confunde los fenómenos que incumben al cuerpo con el Sí mismo. Conozca su ser real y estas preguntas no surgirán.

El nacimiento y el renacimiento son mencionados solo para hacer que usted investigue la cuestión y encuentre que no hay nacimientos ni renacimientos. Ellos incumben al cuerpo y no al Sí mismo. Conozca el Sí mismo y no sea perturbado por las dudas³.

Pregunta: ¿No afectan las acciones de uno a la persona en posteriores nacimientos?

Respuesta: ¿Es usted nacido ahora? ¿Por qué piensa en otros nacimientos? El hecho es que no hay nacimiento ni muerte. Deje que el que nace piense en la muerte y en los paliativos para ella⁴.

Pregunta: ¿Qué le acontece a una persona después de la muerte?

Respuesta: Ocúpese usted de la vida presente. El futuro cuidará de sí mismo. No se preocupe por el futuro. El estado antes de la creación y el proceso de creación son tratados en las escrituras a fin de que usted pueda conocer el presente. Debido a que usted dice que ha nacido, ellas dicen, sí, y agregan que Dios le ha creado a usted.

¿Pero ve usted a Dios o alguna otra cosa en su sueño profundo? Si Dios es real, ¿por qué no brilla en su sueño profundo también? Usted es siempre, usted es ahora el mismo que era en el sueño profundo. Usted no es diferente del que estaba en el sueño profundo. ¿Pero a qué se debe que haya diferencias en las sensaciones o experiencias de los dos estados?

¿Hace usted preguntas, mientras está en sueño profundo, tocantes a su nacimiento? ¿Pregunta usted entonces «¿Dónde voy yo después de la muerte?»? ¿Por qué piensa usted en todas estas cuestiones ahora en el estado de vigilia? Deje que lo que

nace piense en su nacimiento y en el remedio, en su causa y sus resultados últimos⁵.

Pregunta: ¿Qué le ocurre al *jiva* [individuo] después de la muerte?

Respuesta: La pregunta no es apropiada para un *jiva* que vive ahora. Un *jiva* muerto puede preguntarme, si quiere. Mientras tanto, que el *jiva* incorporado resuelva su problema presente y encuentre quién es. Entonces habrá un final para tales dudas⁶.

Pregunta: ¿Es correcto o no el punto de vista budista de que no hay ninguna entidad continua que responda a las ideas del alma individual? ¿Es congruente esto con la noción hindú de un ego que se reencarna? ¿Es el alma una entidad continua que se reencarna una y otra vez, acordemente a la doctrina hindú, o es un mero paquete de tendencias mentales —*samskaras*?

Respuesta: El Sí mismo real es continuo e inafectado. El ego que se reencarna pertenece al plano más bajo, a saber, el pensamiento. Es trascendido por la Auto-realización.

Las reencarnaciones son debidas a un brote falso. Por lo tanto, son negadas por los budistas. El presente estado de ignorancia se debe a la identificación de la consciencia [*chit*] con el cuerpo insciente [*jada*]⁷.

Pregunta: ¿No vamos al cielo [*svarga*] como resultado de nuestras acciones?

Respuesta: Eso es tan verdadero como la existencia presente. Pero si nosotros indagamos quién somos y descubrimos el Sí mismo, ¿qué necesidad hay de pensar en el cielo?

Pregunta: ¿No debemos tratar de escapar del renacimiento?

Respuesta: Sí. Encuentre quién nace y quién tiene ahora el trastorno de la existencia. Cuando usted está dormido profun-

damente, ¿piensa en renacimientos o incluso en la existencia presente? Así pues, encuentre de dónde surge el problema presente y en ese mismo lugar usted encontrará la solución. Usted descubrirá que no hay ningún nacimiento, ningún trastorno o infelicidad presentes. El Sí mismo es todo y todo es felicidad. Incluso ahora nosotros somos libres de renacimiento, de manera que ¿por qué apurarse por su miseria?⁸.

Pregunta: ¿Hay renacimiento?

Respuesta: ¿Sabe usted lo que es el nacimiento?

Pregunta: ¡Oh sí!, yo sé que existo ahora, pero quiero saber si existiré en el futuro.

Respuesta: ¡Pasado!... ¡Presente!... ¡Futuro!

Pregunta: Sí, hoy es el resultado de ayer, el pasado, y mañana, el futuro, será el resultado de hoy, el presente. ¿Estoy en lo cierto?

Respuesta: No hay ni pasado ni futuro. Hay solo el presente. Ayer era el presente para usted cuando lo experimentaba, y mañana, será también el presente cuando usted lo experimente. Por lo tanto, la experiencia tiene lugar solo en el presente, y más allá de la experiencia no existe nada.

Pregunta: ¿Son entonces el pasado y el futuro mera imaginación?

Respuesta: Sí, incluso el presente es mera imaginación, pues el sentido del tiempo es puramente mental. El espacio es similarmente mental. Por lo tanto, el nacimiento y el renacimiento, que tienen lugar en el tiempo y el espacio, no pueden ser nada más que imaginación⁹.

Pregunta: ¿Cuál es la causa de *tanha*, la sed de vida y la sed de renacer?

Respuesta: El renacimiento real es morir desde el ego dentro del espíritu. Ésta es la significación de la crucifixión de Jesús. Siempre que existe la identificación con el cuerpo, hay siempre un cuerpo disponible, bien sea éste o cualquier otro, hasta que el sentido-cuerpo desaparece sumergiéndose en la fuente —el espíritu, o el Sí mismo. La piedra que se proyecta hacia arriba permanece en movimiento constante hasta que retorna a su fuente, la tierra, y reposa. El dolor de cabeza continúa dando molestias, hasta que se recupera el estado anterior al dolor de cabeza.

La sed de vida es inherente a la naturaleza misma de la vida, que es existencia absoluta —*sat*. Aunque indestructible por naturaleza, debido a su falsa identificación con su instrumento destructible, el cuerpo, la consciencia embebe una falsa aprehensión de su destructibilidad. Debido a esta falsa identificación trata de perpetuar el cuerpo, y eso resulta en una sucesión de nacimientos. Pero por mucho que estos cuerpos puedan durar, eventualmente llegan a su fin y revierten al Sí mismo, que existe eternamente.

Pregunta: Sí, «Renuncia a tu vida si quieres vivir», dice la *Voz del Silencio* de H.P. Blavatsky.

Respuesta: Abandone la falsa identificación y recuerde, el cuerpo no puede existir sin el Sí mismo, mientras que el Sí mismo puede existir sin el cuerpo. De hecho es siempre sin él.

Pregunta: Hace poco que una duda ha surgido en la mente de una amiga mía. Ella ha oído que un ser humano puede tomar un nacimiento animal en alguna otra vida, lo cual es contrario a lo que la Teosofía le ha enseñado.

Respuesta: Que el que toma nacimiento haga esta pregunta. Encuentre primero qué es eso que nace, y si hay en realidad nacimiento y muerte. Usted encontrará que el nacimiento pertenece al ego, que es una ilusión de la mente¹⁰.

Pregunta: ¿Es posible que un hombre renazca como un animal más bajo?

Respuesta: Sí. Es posible, como lo ilustra el *Jada Bharata* —la anécdota escrituraria de un sabio regio que renació como un ciervo.

Pregunta: ¿Es el individuo capaz de progreso espiritual en un cuerpo animal?

Respuesta: No es imposible, aunque es excesivamente raro¹¹. No es cierto que el nacimiento como un hombre sea necesariamente el más elevado, y que uno deba obtener la realización solo desde el estado de ser un hombre. Incluso un animal puede alcanzar la Auto-realización¹².

Pregunta: La *Teosofía* habla de un intervalo entre 50 y 10.000 años entre la muerte y el renacimiento. ¿Por qué es esto así?

Respuesta: No hay ninguna relación entre el patrón de medidas de un estado de consciencia y otro. Tales medidas son todas hipotéticas. Es verdad que algunos individuos toman más tiempo y otros menos. Pero debe comprenderse claramente que no hay ningún alma que venga y que se vaya, sino solo la mente pensante del individuo, la cual hace que parezca ser así. Sobre cualquier plano donde acontezca que la mente actúa, ella crea un cuerpo para sí misma, en el mundo físico un cuerpo físico y en el mundo del sueño un cuerpo soñado, el cual se moja con la lluvia soñada y enferma con la enfermedad soñada. Después de la muerte del cuerpo físico, la mente permanece inactiva por algún tiempo, como en un sueño sin sueños en el que permanece sin mundo y por lo tanto sin cuerpo. Pero pronto deviene activa de nuevo en un nuevo mundo y en un nuevo cuerpo —el astral— hasta que asume otro cuerpo en lo que es llamado un «renacimiento». Pero el *jñani*, el hombre Auto-realizado, cuya mente ya ha cesado de actuar, permanece in-

afectado por la muerte. La mente del *jñani* ha cesado de existir; ha caído para no levantarse nunca de nuevo a fin de causar nacimientos y muertes. La cadena de las ilusiones se ha roto para siempre para él.

Debe ser claro ahora que no hay ni nacimiento real, ni muerte real. Es la mente la que crea y mantiene la ilusión de realidad en este proceso, hasta que es destruida por la Auto-realización¹³.

Pregunta: ¿No disuelve la muerte la individualidad de una persona, de modo que no pueda haber ningún renacimiento, lo mismo que los ríos que desembocan en el océano pierden sus individualidades?

Respuesta: Pero cuando las aguas se evaporan y vuelven como lluvia sobre las colinas, una vez más fluyen en la forma de ríos y desembocan en el océano. Así también las individualidades, durante el sueño profundo pierden su separatividad y sin embargo retornan de nuevo como individuos de acuerdo con sus *samskaras* o tendencias pasadas. Es lo mismo después de la muerte —la individualidad de la persona con *samskaras* no se pierde.

Pregunta: ¿Cómo puede ser eso?

Respuesta: Vea cómo un árbol cuyas ramas han sido cortadas crece de nuevo. Mientras las raíces del árbol permanezcan ilesas, el árbol continuará creciendo. Similarmente, los *samskaras*, que meramente se han sumergido en el Corazón a la muerte, pero que no han perecido por esa razón, ocasionan el renacimiento en el momento adecuado. Así es como renacen los *jivas* [los individuos].

Pregunta: ¿Cómo pueden los innumerables *jivas* y el vasto universo que producen surgir de tales *samskaras* sutiles sumergidos en el Corazón?

Respuesta: Lo mismo que el gran árbol baniano brota de una minúscula semilla, así también los *jivas* y todo el universo con nombre y forma brotan de los *samskaras* sutiles¹⁴.

Pregunta: ¿Cómo se transfiere el *jiva* de un cuerpo a otro?

Respuesta: Cuando uno comienza a morir, se pone en marcha la respiración ronca; eso significa que uno ha devenido inconsciente del cuerpo moribundo. A la vez la mente se apodera de otro cuerpo, y va y viene entre los dos, hasta que la adherencia está completamente transferida al cuerpo nuevo. Mientras tanto hay jadeos violentos ocasionales, y eso significa que la mente vuelve al cuerpo moribundo. El estado transicional de la mente es algo semejante a un sueño¹⁵.

Pregunta: ¿Cuánto dura el intervalo entre la muerte y la reencarnación?

Respuesta: Puede ser largo o breve. Pero un *jñani* no sufre ninguno de tales cambios; él se sumerge en el ser universal.

Algunos dicen que aquellos que después de la muerte entran en la vía de la luz no renacen, mientras que aquellos que después de la muerte toman la vía de la obscuridad renacen después de haber disfrutado de los frutos del *karma* en sus cuerpo sutiles.

Otros dicen que si los méritos y deméritos son iguales, renacen directamente aquí. Si los méritos sobrepasan a los deméritos, los cuerpos sutiles van al cielo y después renacen aquí; si los deméritos sobrepasan a los méritos, van al infierno y después renacen aquí.

Al *Yogabrashta* [alguien que ha caído de la vía del *yoga*] se dice que le pasa lo mismo. Todo esto está descrito en los *sastras* [las escrituras]. Pero de hecho, no hay ni nacimiento ni muerte. Uno permanece solo lo que uno es realmente. Ésta es la única verdad¹⁶.

Pregunta: Yo encuentro esto muy confuso. ¿Los nacimientos y los renacimientos son irreales en último recurso?

Respuesta. Si hay nacimiento debe haber no solo un renacimiento sino toda una sucesión de nacimientos. ¿Por qué y cómo obtuvo usted este nacimiento? Por la misma razón y de la misma manera usted debe tener nacimientos sucesivos. Pero si usted pregunta quién tiene el nacimiento y si el nacimiento y la muerte son para usted o para alguien distinto de usted, entonces usted realiza la verdad y la verdad quema todos los *karmas* y le libera de todos los nacimientos. Los libros describen gráficamente cómo todo el *ranchita karma* [el *karma* acumulado desde los nacimientos anteriores], que llevaría incontables vidas agotar, es quemado por una pequeña chispa de *jñana*, lo mismo que una montaña de pólvora será volada por una única chispa de fuego. Es el ego el que es la causa de todo el mundo y de las incontables ciencias cuyas investigaciones son tan grandes como para aturdir toda descripción, y si el ego es disuelto por la indagación todo esto se desmorona inmediatamente y sólo permanece la realidad o el Sí mismo¹⁷.

Pregunta: ¿Quiere usted decir que yo no he nacido nunca?

Respuesta: Sí, usted está pensando ahora que usted es el cuerpo y por lo tanto se confunde con su nacimiento y muerte (del cuerpo). Pero usted no es el cuerpo y usted no tiene ni nacimiento ni muerte.

Pregunta: Así pues, ¿usted no sostiene la teoría del renacimiento?

Respuesta. No. Por otra parte yo quiero eliminar su confusión de que usted renacerá. Es usted quien piensa que renacerá.

Vea a quién surge la pregunta. A menos que el preguntador sea encontrado, finalmente tales preguntas nunca pueden ser respondidas¹⁸.

CAPÍTULO 19

La naturaleza de Dios

A primera vista, las afirmaciones de Sri Ramana sobre Dios parecen estar pobladas de contradicciones: en una ocasión podía decir que Dios nunca hace nada, en otra que nada acontece excepto por su voluntad. A veces decía que Dios es sólo una idea en la mente, mientras en otras ocasiones decía que Dios es la única realidad existente.

Estas afirmaciones contradictorias son en gran medida un reflejo de los diferentes niveles de comprensión que él encontraba en sus interlocutores. A aquellos que adoraban a Dioses personales a menudo se les daban explicaciones antropomórficas. Se les decía que Dios ha creado el mundo, que lo sostiene por su poder divino, que él cuida de las necesidades de todos sus habitantes y que no acontece nada que sea contrario a su voluntad. Por otra parte, a aquellos a quienes no atraían tales teorías se les decía que todas esas ideas sobre Dios y su poder eran creaciones mentales que solo oscurecían la experiencia real de Dios que es inherente en todos.

En el nivel más alto de sus enseñanzas los términos «Dios» y «Sí mismo» son sinónimos para la realidad inmanente que es descubierta por la Auto-realización. Así pues, la realización del Sí mismo es la realización de Dios; no es una experiencia *de* Dios, más bien es una comprensión de que uno *es* Dios. Hablando desde este nivel último, las afirmaciones de Sri Ramana sobre Dios pueden resumirse de la siguiente manera:

- 1 Él es inmanente y sin forma; es ser puro y consciencia pura.
- 2 La manifestación aparece en él y por su poder, pero él no es su creador. Dios nunca actúa, sólo es. Él no tiene ni voluntad ni deseo.
- 3 La individualidad es la ilusión de que nosotros no somos idénticos con Dios; cuando la ilusión es disipada, lo que permanece es Dios.

En un nivel más bajo él hablaba de *Iswara*, el nombre hindú para el Dios personal supremo. Decía que *Iswara* existe como una entidad real solo mientras uno imagina que uno es una persona individual. Mientras la individualidad persiste hay un Dios que supervisa las actividades del universo; en la ausencia de la individualidad *Iswara* es no-existente.

Además de *Iswara*, el hinduismo tiene muchas deidades que se parecen a los dioses y demonios de las mitologías nórdica y griega. Tales deidades son una característica central del hinduismo popular y su realidad se acepta todavía ampliamente. Sri Ramana sorprendió a muchas gentes diciendo que tales seres eran tan reales como las gentes que creían en ellos. Admitía que después de la realización compartían el mismo sino que *Iswara*, pero antes de eso, parecía considerarlos como oficiales mayores en una jerarquía cosmológica que cuidaba de los asuntos del mundo.

Pregunta: Dios es descrito como manifiesto e inmanifiesto. Como manifiesto se dice que incluye el mundo como una parte de su ser. Si eso es así, nosotros, como parte de ese mundo, tendríamos que conocerle fácilmente en la forma manifestada.

Respuesta: Conózcase a usted mismo antes de tratar de decidir sobre la naturaleza de Dios y del mundo.

Pregunta: ¿Conocerme a mí mismo implica conocer a Dios?

Respuesta: Sí, Dios está dentro de usted.

Pregunta: Entonces, ¿cuál es el obstáculo en la vía de conocerme a mí mismo o a Dios?

Respuesta: Su mente errática y sus sendas pervertidas.

Pregunta. ¿Es Dios personal?

Respuesta: Sí, él siempre es la primera persona, el yo, siempre permanente ante usted. Debido a que usted da prece-
dencia a las cosas mundanas, Dios parece haber recedido al
trasfondo. Si usted abandona todo lo demás y le busca sólo a él,
sólo él permanecerá como el «yo», el Sí mismo¹.

Pregunta: ¿Es Dios aparte del Sí mismo?

Respuesta: El Sí mismo es Dios. «Yo soy» es Dios. Esta
pregunta surge debido a que usted está aferrado al sí mismo-
ego. No surgirá si usted se aferra al Sí mismo verdadero. Pues
el Sí mismo real no preguntará y no puede preguntar nada. Si
Dios es aparte del Sí mismo debe ser un Dios menor que el Sí
mismo, lo cual es absurdo². Sólo Dios, que parece ser no-
existente, existe verdaderamente, mientras el individuo, que
parece ser existente, es siempre no-existente. Los sabios dicen
que sólo el estado en el que uno conoce así su propia no-
existencia [*sunya*] es el glorioso conocimiento supremo³.

Usted piensa ahora que usted es un individuo, que hay el
universo y que Dios está más allá del cosmos. Así pues, hay la
idea de separatividad. Esta idea debe desaparecer. Pues Dios no
está separado de usted o el cosmos. La *Gita* también dice:

«El Sí mismo soy yo, oh Señor del Sueño profundo,
En el corazón de cada criatura entronizado.
La salida y la puesta de cada forma,

Yo soy su morada final también»

(*Bhagavad Gita*, X.20).

Así pues, Dios no está solo en el corazón de todo, él es el soporte de todo, él es la fuente de todo, su lugar de morada y su fin. Todo procede de él, tiene su estar en él, y finalmente se resuelve en él. Por lo tanto, él no está separado

Pregunta ¿Cómo tenemos que comprender este pasaje en la *Gita*: «Todo este cosmos forma una partícula de mí»?

Respuesta: Ello no significa que una pequeña partícula de Dios se separa de él y forma el universo. Su *sakti* [poder] está actuando. Como resultado de una fase de tal actividad el cosmos ha devenido manifiesto. Similarmente, la afirmación en *Purusha Sukta*: «Todos los seres forman su único pie», no significa que el *Brahman* sea en varias partes.

Pregunta: Comprendo eso. El *Brahman* es ciertamente no divisible.

Respuesta: Así pues, el hecho es que el *Brahman* es todo y permanece indivisible. Está siempre realizado pero el hombre no es consciente de esto. Él debe llegar a conocer esto. Conocimiento significa rebasar los obstáculos que obstruyen la revelación de la verdad eterna de que el Sí mismo es lo mismo que el *Brahman*. Todos los obstáculos juntos forman su idea de separatividad como un individuo⁴.

Pregunta: ¿Es Dios lo mismo que el Sí mismo?

Respuesta: El Sí mismo es conocido por todos, pero no claramente. Usted existe siempre. El ser es el Sí mismo. «Yo soy» es el nombre de Dios. De todas las definiciones de Dios, ninguna es en verdad tan buena como la afirmación Bíblica «yo soy "yo soy"» en *Éxodo* 3. Hay otras afirmaciones, tales como

Brahmaivaham [el *Brahman* soy yo], *aham Brahmasmi* [yo soy el *Brahman*] y *soham* [yo soy él]. Pero ninguna es tan directa como el nombre *Jehová* que significa «yo soy». El ser absoluto es lo que es. Es el Sí mismo. Es Dios. Conociendo el Sí mismo, Dios es conocido. De hecho Dios no es ningún otro que el Sí mismo⁵.

Pregunta: Dios parece ser conocido por muchos nombres diferentes. ¿Están justificados algunos de ellos?

Respuesta: Entre los muchos miles de nombres de Dios, ningún nombre conviene a Dios, que mora en el Corazón, libre de pensamiento, tan verdaderamente, tan aptamente, y tan bellamente como el nombre «yo» o «yo soy». De todos los nombres conocidos de Dios, sólo el nombre de Dios «yo - yo» resuena triunfalmente cuando el ego es destruido, surgiendo como la silente-suprema-palabra [*mouna-para-vak*] en el Corazón-espacio de aquellos cuya atención está de cara hacia el Sí mismo. Si uno medita incesantemente en ese nombre «yo - yo» con su atención puesta en la sensación «yo», esto le tomará y le sumergirá en la fuente de la que surge el pensamiento, destruyendo el ego, el embrión, que está anudado al cuerpo⁶.

Pregunta: ¿Cuál es la relación entre Dios y el mundo? ¿Es su creador o su sostenedor?

Respuesta: Seres sencientes e insencientes de todos tipos están llevando a cabo acciones solo por la mera presencia del sol, que surge en el cielo sin ninguna volición. Similarmente, todas las acciones son hechas por el Señor sin ninguna volición o deseo por su parte. En la mera presencia del sol, las lentes de aumento emiten fuego, el capullo del loto florece, el nenúfar se cierra y todas las incontables criaturas llevan a cabo acciones y reposan.

El orden de la gran multitud de los mundos es mantenido por la mera presencia de Dios, de la misma manera en que la

aguja se mueve en la presencia de un imán, y como la piedra de luna emite agua, el nenúfar florece y el loto se cierra frente a la luna.

En la mera presencia de Dios, que no tiene la más mínima volición, los seres vivos, que están afanados en innumerables actividades, después de embarcarse en multitud de sendas a las que son atraídos de acuerdo con el curso determinado por sus propios *karmas*, finalmente realizan la futilidad de la acción, se vuelven al Sí mismo y obtienen la liberación.

Las acciones de los seres vivos ciertamente no llegan ni afectan a Dios, que trasciende la mente, de la misma manera en que las actividades del mundo no afectan al sol y como las cualidades de los cuatro elementos visibles [tierra, agua, aire y fuego] no afectan al espacio ilimitado⁷.

Pregunta: ¿Por qué está el *samsara* [la creación y manifestación en tanto que finitas] tan lleno de aflicción y de mal?

Respuesta: ¡Voluntad de Dios!

Pregunta: ¿Por qué Dios lo quiere así?

Respuesta: Es inescrutable. Ningún motivo puede ser atribuido a ese poder —ningún deseo, ningún fin a obtener puede ser atribuido a ese ser infinito, omnisciente y todopoderoso. Dios no es tocado por las actividades, que sólo tienen lugar en su presencia. Compare el sol y las actividades del mundo. No hay ningún significado en atribuir responsabilidad y motivo al uno antes de que devenga muchos⁸.

Pregunta: ¿Todo acontece por la voluntad de Dios?

Respuesta: No es posible para nadie hacer nada opuesto al ordenamiento de Dios, que tiene el poder de hacer todo. Por lo tanto, permanecer silente a los pies de Dios, habiendo abandonado todas las ansiedades de la mente malvada, defectiva y engañosa, es lo mejor⁹.

Pregunta: ¿Hay un ser separado, *Iswara* [el Dios personal], que es el recompensador de la virtud y el castigador de los pecados? ¿Hay un Dios?

Respuesta: Sí.

Pregunta: ¿Cómo es?

Respuesta: *Iswara* tiene individualidad en mente y cuerpo, que son perecederos, pero al mismo tiempo tiene también la consciencia trascendental y la liberación interiormente.

Iswara, el Dios personal, el creador supremo del universo existe realmente. Pero esto es verdadero solo desde el punto de vista relativo de aquellos que no han realizado la verdad, de aquellos que creen en la realidad de las almas individuales. Desde el punto de vista absoluto el sabio no puede aceptar ninguna otra existencia que el Sí mismo impersonal, uno y sin forma.

Iswara tiene un cuerpo físico, una forma y un nombre, pero no es tan grosero como este cuerpo material. Puede ser visto en visiones en la forma creada por el devoto. Las formas y los nombres de Dios son innumerables y distintos y difieren con cada religión. Su esencia es la misma que la nuestra, pues el Sí mismo real es solo uno y sin forma. De aquí que las formas que asume son solo creaciones o apariencias.

Iswara es inmanente en todas las personas y en todos los objetos por todo el universo. La totalidad de todas las cosas y seres constituye Dios. Hay un poder del que una pequeña fracción ha devenido todo este universo, y el resto está en reserva. Este poder de reserva más el poder manifestado como el mundo material juntos constituyen *Iswara*¹⁰.

Pregunta: Así pues, ¿en último recurso *Iswara* no es real?

Respuesta: La existencia de *Iswara* resulta de nuestra concepción de *Iswara*. Conozcamos primero de quién él (*Iswara*) es el concepto. El concepto será conforme solo con aquel que lo

concibe. Encuentre quién es usted y los demás problemas se resolverán por sí solos¹¹.

Iswara, Dios, el creador, el Dios personal, es la última de las formas irreales en desaparecer. Solo el ser absoluto es real. De aquí que, no solo el mundo, no solo el ego, sino también el Dios personal son de la irrealidad. Nosotros debemos encontrar lo absoluto —nada menos¹².

Pregunta: Usted dice que incluso el Dios más alto es solo una idea. ¿Significa eso que no hay ningún Dios?

Respuesta: No, hay un *Iswara*¹³.

Pregunta: ¿Existe él en algún lugar o forma particular?

Respuesta: Si el individuo es una forma, el Sí mismo, la fuente, que es el Señor, también parecerá ser una forma. Si uno no es una forma, puesto que entonces no puede haber conocimiento de otras cosas, ¿será correcta esa afirmación de que Dios tiene una forma? Dios asume cualquier forma imaginada por el devoto por el pensamiento repetido en la meditación prolongada. Aunque él asume así innumerables nombres, sólo la consciencia real sin forma es Dios.

En cuanto a su localización, Dios no reside en ningún otro sitio que en el Corazón. Se debe a la ilusión, causada por el ego, la idea «yo soy el cuerpo», que el reino de Dios es concebido localizado en alguna parte. Esté usted cierto de que el Corazón es el reino de Dios.

Sepa que usted es la luz clara, perfecta, que no sólo hace posible la existencia del reino de Dios, sino que también hace posible que se vea como un cielo maravilloso. *Jñana* es solo conocer esto. Por lo tanto, el reino de Dios está dentro de usted. El ilimitado espacio de *turiyatita* [más allá de los cuatro estados, es decir el Sí mismo], que brilla súbitamente, en toda su plenitud, dentro del Corazón de un aspirante altamente maduro durante el estado de completa absorción de mente, como si se

tratara de una experiencia nueva y previamente desconocida, es el *Siva-loka* [el reino de Dios] verdadero y raramente alcanzado, que brilla por la luz del Sí mismo¹⁴.

Pregunta: Ellos dicen que el *jiva* [individuo] está sujeto a los malos efectos de la ilusión tales como la visión y el conocimiento limitados, mientras que *Iswara* tiene visión y conocimiento omnipenetrantes. También se dice que el *jiva* e *Iswara* devienen idénticos si el individuo desecha su visión y conocimiento limitado. ¿No debe *Iswara* desechar también sus características particulares tales como la visión y el conocimiento omnipenetrantes? Ellos también son ilusiones, ¿no es verdad?

Respuesta: ¿Es esa su duda? Primero deseche su propia visión limitada y entonces habrá tiempo suficiente para pensar en la visión y conocimiento omnipenetrantes de *Iswara*. Primero deshágase de su propio conocimiento limitado. ¿Por qué se preocupa usted de *Iswara*? Él cuidará de sí mismo. ¿No ha recibido él tanta capacidad como tenemos nosotros? ¿Por qué debemos preocuparnos de si posee una visión y conocimiento omnipenetrantes o no? Es en verdad una gran cosa si nosotros nos hacemos cargo de nosotros mismos¹⁵.

Pregunta: ¿Pero Dios conoce todo?

Respuesta: Los *Vedas* declaran que Dios es omnisciente solo para aquellos que ignorantemente piensan de sí mismos que son gentes de poco conocimiento. Pero si uno le obtiene y le conoce como realmente es, se encontrará que Dios no conoce nada, debido a que su naturaleza es la totalidad siempre real, aparte de la cual no existe nada que conocer¹⁶.

Pregunta: ¿Por qué las religiones hablan de Dioses, cielo, infierno, etc.?

Respuesta: Solo para hacer que las gentes realicen que a la par con este mundo sólo el Sí mismo es real. Las religiones son de acuerdo con el punto de vista del buscador¹⁷.

Pregunta: ¿Existen Vishnu, Siva, etc.?

Respuesta: Las almas individuales no son los únicos los seres conocidos¹⁸.

Pregunta: Y sus regiones sagradas Kailasa o Vaikuntha, ¿son reales?

Respuesta: Tan reales como usted es en este cuerpo.

Pregunta: ¿Poseen una existencia fenoménica, como mi cuerpo? ¿O son ficciones como el cuerno de una liebre?

Respuesta: Ellos existen.

Pregunta: Si es así, deben estar en alguna parte, ¿Dónde están?

Respuesta: Las personas que los han visto dicen que existen en alguna parte. De modo que debemos aceptar su afirmación.

Pregunta: ¿Dónde existen?

Respuesta: En usted.

Pregunta: ¿Entonces es solo una idea que yo puedo crear y controlar?

Respuesta: Todo es así.

Pregunta: Pero yo puedo crear puras ficciones, por ejemplo, el cuerno de una liebre, o solo verdades parciales, por ejemplo un espejismo, mientras hay también hechos independientemente de mi imaginación. ¿Los Dioses Iswara o Vishnu existen así?

Respuesta: Sí.

Pregunta: ¿Está Dios sujeto al *pralaya* [disolución cósmica]?¹⁹.

Respuesta: ¿Por qué? El hombre que deviene consciente de Sí mismo trasciende la disolución cósmica y deviene liberado. ¿Por qué no *Iswara* que es infinitamente más sabio y más capaz?

Pregunta: ¿Existen similarmente los *devas* [ángeles] y los *pisachas* [demonios]?

Respuesta: Sí.²⁰

Pregunta: Estas deidades, ¿cuál es su estatuto relativo al Sí mismo?

Respuesta: *Siva*, *Ganapati* y otras deidades como *Brahma*, existen desde un punto de vista humano; es decir, si usted considera su sí mismo personal como real, entonces ellos también existen. Lo mismo que un gobierno tiene sus altos oficiales ejecutivos que administran el gobierno, así también los tiene el creador. Pero desde el punto de vista del Sí mismo todos estos dioses son ilusorios y deben sumergirse en la única realidad²¹.

Pregunta: Siempre que adoro a Dios con nombre y forma, me siento tentado a pensar si no estoy errado al hacerlo, de modo que esté limitando lo ilimitado, dando forma a lo sin forma. Al mismo tiempo siento que no soy constante en mi adherencia a la adoración de Dios sin forma.

Respuesta: Mientras usted responda a un nombre, ¿qué objeción podría haber a que usted adore a Dios con nombre o forma? Adore usted a Dios con o sin forma hasta que usted sepa quién es usted²².

Pregunta: Yo encuentro difícil creer en un Dios personal. De hecho, lo encuentro imposible. Pero puedo creer en un Dios impersonal, una fuerza divina que gobierna y guía el mundo, y

sería una gran ayuda para mí, incluso en mi trabajo de curar, si esta fe fuera aumentada. ¿Puedo saber cómo aumentar esta fe?

Respuesta: La fe es en las cosas desconocidas, pero el Sí mismo es auto-evidente. Incluso el egoísta más grande no puede negar su propia existencia, es decir, no puede negar el Sí mismo. Usted puede llamar a la realidad última por el nombre que quiera y decir que tiene fe en ella o amor por ella, ¿pero quién hay que no tenga fe en su propia existencia o amor por sí mismo? Eso se debe a que la fe y el amor son nuestra naturaleza real²³.

Pregunta: ¿No debo tener alguna idea sobre Dios?

Respuesta: Solo mientras hay otros pensamientos en el Corazón puede haber un pensamiento de Dios concebido por la propia mente de uno. Sólo la destrucción de ese pensamiento de Dios, debida a la destrucción de todos los demás pensamientos, es el pensamiento no pensado, que es el verdadero pensamiento de Dios²⁴.

CAPÍTULO 20

Sufrimiento y Moralidad

Las paradojas inherentes en las teorías teísticas han ocupado las mentes de los teólogos y filósofos occidentales durante siglos. Por ejemplo, si Dios es perfecto, ¿por qué hay mal en el mundo? ¿Por qué un Dios omnipotente permite el sufrimiento cuando tiene el poder de abolirlo en un instante?

Sri Ramana salía al paso de tales jeroglíficos afirmando que el mundo, Dios y el individuo que sufre son todos invenciones de la mente.

«Todas las religiones primero postulan tres principios, a saber, el mundo, el alma y Dios. Decir que un principio sólo aparece como los tres principios o que los tres principios son siempre tres principios es posible solo mientras existe el ego»¹.

En lugar de atribuir el sufrimiento a las consecuencias de las acciones erróneas o a la voluntad de Dios, Sri Ramana enseñaba que solo surge debido a que nosotros imaginamos que somos individuos separados interactuando unos con otros y con el mundo. Decía que las acciones erróneas conllevan el sufrimiento, y que por lo tanto han de ser evitadas, pero ellas no son su causa original. Es la mente la que crea la ilusión de la separatividad y es la mente la que sufre las consecuencias de sus invenciones ilusorias. El sufrimiento es así un producto y una consecuencia de la mente discriminativa; cuando la mente es eliminada, se encuentra que el sufrimiento es no-existente.

Muchos interlocutores podían adherirse a esta idea en un nivel individual pero encontraban difícil aceptar que todo el sufrimiento en el mundo existía solo en la mente de la persona que lo percibía. Sri Ramana era completamente inamovible sobre esto y decía repetidamente que si uno realiza el Sí mismo sabrá que todo sufrimiento, no sólo el propio de uno, es no-existente. Llevando esta idea hasta su conclusión lógica, Sri Ramana decía a menudo que la vía más efectiva de eliminar el sufrimiento de otras gentes era realizar el Sí mismo.

Este punto de vista no debe interpretarse en el sentido de que Sri Ramana animaba a sus seguidores a ignorar el sufrimiento de las demás gentes. En un nivel más pragmático decía que antes de la Auto-realización uno debe aceptar la realidad del sufrimiento de las demás gentes y dar los pasos para aliviarlo siempre que uno se cruce con él. Sin embargo, también señalaba que tales acciones reparadoras sólo serían espiritualmente beneficiosas si se hacían sin el sentimiento de que «otras gentes menos afortunadas que yo están siendo ayudadas» y sin el sentimiento de que «yo estoy haciendo estas acciones».

En conjunto, la cuestión de lo que se debe o no se debe hacer en el mundo era de poco interés para Sri Ramana. Mantenía el punto de vista de que todas las ideas convencionales sobre lo justo y lo injusto eran juicios de valor hechos por la mente, y que cuando la mente cesa de existir, las ideas sobre lo justo y lo injusto también cesan. Debido a esto raramente hablaba sobre los cánones morales convencionales, y siempre que era presionado para que diera una opinión sobre ellos, usualmente eludía la respuesta diciendo que la única «acción justa» es descubrir el Sí mismo.

Pregunta: ¿Cuál considera usted que es la causa del sufrimiento del mundo? ¿Y cómo podemos ayudar a cambiarlo, (a) como individuos, o (b) colectivamente?

Respuesta: Realice el Sí mismo real. Es todo lo que se necesita².

Pregunta: ¿En esta vida rodeada de limitaciones puedo yo realizar alguna vez la felicidad del Sí mismo?

Respuesta: Esa felicidad del Sí mismo está siempre con usted, y la encontrará por usted mismo, si la busca con anhelo. La causa de su miseria no está en la vida fuera de usted, está en usted como el ego. Usted se impone limitaciones a usted mismo y después pugna vanamente por trascenderlas. Toda la infelicidad se debe al ego; con él vienen todos sus trastornos. ¿De qué le sirve atribuir a los aconteceres de la vida la causa de la miseria que está en realidad dentro de usted? ¿Qué felicidad puede obtener de las cosas exteriores a usted mismo? Y cuando la obtiene, ¿cuánto durará?

Si niega el ego y lo abraza ignorándole, usted será libre. Si le acepta, él le impondrá limitaciones y le arrojará a una vana lucha para trascenderlas. Ser el Sí mismo, que usted realmente es, es el único medio de realizar la felicidad que es siempre suya³.

Pregunta: Si verdaderamente no hay ni esclavitud ni liberación, ¿cuál es la razón de la experiencia actual de goces y aflicciones?

Respuesta: Parecen ser reales solo cuando uno se aleja de su naturaleza real. Ellos no existen realmente⁴.

Pregunta: ¿Se ha creado el mundo para la felicidad o la miseria?

Respuesta: La creación no es ni buena ni mala; es lo que es. Es la mente humana la que pone toda suerte de construcciones sobre ella, viendo las cosas desde su propio ángulo e interpretándolas del modo que convenga a sus propios intereses. Una

mujer es una mujer, pero una mente la llama su «madre», otra «hermana», y otra «tía» y así sucesivamente. Los hombres aman a las mujeres, odian a las serpientes, y son indiferentes a las hierbas y a las piedras junto al camino. Estos juicios de valor son la causa de toda la miseria en el mundo. La creación es como un árbol pipala: los pájaros vienen a comer su fruto, o a cobijarse bajo sus ramas, los hombres se refrescan en su sombra, pero algunos pueden también ahorcarse en él. Sin embargo, el árbol continúa llevando su vida apacible, desinteresado e inconsciente de todos los usos que se le dan. Es la mente humana la que crea sus propias dificultades y entonces pide socorro. ¿Es Dios tan parcial como para dar paz a una persona y aflicción a otra? En la creación hay sitio para todo, pero el hombre se niega a ver el bien, lo saludable y lo bello. En lugar de ello, siempre está quejándose, como el hambriento que se sienta junto al plato sabroso y que, en lugar de tender su mano para satisfacer su hambre, continúa lamentándose, «¿De quién es la culpa, de Dios o del hombre?⁵».

Pregunta: Si Dios es todo, ¿por qué el individuo sufre por sus acciones? ¿No son suscitadas por Dios las acciones por las que se hace sufrir al individuo?

Respuesta: El que piensa que *él* es el hacedor es también el que sufre.

Pregunta: Pero las acciones son suscitadas por Dios y el individuo es sólo su instrumento.

Respuesta: Esta lógica se aplica solo cuando se sufre, pero no cuando se goza. Si la convicción prevalece siempre, entonces no habrá ningún sufrimiento.

Pregunta: ¿Cuándo cesará el sufrimiento?

Respuesta: No hasta que se pierde la individualidad. Si tanto las acciones buenas como las malas son suyas (de Dios), ¿por qué piensa usted que sólo el goce y el sufrimiento son de usted? El que hace el bien o el mal, también goza el placer o sufre el dolor. Déjelo estar y no sobreimponga el sufrimiento en usted mismo⁶.

Pregunta: ¿Cómo puede usted decir que el sufrimiento es no-existente? Yo lo veo por todas partes.

Respuesta: La propia realidad de uno, que brilla dentro de todos como el Corazón, es ella misma el océano de felicidad sin mezcla. Por lo tanto, lo mismo que el azul irreal del cielo, la miseria no existe en realidad sino solo en la mera imaginación. Puesto que la propia realidad de uno, que es el sol de *jñana* que no puede ser obtenido por el oscuro engaño de la ignorancia, brilla como felicidad, la miseria no es nada sino una ilusión causada por el sentido irreal de individualidad. En verdad nadie ha experimentado nunca ninguna otra cosa que esa ilusión irreal. Si uno escudriña su propio Sí mismo, que es felicidad, no habrá ninguna miseria en la vida de uno. Uno sufre debido a la idea de que el cuerpo, que no es nunca uno mismo, es «yo»; todo el sufrimiento es debido a este engaño⁷.

Pregunta: Yo sufro tanto en la mente como en el cuerpo. Desde el día de mi nacimiento nunca he tenido felicidad. Mi madre también sufrió desde el tiempo en que me concibió, he oído. ¿Por qué sufro así? Yo no he pecado en esta vida. ¿Es debido todo esto a los pecados de vidas pasadas?

Respuesta: Usted dice que la mente y el cuerpo sufren. ¿Pero hacen ellos las preguntas? ¿Quién es el preguntador? ¿No es el que está más allá de la mente y el cuerpo? Usted dice que el cuerpo sufre en esta vida y pregunta si la causa de esto es la vida anterior. Si eso es así entonces la causa de esa vida es la

anterior a ella, y así sucesivamente. De modo que, como en el caso de la semilla y el brote, no hay ningún fin para la serie causal. Hay que decir que todas las vidas tienen su causa primera en la ignorancia. Esa misma ignorancia está presente ahora, dando forma a esta pregunta. Esa ignorancia debe ser eliminada por *jñana*.

«¿Por qué y a quién ha venido este sufrimiento?». Si usted pregunta así encontrará que el «yo» está separado de la mente y el cuerpo, que el Sí mismo es el único ser eterno, y que es felicidad eterna, Eso es *jñana*⁸.

Pregunta: Yo sufro molestias sin fin; no hay ninguna paz para mí, aunque no me falta de nada para ser feliz.

Respuesta: ¿Estas molestias le afectan a usted en el sueño profundo?

Pregunta: No, no me afectan.

Respuesta: ¿Es usted el mismo hombre ahora, o es usted diferente del que estaba dormido sin ninguna molestia?

Pregunta: Sí, yo soy la misma persona.

Respuesta: Entonces ciertamente esas molestias no le pertenecen a usted. Es su propia culpa si usted asume que son suyos⁹.

Pregunta: Cuando sufrimos aflicción y nos quejamos y apelamos a usted por carta o mentalmente por la plegaria, ¿no es usted movido a sentir lástima de que su hijo sufra de esta manera?

Respuesta: Si uno sintiera así ese uno no sería un *jñani*¹⁰.

Pregunta: Nosotros vemos sufrimiento en el mundo. Un hombre está hambriento. Es una realidad física, y como tal, es

muy real para él. ¿Tenemos nosotros que llamarlo un sueño y permanecer impasibles ante su sufrimiento?

Respuesta: Desde el punto de vista de *jñana* o la realidad, el sufrimiento de que usted habla es ciertamente un sueño, como lo es el mundo del que el sufrimiento es una parte infinitesimal. En el sueño también usted mismo siente hambre. Usted ve a otros sufriendo hambre. Usted se alimenta y, movido por la piedad, alimenta a otros a quienes usted encuentra sufriendo de hambre. Mientras el sueño dura, todos esos sufrimientos de hambre son tan completamente reales como usted piensa ahora que lo es el sufrimiento que usted ve en el mundo. Es solo cuando despierta cuando usted descubre que el sufrimiento en el sueño era irreal. Usted puede haber comido hasta hartarse y haberse ido a dormir. Usted sueña que trabaja duramente y mucho tiempo bajo el sol abrasador todo el día, está cansado y hambriento y quiere comer un montón. Entonces se levanta y encuentra que su estómago está lleno y que usted no se ha movido de su cama. Pero todo esto no significa que mientras que está en el sueño no actúe como si el sufrimiento que usted siente no fuera real. El hambre en el sueño tiene que ser satisfecha por el alimento en el sueño. A los congéneres que usted encontró tan hambrientos en el sueño tenía que proveérseles de comida en ese sueño. Usted nunca puede mezclar los dos estados, el sueño con sueños y el estado de vigilia. Hasta que obtenga el estado de *jñana* y despierte así de esta *maya*, usted debe hacer servicio social aliviando el sufrimiento dondequiera que lo vea. Pero incluso entonces usted debe hacerlo, como se nos ha dicho, sin *ahamkara*, es decir sin el sentido «yo soy el hacedor», sino sintiendo, «yo soy el instrumento del Señor». Similarmente, uno no debe envanecerse y pensar, «yo estoy ayudando a un hombre por debajo de mí. Él necesita ayuda. Yo estoy en situación de ayudar. Yo soy superior y él inferior». Usted debe ayudar al hombre como un medio de adorar a Dios en ese hombre.

Tal servicio es también para el Sí mismo, no para algún otro. Usted no está ayudando a nadie más, sino solo a usted mismo¹¹.

Pregunta: En el caso de personas que no son capaces de una meditación larga, ¿no será suficiente si se dan a hacer el bien a los demás?

Respuesta: Sí, lo será. La idea del bien estará en su corazón. Eso es suficiente. El bien, Dios, el amor, son todos la misma cosa. Si la persona se mantiene pensando continuamente en cualquiera de éstos, eso será suficiente. Toda meditación tiene el propósito de mantener apartados todos los demás pensamientos¹².

Pregunta: Así pues, ¿uno debe tratar de aliviar el sufrimiento, incluso si sabe que finalmente es no-existente?

Respuesta: Nunca ha habido y nunca habrá un tiempo en el cual todos sean igualmente felices o ricos o sabios o sanos. De hecho, ninguno de estos términos tiene ningún significado excepto en la medida en que existe su opuesto. Pero eso no quiere decir que si se cruza con alguien que es menos feliz o más miserable que usted, no sea movido a compasión o a tratar de aliviarle lo mejor que pueda. Por el contrario, usted debe amar a todos y ayudar a todos, puesto que solo de esa manera puede ayudarse a usted mismo. Cuando usted busca reducir el sufrimiento de algún hombre u otra criatura, tanto si sus esfuerzos lo logran como si no, usted está madurando espiritualmente, especialmente si tal servicio se hace desinteresadamente, no con el sentimiento egotista de «yo estoy haciendo esto», sino en el espíritu de «Dios está haciéndome el canal de este servicio; él es el hacedor y yo soy el instrumento»¹³.

Si uno sabe la verdad de que todo lo que da a otros está dándolo solo a sí mismo, ¿quién ciertamente no será una persona virtuosa y hará el acto bueno de dar a otros? Puesto que

todos son el propio Sí mismo de uno, quienquiera que hace algo a alguien estará haciéndolo solo a sí mismo¹⁴.

Pregunta: Hay extensos desastres que causan ruina en el mundo, por ejemplo, hambre y peste. ¿Cuál es la causa de este estado de cosas?

Respuesta: ¿A quién aparece todo esto?

Pregunta: Eso no funcionará. Yo veo miseria por todas partes.

Respuesta: Usted no es consciente del mundo y sus sufrimientos en su sueño profundo pero es consciente de ellos ahora en su estado de vigilia. Continúe en ese estado en el que usted no era afligido por ellos. Es decir, cuando usted no es consciente del mundo, sus sufrimientos no le afectan. Cuando permanezca como el Sí mismo, como en el sueño profundo, el mundo y sus sufrimientos no le afectarán. Por lo tanto mire adentro. ¡Vea el Sí mismo! Entonces habrá un fin del mundo y sus miserias.

Pregunta: Pero eso es egoismidad.

Respuesta: El mundo no es externo. Debido a que usted se identifica erróneamente con el cuerpo, ve el mundo fuera, y sus sufrimientos devienen visibles para usted. Pero no son reales. Busque la realidad y deshágase de este sentimiento irreal.

Pregunta: Hay grandes hombres, servidores públicos, que no pueden resolver el problema de la miseria del mundo.

Respuesta: Ellos están centrados en el ego y eso explica su incapacidad. Si permanecieran en el Sí mismo serían diferentes.

Pregunta: ¿Por qué no ayudan los *Mahatmas*?

Respuesta: ¿Cómo sabe usted que no ayudan? Las charlas públicas, la actividad física y la ayuda material son todas so-

brepasadas por el silencio de los *mahatmas*. Ellos hacen más que los demás.

Pregunta: ¿Qué tenemos que hacer para mejorar la condición del mundo?

Respuesta: Si usted permanece libre de sufrimiento, no habrá ningún sufrimiento en ninguna parte. El trastorno ahora se debe a que usted ve el mundo externamente y también al pensamiento de que hay sufrimiento en él. Pero tanto el mundo como el sufrimiento están dentro de usted. Si usted mira dentro no habrá ningún sufrimiento.

Pregunta: Dios es perfecto. ¿Por qué ha creado el mundo imperfecto? La obra participa de la naturaleza del autor. Por qué aquí no es así.

Respuesta: ¿Quién es quien hace la pregunta?

Pregunta: Yo —el individuo.

Respuesta: ¿Es usted aparte de Dios para que haga esta pregunta?

Mientras usted se considera el cuerpo, usted ve el mundo como externo y las imperfecciones le aparecen a usted. Dios es perfección. Su obra también es perfección. Pero usted lo ve como imperfección debido a su identificación errónea.

Pregunta: ¿Por qué el Sí mismo se ha manifestado como este mundo miserable?

Respuesta: A fin de que usted pueda buscarlo. Sus ojos no pueden verse a sí mismos. Coloque un espejo ante ellos y entonces se ven a sí mismos. Similarmente con la creación.

«Véase a usted mismo primero y entonces vea la totalidad del mundo como el Sí mismo».

Pregunta: Así pues, todo equivale a esto —que debo mirar siempre dentro.

Respuesta: Sí.

Pregunta: ¿No debo ver el mundo?

Respuesta: A usted no se le instruye para que cierre sus ojos al mundo. Usted solo tiene que «verse a usted mismo primero y entonces ver la totalidad del mundo como el Sí mismo». Si usted se considera el cuerpo entonces el mundo parece ser externo. Si usted es el Sí mismo entonces el mundo aparece como el *Brahman*¹⁵.

Pregunta: ¿Cuál es la mejor manera de trabajar por la paz en el mundo?

Respuesta: ¿Qué es el mundo? ¿Qué es la paz, y quién es el que trabaja (por la paz)? El mundo no está en su sueño profundo y forma una proyección de su mente en su *jagrat* [estado de vigilia]. Es por lo tanto una idea y nada más. La paz es ausencia de perturbación. La perturbación se debe al surgimiento de los pensamientos en el individuo, lo cual es solo la emergencia del ego desde la consciencia pura.

Suscitar la paz significa estar libre de pensamientos y permanecer como consciencia pura. Solo si uno mismo permanece en paz, hay paz por todas partes.

Pregunta: Si se plantea hacer algo que uno considera injusto y salvar con ello a alguien de un gran daño, ¿debe uno hacerlo o no?

Respuesta: ¿Qué es injusto y qué es justo? No hay ningún patrón por el que juzgar que una cosa es justa y otra injusta. Las opiniones difieren acordemente a la naturaleza del individuo y acordemente al entorno ambiente. Son nuevamente ideas y nada más. No se preocupe por ellas, en lugar de ello deshágase

de los pensamientos. Si usted permanece siempre en lo justo, entonces lo justo prevalecerá en el mundo¹⁶.

Pregunta: ¿No será suficiente la conducta justa para asegurar la salvación?

Respuesta. ¿La salvación para quién? ¿Quién quiere la salvación? ¿Y qué es la conducta justa? ¿Qué es la conducta? ¿Y qué es justo? ¿Quién tiene que juzgar lo que es justo y lo que es injusto? De acuerdo con los *samskaras* anteriores, cada uno considera justa una cosa u otra. Solo cuando se conoce la realidad puede conocerse la verdad sobre lo justo y lo injusto. El mejor camino es encontrar quién quiere esta salvación. Seguir el rastro a este «quién» o ego hasta su fuente original es la conducta justa para todos.

Pregunta: ¿No conducirá a la salvación la práctica de la buena conducta [*nitya karmas*]. Varios libros afirman que lo hará.

Respuesta: Así se dice en los libros. ¿Quién niega que la buena conducta es buena o que eventualmente le lleva a usted a la meta? La buena conducta o *sat karma* purifica *chitta* o la mente y le da a usted *chitta suddhi* [mente pura]. La mente pura obtiene *jñana*, que es lo que se entiende por salvación. Así pues, eventualmente, debe obtenerse *jñana*, es decir, el ego debe ser rastreado hasta su fuente. Pero para aquellos a quienes no atrae esto, tenemos que decir que *sat karma* [buena conducta] lleva a *chitta suddhi*, y *chitta suddhi* llevará al conocimiento justo o *jñana*, y eso a su vez da la salvación¹⁷.

Pregunta: ¿Qué hay sobre los motivos? ¿No son importantes los motivos para el cumplimiento de las acciones?

Respuesta: Todo lo que se hace con amor, con pureza recta y con paz de mente, es una buena acción. Todo lo que se hace con la mancha del deseo y con la mente llena de agitación se

clasifica como una acción mala. No haga ninguna acción [*kar-ma*] buena a través de un medio malo, pensando «Es suficiente si da buen fruto», debido a que, si el medio es malo, incluso una acción buena resultará ser mala. Por lo tanto, incluso los medios de hacer las acciones deben ser puros¹⁸.

Pregunta: Sankara dice que todos nosotros somos libres, no esclavos, y que todos nosotros regresaremos a Dios de quien hemos venido como chispas de un fuego. ¿Por qué entonces no debemos cometer todo tipo de pecados?

Respuesta: Es verdadero que nosotros no somos esclavos y que el Sí mismo no tiene ninguna esclavitud. Es verdadero que usted regresará eventualmente a su fuente. Pero mientras tanto, si usted comete pecados, como usted los llama, tendrá que hacer frente a las consecuencias de tales pecados. Usted no puede escapar de ellas. Si un hombre le golpea, ¿puede usted decir, «Yo soy libre, no estoy esclavizado por estos golpes y no siento ningún dolor. Que golpee lo que quiera»? Si usted puede sentir eso, puede continuar haciendo lo que quiera. ¿Cuál es la utilidad de decir meramente con sus labios «yo soy libre»?¹⁹.

Pregunta: Se dice que todo el universo es el juego de la consciencia de Dios y que todas las cosas están llenas del *Brahman*. ¿Por qué debemos decir entonces que deben desecharse los malos hábitos y las malas prácticas?

Respuesta: Suponga que hay alguna herida en el cuerpo humano. Si usted la descuida, asumiendo que es solo una pequeña parte del cuerpo, causa dolor a todo el cuerpo. Si no es curada por el tratamiento ordinario, debe venir el médico, cortar la porción afectada con un bisturí y limpiar las impurezas. Si no se corta la parte enferma se infectará. Si usted no la venda después de operar, se formará pus. Ocurre lo mismo con la conducta. Los hábitos malos y la conducta mala son como una

herida en el cuerpo. A cada enfermedad debe dársele un tratamiento apropiado²⁰.

Pregunta: Así pues, ¿debe uno adherirse a los códigos de comportamiento convencionales?

Respuesta: Puesto que las observancias prescritas para la auto-disciplina [*niyamas*] le ayudan a uno en una medida considerable, merece la pena aceptarlas y seguirlas. Pero si se encuentra que obstruyen la práctica superior de la indagación del conocimiento verdadero, abandónelas inmediatamente como deficientes²¹.

CAPÍTULO 21

Karma, Destino y Libre Albedrío

La teoría del *karma* es común a muchas religiones orientales. En su forma más popular afirma que hay un sistema de remuneración universal en el que cada individuo debe experimentar las consecuencias de todas sus acciones [*karmas*]; las acciones buenas aportarán resultados buenos y las acciones malas resultarán inevitablemente en sufrimiento para el que las hace. La teoría afirma también que las consecuencias de las acciones [conocidas también como *karmas*] no necesitan ser experimentadas necesariamente en la vida presente, sino que pueden trasladarse a vidas futuras. Debido a esto, se han postulado varias subdivisiones del *karma*. La siguiente clasificación, que era usada por Sri Ramana, es común a muchas escuelas de pensamiento hindú:

- 1 *Sanchita karma*: El almacén de deudas *kármicas* acumuladas de nacimientos anteriores.
- 2 *Prarabdha karma*: Esa parte del propio *sanchita karma* que debe ser agotada en la vida presente. Debido a que la ley del *karma* implica el determinismo en las actividades humanas, *prarabdha* se traduce a menudo como destino.
- 3 *Agami karma*: El *karma* nuevo acumulado en la vida presente que se traslada a vidas futuras.

Sri Ramana aceptaba la validez de las leyes del *karma*, pero decía que eran aplicables solo mientras una persona imaginaba

que estaba separada del Sí mismo. En este nivel (el nivel del *ajñani*) decía que los individuos pasarán por una serie de actividades y experiencias pre-ordenadas, todas las cuales son las consecuencias de actos y pensamientos anteriores. Ocasionalmente decía incluso que cada acto y experiencia en la vida de una persona es determinado en el nacimiento y que la única libertad que tiene uno es darse cuenta de que no hay nadie actuando ni nadie experimentando. Sin embargo, una vez que uno realiza el Sí mismo no queda nadie para experimentar las consecuencias de las acciones y así toda la estructura de las leyes *kármicas* deviene entonces redundante.

Sri Ramana consideraba la ley del *karma* como una manifestación de la voluntad de Dios. Decía que antes de la Auto-realización hay un Dios personal, *Iswara*, que controla el destino de cada persona. Es *Iswara* quien ha ordenado que cada uno debe sufrir las consecuencias de sus acciones y es *Iswara* quien selecciona la secuencia de las actividades que cada persona debe padecer en cada vida. Uno no puede escapar de la jurisdicción de *Iswara* mientras todavía se identifica con las actividades del cuerpo. La única vía para devenir libre de su autoridad es trascender el *karma* completamente realizando el Sí mismo.

Pregunta: ¿Es posible, mientras existe el cuerpo, rebasar el *prarabdha karma*, que se dice que dura hasta el fin del cuerpo?

Respuesta: Sí. Si el agente de quien depende el *karma*, es decir el ego, que ha venido a la existencia entre el cuerpo y el Sí mismo, se sumerge en su fuente y pierde su forma, ¿cómo puede el *karma*, que depende de él, sobrevivir? Cuando no hay ningún «yo» no hay ningún *karma*¹.

Pregunta: Se dice que el *prarabdha karma* es solo una pequeña fracción del *karma* acumulado en vidas anteriores. ¿Es esto verdadero?

Respuesta: Un hombre puede haber hecho muchos *karmas* en sus nacimientos anteriores. Sólo unos pocos de éstos serán escogidos para este nacimiento y él tendrá que saborear sus frutos en este nacimiento. Es como una proyección de diapositivas donde el que las proyecta escoge unas cuantas diapositivas para exhibirlas, y las diapositivas restantes se reservan para otra sesión. Todo este *karma* puede ser destruido adquiriendo el conocimiento del Sí mismo. Los diferentes *karmas* son las diapositivas, siendo los *karmas* el resultado de las experiencias pasadas, y la mente es el proyector. El proyector debe ser destruido de modo que ya no haya ninguna otra reflexión y ningún otro nacimiento ni muerte².

Pregunta: ¿Quién es el que proyecta? ¿Cuál es el mecanismo que selecciona una pequeña porción del *sanchita karma* y que decide entonces que será experimentado como *prarabdha karma*?

Respuesta: Los individuos tienen que sufrir sus *karmas* pero *Iswara* dispone los mejores de sus *karmas* para su propósito (de Él). Dios manipula los frutos del *karma* pero no agrega ni quita nada. El subconsciente del hombre es un almacén de buen y mal *karma*. *Iswara* elige de este almacén lo que ve que será más idóneo para la evolución espiritual en el tiempo de cada hombre, bien sea agradable o penoso. Así no hay nada arbitrario³.

Pregunta: En *Upadesa Saram* usted dice que el *karma* da fruto por la orden de Dios [*karta*]. ¿Significa esto que nosotros cosechamos las consecuencias del *karma* debido solo a que Dios lo quiere?

Respuesta: En este verso *karta* [Dios] significa *Iswara*. Él es el que distribuye los frutos de las acciones a cada persona acordemente a su *karma*. Eso significa que él es el *Brahman* manifiesto. El *Brahman* real es inmanifiesto y sin movimiento. Es solo el *Brahman* manifestado el que es nombrado como *Iswara*. Él da el fruto a cada persona de acuerdo con sus acciones [*karma*]. Eso significa que *Iswara* es solo un agente y que da salarios acordemente a la labor hecha. Eso es todo. Sin esta *sakti* [poder] de *Iswara*, este *karma* no tendría lugar. Por eso se dice que este *karma* es por sí mismo inerte⁴.

Pregunta: Las experiencias presentes son el resultado del *karma* pasado. Si nosotros conocemos los errores cometidos antes, podemos rectificarlos.

Respuesta: Si uno rectifica un error queda todo el *sanchita karma* de los nacimientos anteriores, el cual continuará dándole a usted innumerables nacimientos. De modo que ese no es el procedimiento. Cuanto más poda usted una planta, tanto más vigorosamente crece. Cuanto más rectifica usted su *karma*, tanto más se acumula. Encuentre la raíz del *karma* y córtela⁵.

Pregunta: ¿Significa la teoría del *karma* que el mundo es el resultado de la acción y reacción? Si es así, ¿la acción y reacción de qué?

Respuesta: Hasta la realización habrá *karma*, es decir acción y reacción. Después de la realización no habrá ningún *karma* y ningún mundo⁶.

Pregunta: Si yo no soy el cuerpo, ¿por qué soy responsable de las consecuencias de mis acciones buenas y malas?

Respuesta: Si usted no es el cuerpo y no tiene la idea «yo soy el hacedor», las consecuencias de sus acciones buenas o malas no le afectarán. ¿Por qué dice usted sobre las acciones que el cuerpo lleva a cabo «yo hago esto» o «yo hice aquello»?

Mientras usted se identifica con el cuerpo de esta manera, usted es afectado por las consecuencias de las acciones, es decir, mientras se identifica con el cuerpo usted acumula *karma* bueno y malo.

Pregunta: Pero puesto que yo no soy el cuerpo, yo no soy realmente responsable de las consecuencias de las acciones buenas o malas.

Respuesta: Si usted no es, ¿por qué se preocupa usted por la cuestión?⁷.

Pregunta: En algunos lugares se afirma que el esfuerzo humano es la fuente de toda fuerza y que puede incluso trascender el *karma*. En otros se dice que todo es gracia divina. No está claro cuál de ellos es correcto.

Respuesta: Sí, algunas escuelas de filosofía dicen que no hay ningún otro Dios que los *karmas* del nacimiento anterior, que el *karma* hecho en el presente nacimiento de acuerdo con las escrituras es conocido como *purushakara* [esfuerzo humano], que los *karmas* anteriores y presentes se enfrentan como carneros y que el que es más débil es eliminado. Por eso es por lo que las gentes dicen que se debe fortalecer el *purushakara*. Si se pregunta a tales gentes cuál es el origen del *karma*, dicen que una tal pregunta no debe formularse porque es como la eterna cuestión, «¿Cuál fue primero, la semilla o el árbol?».

Los debates tales como éste son meros argumentos que nunca pueden llegar a la verdad final. Por eso es por lo que yo digo que primero encuentre quién es usted. Si uno pregunta «¿Quién soy yo? ¿Cómo he obtenido este *dosha* [fallo] de la vida?», el «yo» se sumergirá y uno realizará el Sí mismo. Si uno hace esto adecuadamente, la idea de *dosha* será eliminada y la paz será obtenida. ¿Por qué siquiera «será obtenida»? El Sí mismo permanece siempre como Él es⁸.

La esencia del *karma* es conocer la verdad de uno mismo indagando «¿Quién soy yo, el hacedor, que comienza a hacer *karmas*?». A menos que el hacedor de los *karmas*, el ego, sea aniquilado por la indagación, no puede ser obtenida la paz perfecta de la felicidad suprema, que es el resultado del *karma yoga*⁹.

Pregunta: ¿Pueden las gentes borrar las consecuencias de sus acciones malas haciendo *mantras* o *japa* o tendrán que experimentarlas necesariamente?

Respuesta: Si el sentimiento «yo estoy haciendo *japa*» no está aquí, las acciones malas cometidas por un hombre no se pegarán a él. Si el sentimiento «yo estoy haciendo el *japa*» está aquí, las consecuencias de las acciones malas persistirán.

Pregunta. ¿No extingue *punya* [el mérito acumulado de los actos virtuosos] *papa* [el demérito acumulado de los actos pecaminosos]?

Respuesta: Mientras el sentimiento «yo estoy haciendo» está aquí, uno debe experimentar el resultado de sus actos, bien sean buenos o malos. ¿Cómo es posible borrar un acto con otro? Cuando el sentimiento «yo estoy haciendo» se pierde, nada afecta a un hombre. A menos que uno realice el Sí mismo, el sentimiento «yo estoy haciendo» nunca se desvanecerá. Para el que realiza el Sí mismo, ¿dónde está la necesidad del *japa*? ¿Dónde está la necesidad de *tapas*? Debido a la fuerza del *prarabdha* la vida continúa, pero el que ha realizado el Sí mismo ya no desea nada.

El *prarabdha karma* es de tres categorías, *iccha aniccha y pareccha* [personalmente deseado, sin deseo y debido al deseo de otros]. Para el que ha realizado el Sí mismo, ya no hay ningún *iccha-prarabdha*, pero los otros dos, *aniccha* y *pareccha*, permanecen. Todo lo que un *jñani* hace es para los otros solo. Si hay cosas que tiene que hacer para los otros, él las hace pero

los resultados no le afectan. Haga lo que haga, no hay ningún *punya* [mérito] y ningún *papa* [demérito] adherido a ello. Hace solo lo que es más apropiado según el patrón aceptado del mundo —nada más¹⁰.

Aquellos que saben que lo que tienen que experimentar en esta vida es solo lo que ya está destinado en su *prarabdha*, nunca se sentirán perturbados por lo que ha de ser experimentado. Saben que todas las experiencias le son impuestas a uno tanto si las quiere como si no¹¹.

Pregunta: El hombre realizado ya no tiene ningún *karma*. No está sujeto por su *karma*. ¿Por qué debe permanecer aún dentro de su cuerpo?

Respuesta: ¿Quién hace esta pregunta? ¿Es el hombre realizado o el *jñani*? ¿Por qué le preocupa a usted lo que *jñani* hace o si hace algo? Mírese a usted mismo. Usted está ahora bajo la impresión de que usted es el cuerpo, de modo que piensa que el *jñani* también tiene un cuerpo. ¿Dice el *jñani* que tiene un cuerpo? Puede parecerle a usted como si él tuviera un cuerpo y puede parecer estar haciendo cosas con el cuerpo, como hacen otros, pero él mismo sabe que él es sin cuerpo. La cuerda quemada todavía parece una cuerda, pero no sirve como cuerda si usted intenta atar algo con ella. Un *jñani* es así — puede parecer como las demás gentes, pero esto es solo una apariencia exterior. Mientras uno se identifica con el cuerpo, todo esto es difícil de comprender. Por eso es por lo que a veces se dice en respuesta a tales preguntas, «El cuerpo del *jñani* continuará hasta que la fuerza del *prarabdha* se agote, y después de que el *prarabdha* se agote se vendrá abajo». Una ilustración usada en conexión con esto es la de una flecha ya disparada, la cual continuará avanzando y golpeará en su blanco. Pero la verdad es que el *jñani* ha trascendido todos los *kar-mas*, incluso el *prarabdha karma*, y no está sujeto por el cuerpo o sus *karmas*¹².

No existe ni un ápice de *prarabdha* para aquellos que prestan atención ininterrumpidamente al espacio de consciencia, que siempre brilla como «yo soy», que no está confinado en el vasto espacio físico, y que penetra por todas partes sin limitaciones. Sólo éste es el significado del antiguo dicho, «No hay ningún destino para aquellos que obtienen o experimentan los cielos»¹³.

Pregunta: Si una cosa viene a mí sin que yo haga ningún plan ni trabaje por ella y yo la gozo, ¿no habrá ninguna mala consecuencia de ello?

Respuesta: Eso no es así. Todo acto debe tener sus consecuencias. Si algo le sale al paso en razón del *prarabdha*, usted no puede impedirlo. Si usted toma lo que viene, sin ningún apego especial, y sin ningún deseo de más de lo mismo o de una repetición de ello, ello no le dañará llevándole a posteriores nacimientos. Por el contrario, si usted lo goza con gran apego y desea naturalmente más de lo mismo, ello está obligado a llevar a más y más nacimientos¹⁴.

Pregunta: Según la ciencia astrológica, se hacen predicciones sobre los aconteceres por venir tomando en cuenta la influencia de las estrellas. ¿Es eso verdadero?

Respuesta: Mientras usted tiene el sentimiento de ser un ego todo eso es verdad. Cuando el sentido del ego es destruido todo eso es no-verdadero.

Pregunta: ¿Significa eso que la astrología no será verdadera en el caso de aquellos cuyo sentido del ego está destruido?

Respuesta: ¿Quién queda para decir que no será verdadera? Habrá visión solo si hay el que ve. En el caso de aquellos cuyo sentido del ego está destruido, incluso si parecen ver realmente, no ven¹⁵.

El destino es el resultado de la acción pasada. Conciérneme al cuerpo. Deje que el cuerpo actúe según su contenido. ¿Por qué se interesa usted en él? ¿Por qué le presta usted atención? Si algo acontece, acontece como el resultado de las acciones pasadas de uno, de la voluntad divina y de otros factores¹⁶.

Pregunta: Se dice que el presente se debe al *karma* pasado. ¿Podemos trascender el *karma* pasado por nuestro libre albedrío ahora?

Respuesta: Vea lo que el presente es. Si usted hace esto, usted comprenderá lo que es afectado por un pasado o un futuro, lo que es siempre-presente y siempre libre y lo que permanece inafectado por el pasado o el futuro o por cualquier *karma* pasado¹⁷.

Pregunta: ¿Hay una cosa tal como el libre albedrío?

Respuesta: ¿El libre albedrío de quién? Mientras hay el sentido de hacedor hay el sentido del goce y de la voluntad individual. Pero si este sentido se pierde por la práctica de la indagación [*vichara*], la voluntad divina actuará y guiará el curso de los acontecimientos. El *sino* es vencido por *jñana*, el Autoconocimiento, que es más allá de la voluntad y del *sino*¹⁸.

Pregunta: Yo puedo comprender que los acontecimientos relevantes en la vida futura de un hombre, tales como su país, nacionalidad, familia, carrera o profesión, matrimonio, muerte, etc., están todos predestinados por su *karma*, ¿pero puede ser que todos los detalles de su vida, hasta los más pequeños, hayan sido ya determinados? Ahora, por ejemplo, yo pongo este abanico que está en mi mano aquí sobre el suelo. ¿Puede ser que estuviera ya decidido que en tal y tal día, a tal y tal hora, yo movería el abanico así y lo pondría aquí.

Respuesta: Ciertamente. Todo lo que este cuerpo tiene que hacer y todas las experiencias que tiene que pasar estaban ya decididas cuando vino a la existencia.

Pregunta: ¿Qué ocurre entonces con la libertad y la responsabilidad del hombre por sus acciones?

Respuesta: La única libertad que tiene el hombre es esforzarse y adquirir *jñana* que le permitirá no identificarse a sí mismo con el cuerpo. El cuerpo pasará por las acciones inevitables debidas al *prarabdha* y un hombre es libre bien sea para identificarse a sí mismo con el cuerpo y apegarse a los frutos de sus acciones (del cuerpo), o bien para desapegarse de él (del cuerpo) y ser un mero presenciador de sus actividades¹⁹.

Pregunta: Así pues, ¿el libre albedrío es un mito?

Respuesta: El libre albedrío tiene su campo en asociación con la individualidad. Mientras la individualidad dura hay libre albedrío. Todas las escrituras se basan sobre este hecho y aconsejan dirigir el libre albedrío en la dirección justa.

Encuentre a quién importa el libre albedrío o el destino. Encuentre de dónde surgen, y permanezca en su fuente. Si usted hace esto, ambos son transcendidos. Ese es el único propósito de discutir estas preguntas. ¿A quién le vienen estas preguntas? Encuentre y sea en paz²⁰.

Pregunta: Si lo que está destinado a acontecer acontecerá, ¿hay alguna utilidad en la plegaria o el esfuerzo, o debemos permanecer ociosos?

Respuesta: Hay solo dos vías para conquistar el destino o ser independiente de él. Una es indagar para quién es este destino y descubrir que solo el ego está sujeto al destino y no el Sí mismo, y que el ego es no-existente. La otra vía es matar al ego entregándolo al Señor, dándose cuenta de la total impotencia de uno y diciendo todo el tiempo, «No yo sino tú, oh Señor»,

abandonando todo sentido de «yo» y «mío» y dejando que el Señor haga lo que quiera con usted. La entrega nunca puede ser considerada como completa mientras el devoto quiere esto o aquello del Señor. La entrega verdadera es amor de Dios por el amor mismo y nada más, ni siquiera por causa de la liberación. En otras palabras, para conquistar el destino es necesaria la completa desaparición del ego bien sea por medio de la auto-indagación [*vichara*] o bien sea por medio de la *bhakti-marga*

²¹.

Notas y referencias

PRIMERA PARTE EL SÍ MISMO

- ¹ S. Om (tr.), *The Original Writings of Sri Ramana, Ulladu Narpadu Anubandham* versos bienaventurados.

CAPÍTULO 1 LA NATURALEZA DEL SÍ MISMO

- ¹ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p.123.
² Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv.1036, 1034, 901, 438.
³ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p.244.
⁴ M. Venkataramiah, op. cit., p.243.
⁵ Ibid., pp.110-111.
⁶ D. Mudaliar, op. cit., p.296.
⁷ Ibid., p.155.
⁸ Muruganar, op. cit., v.1161.
⁹ T.N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p.15.
¹⁰ S. Nagamma, *Letters From Sri Ramanasramam* p.81.
¹¹ Muruganar, op. cit., vv.1056, 422.
¹² S. Natanananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p.20.
¹³ Muruganar, op. cit., vv.97, 99, 343.
¹⁴ D. Mudaliar, op. cit., p.88.
¹⁵ Ibid., p.65.
¹⁶ S. Nagamma, op. cit., pp.310-11.
¹⁷ 'Who', *Maha Yoga*, p.202.
¹⁸ D. Mudaliar, op. cit., p.90.
¹⁹ Ibid., p.79.
²⁰ Ibid., pp.90-1.
²¹ S. Nagamma, op. cit., p.196.
²² S. Natanananda, op. cit., p.21.
²³ M. Venkataramiah, op. cit., p.402.
²⁴ Ibid., p.31.
²⁵ Muruganar, op. cit., v.1029.
²⁶ M. Venkataramiah, op. cit., p.1.
²⁷ T.N. Venkataraman, op. cit., p.72.
²⁸ M. Venkataramiah, op. cit., pp.92-3.

²⁹ Ibid., p.93.

³⁰ Ibid., p.229.

³¹ Muruganar, op. cit., v.435.

CAPÍTULO 2 AUTO-CONSCIENCIA Y AUTO-IGNORANCIA

¹ T.N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 31-2.

² M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 326-7.

³ Ibid., pp. 91-2.

⁴ Ibid., pp. 561-3.

⁵ T.N. Venkataraman, op. cit., pp. 52-4.

⁶ S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 201.

⁷ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 287.

⁸ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 330-1.

⁹ D. Mudaliar, op. cit., p. 74.

¹⁰ S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 63.

¹¹ M. Venkataramiah, op. cit., p. 6.

¹² D. Mudaliar, op. cit. pp. 79-80.

¹³ T.N. Venkataraman, op. cit., pp. 86-7.

¹⁴ M. Venkataramiah, op. cit., p. 4.

¹⁵ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 779.

¹⁶ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 248-9.

¹⁷ Ibid., pp. 128-9.

¹⁸ D. Mudaliar, op. cit., p.148.

¹⁹ M. Venkataramiah, op. cit., p. 615.

²⁰ Ibid., p. 589.

²¹ Ibid., p. 564-5.

²² D. Mudaliar. op. cit., pp. 15-16.

²³ S. Nagamma, op. cit., p. 130.

CAPÍTULO 3 EL JÑANI

¹ K. Sastri, *Sat.Darshana Bhashya*, p. XX.

² T.N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 85-6.

³ S. Cohen, *Guru Ramana*, pp. 101-2.

⁴ T.N. Venkataraman, op. cit., pp. 60-2.

- ⁵ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 217.
- ⁶ S. Cohen, op. cit., p. 100.
- ⁷ S. Om (tr.), 'The Original Writings of Sri Ramana', *Ulladu Narpadu Anubandham*, v. 32.
- ⁸ T.N. Venkataraman, op. cit., p. 88.
- ⁹ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 349-50.
- ¹⁰ S. Om, *Guru Vachaka Kovai Urai*, p. 360.
- ¹¹ M. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 189-90.
- ¹² M. Venkataramiah, op. cit., pp. 479-80.
- ¹³ K. Sastri, op. cit., pp. XXX-XXXI.
- ¹⁴ S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 147.
- ¹⁵ Ibid., pp. 139-41.
- ¹⁶ M. Venkataramiah, op. cit., p. 221.
- ¹⁷ S. Cohen, op. cit., p. 101-2.
- ¹⁸ M. Mudaliar, op. cit., p. 144.
- ¹⁹ M. Venkataramiah, op. cit., p. 393.
- ²⁰ Ibid., p. 3.
- ²¹ Ibid., p. 53.
- ²² Ibid., p. 534.

SEGUNDA PARTE INDAGACIÓN Y ENTREGA

- ¹ M. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 157.
- ² M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* p. 176.
- ³ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 722, 731.

CAPÍTULO 4 AUTO-INDAGACIÓN — TEORÍA

- ¹ M. Spenser, 'Sri Bhagavan's letter to Ganapati Muni', *The Mountain Path*, 1982, vol. 19, p. 96.
- ² M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* p. 25.
- ³ A. Osborne (ed.), *The Collected Works of Ramana Maharshi, Upadesa Saram*, vv. 19, 17, 18, p. 85.
- ⁴ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 232-3.
- ⁵ T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 83-5.
- ⁶ S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 46.
- ⁷ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 94-5.

- ⁸ Ibid., pp. 154-5.
- ⁹ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 42, 613.
- ¹⁰ M. Venkataramiah, op. cit., p. 574.
- ¹¹ Ibid., pp. 244-5.
- ¹² S. Om (tr.), 'Ulladu Narpadu – Kalivenba', *The Mountain Path*, 1981, vol. 18, pp. 220, 219.
- ¹³ S. Om (tr.), *The Path of Sri Ramana, Atmavidya Kirtanam*, v. 2, p. 45.
- ¹⁴ M. Venkataramiah, op. cit., p. 357.
- ¹⁵ Muruganar, op. cit., v. 756.
- ¹⁶ T. N. Venkataraman. Op. cit., p. 51.
- ¹⁷ Muruganar, op. cit., v. 294.
- ¹⁸ M. Venkataramiah, op. cit., p. 130.

CAPÍTULO 5 AUTO-INDAGACIÓN — PRÁCTICA

- ¹ S. Abhishiktananda, *The Secret of Arunachala*, p.73.
- ² K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, pp. III-IV.
- ³ T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 87.
- ⁴ S. Om, *The Path of Sri Ramana*, pp.157, 159, 160, 163.
- ⁵ P. Brunton, *A Searcha in Secret India*, pp.156-7.
- ⁶ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* pp. 161-2.
- ⁷ Ibid., pp. 571-2.
- ⁸ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 73.
- ⁹ T. N. Venkataraman, op. cit., p. 43.
- ¹⁰ R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, pp. 25-7.
- ¹¹ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 184-5.
- ¹² Ibid., pp. 463-4.
- ¹³ D. Mudaliar, op. cit., p. 31.
- ¹⁴ M. Venkataraman, op. cit., p. 163.
- ¹⁵ Ibid., p. 27.
- ¹⁶ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 399.
- ¹⁷ S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 91.
- ¹⁸ M. Venkataramiah, op. cit., p. 145.
- ¹⁹ D. Mudaliar, op. cit., p. 7.
- ²⁰ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 582-3.
- ²¹ D. Mudaliar, op. cit., p. 76.
- ²² T. N. Venkataraman, op. cit., p. 50.
- ²³ M. Venkataramiah, op. cit., p. 550.

- ²⁴ K. Sastri, op. cit., p. IX.
²⁵ M. Venkataramiah, op. cit., p. 470.
²⁶ Ibid., pp. 151-2.
²⁷ Ibid., pp. 332-3.
²⁸ T. N. Venkataraman, op. cit., p. 35.
²⁹ Muruganar, op. cit., vv. 433, 1232.

CAPÍTULO 6 AUTO-INDAGACIÓN — ERRORES

- ¹ S. Om (tr.), ‘Ulladu Narpadu – Kalivenba’, *The Mountain Path*, 1981, vol. 18, p. 217.
² M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* p. 162.
³ Ibid., pp. 47-8.
⁴ Ibid., p. 235.
⁵ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 68.
⁶ Ibid., pp. 192-3.
⁷ M. Venkataramiah, op. cit., p. 202.
⁸ Ibid., pp. 306-7.
⁹ D. Mudaliar, op. cit., p. 72.
¹⁰ K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, pp. VIII-IX.
¹¹ D. Mudaliar, op. cit., pp. 280-1.
¹² M. Venkataramiah, op. cit., pp. 464-5.
¹³ K. Sastri, op. cit., pp. XVII-XIX.
¹⁴ T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi’s Gospel*, pp. 73-4.
¹⁵ M. Venkataramiah, op. cit., p. 378.
¹⁶ D. Mudaliar, op. cit., p. 202.
¹⁷ M. Venkataramiah, op. cit., p. 229.
¹⁸ Ibid., p. 488.
¹⁹ ‘Who’, *Maha Yoga*, p. 197.
²⁰ D. Mudaliar, op. cit., p. 185.
²¹ G. Muni, *Sri Ramana Gita*, ch. 5, v. 2.
²² Esta descripción se da en el *Astangahridayam*, el trabajo médico hindú citado anteriormente en el capítulo.
²³ M. Venkataramiah, op. cit., p. 116.
²⁴ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 251, 261, 257.

CAPÍTULO 7
ENTREGA

- ¹ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* p. 285.
- ² D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 140.
- ³ Ibid., p. 72.
- ⁴ Ibid., p. 30.
- ⁵ M. Venkataramiah, op cit., p. 334.
- ⁶ Ibid., p. 322-3.
- ⁷ D. Mudaliar, op. cit., p. 42.
- ⁸ M. Venkataramiah, op. cit., p. 49.
- ⁹ Ibid., p. 425.
- ¹⁰ Ibid., p. 195.
- ¹¹ Ibid., p. 175.
- ¹² S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam* pp. 181-3.
- ¹³ M. Venkataramiah, op. cit., p. 69.
- ¹⁴ S. Nagamma, op. cit., pp. 309-10.
- ¹⁵ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 974, 652, 655.
- ¹⁶ M. Venkataramiah, op. cit., p. 219.
- ¹⁷ Ibid., p. 133.
- ¹⁸ Ibid., p. 69.
- ¹⁹ Muruganar, op. cit., vv. 658, 657, 521, 520, 721, 1205, 472.
- ²⁰ S. Nagamma, op. cit., p. 18.
- ²¹ Muruganar, op. cit., v. 683.
- ²² T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 24.
- ²³ D. Mudaliar, op. cit., p. 157.
- ²⁴ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 29-30.

TERCERA PARTE
EL GURÚ

- ¹ S. Om, *The Path of Sri Ramana*, p. 160.
- ² A. Osborne, *Ramana Maharshi and the Path of Self Knowledge*, p. 142.
- ³ P. Brunton, *Conscious Immortality*, p. 35.

CAPÍTULO 8 EL GURÚ

- ¹ T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 36-7.
- ² S. Natanananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p. 2.
- ³ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 169.
- ⁴ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* p. 554-5.
- ⁵ 'Who', *Maha Yoga*, p. 193.
- ⁶ S. Natanananda, op. cit., pp. 1-3.
- ⁷ S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 161.
- ⁸ M. Venkataramiah, op. cit., p. 516.
- ⁹ Sri Ramana escribió varios poemas en alabanza de la montaña de Arumachala. En algunos de los versos dice específicamente que ella era su Gurú, su Dios y su Sí mismo.
- ¹⁰ S. Cohen, *Guru Ramana*, pp. 67-8.
- ¹¹ M. Venkataramiah, op. cit., p. 46.
- ¹² Ibid., p. 404.
- ¹³ Ibid., p. 392.
- ¹⁴ S. Nagamma, op. cit., p. 75.
- ¹⁵ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 240-1.
- ¹⁶ Ibid., p. 281.
- ¹⁷ Ibid., pp. 20-1.
- ¹⁸ Ibid., p. 242.
- ¹⁹ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 270, 248, 799, 800, 324, 290.
- ²⁰ M. Venkataramiah, op. cit., p. 208.
- ²¹ K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, p. v.
- ²² M. Venkataramiah, op. cit., p. 80.
- ²³ Ibid., p. 124.
- ²⁴ Ibid., p. 33.
- ²⁵ Ibid., p. 114.
- ²⁶ Ibid., p. 181.
- ²⁷ Ibid., p. 183.
- ²⁸ D. Mudaliar, *My Reminiscences*, p. 106.
- ²⁹ M. Venkataramiah, op. cit., p. 5.
- ³⁰ Ibid., p. 136.

CAPÍTULO 9
SILENCIO Y SAT-SANGA

- ¹ S. Om (tr.), 'The Original Writings of Sri Ramana', *Ulladu Narpadu Anubandham*, vv. 1-5.
- ² T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 16.
- ³ P. Brunton, *Conscious Immortality*, pp. 141-2.
- ⁴ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 286.
- ⁵ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 402.
- ⁶ Ibid., p. 501.
- ⁷ Ibid., pp. 369-70.
- ⁸ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 34-5.
- ⁹ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 200-1.
- ¹⁰ D. Mudaliar, op. cit., pp. 145-6.
- ¹¹ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 500-1.
- ¹² Ibid., pp. 74-5.
- ¹³ Ibid., p. 528.
- ¹⁴ Ibid., p. 135.
- ¹⁵ Ibid., p. 177.
- ¹⁶ Ibid., p. 123.
- ¹⁷ Ibid., p. 572.
- ¹⁸ Ibid., p. 247.
- ¹⁹ Ibid., p. 318.
- ²⁰ P. Brunton, op. cit., p. 147.
- ²¹ M. Venkataramiah, op. cit., p. 461.
- ²² Ibid., p. 140.
- ²³ Ibid., p. 186.
- ²⁴ D. Mudaliar, op. cit., pp. 236-7.
- ²⁵ M. Venkataramiah, op. cit., p. 242.

CUARTA PARTE
MEDITACIÓN Y YOGA

- ¹ S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 78.
- ² Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 691.

CAPÍTULO 10 MEDITACIÓN Y CONCENTRACIÓN

- ¹ P. Brunton, *Conscious Immortality*, p. 176.
- ² G. Muni, *Sri Ramana Gita*, ch. 7, vv. 26, 22.
- ³ S. Om, *The Path of Sri Ramana*, p. 163.
- ⁴ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 144-5.
- ⁵ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 738-9.
- ⁶ M. Venkataramiah, op. cit., p. 261.
- ⁷ Ibid., p. 429.
- ⁸ Ibid., p. 145.
- ⁹ Ibid., pp. 255-6.
- ¹⁰ S. Natanananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p.13
- ¹¹ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 256-7.
- ¹² Ibid., p. 514.
- ¹³ Ibid., p. 66.
- ¹⁴ S. Cohen, *Guru Ramana*, pp. 73-4.
- ¹⁵ Ibid., p. 76.
- ¹⁶ M. Venkataramiah, op. cit., p. 337.
- ¹⁷ T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 81-2.
- ¹⁸ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 169-70.
- ¹⁹ Ibid., p. 28.
- ²⁰ Ibid., pp. 518-19.
- ²¹ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 243.
- ²² M. Venkataramiah, op. cit., p. 88.

CAPÍTULO 11 MANTRAS Y JAPA

- ¹ T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 25.
- ² M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 417.
- ³ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 146-7.
- ⁴ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 416-17.
- ⁵ D. Mudaliar, op. cit. p. 147.
- ⁶ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 707.
- ⁷ M. Venkataramiah, op. cit., p. 376.
- ⁸ D. Mudaliar, op. cit., p. 210.
- ⁹ Ibid., p. 229.

- ¹⁰ S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, pp. 202-3.
- ¹¹ M. Venkataramiah, op. cit., p. 296.
- ¹² Ibid., pp. 507-8.
- ¹³ T. N. Venkataraman, op. cit., p. 25.
- ¹⁴ Muruganar, op. cit., vv. 710, 709.
- ¹⁵ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 2-3.
- ¹⁶ S. Cohen, *Guru Ramana*, pp. 75-6.
- ¹⁷ G. Muni, *Sri Ramana Gita*, ch. 7, vv. 10, 11.
- ¹⁸ M. Venkataramiah, op. cit., p. 508.

CAPÍTULO 12

LA VIDA EN EL MUNDO

- ¹ R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, p. 43.
- ² T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 7-8.
- ³ P. Brunton, *Conscious Immortality*, pp. 130-1.
- ⁴ S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, pp. 211-12.
- ⁵ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 50.
- ⁶ Ibid., p. 15.
- ⁷ Ibid., p. 80.
- ⁸ S. Natananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p.17.
- ⁹ P. Brunton, op. cit., pp. 123-4.
- ¹⁰ Ibid., p. 133.
- ¹¹ Ibid., p. 43. La pregunta acerca del aham de Sri Aurobindo viene del manuscrito original del libro. No se ha eliminado de la versión publicada.
- ¹² Ibid., pp. 130-40.
- ¹³ Ibid., p. 31.
- ¹⁴ 'Who', *Maha Yoga*, p. 204.
- ¹⁵ S. Nagamma, op. cit., pp. 175-6.
- ¹⁶ P. Brunton, op. cit., p. 32.
- ¹⁷ Ibid., p. 62.
- ¹⁸ M. Venkataramiah, op. cit., p. 20.
- ¹⁹ P. Brunton, op. cit., pp. 11-12.
- ²⁰ S. Natanananda, op. cit., p. 14.

CAPÍTULO 13 EL YOGA

- ¹ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 576.
- ² Ibid., p. 27.
- ³ Ibid., p. 178.
- ⁴ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 188-9.
- ⁵ *Chitta-vritti-nirodha* is the second sutra of Patanjali's *Yoga Sutras*.
- ⁶ 'Who', *Maha Yoga*, p. 194.
- ⁷ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 417-18.
- ⁸ Ibid., p. 26.
- ⁹ S. Natananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana...*, p. 6.
- ¹⁰ M. Venkataramiah, op. cit., p. 134.
- ¹¹ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 701.
- ¹² D. Mudaliar, op. cit., p. 32.
- ¹³ Ibid., p. 47.
- ¹⁴ S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, pp. 373-4.
- ¹⁵ D. Mudaliar, op. cit., pp. 14.15.
- ¹⁶ M. Venkataramiah, op. cit., p. 366.
- ¹⁷ Ibid., pp. 575-6.
- ¹⁸ R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, pp. 35-6.
- ¹⁹ 'Who', op. cit., p. 203.
- ²⁰ M. Venkataramiah, op. cit., p. 584.
- ²¹ Ibid., p. 532.
- ²² Muruganar, op. cit., v. 690.
- ²³ S. Nagamma, op. cit., p. 179.
- ²⁴ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 599-600.
- ²⁵ Ibid., p. 414.
- ²⁶ R. Swarnagiri, op. cit., pp. 30-1.
- ²⁷ T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 34.
- ²⁸ 'Who', op. cit., pp. 197-8.
- ²⁹ T. N. Venkataraman, op. cit., p. 34.
- ³⁰ M. Venkataramiah, op. cit., p. 484.

QUINTA PARTE EXPERIENCIA

- ¹ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 116-17.
- ² Ibid., p. 123.

CAPÍTULO 14 SAMADHI

- ¹ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 357-8.
- ² Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 898.
- ³ R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, p. 42.
- ⁴ S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 89.
- ⁵ Ibid., p. 88.
- ⁶ Ibid., p. 87.
- ⁷ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 116.
- ⁸ K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, pp. XI-XII.
- ⁹ M. Venkataramiah, op. cit., p. 79.
- ¹⁰ S. Cohen, op. cit., pp. 89-90.
- ¹¹ S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 269.
- ¹² Ibid., p. 270.
- ¹³ S. Cohen, op. cit., p. 90.
- ¹⁴ T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 32.
- ¹⁵ Muruganar, op. cit., v. 919.
- ¹⁶ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 381-2.
- ¹⁷ S. Cohen, op. cit., pp. 86-7.
- ¹⁸ Muruganar, op. cit., vv. 893, 174.
- ¹⁹ 'Who', *Maha Yoga*, pp. 202-3.
- ²⁰ T. N. Venkataraman, op. cit., p. 34.
- ²¹ S. Nagamma, op. cit., pp. 239-40.
- ²² M. Venkataramiah, op. cit., p. 121.
- ²³ Muruganar, op. cit., v. 895.

CAPÍTULO 15 VISIONES Y PODERES PSÍQUICOS

- ¹ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 357.
- ² Ibid., p. 550.
- ³ Ibid., pp. 423-5.
- ⁴ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 184-5.
- ⁵ M. Venkataramiah, op. cit., p. 355.
- ⁶ Ibid., pp. 278-9.
- ⁷ Ibid., p. 442.
- ⁸ S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 46.
- ⁹ D. Mudaliar, op. cit., p. 232.

- ¹⁰ K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, pp. XXII.
- ¹¹ M. Venkataramiah, op. cit., p. 552.
- ¹² Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 1212.
- ¹³ M. Venkataramiah, op. cit., p. 578.
- ¹⁴ Muruganar, op. cit., vv. 219, 221, 222, 224.
- ¹⁵ S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 100.
- ¹⁶ M. Venkataramiah, op. cit., p. 487.
- ¹⁷ Ibid., pp. 17-18.

CAPÍTULO 16 PROBLEMAS Y EXPERIENCIAS

- ¹ T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 33.
- ² M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 314.
- ³ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 22.
- ⁴ S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 251.
- ⁵ D. Mudaliar, op. cit., p. 193.
- ⁶ M. Venkataramiah, op. cit., p. 129.
- ⁷ S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 39.
- ⁸ D. Mudaliar, op. cit., p. 182.
- ⁹ P. Brunton, *Conscious Immortality*, p. 202.
- ¹⁰ T. N. Venkataraman, op. cit., pp. 43-4.
- ¹¹ D. Mudaliar, op. cit., pp. 237-8.
- ¹² M. Venkataramiah, op. cit., p. 179.
- ¹³ Ibid., p. 55.
- ¹⁴ Ibid., p. 549.
- ¹⁵ Ibid., pp. 435-7.
- ¹⁶ D. Mudaliar, op. cit., p. 198.
- ¹⁷ R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, p. 36.
- ¹⁸ D. Mudaliar, op. cit., pp. 169-70.
- ¹⁹ M. Venkataramiah, op. cit., p. 394.

SEXTA PARTE TEORÍA

- ¹ P. Brunton, *Conscious Immortality*, p. 195.

CAPÍTULO 17
LAS TEORÍAS DE LA CREACIÓN Y LA REALIDAD DEL
MUNDO

- ¹ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 132.
- ² S. Madhavatirtha, 'Conversations with the Maharshi', *The Mountain Path*, 1980, vol. 17, p. 211.
- ³ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 85-6.
- ⁴ D. Mudaliar, op. cit., p. 149.
- ⁵ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 612-13.
- ⁶ Ibid., p. 341.
- ⁷ Ibid., p. 354.
- ⁸ Ibid., p. 36-7.
- ⁹ Ibid., p. 432.
- ¹⁰ Ibid., p. 41.
- ¹¹ S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 65.
- ¹² S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 94.
- ¹³ Muruganar, op. cit., vv. 49, 50, 51, 52, 57.
- ¹⁴ T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 63-7.
- ¹⁵ S. Madhavatirtha, 'Conversations with the Maharshi', *The Mountain Path*, 1981, vol. 18, pp. 154-5.
- ¹⁶ S. Cohen, op. cit., pp. 56-7.

CAPÍTULO 18
LA REENCARNACIÓN

- ¹ T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 41.
- ² Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 874, 1122, Bhagavan 9.
- ³ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 235.
- ⁴ Ibid., p. 13.
- ⁵ Ibid., pp. 191-2.
- ⁶ Ibid., p. 55.
- ⁷ Ibid., p. 121.
- ⁸ Ibid., p. 40.
- ⁹ S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 44.
- ¹⁰ Ibid., pp. 41-2.
- ¹¹ M. Venkataramiah, op. cit., p. 164.
- ¹² D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 263.
- ¹³ S. Cohen, op. cit., p. 40.

¹⁴ T. N. Venkataraman, op. cit., p. 27.

¹⁵ 'Who', *Maha Yoga*, p. 196.

¹⁶ M. Venkataramiah, op. cit., p. 531.

¹⁷ D. Mudaliar, op. cit., p. 221.

¹⁸ M. Venkataramiah, op. cit., p. 602.

CAPÍTULO 19 LA NATURALEZA DE DIOS

¹ T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 55-8.

² M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 333.

³ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 867.

⁴ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 610-11.

⁵ Ibid., p. 102.

⁶ Muruganar, op. cit., vv. 714-16.

⁷ Ibid., vv. 105-9.

⁸ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 31-2.

⁹ Muruganar, op. cit., v. 1191.

¹⁰ P. Brunton, *Conscious Immortality*, pp. 7, 8, 10.

¹¹ M. Venkataramiah, op. cit., p. 268.

¹² P. Brunton, op. cit., pp. 180-1.

¹³ Ibid., p. 187.

¹⁴ Muruganar, op. cit., vv. 1098, 1099, 194, 195, 196.

¹⁵ S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 148.

¹⁶ Muruganar, op. cit., v. 930.

¹⁷ M. Venkataramiah, op. cit., p. 127.

¹⁸ P. Brunton, op. cit., p. 7.

¹⁹ Según la cosmología Hindú todo el universo manifestado se reabsorbe periódicamente en el *Brahman* inmanifestado. Esta absorción se conoce como *pralaya*.

²⁰ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 34-5.

²¹ P. Brunton, op. cit., p. 186.

²² R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, p. 44.

²³ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 242-3.

²⁴ Muruganar, op. cit., v. 1207.

CAPÍTULO 20 SUFRIMIENTO Y MORALIDAD

- ¹ S. Om (tr.), 'Ulladu Narpadu – Kalivenba', *The Mountain Path*, 1981, vol. 18, p. 218.
- ² M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 120.
- ³ T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 51-2.
- ⁴ S. Natananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p.27.
- ⁵ S. Cohen, *Guru Ramana*, pp. 47-8.
- ⁶ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 368-9.
- ⁷ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 952-4.
- ⁸ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 593-4.
- ⁹ 'Who', *Maha Yoga*, p. 192.
- ¹⁰ D. Mudaliar, *My Reminiscences*, pp. 98-9.
- ¹¹ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 80-1.
- ¹² Ibid., p. 286.
- ¹³ D. Mudaliar, 1970, op. cit., pp. 94-5.
- ¹⁴ Muruganar, op. cit., vv. 807, 808.
- ¹⁵ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 226-8.
- ¹⁶ Ibid., p. 428.
- ¹⁷ D. Mudaliar, 1977, op. cit., pp. 304-5.
- ¹⁸ Muruganar, op. cit., vv. 574, 573.
- ¹⁹ D. Mudaliar, 1977, op. cit., p. 258.
- ²⁰ S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, pp. 151-2.
- ²¹ Muruganar, op. cit., v. 791.

CAPÍTULO 21 KARMA, DESTINO Y LIBRE ALBEDRÍO

- ¹ S. Natananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p.21.
- ² C. Aiyer, 'Quotations from the Maharshi', *The Mountain Path*, 1982, vol. 19, p. 23.
- ³ P. Brunton, *Conscious Immortality*, p. 135. Una porción de esta cita se omitió inadvertidamente en la versión publicada. La cita que se da aquí está tomada directamente del manuscrito del libro.
- ⁴ S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 78.
- ⁵ M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 470.

- ⁶ Ibid., p. 462.
- ⁷ D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 222.
- ⁸ S. Nagamma, op. cit. p. 171.
- ⁹ Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 703.
- ¹⁰ S. Nagamma, op. cit. p. 65.
- ¹¹ Muruganar, op. cit., v. 150.
- ¹² D. Mudaliar, op. cit., pp. 295-6.
- ¹³ Muruganar, op. cit., v. 697.
- ¹⁴ D. Mudaliar, *My Reminiscences*, p. 63.
- ¹⁵ S. Nagamma, op. cit. pp. 347-8.
- ¹⁶ M. Venkataramiah, op. cit., pp. 159-60.
- ¹⁷ D. Mudaliar, 1977, op. cit., p. 75.
- ¹⁸ S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 50.
- ¹⁹ D. Mudaliar, 1970, op. cit., pp. 90-1.
- ²⁰ M. Venkataramiah, op. cit., p. 393.
- ²¹ D. Mudaliar, 1977, op. cit., p. 230.

GLOSARIO

A

abhasa: reflexión.

abhichara prayoga: magia negra.

abhijña: percepción directa.

abhimana: apego.

abhisheka: derramamiento de agua, etc., sobre un *Sivalinga* o cualquier otra imagen sagrada.

abhyasa: práctica.

abhyasi: el que practica.

achala: inmóvil; una colina o una montaña.

achala chitta: la mente inmutable.

achamana: sorber agua antes o después de una ceremonia religiosa.

achit: no senciente.

adhara: soporte.

adhishtana: substrato.

adhridha: débil, que no está firme.

adhyaropa: sobreimposición.

adhyasika: sobreimpuesto.

advaita: no-dualidad.

adyatmika sakti: el poder del Sí mismo.

agami (agami karma): las acciones que se espera que den fruto en nacimientos futuros.

aham: yo.

aham Brahmasmi: yo soy el Brahman.

ahankara: la sensación “yo”; el sí mismo-ego.

ahimsa: no-violencia.

ajatavada: la teoría del advaita que niega la creación.

ajñana: ignorancia.

ajña: directiva; mandato.

ajñani: el ignorante, el que no ha realizado el Sí mismo.

akara: forma o figura.

akasa: éter, espacio.

akasavani: voz que viene del cielo.

akhanda: indiviso.

akhandakara vritti: experiencia ininterrumpida.

akritopasaka: el que no ha hecho *upasana* o meditación.

amrita: inmortal.
amrita nadi: el nombre de un nervio yóguico.
anadi: sin comienzo.
anahata: nombre de un *chakra* yóguico.
ananda: felicidad.
anandamaya kosa: la envoltura de felicidad.
anandatman: el sí mismo en el estado de felicidad.
ananta: infinito; sin fin.
anatman: no-Sí mismo.
anatma nirasana: renunciar al no-Sí mismo.
anava: limitación.
anichcha: involuntario.
anitya: transitorio.
annamaya kosa: envoltura de materia grosera.
antah (antar): interno.
antah karanam: el órgano interno; la mente.
antah pranayama: regulación interna de la respiración.
antardhana: desaparición de la vista.
antarmukhi manas: mente vuelta hacia adentro.
anu: átomo.
anugraha: gracia del Gurú.
ap: agua.
apana: la fuerza vital que desciende.
apara: lo más bajo.
apara vibhuti: *vibhuti* más bajo.
aparoksha: directo; inmediato.
apavada: eliminación.
ardra: una estrella de la constelación de Orión.
arudhas: adeptos.
aruna: rojo.
arupa: sin forma.
asamsakti: no-apego; una de las siete etapas de la iluminación.
asana: postura sedente; asiento.
asat: no real.
asesha sakshi: presenciador de todo.
asrama: etapa de la vida; lugar en el que viven ermitaños y sabios.
asthira: inestable.
asukavi: el que puede versificar improvisadamente.
asuddha: impuro.
asura: demonio.
atiasrama (atyasrama): sobre las cuatro etapas de la vida.
ati jagrat: más allá de la vigilia.

ati sunya: más allá del vacío.

atita: más allá.

ativahika sarira: el cuerpo sutil que permanece cuando el cuerpo físico perece y que lleva al individuo a otros mundos.

atma (atman): el Sí mismo.

atma jñani: el que ha realizado el Sí mismo.

atma nadi: el nombre de un nervio yóguico.

atma nishta: permanecer en el Sí mismo.

atmanusandhana: pensar constantemente en el Sí mismo.

atma-sakshatkara: Realización del Sí mismo.

atma vichara: indagación en el Sí mismo.

atyanta vairagyam: desapasionamiento total.

avarana: cobertura.

avarta: remolino.

avastha traya: los tres estados de la consciencia, a saber, vigilia, sueños con sueños y sueño profundo.

avatar: encarnación de Dios.

avidya: nesciencia; ignorancia.

avritta chakshus: mirada vuelta hacia adentro.

ayatana: depósito.

B

bahir pranayamam: regulación externa de la respiración.

bahir mukhi manas: mente vuelta hacia afuera.

bahudaka: un *sannyasin* trashumante.

bahya: externo.

bala: niño.

bandha: esclavitud.

bandha hetu: causa de esclavitud.

bhajana: cantar las alabanzas de Dios, especialmente en coro.

bhakta: devoto.

bhakti: devoción.

bhakti marg: la vía de la devoción.

bhashyakara: comentador.

bhavana: idea.

bheda: diferencia; diferenciación.

bhoga: goce.

bhoga hetu: causa de goce.

bhogyam: eso que es gozado.

bhoga vastu: objeto de goce.

bhokta: gozador.

bhokrtva: goce.
bhuma: omni-comprensivo; lo Absoluto.
bhutakasa: éter físico.
bija: semilla.
bindu: término usado en el tantrismo.
brahmachari: un célibe; un estudiante.
brahmahatya: el pecado de matar a un brahmín.
Brahmaivaham: el Brahman soy yo.
Brahmajñana: conocimiento (realización del Brahman).
Brahmajñani: el que ha realizado el Sí mismo.
Brahman: el Ser Supremo; lo Absoluto.
Brahmanishta: el que está establecido en el Brahman.
brahmacharya: celibato.
brahmakaravritti: concepto en la forma del Brahman.
Brahmavid: el que ha Realizado el Brahman.
Brahma-vid-vara: el que es un superior entre los conocedores del Brahman.
Brahma-vid-varishta: el óptimo entre los conocedores del Brahman.
Brahma-vid-varya: el mejor entre los Conocedores del Brahman.
Buddha: el que es consciente.
buddhi: intelecto.

CH

chaitanya: consciencia.
chakshu: ojo.
chamara: espantamoscas confeccionado con la cola peluda de un bovino, que se usa como distintivo de la realeza.
chanchala: cambiante, mudable.
chidakasa: éter trascendental.
chidvyoman (chitta vyoman): expansión de la consciencia.
chinmaya: lleno de consciencia.
chinta: pensamiento o idea.
chintamani: gema que satisface los deseos.
chit: consciencia.
chitta: memoria; mente.
chitta-nirodha: control de la mente.
chitta suddhi: pureza de la mente.
chitta vilasa: juego de la mente.
chitta vritti nirodha: control de las actividades de la mente.
chittaikograta: auto-concentración de la mente.

D

daharakasa: éter del corazón.

dana: don.

darsán(a): visión.

dasi: cortesana.

deha (m): cuerpo.

dehatma buddhi: la consciencia yo-soy-el-cuerpo.

dehavasana: apego al cuerpo.

devas: seres celestiales.

dharana: concentración de la mente; una de las ocho etapas del *Raja Yoga*.

dharma sastri: el que está bien versado en las escrituras relativas al *dharma*.

dhriti: firmeza, estabilidad.

dhyana: meditación, contemplación.

dikpalas: dioses que protegen los diversos sectores.

diksha: iniciación espiritual.

divya chakshu: ojo divino.

drashta: veedor.

dridha: firme.

drik: el que ve; el sujeto.

drishti: mirada; visión.

drishti srishti: creación simultánea.

drisya: eso que es visto; el objeto.

drisyanuviddha: asociado con algo visto.

drisya vilaya: la desaparición del mundo objetivo.

dukha: miseria; frustración.

dvaita: dualidad.

dvandva: par de opuestos.

dvividha (dwividha): doble.

E

eka: uno.

ekagrata: concentración.

G

ganja: un narcótico; hachis.

Gayatri: un *mantra* védico bien conocido.

gopuram: torre del templo.

granthi: nudo.

grihasta: hogareño.

grihini: hogareña.

gunas: las tres cualidades, tendencias o tensiones fundamentales que subyacen en todas las manifestaciones.

gunatita: el que ha trascendido los *gunas*.

guru: un maestro espiritual.

H

halahala: el veneno que brotó cuando fue batido el océano de leche.

hamsa: un *sannyasi* que ha avanzado hasta una etapa elevada.

hasta: mano.

hatha yoga: una forma de yoga que implica posturas corporales difíciles.

hetu: causa.

Hiranyagarbha: consciencia universal; totalidad de las mentes.

homa: sacrificio en el fuego.

hridaya: corazón; el centro espiritual en el cuerpo.

hridaya granthi: nudo del corazón.

hrit: corazón.

hrit pundarika: el loto del corazón.

I

ianakasa: éter mental.

ichcha: deseo.

idam: esto.

indriyas: sentidos.

ishta devata: el dios al que uno gusta adorar o contemplar.

Isvara: Dios; el Ser Supremo en Su aspecto de Señor del Mundo.

Isvara anugraha: gracia de Dios.

Isvara aradhana: adoración de Dios.

Isvara drishti: ver todas las cosas como Dios.

Isvara prasada: Gracia de Dios.

isvaratva: omnipotencia.

J

jada: insenciente.

jagat: mundo.

jagrat: estado de vigilia.

jagrat sushupti: sueño profundo despierto.
jai: victoria.
jala: agua.
janma: nacimiento.
japa: repetición de una palabra o sílaba sagrada, o de un nombre de Dios.
japa karta: el que hace *japa*.
jirna: decaído.
jiva: el alma individual; el ego.
jivanmukta: el que está liberado en vida.
jivanmukti: liberación en vida.
jivatman: el sí mismo individual.
jñana (m): conocimiento.
jñana bhumikas: etapas del conocimiento; hay siete.
jñana chakshus: ojo de la sabiduría.
jñana drishti.: ojo de la sabiduría.
jñanagni: fuego de la sabiduría.
jñana laksana: signo de sabiduría.
jñana marga: la vía del conocimiento.
jñana yoga: el método de realización de lo Absoluto a través del conocimiento.
jñanendriya: órganos de los sentidos.
jñani: sabio; el que ha realizado el Sí mismo.
jothi (jyothi): luz; efulgencia.

K

kaivalya: el estado de liberación.
kala: término usado en el tantrismo.
kalpana: idea.
kama: deseo; lujuria.
kantha: garganta.
kanthabharana: adorno que se usa alrededor del cuello; collar.
kanya: virgen.
kara: realización.
karana: causa.
karana sarira: cuerpo causal.
karma: acción; actos; obras; también, resultado de la acción.
karma samya: acciones buenas y malas en proporciones iguales.
karma traya: los tres tipos de *karma*, a saber, *sanchita*, *agami* y *prarabdha*.
karma yoga: la vía espiritual de la acción.

karmendriya: órganos de la acción.
karpura arati: el movimiento del alcanfor encendido durante el *puja*.
karta: el que hace un acto.
kartrtva: hacer.
kartrtva buddhi: el sentido de ser el hacedor.
karya: acto.
kashaya: impureza latente.
kashaya: vestimenta de color ocre.
kasiyatra: peregrinación a Kasi; parte de los ritos matrimoniales entre los brahmines.
kasturi: almizcle.
kayakalpa: preparación medicinal para prolongar la vida.
kayasiddhi: inmunización del cuerpo contra las heridas.
kevala kumbhaka: detención repentina de la respiración, ya sea a mitad de la inhalación o de la exhalación.
kevala samadhi: *samadhi* en el que las actividades del cuerpo y de la mente están sumergidas.
khanda: división.
khyati: teoría.
kousalam: habilidad.
Krama mukti: liberación por grados.
krama srishti: creación gradual.
krida: juego.
kritopasaka: el que ha hecho *upasana* o meditación.
krodha: cólera.
kshetra: templo; campo; el cuerpo.
kshipta: activo.
kumbha: olla que se usa para guardar agua.
kumbhaka: retención de la respiración.
kundalini: poder yóguico llamado el «poder serpentino».
Kumkuma: polvo bermellón que se aplica en la frente.
kutichaka: *sannyasin* que vive permanentemente en una choza.
kuvasana: tendencia mala.

L

laghu: liviano; fácil.
lakshana: signo; definición.
lakshya: objetivo, blanco, meta.
lakshyārtha: significado implícito.
laya: disolución.
lila: juego.

linga: símbolo.
linga sarira: cuerpo sutil.
loka: mundo; eso que se ve.
loukika: mundano.

M

madhya: centro; mixto; mediano.
madhyama: una etapa en la pronunciación de los sonidos.
maharshi: gran *rishi* (veedor o sabio).
mahasunya: gran vacío.
mahatma: persona iluminada.
mahavakyas: las cuatro sentencias principales que proclaman la verdad del Brahman, tomada cada una de un *Veda*.
malaparipaka: eliminación completa de la impureza.
malina: impuro.
manana: pensar sobre lo que ha sido escuchado.
mani: joya.
manokasa: mente-éter.
manolaya: submersión (temporal) de la mente.
manomaya kosa: envoltura de mente.
manonasa: extinción de la mente.
manta: pensador.
mantra: formas de sonido cósmico de los Vedas, que se usan para la adoración y la plegaria; también, letras-semillas para la meditación sobre la forma del Señor; encantación ritual.
mantra japa: repetición de un *mantra*.
marga: vía.
maru marichika: espejismo que se ve en un desierto.
mati: facultad pensante.
maya: ilusión; el poder inherente en el Brahman, por el cual Él manifiesta el mundo.
maya vada: la doctrina de *maya*.
medha: intelecto.
moda: gozo que es más alto que *priya*.
moksha: Liberación; liberación espiritual.
mouna: silencio.
mudha: embotado.
mukta: el que está liberado.
mukti: Liberación; liberación espiritual.
mula: raíz; fuente.
muladhara: uno de los centros yóguicos del cuerpo.

mulavidya: ignorancia primordial.
mumukshu: el que aspira a la Liberación.
mumukshutva: el deseo de la Liberación.
muni: sabio.
muppazh: tres vacíos.
mriga trishna: el agua de un espejismo.

N

na medhaya: no por el intelecto.
nada: sonido sutil acompañado de una efulgencia; término usado en el tantrismo.
nabhi: ombligo.
nadasvaram: la gaita del gaitero del sur de la India.
nadi: nervio yóguico.
naham: yo no soy.
naishtika brahmacharya: celibato de por vida.
nama: nombre; el nombre de Dios.
nama japa: repetición del nombre de Dios.
nama sankirtana: cantar los nombres de Dios.
nama smarana: recordar y repetir el nombre de Dios.
namaskar(a): postración ante Dios o el Gurú.
nana: diversidad.
naraka: infierno.
nasa: destrucción.
nava: nuevo.
nididhyasana: la última de las tres etapas de la realización vedántica; contemplación ininterrumpida.
nijananda: felicidad verdadera.
nirakara upasana: meditación sobre lo sin forma.
nirguna: sin atributos.
nirguna upasana: meditación sobre el Brahman sin atributos.
nirodha: control.
nirvana: Liberación.
nirvikalpa samadhi: el estado de concentración más alto en el que el alma pierde todo sentido de ser diferente del Sí mismo universal, pero que es un estado temporal del cual hay un retorno a la consciencia-ego.
nishkama karma: actos hechos sin un motivo.
nitya: siempre; eterno.
nitya siddha: siempre presente.
nityabrahma-chari: quien es célibe eternamente.

nivritti: destrucción.
nivritti marga: la vía de la renunciación.
niyama: ley, regla.

O

owpacharika: en un sentido mundano.

P

padarthabhavini: no-percepción absoluta de objetos; una de las siete etapas de la iluminación.
panchakshari: un *mantra* de cinco sílabas consagrado a Siva.
panchikarana: división de los cinco elementos y combinación de las partes en proporciones particulares.
para: más alto; en el tantrismo, sonido inmanifiesto.
param: trascendental.
paramahansa: un *sannyasin* que ha alcanzado la Realización del Sí mismo.
paramarthika: absoluto.
paramarthika satyam: realidad absoluta.
paramatma(n): el Sí mismo Supremo.
paranchi khani: emisión.
para nadi: el nombre de un nervio yóguico.
para vibhuti: *vibhuti* superior.
pareccha: por la voluntad de otro.
parinama vada: la teoría del Brahman que se transforma en el mundo.
paroksha: de oídas o indirecto.
Pasyanti: una etapa en la pronunciación del sonido.
phala: fruto; el resultado de un acto.
phala chaitanyam: conocimiento.
phala data: dispensador de los resultados de nuestros actos.
phala sruti: descripción del resultado de un acto.
pisachas: demonios.
pradakshina: circunvalación de una persona o de un lugar sagrados.
pradipta: lucir brillantemente.
prajña: el ser individual en sueño profundo.
prajñana: consciencia total; conocimiento absoluto.
pnajñana ghana: consciencia total.
prakriti: naturaleza, *Maya*.
pralaya: disolución (del mundo).
pramana: medios de conocimiento válido.

pramata(r): conocedor; el que conoce.
pramoda: gozo que es más alto que *moda*.
prana: aire vital; fuerza vital; respiración; el aire que sube.
pranamaya kosa: envoltura de *prana* o el aire vital.
pranasakti: el poder de las fuerzas vitales.
pranava: otro término para OM.
pranayama: regulación de la respiración.
prapatti: entrega.
prapti: obtención.
prarabdha: la parte del *karma* de uno que ha de ser puesta en obra en esta vida.
prasad(a): gracia; alimento; etc., ofrendada a Dios y distribuida después entre los devotos.
prasthana traya: la escrituras triple.
pratibhasika satya: realidad ilusoria como aparece a un individuo.
pratikam: símbolo.
pratikriya: remedio.
pratyabhijña: reconocimiento.
pratyahara: uno de los pasos en *Raja Yoga*; retiro.
pratyaksha: directo; inmediato.
pravritti marga: vía de la acción.
prayaschitta: rito para expiar el pecado.
prayatna: esfuerzo.
prema: amor.
prithvi (prthvi): tierra.
priya: goce; querido.
puja: culto ceremonial con flores, agua, etc.
punya: mérito.
puraka: inhalación.
purana: viejo; antiguo libro de relatos que encarnan un simbolismo religioso.
puri: ciudad.
puriashataka: cuerpo sutil que consiste en ocho fases.
purna: pleno.
purusha: hombre; aplicado a veces a Dios.
puruskara: esfuerzo personal.
purva paksha: argumentos formulados por el oponente.
purva samskara: tendencia latente.

R

Raja Yoga: el principal sistema de Yoga como lo enseñara Patanjali.

rajas: una de las tres cualidades primordiales, descrita como raja; el principio de la actividad.
rajju-sarpa: sogá-serpiente; una sogá que, en la oscuridad, parece una serpiente.
rasa: felicidad.
rasasvada: sabor de felicidad en la ausencia de pensamientos.
ravi marga: vía del sol.
rechaka: exhalación.
rishi (rshi): un veedor; un sabio.

S

sabdanuviddha: asociado con el sonido.
sadguru: gurú verdadero.
sadhak(a): un aspirante espiritual; el que sigue un método de disciplina espiritual.
sadhana: método de práctica espiritual.
sadhana-chatushtaya: las cuatro cualificaciones que se esperan en un aspirante.
sadhu: asceta; sabio.
sadhu seva: servicio que se presta a los sabios.
sadyomukti: liberación inmediata.
saguna: con atributos.
saguna upasana: meditación sobre el Brahman con atributos.
sahaja: natural; estado natural de uno.
sahaja samadhi: *samadhi* que viene naturalmente y está presente siempre.
sahasrara: el centro yóguico más alto localizado en el cerebro.
sajatiya: del mismo tipo.
sakshatkaram: realización directa.
sakshi: presenciador; el Sí mismo.
sakti: poder.
sakti pata: descenso del poder divino en una persona.
sama: igual; común.
samadhi: estado de concentración supremo.
samanya: común; general; ordinario.
samashti: completo.
samatva: ecuanimidad.
samjñana: consciencia; percepción.
samrajya: imperio.
samsara: el ciclo de nacimientos y muertes.
samskara: tendencia innata.

samvit: consciencia; conocimiento.
samyamana: auto-concentración de la mente.
sanchit (sanchita karma): *karma* acumulado de nacimientos anteriores.
sandeha: duda.
sanga: asociación.
sankalpa: intención, pensamiento; el motivo ostensible de hacer un ritual expresado antes de que sea comenzado.
sannidhi: presencia.
sannyasi: asceta; el que pertenece a la cuarta etapa de la vida.
santi: paz.
sarira: cuerpo.
sariri: el que mora en el cuerpo.
sarira traya: los tres cuerpos, a saber, el físico, el sutil y el causal.
sarva: todo.
sarvajña: omnisciente.
sarvajñatvam: omnisciencia.
sastra: escritura; ciencia.
sat: bien, existencia.
satya: verdad; lo real.
sat-chit-ananda: ser-consciencia-felicidad.
sat sanga: asociación con el sabio.
sattva: pureza; una de las tres cualidades primordiales, descrita como blanca; el principio de la pureza y la bondad.
sattvapatti: realización; una de las siete etapas de la iluminación.
sattvik: puro; relacionado con «*sattva*», uno de los tres constituyentes de *prakriti*.
savikalpa samadhi: un estado de concentración en el que todavía no se ha perdido la distinción entre el conocedor, el conocimiento y lo conocido.
shadadhara: los seis centros yóguicos.
siddha: el que ha adquirido poderes sobrenaturales y es capaz de operar milagros; también un estado de realización.
siddhi: poderes sobrenaturales; realización; logro.
sishya: discípulo.
Sivoham: yo soy Siva.
sloka: un verso en sánscrito.
smriti: memoria; escrituras basadas en los *Vedas*.
soham: yo soy Él (Brahman).
sparsa: tacto.
sphurana: manifestación.
sraddha: fe.

sravana: escuchar la verdad de boca del Gurú.
srishti drishti: creación gradual.
srota: el que escucha.
srotra: oído.
sruti: escritura.
sthitaprajña: el que está establecido en la sabiduría.
sthula: grosero.
sthula sarira: cuerpo físico.
sthiti: ser.
stotram: himno de alabanza.
subhechcha: deseo de iluminación; una de las siete etapas de la iluminación.
suddha: puro.
suddha manas: mente pura.
sukha: felicidad.
sukha asana: postura sedente, fácil y cómoda.
sukshma: sutil.
sukshma sarira: el cuerpo sutil.
sunya: vacío.
sushumna: el nombre de un nervio yóguico.
sushupti: sueño profundo.
sutra: hilo; aforismo.
suvasana: tendencia buena.
svagata: dentro de sí mismo.
svapna: sueño (con sueños).
svarga: cielo.
svarupa (swarupa): naturaleza; forma real.
swaraj: independencia.
swatantra: independencia.
swechcha: por voluntad propia de uno.

T

taijasa: el ser individual en sueño con sueños.
tamas: oscuridad; ignorancia; una de las tres cualidades primordiales descrita como negra; el principio de inercia.
tanha: sed (de vida).
tanmatras: los elementos en sus formas sutiles.
tanmaya: pleno del Sí mismo.
tanumanasa: mente tenue; una de las siete etapas de la iluminación.
tapas (tapasya): austeridad.
tapobhrashta: quien ha abdicado de sus austeridades.

tapta-aya-pindavat: como una bola de hierro al rojo.
tattva: verdad; esencia de una cosa.
tejas: efulgencia.
tejomaya: pleno de luz.
tajo rupa: en forma de luz.
tirtha: río o estanque sagrado.
triputi: tríada; por ejemplo: veedor, visto y visión.
turavu (tamil): renunciación.
turya (turiya): el cuarto estado, más allá de la vigilia, el sueño con sueños y el sueño profundo.
turyaga: más allá de las palabras; una de las siete etapas de la iluminación.
tyaga: entrega

U

udasinam: indiferencia.
ullam: la consciencia; la mente vacía de todo pensamiento.
upadesa: instrucción espiritual.
upadhi: aditamento limitativo.
upasaka: el que medita.
upasana: meditación.
upasana sthana: sede de la meditación.

V

vachyartha: significado literal.
vada: teoría; debate.
vaikhari: una de las etapas en la formación del sonido; sonido audible.
Vaikuntha: la morada de Vishnú.
vairagya: desapasionamiento; no-apego.
vaishnavita: adorador de Vishnú.
varnasrama dharma: dharma de las diversas castas y etapas de la vida.
vasana: hábito de la mente; tendencia o impresión latente.
vasana kshaya: cesación de los vasanas.
Vastu: sustancia; realidad.
vastutah: en realidad.
vayu: aire.
vibhakti: separación.
vibhuti: cenizas sagradas; la gloria de Dios; poder sobrenatural.
vichara: indagación.

vichara marga: la vía de la indagación espiritual.
vícharana: investigación; una de las siete etapas de la iluminación.
videha mukta: el que se libera después de la muerte.
videha mukti: liberación después de la muerte.
vidya: conocimiento; aprender o aprendizaje.
vijatiya: de un tipo diferente.
vijñana: conocimiento especial; conocimiento espiritual.
vijñanamaya kosa: envoltura de intelecto.
vijñanatma: el sí mismo ignorante.
vijñata: conocedor.
vikshepa: diversidad.
vikshipta: distraído.
viparita: contrario.
Virat: totalidad de seres groseros.
visesha: particular; especial.
vishaya: objeto.
visishta: calificado.
visishtadvaitin: el que cree en una forma modificada de no-dualidad.
visranti: reposo.
Visva: el ser individual en el estado de vigilia.
visvarupa (darsana): Dios visto como el universo.
vivarta vada: teoría en la que el Brahman aparece como el mundo, el alma y Dios, como una soga que parece una serpiente, sin experimentar ella misma cambio alguno.
vivechana: discriminación.
viyoga: separación.
vritti: modificación de la mente.
vyaptam: penetrado.
vyashti: parte.
vyavahara (vyavaharika): empírico.
vyavaharadasa: la vida práctica.
vyavahara satya: existencia fenoménica.

Y

yaga: sacrificio ritual.
yajña: sacrificio.
yoga: unión (con el Ser Supremo).
yogabhrashta: quien ha abdicado del yoga.
yogarudha: el que ha obtenido el yoga.
Yogiraja: rey de los *yogis*.
yogapat srishti: creación simultánea.