

**LA VISIÓN
SIN PRINCIPIO
NI FIN**

Encuentros con el Yo

Ratan Lal

Nota

LOS SIGUIENTE ARTÍCULOS se han formado a partir de extractos de varias pláticas que dio el señor Ratan Lal durante 1996 en Prashanti Nilayam, el ashram de Sathya Sai Baba. Usualmente, después de las actividades de la mañana (omkar, suprabatham, darshan y bhajans), diferentes personas, altamente preparadas y aprobadas por Sai Baba, dan pláticas sobre espiritualidad, dirigidas en especial a los visitantes extranjeros. Ratan Lal es una de ellas.

Obviamente, dada la índole del material (charlas sobre la espiritualidad, como tema único), existen muchas ideas, ejemplos o conceptos repetidos, algunos de los cuales consideramos necesario dejar para una mejor continuidad y comprensión del texto.

El Editor

La técnica de la autoindagación

EL TEMA DE LA autoindagación tiene que ver principalmente con la mente, donde se asienta el "yo", el elemento primordial de la personalidad. Por lo tanto, primero debemos conocer y ubicar a la mente. ¿Qué es?, ¿de dónde surge? La mente surge de la Conciencia y se superpone a ella limitándola; subsiste sólo en relación con la idea del cuerpo. Esta identificación de la Conciencia con el cuerpo y la mente es lo que incita a ésta a crear deseos y pensamientos. De ahí la necesidad de controlarla, de comprender su naturaleza y de averiguar y conocer su origen.

Debido a las tendencias no auspiciosas acumuladas en la mente durante muchas vidas, la Conciencia infinita aparece como limitada a un cuerpo individual; surge en él como un nudo en el corazón, esto es, el sentimiento de separación de lo Divino que da lugar al estado imaginario de esclavitud.

El propósito de todo sadhana (práctica espiritual) es destruir esta tendencia de la mente de limitar e individualizar al Ser superior, omnipotente. Ello equivale a desarraigar su contenido, como prejuicios, preferencias, gustos, aversiones, etcétera. Al eliminar estas características negativas de la mente, su poder de pensar, sentir y actuar se purifican y quedan intactos, dando lugar a una mente más clara y equilibrada.

De hecho, la mente como tal no existe. Hay buenas y malas tendencias y la práctica espiritual consiste en fortalecer las buenas y erradicar las malas. El bien conduce a la Divinidad.

Por ejemplo, en este cuarto existe el espacio; también existe en la habitación contigua y fuera de la casa. El espacio es el espacio, aunque nosotros pensemos que lo podemos limitar o dividir. Sai Baba de Shirdi acostumbraba decir: "Rompan las paredes", lo que significa "sean libres". Debemos ver el espacio como espacio y no limitarlo a esta habitación o a este vaso. Algo similar sucede con la mente; en realidad es Conciencia ilimitada, pero nosotros la imaginamos limitada al cuerpo. Así también, la Conciencia es Conciencia y el agua es el agua. Esta mañana alguien me preguntó acerca del agua: ¿es oceánica? Referirse a lo oceánico (la totalidad) o al agua de un vaso o un río (lo individual) implica lo

mismo: condicionamiento o limitación. Es la mente la que crea estas limitaciones. Dejen que el agua únicamente sea agua. El agua es la misma: océano, río o vaso. El agua es agua, la Conciencia es Conciencia.

Cuandó se identifica a la Conciencia con el cuerpo, surge la mente y con ella los pensamientos y deseos y todos los problemas de apego, preferencias, rechazos, amor, odio, etcétera. Estos constituyen el contenido de la mente. La verdad es muy simple, pero por desgracia la mayoría de la gente no quiere escucharla. El hombre de hoy en día espera que el cielo le caiga en su regazo con sólo hacer cualquier mínima práctica espiritual.

La realización del Ser es muy simple porque el Ser siempre está realizado. Ustedes como mente no pueden hacer nada al respecto, tan sólo pueden preguntarle, pero ella no podrá responderles; si lo hace será una respuesta falsa. Tienen que trascender la mente, ir detrás y más allá de ella. El único lenguaje del Ser es el silencio. Sin embargo, pueden inquirir: "Esto que surge en el cuerpo y se auto-nombra "yo", ¿qué es?, ¿cuál es su verdadera naturaleza?, ¿de dónde proviene?" Naturalmente de la Conciencia. Esta respuesta sólo puede intuirse en el silencio, no a través de la mente ni el intelecto. En los asuntos prácticos de la vida, como ¿por qué gi-

ran las aspas de un ventilador?, ¿cómo se detienen? ¿cómo se fabrican?, la mente y el intelecto son muy útiles, pero cuando se desea realizar al Ser, resultan innecesarios. El Ser no se realiza haciendo algo, sino dejándolo de hacer; no se realiza pensando, sino quedándose quietos, callados.

Las experiencias efímeras que se tienen durante el estado de vigilia no constituyen la realidad; sin embargo, para el hombre común o la persona no iluminada, esas experiencias son la vara con que mide la realidad. Según la filosofía Vedanta, la Realidad es lo inmutable y permanente. Nosotros, en cambio, identificamos la existencia con el cuerpo individual, el cual está sujeto a cambio, deterioro y muerte. Lo que sea que aparece durante cierto tiempo y desaparece en otro no es real. Lo real es el sustrato de todo lo que aparece y desaparece. Existencia significa: lo que fue en el pasado es igual hoy y será igual mañana. Por eso algunas veces digo: "Yo fui lo que soy, yo soy lo que soy y yo seré lo que soy", lo cual significa que la Existencia es inmutable e inafectable; ésa es la verdadera Existencia. Todo lo demás que vemos, que parece existir, se llama existencia asignada atribuida. El Atma, que es permanente, también es existencia, pero él sí brilla y se revela con su propio esplendor revelando a su vez todo lo demás. Se sostiene por sí mismo y no re-

quiere de nadie que afirme su existencia. Es el sustrato y soporte de todo lo demás.

En una entrevista reciente que tuvimos con Sai Baba, él le preguntó a una persona: "¿Cómo te llamas?" Ella dijo su nombre y Sai Baba dijo: "Ése no es tu nombre, ése pertenece al cuerpo". Sai Baba continuó hablando de otras cosas. Después de cierto tiempo, otra persona le preguntó a Sai Baba: "Si ése no es su nombre, sino el nombre de su cuerpo, entonces, ¿cuál es su nombre?" Baba respondió: "Atma". El cuerpo y la mente sólo pueden funcionar con el poder del Atma divino. El Atma es la realidad, a la que también llamamos Conciencia. Se le puede adorar mediante cualquier nombre o forma ya que, finalmente, todo tipo de adoración conduce a él, que es carente de nombre y forma, porque la esencia detrás de todos los nombres y formas es el Atma.

La luna brilla por la luz reflejada del sol, así también, la mente, el intelecto y el cuerpo funcionan con la luz prestada del Atma divino.

Una vez que nos convencemos y aceptamos lo anterior, el camino espiritual se vuelve muy sencillo. El problema del hombre moderno estriba tan sólo en reconocer que el intelecto no es independiente ni brilla por sí mismo. Es necesaria, a veces,

una larga y seria práctica para darse cuenta de que el complejo cuerpo-mente funciona con la luz del Atma divino. Al lograr esta comprensión, en un determinado momento, la mente se detiene, deja de crear pensamientos; pero tú, como Conciencia, seguirás ahí. Esto se puede experimentar en el intervalo entre dos pensamientos. Si observamos el punto donde los pensamientos se desvanecen dentro de nosotros, podremos reconocer el sustrato o Conciencia que es nuestro verdadero Ser.

Hace muchos años Sai Baba me dijo: "La Conciencia es tu realidad". Se refería a la Conciencia absoluta que trasciende tanto el conocimiento relativo como la ignorancia relativa. Cuando la Conciencia absoluta se convierte en conciencia de las cosas, se vuelve mente.

Lo que se debe experimentar es esa Conciencia carente de toda relación con el cuerpo y que trasciende los pensamientos.

Normalmente, durante el estado de vigilia se forma una triada. Ella constituye el contenido de la mente. La Conciencia carece de contenido. La triada está formada por "el que ve", "la acción de ver" y "el objeto visto". En relación con esto se recomienda la siguiente práctica: al contemplar algo debes ignorar "la acción de ver" y "el objeto visto" y con-

centrar la atención en "el que ve". Ésta viene a ser la técnica de la autoindagación: transferir la atención de los objetos al sujeto. Cuando la atención en el que ve o sujeto se mantiene, automáticamente éste se desvanece, se reabsorbe en la Conciencia. Al no haber objeto, no hay necesidad del sujeto. Si se mantiene la atención en el pensamiento "yo", todos los demás pensamientos desaparecen. Cuando surjan otros pensamientos, permite que aparezcan, pero no los sigas. En ese momento hazte la pregunta "¿A quién le surgen estos pensamientos?" La respuesta naturalmente será "A mí"; entonces, con una mente tranquila y muy calmado pregúntate: "¿Quién soy yo?" No esperes una respuesta mental, porque cualquier respuesta que provenga de la mente será errónea, provendrá de los prejuicios de la mente. Cuando la atención de la mente se quite de los objetos de los sentidos, de los conceptos, de los pensamientos, y se dirija al sujeto o pensamiento "yo", entonces se aquietará y quedará tranquila. En una mente así se puede presentar, en un destello, la visión de la unidad. En forma breve, ésta es la técnica de la auto-indagación.

Pregunta: ¿Debemos reservar un tiempo en particular para la autoindagación, o la podemos hacer mientras repetimos, por ejemplo, Om Sai Ram?

Respuesta: Al principio es bueno mantener tiempos separados; después de un tiempo, la persona puede averiguar si ha tenido algún progreso en la autoindagación intentando hacer las dos cosas a la vez, hasta que pueda hacer sin dificultad ambas cosas, ya sea en el mercado o al realizar cualquiera otra de sus actividades cotidianas. Si nos preguntamos: "¿Quién piensa?, ¿quién experimenta agitación, ira o felicidad?, ¿quién se siente frustrado?", la respuesta inmediata será: es la mente. No causa ningún daño practicar la autoindagación, aún durante las ocupaciones de cada día; esto es un indicio para saber si estamos progresando o no; en caso afirmativo la respuesta será: "Yo no soy quien viene y se va, es la mente; yo soy quien ni viene ni se va". En relación con esto les contaré una pequeña historia: había un preceptor que sentía una marcada simpatía hacia uno de sus discípulos, y un día quiso ponerlo a prueba; por medio de sus sidhis (poderes sobrenaturales) se transformó en un rústico campesino de la región y fue a casa del discípulo, quien estaba mirando distraídamente desde una ventana de su casa un desfile del rey.

—¿Qué estás haciendo?— preguntó el campesino.

—Estoy viendo la procesión del rey y su elefante— dijo el discípulo.

—¿Cuál es el rey y cuál es el elefante?— fue la siguiente pregunta del campesino.

—¿No ves a la persona sentada encima del elefante?, la persona que está encima es el rey y el que está abajo es el elefante.

—Todavía no comprendo quién es el rey y quién es el elefante— insistió el campesino.

El discípulo, un tanto contrariado, pensó: Tendré que mostrárselo de alguna manera, para que pueda comprender.

—Agáchate y pon las manos en el suelo— le dijo al campesino.

Así lo hizo y el discípulo se sentó encima de él.

—Ahora yo estoy arriba y tú estás abajo, tú eres el elefante y yo soy el rey.

—Ahora comprendo cuál es el elefante y cuál es el rey, pero lo que todavía no comprendo es el significado de "tú" y "yo".

Al oír esto, el discípulo se dio cuenta de que esta pregunta, de alcance tan profundo, no podía haber sido hecha sino por su gurú, y de inmediato se postró ante él y le tocó los pies en señal de reverencia.

La entrega

LA ENTREGA O RENUNCIACIÓN no es abandonar las posesiones. Si se tiene más de lo necesario y se quiere, puede donarse a buenas causas. En la entrega, lo verdaderamente importante es la rendición de la mente al Dios personal o al gurú, permaneciendo en un estado de aceptación. ¿Qué significa entregar la mente? Primero hay que comprender a qué nos referimos con este vocablo "mente". La mente es un sinfín de pensamientos creados por nuestros deseos. La mente o cuerpo sutil tiene el poder de pensar, sentir y actuar. Cuando entregamos la mente, no perdemos esos poderes, solamente renunciamos a las malas tendencias, prejuicios y limitaciones sensoriales de la mente. Claro que no se empieza con una entrega total; junto con ella se tiene que desarrollar la fe, la devoción, la humildad, la sinceridad y una completa y total obediencia a los mandatos del gurú. Directamente no nos podemos entregar a Dios, pero si lo podemos hacer con el gurú. Un gurú es alguien que está en la frontera entre lo humano y

lo divino, participa de ambos niveles. Él es como nosotros pero a la vez diferente, es un ser humano más algo más. Jesús es un hombre, pero también es Cristo. Creer que somos individuos limitados es lo que causa el problema, la esclavitud. Es como si la ola sintiera estar separada del océano; no tiene sentido, la ola es parte del océano. Si rompemos las paredes de este cuarto, todo es espacio. En este momento sentimos que el cuarto está abarrotado, pero si las personas nos salimos y sacamos los enseres, el espacio estará por doquier. De la misma manera, si eliminamos el conocimiento erróneo, la realidad brillará por sí misma. No es necesario hacer nada más que eliminar el conocimiento erróneo. Éste consiste en creer "yo soy este cuerpo", imaginar que el Ser infinito está limitado a un cuerpo finito. La inteligencia sensible o Conciencia está ahí, además de la materia inerte e insensible.

Al identificarnos con un cuerpo en particular, imaginamos que la Conciencia infinita se vuelve finita; eso es el "yo-personal. Debemos volverlo impersonal; al hacerlo nos damos cuenta de que nuestra verdadera naturaleza es la omnipresente Conciencia de sí. Cuando entreemos la mente, renunciando al sentido de individualidad y a la creencia de que estamos separados de Dios, llegamos a darnos cuenta de que no hay un "yo" limitado; esto

es liberación. De aquí en adelante, en forma voluntaria y natural aceptamos la voluntad de Dios. Si tenemos la seguridad de que todo lo que nos sucede es para nuestro bien, no nos incomodará lo que pase en nuestra vida personal. Primero nos abrimos al guru, nos confiamos a él y después nos abrimos y expandimos al Ser Supremo. Todo se vuelve divino, todo es Dios.

Un rey le pidió a su sabio primer ministro que le trajera una navaja para pelar una manzana. El servicial ministro de inmediato le proporcionó una, sólo que ésta era muy filosa y el rey, al estar pelando la fruta, se cortó el dedo meñique. El rey, muy enojado, mandó encarcelar al primer ministro. Al día siguiente el rey, acompaña. de una enorme comitiva, partió de cacería hacia la jungla, con tan mala suerte que en una de las correrías se separó del grupo y se perdió en lo espeso del bosque. Fue aprehendido por una tribu de salvajes, que lo consideraron un sujeto ideal para ofrendarlo en sacrificio a su deidad. Minutos antes de sacrificarlo, los salvajes descubrieron la pequeña cortada en su dedo; ello fue suficiente para dejarlo libre por considerarlo imperfecto para su sacrificio. Al regresar a su reino mandó liberar a su primer ministro y lo llamó para hablar con él. Después de relatarle su aventura le dijo: "Tú siempre afirmas que todo lo que nos su-

cede es para nuestro bien; ahora lo reconozco: debido a la cortada yo me salvé; pero tú, ¿en qué te benefició el estar preso?" "Su majestad —respondió el ministro—, si no hubiera estado preso, seguramente lo habría acompañado y en vez de usted, yo habría sido puesto en su lugar para el sacrificio".

Sai Baba ha dicho que Él sabe exactamente cómo, cuándo y qué hacer con cada uno de sus devotos. Nosotros, en nuestro estado actual de ignorancia, nos sentimos separados unos de otros, aquél viste de azul, el otro de verde; éstas son diferencias aparentes, no reales. La realidad o Conciencia divina es una, así la llamen Dios o por cualquier otro nombre.

Cuando se proyecta una película vemos a héroes y villanos en la pantalla. Nos absorbemos tanto en la película que ignoramos la pantalla, pero, ¿podemos ver la película sin ella? La pantalla es la base. De la misma manera, nuestro verdadero ser, la Conciencia, es el sustrato o la base de nuestra vida diaria: ella está presente en los tres estados de conciencia por los que pasamos cada día. Estos tres estados son: vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. En este último la mente deja de funcionar, por eso al despertar decimos: "¡Oh!, he pasado la noche sin soñar". El mero hecho de saber que hemos tenido un estado sin sueños es prueba de que la

Conciencia ha estado ahí. De hecho no recordamos nada, lo cual significa que la Conciencia puede existir sin la mente y los pensamientos, mientras que ellos no pueden existir sin la Conciencia. La Conciencia es la base de todo lo que vemos; tanto el que ve como el acto de ver y lo visto son el contenido de la mente. La Conciencia, en cambio, no tiene contenido; lo único que podemos decir de ella es que es, siempre existente.

La Conciencia no es un objeto sobre el cual se pueda teorizar. Su único lenguaje es el silencio y solamente se puede sentir cuando la mente está libre de pensamientos, cuando la atención no está dirigida a algún otro objeto que no sea su propia fuente. Al principio sentimos que nos estamos afeerrando a un solo pensamiento, finalmente ese pensamiento desaparece; ¿qué queda entonces? El Ser o Conciencia, ¡ésa es la verdad!

Todas las personas saben que existen, tú sabes que existes, no requieres de nada ni nadie que te lo confirme, pero para que tu atención se dirija a tu existencia real, se tiene que retirar de los objetos externos. Si te preguntan "¿Quién eres?", dirás: "Yo soy tal y tal". ¿Quién dice esto? La mente. ¿Significa eso que la mente es superior al poder supremo? No, el poder supremo es superior, pero para reconocerlo la mente debe acallarse, trascenderse. El po-

der supremo no necesita a la mente; ésta sólo es necesaria para realizar los trabajos de cada día. Ahora bien, para ser lo que verdaderamente somos, eso que está detrás y más allá de la mente, ella debe pararse por completo, detener sus esfuerzos; el único esfuerzo que se requiere de la mente es que encuentre su propia fuente, la Conciencia omnipresente, inafectada, inmutable, continua. Cuando vemos en la película una tromba, ¿afecta ésta a la pantalla? El fuego proyectado, ¿la quema? Así también se sobreponen los gustos y aversiones, pero ellos no afectan nuestra naturaleza real; tan sólo afectan a la naturaleza superficial que es la mente. Así, experimentamos tristeza, piedad, felicidad, sufrimiento, pero sólo a nivel mental, son alegrías y tristezas mentales, no de la Conciencia. La Conciencia ni acepta ni rechaza nada.

La mente es un instrumento que se supone que es un sirviente del amo, que es la Conciencia, pero ustedes están prestando atención a los dictados de la mente. Por esta razón Sai Baba dice: "El amor a Dios disminuye los deseos de la mente, pero ustedes están siguiéndola todo el tiempo y así se alejan de la felicidad que se podría obtener volviéndose el Ser que en verdad son". Deberíamos tratar al sirviente como tal y no como amo. Deberíamos observar que hay momentos (pocos quizá) durante la vi-

gilia que la mente está libre de pensamientos. En ese instante, ¿pueden afirmar que no están allí? Ustedes como Conciencia están ahí. Ese estado es un intervalo entre dos pensamientos. Esa es la verdadera naturaleza del llamado ego, el cual es una especie de nudo o lazo de unión entre la Conciencia y la materia inerte.

La experiencia en la vida diaria consta del que experimenta, el acto de experimentar y lo experimentado. Deberíamos tratar de encontrar la naturaleza de la primera persona, esto es, el sujeto de la experiencia; entonces estaremos más cerca de la verdad porque el sujeto, a su vez, únicamente es un reflejo o una sombra del Atma divino. El pensamiento 'yo' es la primera persona. Sobre esta sombra construimos la superestructura de tantas y tantas experiencias; ¿cómo podemos percibir la verdad cuando el sujeto mismo está en duda? Si esta primera persona, el que percibe, existe verdaderamente, entonces la realidad de la experiencia puede ser verdad. Normalmente creemos que las experiencias del estado de vigilia son la vara para medir la realidad, mientras que el criterio de la realidad es la realidad misma. ¿Cuál es esa realidad? Es la existencia permanente, no sujeta a cambio, decaimiento y muerte, que brilla por sí misma, es la luz que no requiere de otra luz para revelarla, ella se revela a sí misma y

revela todo lo demás. Ella revela todo por medio de los sutiles instrumentos del intelecto, la mente y el cuerpo. Esa luz es el estado de bienaventuranza. Por eso se le denomina con los calificativos de existencia, conciencia y bienaventuranza.

Todo mundo desea la felicidad, sobre todo una felicidad que no se diluya. Esta felicidad se puede obtener pero no de los objetos externos, sino que es la felicidad proveniente de la verdadera naturaleza del Ser. Esto significa que la mente se reabsorbe en su fuente, esto es, el Ser o Conciencia; entonces no habrá sino felicidad y paz que no pueden destruirse.

Entregarse al guru, a Dios o renunciar a la mente y sus caprichos es muy difícil porque no existe ningún método para hacerlo. Es como amar, no hay método alguno para aprender a amar. Es algo espontáneo. La entrega y el amor a Dios son sinónimos.

Pregunta: Usted habló de los tres estados de la mente, pero, ¿qué pasa cuando uno muere?, ¿es otro estado de la mente?

Respuesta: ¿Quién muere? El ego, que es un reflejo de la Conciencia, es el que muere. La mente, con sus tendencias, parte para tomar otros nacimientos apropiados a su condición o estado en el tiempo

justo. Si hemos acabado con las tendencias y conocemos la esencia de nuestro propio ser, no nacemos de nuevo, obtenemos la liberación (*mukti*). El cuerpo, por su parte, es cremado o enterrado, no vuelve a nacer; es la mente la que nace de nuevo.

P.: Entonces, ¿quién o qué puede destruir a la mente?

R.: La mente misma. Observando a la mente con la mente misma, se logra que el Ser tome control sobre ella. Al observarla de esta manera, vemos que unas veces aparece y otras desaparece; la mente es sólo pensamientos generados por los deseos de los sentidos. Ellos, a su vez, provienen de la noción equivocada de estar limitados al cuerpo. Para deshacerse de esta concepción errónea existen infinitud de métodos. En una ocasión, un santo que conocí me recomendó mantener una foto mía sobre mi escritorio y decirme mentalmente todo el tiempo posible, "yo no soy esto", "yo no soy esto"; así me iría convenciendo de que el Ser infinito no está limitado a este cuerpo en particular.

El error más frecuente que cometemos es considerar a la mente como si fuera independiente del Atma divino, imaginar que puede funcionar por sí misma y que, incluso, puede comprender y juzgar al Atma, teorizar sobre él y hasta encasillarlo en un

concepto, cuando en realidad es sólo su reflejo. ¡Ta! es el orgullo de la mente o el ego, el yo personal. limitado. Esta limitación debe trascenderse por una u otra práctica espiritual. No importa el camino espiritual que escojas, ya sea el de la acción (*karma yoga*), de la devoción (*bhakti yoga*) o de la auto- indagación (*jñana yoga*).

P.- Acerca del intervalo entre dos pensamientos. ¿es posible extenderlo? Me doy cuenta de que el querer extender ese intervalo es en sí otro pensamiento o deseo.

R.: Es cierto, querer conocer tu propia naturaleza es un deseo, pero no hay nada malo en él. Lo que deseas es mantener la mente libre de pensamientos, es decir, permanecer en el estado natural del Ser, siempre presente. Lo que es eterno aparece como temporal a la mente, sólo que tú no eres la mente, así que hazla a un lado. Entonces ese estado se te revelara tal como es. La mente no puede prolongarlo ni acortado. No dejes que interfiera la mente; deja que surjan los pensamientos pero no les prestes atención ni corras tras ellos. Cada vez que surja un pensamiento en tu mente, lo cual es un proceso natural debido a las tendencias pasadas, pregúntate: "¿A quién le pertenece este pensamiento?" La respuesta sera: "A mí". Luego, con una mente calmada, pregunta: "¿Quién soy yo? ¿Soy yo el que aparece y

desaparece?" Lo que sea que aparece y desaparece es irreal. Los pensamientos aparecen y desaparecen en el trasfondo permanente del silencio. Esa es la realidad permanente que tienes que experimentar.

Existe un método muy sencillo que se puede practicar incluso cuando se hacen otras cosas como hablar, pensar o trabajar. Se puede prestar parcialmente la atención a los pensamientos y a las palabras, pero sin olvidar que incluso el poder de hablar y de pensar surge de su verdadero Ser. Una vez que fijan la atención en esa realidad, no importa cuántos pensamientos vengan, ella finalmente se fijará en sí misma.

El abstenerse del sentimiento de "hacer" lleva de inmediato a la aceptación de que todo nos llega como un regalo de Dios. Muy pronto nos damos cuenta de que nosotros no hacemos nada; todo sucede, nada más., la mente del buscador desaparece, pierde conciencia de su separación, de su identidad, de su ego, su yo. Al abrirse y quedar vacía la inunda la gracia del gurú. La energía de éste fluye hacia ella en un proceso de transmisión constante.

Cuando el intelecto deja de funcionar, el Ser se enfoca en el Ser. El Ser ve al Ser, ésa es la verdadera experiencia del Ser, no la comprensión in-

telectual. Para esto, es necesaria la práctica y tener la convicción de que ustedes como complejo cuerpo-mente son capaces de funcionar sólo con el poder del Ser. Esa convicción cobrará fuerza con la práctica. Esa realidad no está en los libros ni en las palabras sino en ustedes mismos.

La visión sin principio ni fin

SI ESTÁS CONVENCIDO de que el mundo no puede existir separado de tu verdadero Ser o Conciencia, estás en lo justo; pero te equivocas cuando lo imaginas independiente y real por sí mismo. Por ejemplo, la película que se proyecta en la pantalla: sin ésta, ¿puedes ver la película? Ésta no puede concebirse separada de aquélla. La pantalla representa la realidad; por lo tanto, todo lo que se proyecta en ella se vuelve real, aunque de antemano se sabe que es una ilusión. Se le considera así a fin de que la gente, absorta tan sólo en lo que ve, transfiera su atención hacia el que ve. El mundo es tan atractivo y lleno de colorido que resulta difícil desapegarse de él.

Al principio, la espiritualidad se practica desde un punto de vista mental. Uno se imagina a Dios como si fuera un objeto al que se debe contemplar y al persistir en su contemplación, uno llega a fundirse con él! Cuando esto sucede, la atención se transfiere

del objeto contemplado al corazón espiritual, esto es, de la cabeza al corazón. Una vez fija la atención en el corazón, el asiento del Ser o Conciencia, se produce la fusión con la Realidad, la verdadera naturaleza del hombre.

En el recorrido hacia esta meta suprema existen varios obstáculos, siendo el principal las tendencias (*vasanas*) de la mente, las cuales nos hacen imaginar que somos diferentes del Atma divino. Este sentido de separación sólo desaparece con las prácticas de la autoindagación, de la devoción y el amor hacia nuestro Ser real.

En cierta ocasión Sai Baba me dijo: "No existe ni una sola persona desprovista de ego, con desapego total". Me puse a pensar: hay sabios y videntes que son libres y carecen de toda identificación con el ego, con las limitaciones; han alcanzado el estado de unicidad. Intrigado me retiré a dormir. Al día siguiente, caí en la cuenta de que Baba tenía razón, pues una persona que se considera como tal, ha de tener ego. El hecho de que alguien piense que es una persona, crea en ese momento la limitación. En cambio, cuando cruza la barrera de la personalidad empieza a verse a sí mismo como Conciencia, la cual es su verdadero ser. En ese punto no hay ego ni limitaciones, lo que es infinito no puede volverse finito.

Cuando nos consideramos personas (identificados con la personalidad) nos volvemos individuos limitados, separados. Las limitaciones son imaginaciones de la mente. Las prácticas espirituales tienen el objetivo de eliminar dichas limitaciones, lo que se logra al reconocer a la Conciencia o el Ser como la causa y origen de la mente. Conociendo este origen uno se ve a sí mismo como el Ser. En el verdadero Ser no existen las diferencias, es único, uno y el mismo. Son las tendencias inherentes que venimos arrastrando lo que limita a la Conciencia y la reduce a ser mente. Durante nuestra vida, estas tendencias o inclinaciones (gustos y aversiones) crecen fácilmente, pero si dirigimos la atención de la mente a su propia fuente, separándola de los objetos externo nos acercaremos más y más a nuestro propio ser. Se llega al punto en que, sin perder sus poderes de pensar y percibir, la mente se convierte en el Atma divino; lo que sí perderá serán los prejuicios, la estrechez mental y las limitaciones. Experimentará el amor puro equiparable al "ama a todos, sirve a todos" de Sai Baba.

Desde el punto de vista del Atma, el cuerpo y la mente son entidades externas a él; funcionan como sus instrumentos. El problema reside en la mayor validez que le damos a la perspectiva que nos presentan la mente y el intelecto, a pesar de que la

verdadera realidad los trasciende y está más allá de ellos.

La gente habla de sus experiencias como si fueran reales pero, en realidad, son ilusiones mentales. Cuando llegamos a sentirnos "elevados" se debe a que la mente ha dejado de actuar y se ha quedado vacía, sin pensamientos; aunque nosotros todo el tiempo hemos estado ahí, como Conciencia. Desde ya debemos saber que esos estados de "elevación" o de felicidad no provienen de los objetos externos, sino que en una fracción de segundo, de manera inconciente, la mente vacía se sumerge en su fuente y obtiene de ahí su bienaventuranza.

El Ser es su base y sostén; por lo tanto, no deben perder de vista al Ser yendo en pos de las experiencias, incluso las que se consideran espirituales y se piensa que son importantes. Las visiones pueden presentarse para luego desaparecer. Lo único de lo que hay que darse cuenta es lo real y verdadero, la Conciencia.

La siguiente anécdota ilustra lo anterior: Harilal, un discípulo de Ramana Maharshi, estaba orando ante la imagen de su amado Krishna, cuando de repente apareció Ramana a su lado, quien le dijo: "Si quieres ver a Krishna repite este mantra constantemente"; luego, como en un susurro, Harilal escuchó

el mantra en su oído. De inmediato empezó a recitar el mantra, pero como tenía algunas dudas, decidió visitar a su maestro y planteárselas:

"Bhagavan, ¿en verdad, fuiste tú quien me enseñó este mantra?"

Ramana sólo le contestó: "Hmmm-hmmm".

"¿Lo sigo repitiendo?"

"Si tu corazón te lo ordena".

A partir de entonces, Harilal se dedicó a la repetición del mantra con tal diligencia y fervor que hasta huía cuando veía a alguien que venía a hablar con él. Tal era su temor de tener que suspender, aunque fuera por un momento, la repetición de la fórmula sagrada en la que tenía puestas todas sus esperanzas.

Por fin, un día ocurrió el milagro. Krishna estaba ahí enfrente de él, "tan real como ahora tú estás en este momento, un adolescente cuyo cuerpo y sonrisa no existen palabras que los puedan describir. En mi alma experimenté tal alegría, que nunca, nunca antes había sentido". Su anhelo de toda la vida había sido realizado.

En su siguiente visita a Ramana, le dijo: "Por tu gracia, Bhagavan, he visto a Krishna".

"¡Ah! ¡Sí! ¿De modo que Krishna vino?"

"Sí, se mostró ante mí, ¡cuánta felicidad!". "Y después, ¿se fue?", preguntó Ramana.

"Sí. claro", replicó Harilal algo sorprendido.

"¡Oh. oh!", musitó sonriendo Ramana.

Harilal continuó su mantra y ofreciendo su adoración a Krishna aun con más fervor. ¿Quién sabe? Quizá algún día Krishna lo visitará de nuevo. Y, en verdad, otra vez en el mismo lugar, mientras ofrecía flores e incienso a Krishna, Harilal contempló a una figura frente a él. Pero, ¿qué sucedía? No era Krishna con su flauta o tan siquiera Radha, la amada de Krishna. Ante él estaba Rama, con su arco y flechas, acompañado de su hermano Lakshmana.

Completamente desconcertado, Harilal consultó a los swamis más renombrados de Madrás, pero ninguno pudo explicarle por qué se presentó Rama, cuando todo el tiempo había estado orando llamando a Krishna. El no quería tener nada que ver con Rama; Krishna era quien lo tenía embelesado. ¿Por qué jugaba Krishna con él de ese modo?

Tan pronto como pudo volvió con su maestro, le contó todo y le preguntó:

"¿Me puedes explicar lo que me ha sucedido?"

Ramana solamente se sonrió y le habló dulcemente:

"Krishna te visitó y luego desapareció, Rama hizo lo mismo. ¿Por qué te ocupas de dioses que van y vienen? ¿No te has dado cuenta de que el japa, los mantras, los rituales y la oración son excelentes hasta cierto punto, pero llega el tiempo cuando se tiene que abandonar todo eso? Tienes que dar un salto más allá; en el "más allá" encuentras lo Real. Sólo cuando has dejado todo atrás, incluso los dioses y todo lo demás, es cuando logras la visión sin principio ni fin, la visión del Ser Supremo".

A partir de ese momento Harilal, el devoto de Krishna, dejó de serlo. En el fondo de su corazón brillaba ahora la visión "que no viene ni se va para siempre". Había deseado ver a Dios y Dios, finalmente, se le había revelado tan cerca que ahora era casi imposible dirigirse a él como "Tú". La luz única brillaba ahora en su centro más profundo.

El error en que todos caemos es el siguiente: al ego le surge la idea de ser un cuerpo y para poder subsistir tiene que identificarse con un nombre y una forma; pero la materia no es la Conciencia; el Ser es la Conciencia, completamente libre, sin necesidad de alguna otra cosa, ni siquiera la interferencia de la mente, la cual habrá de anularse, ya que solo durante el estado de no mente es cuando se puede experimentar el verdadero Ser. Es verdad que el Ser se

relaciona con el cuerpo, pero lo trasciende, así como a la mente y sus pensamientos. Debemos prepararnos para esta experiencia directa del Ser. Lo permanente en ustedes es la Conciencia, su verdadero ser.

Una forma de conocer la Conciencia es poner atención al periodo entre dos pensamientos.

Como el ejemplo mencionado de la pantalla y la película: la Conciencia existe aun sin pensamientos, pero éstos no pueden existir sin aquélla. La Conciencia es la base (pantalla), conciente de sí misma. Cuando toma conciencia de otras cosas, se vuelve una conciencia relativa; sólo cuando la Conciencia es conciente de la Conciencia y nada más es cuando es verdadera.

Pregunta: ¿Quién está teniendo esta experiencia?

Respuesta: La está teniendo el "yo soy". Sólo lo permanente, lo que no deja de ser, es. Lo temporal no es, va a dejar de ser, su existencia es relativa.

En una entrevista que tuvimos con Baba, él extendió su brazo mostrando la palma de su mano y preguntó: "¿Qué hay aquí?" Nadie respondió. Yo intervine y le pedí a Baba que él nos contestara. Él dijo: "Sí, todo está aquí y agregó: "Todo lo que está ahí (afuera) es nada". Es decir, el que ve (vidente)

es permanente, lo visible (afuera) es temporal. El que ve y lo visto. Lo que sea que aparece en cierto momento y desaparece en otro, es sólo una imagen, una ilusión, no es real. Lo que aparece luce como real; cuando desaparece, deja de serlo. Lo permanente es la Conciencia, ella siempre está presente. Está presente en los tres estados por los que pasamos cada día: vigilia, sueño con ensueños y sueño profundo.

La mayoría de nosotros tendemos a considerar la realidad como algo externo a nosotros, incluso queremos exteriorizar nuestra propia esencia o el Ser. La práctica espiritual consiste en separarnos de la mente y el cuerpo, los cuales no son más que proyecciones de la Conciencia. Todo lo que aparece y desaparece sin cesar, como visiones, seres, pensamientos, son externos a nosotros, incluso el pensador. Una vez que los tratan como objetos externos, ajenos a ustedes, como sombras y no como sustancia, será más fácil para la atención enfocarse en ella misma. Si el poder de limitar se elimina, entonces lo limitado se vuelve lo que en realidad es: lo ilimitado, y esto es la Conciencia.

"Yo" es el primer pensamiento

EL ATMA DIVINO es la realidad sin nombre ni forma, pero. sin duda, al principiar la práctica espiritual es de gran utilidad escoger el nombre y la forma de una deidad en particular o de un guru que les agrade para concentrarse en ellos, es un buen comienzo de práctica devocional. Sólo que esta devoción o amor por esa forma debe ser un amor expansivo, en el que la Divinidad se expanda ilimitadamente; no debe ser un amor limitado únicamente a esa forma determinada. A menudo Sai Baba dice: "El amor es expansión, no contracción". Un ejemplo de amor limitado es el amor entre esposos, hermanos, padre e hijo, etcétera., es equivalente a sombras que pasan. Antes de nacer, ¿dónde estaban sus padres? Antes de casarse, ¿dónde estaba el esposo(a)?, a estas relaciones Sai Baba las llama apegos, no amor. Para él, el amor verdadero es sólo la devoción que sentirnos por lo Divino. el cual se encuentra por doquier. Por

esto él dice: "Ama a todos. sirve a todos". Debemos ver a Dios en todo lo que vemos porque la esencia de todo es la Divinidad, el eslabón común que enlaza a toda la humanidad.

Todos los aquí presentes vienen de diferentes partes del mundo: Rusia, Japón, Colombia, etcétera, yo soy de India; pero la esencia de todos es una, la Divinidad. Aunque el hombre tiene ciertas funciones físicas comunes a las de los animales, es el único ser de la creación que puede, por medio de su mente e intelecto, conocer su divinidad. Los animales no pueden comprenderla. El ser humano es la manifestación más elevada de Dios; según la mitología hindú, el nacimiento humano es un gran regalo de Dios y no se debe hacer mal uso de él; sólo será aprovechado de manera útil si dirigimos nuestra mente e intelecto hacia nuestra divinidad interior.

El *Gita* recomienda el desapego en la acción, no de la acción. Actúen, pero sin apego por los frutos de la acción; realicen aquellas acciones que los lleven a la Divinidad. Primero hay que estabilizar a la mente; una mente equilibrada es muy importante. La mente posee tres características: inercia (*tamas*), actividad y pasión (*rajas*) y estabilidad o equilibrio (*satva*). Estas características, incluso la última, los

alejan de la Divinidad. Veamos un ejemplo: en un estanque con agua sucia y turbia, el reflejo de la luna no puede verse; si el agua es limpia pero está en constante movimiento por efecto del viento, la luna se verá, pero distorsionada; en cambio, si el agua es pura y cristalina y está quieta, el reflejo de la luna podrá verse a la perfección; pero aun en este último caso, no estaremos viendo a la verdadera luna sino sólo su reflejo. Para ver a la auténtica luna tenemos que levantar la vista y dirigirla hacia el cielo. Esto es, tenemos que trascender las tres características de la mente y a la mente misma para encontrar a la Conciencia que está detrás y más allá de la mente. Esto no lo puede hacer la mente porque ella no tiene el poder de concebirlo. Los conceptos aparecen y desaparecen sobre la eterna presencia de la Conciencia y, de todos los pensamientos o conceptos, el primero que surge es el pensamiento "yo". Todos los demás pensamientos se apoyan en éste o se derivan de él. La técnica de la autoindagación consiste en mantener bajo la atención a este concepto inicial del "yo", con lo que automáticamente todos los otros pensamientos o conceptos desaparecerán como por arte de magia, sin dejar rastro alguno. Al final, incluso este concepto del "yo" se reabsorberá. Lo que quedará será el estado de ausencia del "yo" que es la Conciencia. En el esta-

do de vigilia, al quedarnos sin pensamientos, en el intervalo entre dos pensamientos, nos ubicamos en nuestro propio Ser; desde aquí podemos observar los pensamientos y los deseos y captar el punto donde ellos surgen o desaparecen. Ahora bien, simplemente tenemos que aferrarnos el mayor tiempo posible a ese punto dentro de nosotros. La técnica anterior es una entre muchas; estudien, lean, reflexionen y practiquen; llegará el momento en que comprenderán.

Pregunta: ¿Qué me dice de esas historias cerca de adónde vamos después de la muerte, de que atravesamos un túnel de luz, de que nos esperan familiares que han muerto y que al final de ese túnel está Dios?

Respuesta: Todo son imaginaciones.

P.: Pero hay muchos libros que tratan el tema.

R.: ¿Quién está diciendo esto?

P.: Por ejemplo. el señor Cowan, Elizabeth Kubler Ross, el doctor Raymond Moody y otros que ahora no recuerdo.

R.: Ahora, ¿quién está hablando? Quiero saberlo. La que hago es una simple pregunta.

P.: (Parece que no hubo respuesta.)

R.: No se entretengan con esas imaginaciones.

Ya sean verdad o mentira o estén dentro del mundo de la mente. ¿en qué les van a ayudar en práctica espiritual? La muerte viene a ser olvido de nuestra naturaleza real. Tú deseas saber lo que serás después de morir. ¿Qué eras antes de nacer? ¿Qué eres ahora? Trata de saber lo que eres ahora.

P.: Hace unos días asistí a una charla que dio una dama extranjera; trató de los tibetanos y de las experiencias que tenemos que pasar después de la muerte. Dijo que tendríamos que pasar a través de un infierno de hielo, agua, fuego, etcétera. ¿Qué opina de esto?

R.: Estos infiernos y cielos son sólo nociones del yo personal. Yo no creo que tengas que ser condenado a un infierno o elevado a un cielo para siempre, porque, por muy malo que sea un hijo de Dios, éste lo perdona, al igual que un padre perdona a su hijo y le da la oportunidad de corregirse; no lo condena para siempre. Finalmente, lo que es importante es que naces de nuevo de acuerdo con el último pensamiento que tuviste antes de morir; así que si durante ese lapso mantienes en tu conciencia el pensamiento de tu Ser real o Dios, obtienes lo que se conoce como liberación, y dejas de volver a nacer y morir. Solo hay nacimiento para la mente con la cual erróneamente te identificas.

Hace unos días alguien preguntó si los sabios y videntes con su mente vacía podían pensar y actuar mejor que las personas que tienen la mente llena de pensamientos: es lógico que así sea, porque cuando la mente está ocupada con muchos pensamientos de toda índole se debilita, y en una mente débil, los pensamientos y las palabras no pueden ser consistentes. Por lo tanto, cuando se consigue que la mente descansa en el Ser o Conciencia, ella adquiere paz, fuerza y concentración. Una mente en paz consigo misma funciona con mayor eficiencia. Sin embargo, al principio la gente piensa: "Si pierdo la mente, ¿qué será de mí?, ¿me convertiré en un idiota!" No es que se pierda la totalidad de la mente, sino que ella encuentra su origen y habita más y más en su propio Ser; lo que pierde es la tendencia a limitarse a sí misma, a ser un cuerpo en particular, pero sus funciones de pensar y sentir no se pierden. Por lo tanto, no debe haber temor por lo que llaman "la destrucción de la mente" o por el hecho de permitirle residir en su propia fuente; por el contrario, esto será de mucha ayuda, porque hará que la mente funcione con mayor eficacia en la vida práctica y contribuya en mayor grado al progreso espiritual.

Eliminar la noción equivocada de "Yo soy el complejo cuerpo-mente" puede llevarnos un se-

gundo, días, meses o años, según cada caso. Una vez que estoy convencido de "Yo soy el Ser", el Atma divino, el cual no está confinado a un cuerpo en particular, el resto es sencillo. En este momento pueden pensar que al ver y escuchar o percibir en general, están teniendo una experiencia directa de la realidad. Esto no es así. Lo real, lo directo, es lo que los capacita para hablar y ver. En ocasiones, aun con los ojos abiertos y estando entre una multitud de gente, como en un mercado, si la atención está fija en el Ser, el corazón espiritual, notarán que el interés por el mundo externo tan atractivo y lleno de colorido decrece gradualmente y deja de impresionarlos, pero al mismo tiempo estarán cada vez más establecidos en lo Real que está en ustedes. Para ello su atención deberá centrarse en su mismo Ser, la atención enfocada en la atención, por largos periodos de tiempo. La gente, debido a las tentaciones, atracciones y distracciones de la vida, deja que la atención sea erróneamente dirigida hacia el exterior.

P.: ¿Es éste el lila, el juego del Señor?

R.: Su juego no, ¡tu juego! Porque tu mente, como la de casi todos, está tan enturbiada con las pasadas acciones equivocadas, impresiones y ten-

dencias que no resulta fácil dirigirla hacia Dios; eres más atraído por el mundo que por Dios. La mente se fortalece con los nombres y las formas, es difícil controlarla y enfocarla en su fuente, que es la Conciencia o Dios; pero éste es el trabajo que tenemos que hacer.

P.: ¿Cuál es la razón por la que Dios nos creó? ¿Cuál es su propósito? ¿Por qué hemos tenido que nacer? ¿Qué hacemos aquí? ¿Por qué tenemos que pasar por todo este sufrimiento? Porque... ¡Dios lo sabía todo de antemano, su creación es perfecta! ¿Por qué, entonces, resulta todo tan complicado?

R.: Aunque con diferentes palabras, la pregunta es la misma. En pláticas anteriores he hablado sobre esta creación que percibimos de manera directa, mientras que no podemos ver a Dios en la misma forma. Según el Vedanta, la percepción directa no es lo que nosotros entendemos como tal, porque la mente y el cuerpo reciben su fuerza del Atma divino; para que el orador hable y el oyente escuche —aunque a ustedes les parece que yo hablo y que ustedes escuchan directamente—; es necesario ese poder divino común a todos nosotros, pues sin él nada puede existir ni tener sentido. La cuestión es: ¿qué hacer para experimentar el Atma divino? En forma simple y directa: dirigir su atención de lo visto al que ve.

El estado natural del Ser

LA TRIADA EL QUE VE, lo visto y el acto de ver es una proyección en la pantalla de la Conciencia. El que ve o sujeto de la triada queda tan interesado en el acto de ver y lo visto, que se olvida por completo de la pantalla o Conciencia. El sujeto tiene que retirar su atención de los objetos vistos y del acto de ver; el que ve viene a ser aquello que es responsable del acto de ver. Si practican esta técnica, quince o veinte minutos cada mañana, se darán cuenta de que el buscador o el que ve, desaparece; llega a resultar que esta primera persona, el que ve, que es parte de la triada, tampoco existe. De la triada —el que ve, lo visto y el acto de ver—, ustedes deben retirar la atención de lo visto y del acto de ver y mantenerla sobre el que ve; pero no olvidemos que el que ve es también parte de la película que se está proyectando en la pantalla de la Conciencia, es la sombra o reflejo de ella y al ser un reflejo, no existe. Según el

Vedanta, lo que aparece y desaparece no es; aparece por un momento y desaparece en otro, por lo tanto no es el Atma. Al principio la práctica consiste en aferrarse a la primera persona, tú mismo, como quiera que te imagines ser; porque sólo si la primera persona está allí, la segunda, tercera y cuarta también estarán. Ahora bien, si la primera persona es puesta en duda, ¿cómo pueden la segunda, tercera y cuarta persistir? Como sabemos, la primera persona es también un reflejo del Atma, no goza de una realidad independiente; sólo el Atma es real y existe por sí mismo, se revela a sí mismo y a nadie más, porque no hay nada más a quien se pueda revelar.

Valiéndose de la mente la gente quiere conocer su Ser, pero debido a que el Ser se encuentra detrás y más allá de la mente, esto no es posible. La mente es un instrumento muy útil en los asuntos de la vida práctica, pero hace falta convencernos de que no se le requiere para realizar al Ser. O estamos en la mente o en el Ser, pero no podemos estar en ambos a la vez. ¿Cómo contemplar aquello que está libre de pensamientos, el corazón espiritual? Su contemplación consiste en ser como se es; entonces el Ser se revela por sí mismo, como algo evidente por sí mismo, llegando a ser una experiencia directa que no requiere la ayuda de la mente. Este es, en definitiva, el estado natural de Ser.

Pregunta: ¿Cuál es el objetivo de la vida humana?

Respuesta: El objetivo de la vida es ir a tu interior y realizar tu propio Ser; los animales no pueden ir adentro de sí mismos, sólo al hombre Dios le concedió una mente y un agudo intelecto. Considérate muy afortunado de haber nacido con esta forma humana; con ella puedes alcanzar y realizar tu verdadero Ser. De modo que, en vez de hacer todas estas preguntas, busca al buscador, ve al que ve, duda del que duda, y entonces estas preguntas y dudas no surgirán ni se mantendrán en la primera persona; tus dudas y preguntas desaparecerán. Sin embargo, esta práctica tiene que ser realizada por cada uno, otro no la puede hacer por ti; Luis no la puede hacer por mí, la tengo que hacer yo mismo. ¿Acaso esperas que la haga por ti?

P.: Tengo entendido que la Conciencia o Atma pura es la unidad y que esa Conciencia, en un momento dado, decidió volverse muchos y ahora, después de mucho tiempo, decide absorber en sí toda esa energía, como la inhalación de una respiración. ¿Cuál es el propósito de todo esto? Desde que tenía nueve años me hacía este tipo de preguntas, leía libros y estaba ansiosa por conocer las respuestas.

R.: Ya ves, ése es el resultado de leer muchos libros. La Conciencia no necesita nada, no tiene deseos, no quiere expandirse ni contraerse; todo son artificios de la mente; la Conciencia como base no tiene deseo alguno.

P.: ¡Pero la Conciencia decidió convertirse en multiplicidad! Al hacer esto, ¿cuál fue su propósito? Quiero decir, no después de que hubo mente, sino antes de ella.

R.: El propósito de la vida es realizar el Ser, pero tú imaginas que es algo distinto.

P.: Por ejemplo: usted está de acuerdo en que hay una evolución de los seres humanos, ¿no es así? Entonces, ¿qué es la evolución?

R.: La evolución y todas esas cosas referentes a "lo visto" forman parte del proceso de la mente, son conceptos. ¿De quién son estos conceptos? ¿Quién está en la raíz de todo? Tú puedes afirmar: "son mis conceptos", pero, ¿de dónde han venido? Después de todo, estos conceptos vienen de alguien, ¿no es así? Averigua la naturaleza de ese alguien. De esta forma dejarán de surgir pensamientos y preguntas y como consecuencia realizarás tu propio Ser.

P.: Yo no sé si éstos son conceptos o no, pero mis compañeras de cuarto todas desean venir por lo menos una vez al año aquí al *ashram* de Sai Baba.

Yo, por mi parte, nunca sé qué es lo que va a pasar el próximo año, pero tengo muy arraigado el concepto de la entrega, y siempre digo: "Que sea Tu voluntad, Dios, no la mía" y...

R.: Está muy bien, la entrega unida a una actitud de aceptación. ¿Ven? Ella desea venir cada año, porque en su país, a la hora de efectuar seriamente sus prácticas espirituales encuentra muchas distracciones; aquí, en cambio, debido a las vibraciones de un gran ser, encuentra la atmósfera ideal. Su mente es capaz de alcanzar la fuerza y concentración necesaria para su trabajo espiritual. Por eso la gente viene aquí; no hay duda de que Dios está en todas partes, pero hasta que estén establecidos en Él, necesitan la proximidad de un ser como Sai Baba. Muchas personas me han dicho: ¡Oh! Aquí puedo leer todos esos libros y es fácil concentrarse; pero cuando regresamos a nuestro país, donde la vida es diferente y las distracciones son muchas, entonces no es tan fácil de practicar, ni siquiera lo más sencillo como la autoindagación, oraciones, austeridades, etcétera".

P.: ¿Es Baba una ilusión?

R.: Es una ilusión para despertarte de tu ilusión, es un sueño para despertarte de tu sueño. Mientras tienes fe en tu individualidad, Dios y el mundo están ahí; cuando destruyes la fe en tu identidad

tividad separada, entonces no existen ni Dios ni el mundo. Pero, por el momento, has preferido creer en tu identidad errónea, y por eso preguntas: ¿Es Baba una ilusión? Primero tienes que dudar de tu errónea identificación. De ella no dudas y por eso haces preguntas acerca de Baba; si no tuvieras fe en tu realidad imaginaria, no harías esas preguntas, pero estás convencido de esa identidad y por eso las haces; mi consejo es que dudes de quien duda.

P.: Lo que yo pretendía decir es que en mi país, yo llevo una vida incluso más austera que aquí, apenas salgo de casa y además tengo menos distracciones.

R.: ¡Eso está muy bien! Si puedes mantener tus prácticas dondequiera que estés, hazlo. El sol no se esconde a sí mismo, son las nubes las que lo cubren; cuando no hay nubes, lo único que hay que hacer es dirigir la mirada al sol para tener una visión clara de él; de igual modo, nuestro verdadero Ser no se experimenta porque el ego lo oculta; reconozcan la no existencia del ego, entonces la Conciencia dejará de estar oculta por el complejo cuerpo-mente, será experimentada de un modo directo y se le reconocerá como omnipresente.

Identidad equivocada

LA MAYORÍA DE NOSOTROS sufrimos en la vida debido a nuestra identidad errónea. Bhagavan Baba nos ha venido aconsejando en sus charlas y en sus discursos que encontremos nuestra verdadera identidad y que descubramos lo que realmente somos por medio del camino de la autoindagación. La autoindagación se considera como un camino directo que cuestiona frontalmente la existencia misma del yo irreal. Todo lo que tenemos que hacer es deshacer-nos de la noción equivocada del yo. Normalmente, cuando se le pregunta a una persona "¿Quién eres?", la respuesta es: "Yo soy esto, yo soy aquello, soy alto, soy bajo, estoy preocupado o feliz". Es el ego el que dice "soy esto o soy aquello" y como consecuencia limita al Ser infinito a un organismo sicofísico finito. El cuerpo es denso y la mente es sutil y debido a esta sutileza refleja la luz del Atma y se considera el mismo como una identidad independiente, olvidándose de su origen y sustento. El instrumento mente-cuerpo, inerte por naturaleza, es movido por una fuerza superior, y en lugar de fundirse con su origen, utiliza al poder divino, gracias al cual aparece como concierne, para satisfacer los deseos físicos y mentales.

La liberación del yo

EL EGO SE CONSIDERA AUTÓNOMO y duda de la existencia de su origen. Al olvidar su base, que es el Ser, el ego se identifica con el cuerpo y por tanto limita al Ser. Así, ejecuta muchas prácticas espirituales para liberarse de la esclavitud creada por él mismo. La realidad es equivalente a la pérdida del ego que misteriosamente se levanta entre la inteligencia pura y el cuerpo inconciente, identificándose erróneamente con el cuerpo individual. Cuando se busca la identidad del ego, siendo que es una no entidad, se desvanece. La liberación es liberarse del yo individual, y no para el yo individual. El Ser es como el espacio infinito o el cielo. En términos relativos hablamos del cielo de la India o del de Pakistán, del de China, etcétera, pero de hecho "el cielo es sólo el cielo". La individualidad es un mito de la imaginación, surge cuando el ser ilimitado se identifica con el cuerpo limitado. Si buscamos el origen del ego, éste desaparece. Individualizar lo indivisible es como dibujar rayas en el agua.

El Atma es la base de la relatividad y al mismo tiempo la trasciende. El Atma es aquello de lo que todo surge y hacia lo cual todo vuelve. El Atma es eterno. Se mantiene inafectado por cualquier cosa que aparezca o desaparezca en él. Es el Testigo en cada uno y no es afectado por las alegrías y las tristezas ni por los placeres y las penas que el complejo cuerpo-mente experimenta. Todo lo que parece existir no existe separado del Atma (Sat-Chit).

Ustedes saben que ustedes son, no pueden negar su existencia en ningún momento, pues deben estar ahí para negarla. Esta existencia pura se alcanza cuando se aquieta la mente. La mente es una facultad del individuo dirigida hacia afuera; si se vuelve hacia adentro se aquieta con el transcurso del tiempo y entonces sólo el "Yo soy" permanece, "Yo soy" es la verdad total.

El ego y el Ser

LA INDAGACIÓN "¿Quién soy yo?" tiene que ser continua durante nuestro estado de vigilia, a diferencia de otras prácticas. No se puede restringir a media hora por la mañana y media hora por la noche. En esta práctica no debe uno ir con los pensamientos sino contra ellos. En cualquier momento del día, cuando cualquier pensamiento ocurra, cuando surja una reacción o se sienta el deseo de expresar una opinión o de comentar acerca de algo, debe uno inmediatamente revertirlo y tratar de descubrir a quién pertenecen esas ideas. Al hacerlo uno podrá distinguir entre el ego y el perdurable trasfondo de silencio que es el ser. El falso yo surge y se establece; el Ser es iluminación constante. No tomen en cuenta al ego y sus actividades, sólo vean la luz que hay detrás. El ego es el pensamiento de yo; el verdadero yo es el Ser. El estado de permanecer libre de pensamientos es el único estado real. Todo surge con el pensamiento del yo, o el yo conciente. Traten de adherirse

al pensamiento del yo y los demás pensamientos desaparecerán. Mediante esta práctica el pensamiento se habituará a estar refugiado en su propio origen. La mejor ocupación para la mente es encontrar su propio origen y no extraviarse de él.

Había una vez un rey y una reina que vivían en sus dominios, disfrutando de la vida mundana. Después de algún tiempo, la reina se preguntó cuál era el propósito de la vida, cuál era la diferencia entre un ser humano y un animal. "Si se trata sólo de disfrutar de los placeres de los sentidos, entonces no hay ninguna diferencia". La reina meditó sobre todas estas cuestiones por algún tiempo y luego se aventuró en el proceso de la autoindagación. Al paso del tiempo la reina fue iluminada; se volvió indiferente hacia la vida mundana que antes había llevado y el rey lo notó. Le preguntó la causa de su indiferencia hacia los placeres del mundo y ella le dijo que había estado practicando autoindagación. Entonces el rey también decidió abandonar el palacio, el reino y a su esposa y a su familia e irse al bosque a dedicarse a su indagación. La reina gobernaba el reino en ausencia de su esposo, pero después de un tiempo quiso saber cómo iba progresando su esposo; se fue a buscarlo disfrazándose como un sabio. El rey se sintió muy feliz de conocer a un sabio y le dio la bienvenida con la debida ceremonia. El sabio

le preguntó al rey las razones de su estancia en el bosque y la naturaleza de las disciplinas espirituales que estaba haciendo. El rey contestó: "He dejado mi reino, mi palacio y mi familia, he renunciado a todo excepto a las necesidades absolutamente básicas como una choza y una jarra de agua". Dijo que practicaba austeridades para encontrar su verdadera identidad. El sabio le dijo: "No has dejado todo". El rey dijo: "Todo lo que tengo es esta morada de ermitaño y le prenderé fuego, ése será el final de todas mis pertenencias". El sabio le dijo que eso tampoco era renunciar a todo. El rey dijo: "Todo lo que tengo además de eso es mi cuerpo físico. Si tú crees que es lo apropiado, saltaré desde el peñasco y así terminaré con él". El sabio le dijo que el inocente cuerpo no había hecho ningún daño. "Así es que no tienes por qué matarlo. A lo que tú no has renunciado es a aquel que proclama que ha renunciado a todo. Ése es el ego con su sentimiento de hacedor". Esto abrió los ojos del rey a su verdadera identidad.

Sai Baba dice que no tiene ningún sentido leer toneladas de libros si no se lleva a la práctica siquiera una fracción de lo que se ha estudiado. Baba nos ha dado dos ejemplos para ilustrar cómo se experimenta el Ser. El Ser siempre está ahí y todo lo que hay que hacer es quitar la cubierta que lo en-

vuelve. Es como el fuego cuando está cubierto de ceniza: tan pronto como se le sopla a la ceniza, el fuego se levanta. Otro ejemplo que dio fue el de una pieza de ropa blanca que cuando se ensucia por el uso se le da a una lavandera; cuando la regresa decimos que la lavandera la ha blanqueado, pero en realidad lo que hizo fue quitar lo sucio de la ropa, con lo que recobró su blancura original. Asimismo, tenemos que quitar las impurezas que hay en nosotros, que son la cubierta que esconde al Ser y por lo cual no podemos experimentarlo.

Roguemos a Bhagavan para que por su gracia y nuestros esfuerzos podamos descubrir nuestra propia naturaleza y experimentar la unidad con el Ser que somos en realidad.

