

CAZANDO EL "YO"
según **Sri Ramana Maharshi**
por Lucy Cornelssen

OBSTÁCULOS Y TRAMPAS

Cazar al "yo" significa tratar de superar el único obstáculo antes del Despertar a la Verdad ... ¡pero cuántas caras tiene!

La que pronto se delatará como un gran depósito de obstáculos es la llamada mente, con sus principales cualidades, la inquietud y el embotamiento.

Ya se ha mencionado el remedio cardinal: El desarrollar una actitud de testigo despreocupado; observa los pensamientos inquietos y el rápido torrente se desacelerará. Reconoce, nota tu pereza, y se desvanecerá.

El método funciona, pero en realidad implica tratar los síntomas dejando intacta la enfermedad, que parece ser la mente. Echa un vistazo más de cerca. Trata de localizar a este oponente a la decisión más importante de tu vida, tu búsqueda del Ser. ¿Dónde aparece la mente?

Ramana Maharshi dice:

“No hay entidad que tenga el nombre mente. Debido a la aparición de pensamientos, suponemos algo de lo que parten. A eso le llamamos ‘mente’. Cuando sondeamos para ver qué es, no hay nada. Después de que se haya desvanecido, se encontrará que la Paz permanecerá eterna”. (*Charlas*, 239).

Entonces, ¿los pensamientos, los sentimientos y la voluntad son producidos por el cerebro?

No. La ciencia descartó esa hipótesis, que alguna vez sostuvo, y declaró que el cerebro es un órgano puramente receptor y reaccionante.

La psicología occidental habla de regiones subconscientes dentro del individuo como la fuente de mucho material para la llamada mente; sin embargo, también se asume un vasto océano de consciencia colectiva, que contiene una masa infinita de conceptos e ideas, impulsos sutiles y pasiones, santas y profanas, y que incesantemente envía señales correspondientes que pueden ser captadas por cualquiera que esté sintonizado como un receptor. Esta hipótesis parece estar confirmada por el hecho de que importantes inventos y sorprendentes nuevas ideas han aparecido en diferentes cerebros al mismo tiempo.

La antigua tradición oriental solamente se dio cuenta de la aparente independencia entre los pensamientos, ideas, etc., y la persona pensante, y desarrolló una intrincada teoría sobre sus 'raíces'... impresiones pasadas latentes, tendencias ocultas y deseos reprimidos... llamándolas *vasanas*.

Dado que no tenemos acceso directo a las profundidades del subconsciente donde se almacenan las *vasanas*, solo podemos tratar los síntomas, por así decirlo - los pensamientos e imágenes, conceptos e ideas que surgen en nuestra consciencia. Y es suficiente cuando los

tratamos de la forma ya mencionada, observándolos en silencio mientras surgen y desaparecen por sí mismos.

La meditación sin objetos en el estado de vigilia hace surgir más de ellos que lo usual. *Vasanas* de las profundidades de la inconsciencia que no son tocadas ni siquiera por la meditación serán resueltas por los sueños. Parece ser un propósito explícito del estado de sueño el lidiar con *vasanas* inaccesibles y hacerlas inofensivas. No debemos preocuparnos por ellas como obstáculos para nuestra *sadhana* [práctica espiritual]; el tratar a sus ‘consecuencias’ a medida que y apenas aparezcan hará que no tengan efectos. Después de todo, se aferran únicamente al ‘yo’ personal; cuando ese desaparece en la búsqueda del Ser, ellas también se disuelven de una vez por todas.

Buscando otros obstáculos, nos encontramos con otro que nos puede complicar mucho: nuestros cambios de estado de ánimo.

Somos conscientes de que cambia, para nuestro fastidio: a veces estamos inquietos o al borde de estallar, otras veces nos sentimos aburridos o incluso deprimidos, y a veces parecemos ser la encarnación misma de la armonía, la paz y la felicidad misma. Por supuesto, siempre parece haber alguna razón para ello.

Y esa idea es incorrecta.

Esto debido a que, con respecto a estos cambios de ánimo, somos simplemente un fenómeno biológico, un organismo, simplemente reaccionando a alguna influencia cósmica.

El concepto occidental de creación va de la mano con el origen, la evolución, el declive y la destrucción, mientras que los pensadores indios de antaño no respaldaron una creación desde la nada. Nada se mantiene siempre como nada; algo no puede salir de la nada. Por tanto, prefirieron la teoría de un universo infinitamente cíclico, alternativamente manifiesto y no manifiesto.

Sattva, correspondiente a Luz, paz y armonía; *rajas*, que comunica calor, movimiento, pasión e ira; y *tamas*, que significa embotamiento, ignorancia, estancamiento y depresión, son tres *gunas* (cualidades) de la naturaleza misma, que están en perfecto equilibrio entre sí durante el período inmanifestado eterno del universo dormido; su manifestación en otro período de actividad comienza por una alteración en el equilibrio de las tres *gunas* y es mantenida en movimiento por ellas.

Ellas causan el ritmo en el que se balancea el universo, y no hay absolutamente nada que pueda apartarse de su influencia. Más allá de las *gunas* está solo la Consciencia Absoluta, porque está más allá de la naturaleza.

No le estamos pidiendo al lector occidental que acepte todas y cada una de las teorías orientales sobre Dios, el hombre y el mundo de manera acrítica, simplemente porque son orientales. Sin embargo, le pedimos en este caso que examine este concepto de las tres *gunas* aplicándolo a él mismo, y pronto se convencerá de su validez, al menos como hipótesis de trabajo.

¿No es cierto que todos conocemos esos despertares matutinos en que nos sentimos verdaderamente felices... o miserables... y no encontramos una razón particular para ello? Y en otras ocasiones, ¿no es

cierto que encontramos que nuestras pobres presuntas ‘razones’ tambalean?

La comprensión de la verdadera naturaleza de nuestros ‘estados de ánimo’ como el juego de las *gunas* será de gran ventaja en nuestra *sadhana*, en la medida en que socava de manera efectiva nuestro apreciado sentimiento de individualidad. ¿No son la alegría y la tristeza, la felicidad y la miseria, el sufrimiento y la euforia la verdadera ‘sustancia’ de nuestras almas? ¿Dónde está nuestra individualidad, si todo esto se superpone a algunos cambios bastante impersonales provocados regularmente por el cambio rítmico en el equilibrio de las tres *gunas*?

Pero, ¿cómo podemos controlar este asombroso misterio que se revela de repente como un poder cósmico mucho más allá del alcance de nuestro pobre ‘yo’ personal?

Una vez más, no hay nada que pueda hacerse inmediatamente contra el funcionamiento de las *gunas* sobre nosotros. Sin embargo, podemos renunciar al deseo de buscar y encontrar, e incluso de inventar razones para los cambios en nuestras condiciones corporales, mentales y espirituales. Podemos ver el ir y venir de las *gunas* y cada vez sacar lo mejor de ellas.

Una vez que uno se ha dado cuenta de la verdadera naturaleza de sus estados de ánimo como resultado del juego de las *gunas*, no las toma más en serio de lo que se toma la lluvia o el viento. No son tuyas, ni mucho menos ‘tú’. Pasarán de largo. Esta es la forma de convertirse en un *gunatita*, alguien más allá de las *gunas*.

El Ser no conoce ningún obstáculo; todos ellos son obstáculos solo para el *sadhaka* [buscador espiritual], el ‘yo’ personal practicante. Y hay reglas generales que se deben aplicar a todos ellos por igual:

Aprende que la combinación cuerpo-mente es tu instrumento. La mantienes funcionando, pero no le pidas cumplir un ‘estándar’, ni con respecto al cuerpo, la mente o el espíritu. Es indispensable como instrumento para tus intenciones espirituales, pero absolutamente nada interesante de alguna otra manera.

¡No intentes lograr algo! La *sadhana* está destinada a remover únicamente. Niega la realidad a todo, incluyéndote a ti mismo. No eres tú quien se da cuenta del Ser; el Ser se revela por sí mismo. ¿A quien? Solo a sí mismo.

¡No pelees contra tu ‘yo’! ¡Toda resistencia fortalece el ‘yo’, porque la fuerza motriz detrás de la resistencia es la ‘Voluntad’!

¡No reprimas tampoco! ¡Porque un pensamiento, sentimiento o intención reprimida está destinada a rebotar!

Solo mírate a ti mismo, sin reaccionar ni positiva ni negativamente. Al convertirte en el observador, ya no eres el ‘pensador’; te convertirás primero en ‘el testigo’, y luego en puro ‘atestiguamiento’, que ya no es ‘tú’, sino que es completamente impersonal. Entonces eres prácticamente inatacable por los obstáculos.

Las trampas son solo un tipo peculiar de obstáculos en la medida en que generalmente se presentan disfrazados y en etapas avanzadas, cuando la consciencia alerta del *sadhaka* tiende a relajarse.

La más inofensiva de ellas es la idea de que, aunque no somos responsables de todas las miserias del mundo - el hambre, las guerras, el sufrimiento - nos sentimos obligados a intentar detenerlas. El problema a menudo toma la forma de una pregunta para el sabio:

‘¿Cómo puede el sabio ser feliz en su Realización en medio de las condiciones desoladas del mundo? ¿Qué va a hacer él para cambiarlo?’

El que pregunta parece no pensar nunca en cuántos santos y sabios poderosos han caminado por este globo a lo largo de los siglos sin poder ‘ayudarlo’. Si hay un Poder Superior detrás de la vida del individuo, ¿no debería saber también qué hacer con respecto al mundo? ¿Está esperando y dependiendo de ti o de mí para ese propósito?

Quizás el sufrimiento y la miseria son solo los medios para recordarle al hombre que su destino es más alto que el de establecerse cómodamente en este mundo como su hogar; una persona feliz rara vez está dispuesta a cuestionar su situación. Por supuesto, todos deben tender una mano amiga a todos los necesitados con quienes entren en contacto, y eso es exactamente lo que todos los santos y sabios han hecho, y todo *sadhaka* hará, cuando esté ansioso por eliminar su ego... Yo. ¡Si todos se preocuparan de la pobreza y la miseria en su entorno inmediato, toda la miseria del mundo se habría eliminado hace mucho tiempo!

¿Por qué no se hace?

Estar ocupado, teóricamente, con la reforma social de un país o del mundo es con demasiada frecuencia el medio para escapar de la responsabilidad de reformarse uno mismo primero.

Hay otra equivocación bastante inofensiva que les ocurre frecuentemente a los principiantes. Muchos de ellos son bendecidos con vislumbres de la vida superior a la que han entrado. Estos llevan el sello de un cambio genuino de consciencia y, por supuesto, el *sadhaka* está feliz y convencido de que ha logrado un progreso real. No hay nada de malo en ello, porque pronto tendrá que afrontar el hecho de que su ‘experiencia’ se está desvaneciendo para no volver nunca más. Cuando esto sucede una y otra vez, aprende a tomar estos destellos como lo que son; vislumbres de otra dimensión que quieren enseñarle a discriminar entre las diferentes dimensiones, pero que también lo motivan en su esfuerzo espiritual. Sólo se convierten en un escollo cuando él, por vanidad o impaciencia, se atasca en uno de esos vislumbres, tomándolo por la Realización final. Entonces su progreso adicional se bloquea.

La marca por la que se reconoce esta trampa es “‘yo’ me he dado cuenta...” Este ‘yo’ sólo puede ser un ‘yo equivocado’, porque no es el ‘yo’ que se da cuenta.

El deber del *sadhaka* es observarse a sí mismo incesantemente; él tiene que saber lo que está pasando dentro de sí mismo. Existe un grave riesgo de que haga esto solo cuando mira demasiado a los demás. Cuando lo hace, su ‘yo personal’ hace comparaciones de inmediato; y el resultado será: ‘yo soy más santo que tú’.

Con esta idea, le da a su ‘yo personal’ una gran oportunidad de convertirse en un ‘yo espiritual’, que es mucho peor que su ‘yo’ original bastante ordinario, al estar fortalecido por todo su esfuerzo espiritual anterior. El resultado es un orgullo espiritual, que empeora a medida que

el *sadhaka* se ha vuelto más avanzado, porque sus logros solo sirven para confirmar su 'derecho' a estar orgulloso de su éxito.

Sin embargo, incluso si percibe la suave Voz desde adentro advirtiéndole contra esta tendencia que está sucediendo en él y recordándole el secreto del verdadero 'logro' -la humildad silenciosa- e incluso si está bien preparado para aceptar la advertencia, ¡todavía existe el riesgo de que el astuto ego se esconda ahora detrás del orgullo por su humildad!

Solo hay un remedio contra estas y todas las demás trampas en el Camino hacia la Realización: la Consciencia Alerta, enfocándose sin descanso en el ego traicionero... Yo.

Afortunadamente, el *sadhaka* no está solo en su lucha secreta contra sí mismo en su solitario viaje hacia su gran destino. ¿Cómo podría alcanzar Eso? ¿No estaba Eso ya dentro de él? Además, Eso nunca deja de enviar señales de advertencia cuando el viajero se acerca a una trampa o incluso ha caído en una por descuido.

El suyo es un viaje como el de los cuentos de hadas, cuando el héroe tiene que atravesar muchas aventuras, luchar contra muchos enemigos e incluso demonios, para ganar a la princesa al final. Cuanto más avanza, más poderosos serán los obstáculos.

La trampa más astuta en el camino del *sadhaka* es la última, que está escondida en la Realización Misma.

La primera Revelación del Ser es temporal. "Jnana, una vez revelada, necesita tiempo para estabilizarse". (Charlas, 141).

El peligro no está en que esto sea un retroceso; es natural para la mayoría de los *sadhakas* y se resuelve de forma bastante natural al continuar la práctica fielmente, lo que a su vez conducirá a más Revelaciones del Ser hasta que finalmente no quede ningún *sadhaka*, sino sólo el Ser.

Si, por otro lado, el *sadhaka* trata de 'aferrarse' a esa primera Revelación, a pesar de la advertencia de su Guía Interior (¿Quién se aferra?), entonces el ego... 'yo' se entromete de nuevo y distorsiona la Revelación del Ser en un grito de victoria: "¡Yo lo he realizado!"

Con los ojos vendados por la Bienaventuranza del 'éxito' final ('¿éxito de quién?'), nunca se detiene a escudriñar su condición y, por lo tanto, nunca descubre la verdad: que se convirtió en un *yogabhrastha*, uno que ha descendido de su yoga, su 'unión'.

El nuevo y definitivo disfraz de su ego... Yo, es 'el Gurú', y esta última y más poderosa trampa nunca lo libera, porque nunca reconoce que es su víctima.

Hoy en día hay muchos a los que la trampa del Gurú los atrapó, incluso muy tempranamente en su camino.