

**Tattva Bodha**

**El conocimiento de la Verdad**

De la versión con comentario en inglés de James Swartz

## Introducción

La palabra “Vedanta” hace referencia a los textos que se encuentran al final de cada Veda, cuyo tema fundamental es el conocimiento del Sí Mismo. Quien tiene el conocimiento del Sí Mismo pierde sus dudas en torno a la naturaleza de la realidad. El deseo de toda persona es ser libre de la limitación y solo por medio de la comprensión de que uno es el Sí Mismo este deseo puede realizarse.

Debido a su naturaleza crítica, los mantras que componen los *Upanishad* necesitan ser explicados. Hace mucho tiempo, Badarayana, un gran sabio, comentó por escrito los textos y sus comentarios se consideraron también material fuente. A pesar de que no hay una necesidad de material fuente adicional, las personas continúan descubriendo la Verdad y sintiéndose inclinadas a hablar al respecto. Las palabras que aparecen después no pueden ser legitimadas a menos que no contradigan la premisa fundamental de los *Upanishad*. ¿Cuál es esta premisa? Que la nuestra es una realidad no dual y que, por lo tanto, solo hay un Sí Mismo. En el siglo octavo, apareció el eslabón “moderno” más importante en la tradición védica, Sri Adi Shankaracharya, quien escribió varios textos importantes sobre el Sí Mismo. No se desvió de las ideas de los *Upanishad* pero las presentó con gran claridad. *Tattva Bodha* fue escrito por Shankaracharya y es considerado el texto introductorio definitivo para el estudio del Sí Mismo.

¿Por qué deberían considerarse como confiables las enseñanzas de Vedanta? Porque no son la filosofía de un individuo ni los argumentos de una religión o de una escuela filosófica de pensamiento en particular. Aunque aparecieron en India, no hay nada “indio” en ellas. Son Verdad revelada. Por definición, la Verdad revelada no es de la autoría de personas ni pertenece a una religión en particular. Viene directamente del Sí Mismo. Durante la revelación, los prejuicios y los puntos de vista personales del individuo quedan suspensos, porque la persona está en “éxtasis”, es decir, fuera del pequeño yo. Incluso entonces, las palabras que se utilizan para transmitir el sentido de la Verdad, deben verificarse por muchos otros durante un largo período de tiempo para que puedan ser aceptadas.

Usualmente, la Verdad revelada necesita de una revelación adicional porque la gente que la escucha tiende a interpretarla de acuerdo con sus propias inclinaciones. La noción de que hay tal cosa como “mi verdad” y “tu verdad” no encaja en el mundo de Vedanta. El Sí Mismo es uno y el conocimiento de este solo puede ser uno. ¿Es posible simplemente leer los textos y quedar iluminado? Acaso es posible pero es poco probable, porque la Verdad, como cualquier otra cosa, es solo tan buena como la comprensión que se tenga de ella. Por lo tanto, la tradición de la enseñanza de Vedanta ha evolucionado. Requiere de una mente madura y cualificada en busca de conocer, así como de un maestro establecido en la no dualidad, quien pueda emplear con destreza los medios de conocimiento. Se espera que, si tu estudio de *Tattva Bodha* despierta un deseo de reconocer al Sí Mismo, te acerques a alguien establecido en la no dualidad y solicites la enseñanza.

### Deseo

Las necesidades físicas y biológicas son naturales; integran al cuerpo y son compartidas por todos los miembros de la especie humana. Otras necesidades, sin embargo, se cultivan en la base de ideas predeterminadas que surgen a partir de la experiencia. La tendencia de un perro de ir detrás de un hombre que lleva un hueso es un instinto cultivado. Previamente, ha sido alimentado por el hombre y recuerda que la experiencia de masticar un hueso es atractiva. Así mismo, si su amo aparece llevando un palo en la mano, correrá lejos de él, pues ha desarrollado una aversión a los golpes sobre la base de la experiencia.

Además de las elecciones instintivas que compartimos con los animales, los humanos tienen la habilidad de pensar. Esto les permite, de manera consciente, elegir entre varias alternativas: bien y mal, placer y dolor, correcto e incorrecto, etc. La habilidad de discriminar hace posible otro poderoso factor psíquico: el deseo de buscar mejora y superación.

Los seres humanos son un trabajo en progreso. No solo son imperfectos e incompletos sino que, a diferencia de los animales, lo saben. Este sentido innato de incompletud da pie a un fuerte impulso de buscar la plenitud y la totalidad. El impulso, a su vez, aparece como el deseo de ser mejor o distinto de como uno es en el presente y puede a veces ser tan importante o más importante aún que las necesidades y los instintos naturales del organismo.

### *La ironía del deseo y la acción*

La observación desde el sentido común nos muestra que los intentos de cumplir nuestros deseos no eliminan esos deseos de manera completa. Al contrario, entre más satisface uno sus deseos, más deseos aparecen. A pesar de las nociones románticas fomentadas por la cultura acerca de su conveniencia, el deseo es un gran problema para los humanos. Se trata de un incómodo y, a menudo, intensamente doloroso estado mental que, de manera continua, demanda ser erradicado.

La respuesta natural cuando uno siente la turbación del deseo o la aversión del miedo es hacer algo. Cuando busco el objeto de mi deseo, estoy creyendo que la consecución del objeto eliminará el deseo y le dará paz a mi mente. Esto, ciertamente, sí sucede. Pero, por desgracia, la sensación de alivio y de satisfacción es solo temporal. Y, para empeorar las cosas, la consecución del objeto deseado en realidad refuerza el deseo original. Así que, en lugar de terminar libre del deseo después de haber actuado, como era mi intención, en última instancia tengo más deseo.

Otra manera de formular este problema es decir que los seres humanos son continuamente motivados para eliminar un sentido de limitación innato pero innatural. Por lo tanto, se esfuerzan para sentirse ilimitados y libres. Por ejemplo, ¿quién no se siente limitado por la falta de dinero, tiempo, poder o amor? Las miles de cosas ofrecidas por la cultura prometen, en cierta forma, acabar con el sentido de limitación y de carencia. No obstante, aunque veamos el problema como una búsqueda de completud o de ausencia de límites, ¿por qué sucede que, a pesar de la disponibilidad de objetos materiales, de programas de superación personal y de terapias tanto religiosas como seculares, todos los esfuerzos para volvernos puros y perfectos, completos e ilimitados, fracasan?

### *Causa y efecto*

Fracasan porque el deseo de ser completo solo puede ser satisfecho si es posible alcanzar la totalidad. Por desgracia, la totalidad no puede ser alcanzada, debido a la ley de causa y efecto. La totalidad/ausencia de límites/perfección solo podría ser alcanzada si fuera posible realizar un esfuerzo capaz de producir un resultado ilimitado. Pero las acciones, efectuadas siempre por entidades finitas, producen solo resultados limitados. Incluso la suma de decenas de miles de acciones limitadas es incapaz de producir lo ilimitado. Los millonarios se vuelven billonarios, los billonarios se vuelven trillonarios y estos incluso desean más. Lamentablemente, uno está tan lejos de la riqueza infinita tanto si tiene un dolar como si tiene un trillón. En referencia al estado de dicha ilimitada, diez mil momentos de satisfacción emocional son exactamente lo mismo que un solo momento. Incluso en el ámbito del conocimiento, entre más sabe uno, más se hace consciente de todo lo que ignora. A pesar de su vasto conocimiento matemático, Einstein era ignorante de muchas otras cosas.

¿Qué hacer entonces? Comprendiendo las limitaciones de la acción, algunos concluyen que el camino hacia la totalidad es volverse blando, abandonarlo todo y no hacer nada. Pero es imposible no actuar. Incluso la no realización de ciertas actividades produce consecuencias. Por ejemplo, si no pago mis impuestos, termino envuelto en un problema. Si no me lavo los dientes, estos se pudren y se caen. Más aún, como sucede con todas las actividades motivadas por el deseo, el no hacer no reduce el anhelo, así que una persona que no está persiguiendo sus deseos se hallaría tan emocionalmente descontenta como una que sí lo hace. Al mismo tiempo, la simple observación nos lleva a concluir que, a pesar de las apariencias, esta creación posee un propósito y las cosas siguen ciertas leyes bien conocidas. Todo lo que hacemos depende de este hecho. Si un día el agua decidiera secarse y el hielo volverse caliente, el cosmos entero dejaría de funcionar. Puesto que el deseo de ser completo e ilimitado, así como otros deseos, ocurre en una creación donde hay propósito, este deseo debe servir para algún propósito. Si esto es verdad, entonces existe una forma de consumarlo. Vedanta es esa forma. Pero la manera en que nos lleva a la totalidad es del todo inesperada.

### *Alcanzar lo ya alcanzado*

Todo acto es ejecutado para alcanzar algo. Tres factores están involucrados en el proceso: lo que deseas alcanzar, el medio empleado para alcanzarlo y la persona que quiere alcanzarlo. Mediante un esfuerzo apropiado, en un tiempo determinado y con el esfuerzo adecuado, todo lo que está sin alcanzarse puede ser alcanzado. Sin embargo, ningún esfuerzo o acción es necesaria para lograr aquello que ya se ha alcanzado. Un día un hombre se dirigió a Dios pidiéndole una cabeza sobre sus hombros y el Señor quedó desconcertado. “Soy omnipotente pero no puedo concederte lo que pides”, dijo; “puedo darte una cabeza más grande o una cabeza más chica. Puedo retorcerla como un pretzel o aplanarla como una pizza, pero no puedo poner una cabeza encima de tus hombros”. “¿Y por qué no?”, preguntó el hombre. “Porque ya tienes una cabeza sobre los hombros”, contestó Dios. **La totalidad/perfección/ausencia de límites/libertad entra en la categoría de lo “ya alcanzado” y ninguna acción o esfuerzo es necesario para alcanzarla.**

### *Vedanta y el décimo hombre*

Un grupo de diez hombres se encontraba de viaje en el campo y llegó a un río que debía ser cruzado. Para estar seguro de que todos se hallaban presentes y dentro del conteo, en cuanto hubieron atravesado el río, el líder los alineó y los contó... pero el recuento revelaba que solo eran nueve hombres. Los miembros del grupo comenzaron a preocuparse y buscaron por todos lados a la persona perdida. Como ninguno de sus esfuerzos produjo al décimo hombre, se sumieron en una honda depresión. En ese momento, un anciano se acercó al lugar y, al percibir la angustia de los hombres, preguntó por la causa. El líder explicó la situación y el hombre viejo sonrió. “Alineate con el resto”, le dijo al líder. Entonces el anciano los contó. “Ocho, nueve, ¡diez!”, dijo, señalando al líder, quien había olvidado incluirse a sí mismo en el conteo.

Ninguna acción produjo a la persona perdida. Esta fue producida cuando el líder se dio cuenta de su error por no incluirse a sí mismo en la enumeración. De hecho, él no hacía más que buscarse a sí mismo, creyendo todo el tiempo que buscaba a alguien más. Vedanta dice que la libertad/perfección/totalidad/ausencia de límites ya está alcanzada. Inequívocamente declara (y las epifanías lo confirman) que somos totales y completos por naturaleza y que ninguna acción de nuestra parte o de la de alguien más, incluido Dios, puede completarnos.

### *La enseñanza, el maestro y el discípulo*

Si yo creo que la totalidad que busco ha de ser encontrada en algo más que yo mismo, como en una “experiencia permanente de iluminación”, por ejemplo, seré incapaz de comprender mi perfección innata, puesto que la totalidad y la completitud residen solo en mi ser y no en una experiencia particular. Por lo tanto, este hecho debe estar claro para mí. También sucede que el conocimiento de que el “yo” es completo y total ha estado con nosotros desde que los humanos habitan la tierra. Las enseñanzas para eliminar la ignorancia del Sí Mismo han evolucionado a partir de los intentos exitosos para revelarlas por parte de aquellos que reconocieron al Sí Mismo y comprende la antigua tradición de Vedanta, un medio de conocimiento. Vedanta también incluye las escrituras de Yoga, las cuales son esenciales para lograr el estado mental adecuado para recibir el conocimiento.

Un maestro de Vedanta es alguien que ha reconocido su naturaleza ilimitada y puede revelar al Sí Mismo con habilidad, desplegando el verdadero sentido de las enseñanzas. A menudo, se cree que una epifanía o la transmisión de energía por un maestro “espiritual” da como resultado el reconocimiento del Sí Mismo, pero esto no es verdad, excepto en el caso extremadamente raro de que el conocimiento “yo soy conciencia ilimitada” surja durante la experiencia y se mantenga en la mente de forma permanente cuando la experiencia termine, destruyendo todos los pensamientos de limitación que pudieran aparecer después. El llamado mundo “espiritual” es poco más que cientos de miles de personas que han disfrutado la experiencia de ausencia de límites o de totalidad, pero que persisten en verse a sí mismas como criaturas limitadas y carentes. Por lo tanto, alguien que busca el conocimiento del Sí Mismo necesita estar preparado. En esencia, la preparación consiste en obtener una mente inmune a los tirones del miedo y el deseo, una mente en la cual el Sí Mismo pueda ser aprehendido con claridad y sea capaz de retener el conocimiento “yo soy el Sí Mismo”.

### *Conocimiento*

Hay dos factores necesarios para adquirir el conocimiento de un objeto: el objeto mismo y un medio de conocimiento que sea válido. Para obtener conocimiento de un perro, un perro debe estar presente en nuestro rango de percepción y nuestros ojos, los cuales deben ser respaldados por la atención de la mente (porque todo conocimiento tiene lugar en la mente), deben encontrarse en funcionamiento. Si solo los ojos están funcionando pero la mente no está presente, el conocimiento no puede tener lugar. En este caso, los ojos y la mente son el medio de conocimiento.

El conocimiento puede ser directo o indirecto. El conocimiento de un perro obtenido mediante la observación de este es conocimiento directo. Sin embargo, si el perro no está presente ante la mirada de un individuo, el conocimiento obtenido a través de escuchar su descripción es conocimiento indirecto. Incluso, si el perro está presente pero los ojos no están funcionando, el conocimiento adquirido por medio de otros sentidos será conocimiento indirecto. Para que el conocimiento directo suceda, un medio válido de conocimiento debe estar disponible. Por ejemplo, los oídos no son un medio válido de conocimiento para adquirir conocimiento sobre el color de un objeto. Si el medio de conocimiento y el objeto a ser conocido están presentes, el conocimiento tiene lugar por sí solo. Ninguna acción está involucrada en el proceso de conocer. Solo la operación del medio de conocimiento es requerida.

La ignorancia nos priva de un medio de conocimiento del Sí Mismo. Quizá hayamos escuchado hablar mucho sobre una persona, pero nunca la hemos visto. Incluso si nos sucediera estar en su presencia por casualidad, no obtendríamos el conocimiento sobre quién es sino hasta que alguien nos informara que la persona que

buscamos es la misma que se encuentra frente a nosotros. En este caso, las palabras de aquel que nos dio la información constituyen el medio de conocimiento.

Solo el conocimiento directo es completo y libre de errores. El conocimiento obtenido leyendo o escuchando acerca de un objeto se halla sujeto a cuestionamiento, porque la imagen que se forma en la mente depende de nuestras impresiones pasadas y de nuestras creencias y opiniones. La imagen de un mismo objeto o de una descripción de un mismo objeto, formada en mentes distintas, por lo general difiere de una a otra.

La mayoría de nosotros somos ignorantes del hecho de que somos un ser completo y perfecto. Así como los ojos no pueden mirarse a sí mismos, los órganos sensorios y la mente no pueden percibir al Sí Mismo. Vedanta es un medio de conocimiento del Sí Mismo directo e inmediato. Es capaz de entregar conocimiento del Sí Mismo porque el Sí Mismo está presente siempre. No se encuentra escondido en el corazón espiritual o en un estado trascendente y tampoco está cubierto por el cuerpo físico. Si existes, eres el Sí Mismo. Por lo tanto, siempre estás al alcance de la percepción de ti mismo. ¿En qué momento no te experimentas a ti mismo? Que tú pienses que el mundo que experimentas es algo más que tú se debe a un error en la comprensión. Que no reconozcas quién eres se debe a la creencia de que eres algo o alguien más que tú. Cuando, a la luz de las enseñanzas de Vedanta, esta creencia es investigada y subsecuentemente desechada, tu sentido de limitación se disuelve, porque el Sí Mismo es ilimitado. Así pues, si deseas reconocer la libertad que por derecho es tuya, necesitas exponerte a un medio válido para conocimiento del Sí Mismo.

#### *El texto*

El *Tattva Bodha* fue escrito en el siglo octavo por Shankaracharya y quiere decir "conocimiento de la verdad". Es un texto introductorio que esboza los fundamentos de Vedanta. Después de explicar las cualificaciones necesarias para reconocer al Sí Mismo, trata la relación entre el individuo, el mundo y el Sí Mismo. Explica los términos técnicos que conforman las bases de Vedanta. Sin la comprensión del significado de estas palabras, el medio de conocimiento no puede operar.

# Tattva Bodha

## Invocación

*Reverencias al Sí Mismo, el otorgador  
de conocimiento en la forma de mi maestro. Este tratado,  
“El conocimiento de la Verdad”, es para el beneficio  
de los buscadores cualificados de la liberación.*

Al principio de la mayoría de los textos védicos, usualmente encontramos un verso que indica el propósito del texto, a quién está dirigido y qué beneficio se derivará de su comprensión. En este caso, se dirige a un buscador cualificado y su propósito es explicar la naturaleza de la realidad. El beneficio que trae es la liberación del sufrimiento existencial. El maestro es quien ayuda a eliminar la ignorancia del Sí Mismo.

La sociedad moderna es un mercado de identidades. Pero todas estas identidades se basan en la ignorancia de nuestra verdadera identidad. Aunque las identidades limitadas a menudo resuelven nuestros problemas existenciales, el alivio que ofrecen también es limitado. Si soy homosexual, no puedo ser heterosexual. Si soy un hombre, no puedo ser una mujer. Si soy izquierdista, no puedo ser derechista. Las enseñanzas de Vedanta revelan una identidad que abarca todas las identidades y que no está en conflicto con ninguna.

Para reconocer nuestra verdadera identidad, el proceso de discriminación (*viveka*) debe ser empleado. El conocimiento del Sí Mismo está mezclado con ignorancia del Sí Mismo. Por lo tanto, es necesaria una indagación discriminadora. Esta indagación solo dará buenos resultados si el estudiante está cualificado. Una persona cualificada posee las siguientes cualidades.

### **(1) Discriminación (*viveka*)**

*¿Qué es la discriminación  
entre lo impermanente y lo permanente?  
Es la convicción de que solo el Sí Mismo  
es permanente y que todo  
lo experimentado es impermanente.*

Las personas atraídas por la indagación sobre el Sí Mismo usualmente han tenido experiencias que las convencieron de que hay un algo “espiritual” más allá de lo que perciben con los sentidos, las emociones y la mente. Pero tienen siempre la incertidumbre sobre lo que es. El método fundamental para el reconocimiento del Sí Mismo es la discriminación entre lo que es permanente, el Sí Mismo, y lo que no lo es, la mente y el mundo. Aunque esta realidad es no dual y todo lo que cambia es también el Sí Mismo, este hecho no es conocido por el principiante. Incluso si lo supiera

intelectualmente, tendría también que andar el largo y a veces difícil proceso introspectivo de separar al Yo, el Sí Mismo, de todas sus formas cambiantes.

## **(2) Desapasionamiento (viragya)**

*El desapasionamiento es ausencia del deseo  
de disfrutar el producto  
de las acciones que uno realiza en este mundo.*

Esta cualificación excluye del reconocimiento del Sí Mismo básicamente al noventa y nueve por ciento de la raza humana. ¿Por qué? Porque es precisamente por el deseo de resultados para sus acciones que las personas emprenden la acción. Un buscador de la liberación, sin embargo, ha comprendido y aceptado el hecho doloroso de que los resultados de la acción no erradican de manera permanente su sentido de inadecuación, incompletud y limitación. ¿Por qué? Porque los resultados están condicionados por el tiempo. El desapasionamiento debería surgir de esta comprensión y no por la desesperanza. Es común que las personas se vuelvan negativas cuando han descubierto que el obtener lo que desean y el evitar lo que no quieren no resuelve el problema de la felicidad. Una persona discriminadora se verá complacida al descubrir que los resultados de sus acciones (es decir, lo que sucede en su vida) no es satisfactorio de forma permanente. ¿Por qué? Porque esa comprensión la libera de la compulsión de actuar y permite la actividad espontánea y sin meta. Así mismo, da libertad a la mente para buscar la felicidad en el Sí Mismo.

## **(3) Control sobre la mente y los sentidos (sama y dama)**

La fuerza de voluntad es útil pero no es suficiente para controlar a una mente inquieta. El control sobre la mente quiere decir que la persona no transige ante los miedos y deseos que surgen en la mente sino que vive de acuerdo con un principio más alto. Gracias a la subordinación de uno a un principio más alto la mente llega a la calma.

## **(4) Cumplimiento estricto del deber (uparama)**

El deber es un principio más alto que la acción suscitada por el deseo basado en una creencia personal sobre cómo son los derechos. Cuando uno cumple con su deber hacia uno mismo, hacia su familia, su comunidad y su religión, gana control sobre su mente.

## **(5) Dominio sobre sí mismo (titiksha)**

Mantenerse en el camino que uno ha elegido con un marco mental de alegría sin importar los obstáculos que surjan se conoce como *titiksha*.



### **(6) Fe (shraddha)**

*Fe es la creencia de que lo que la escritura y el maestro dicen es verdad.*

La fe no es creencia ciega. Al contrario, uno debería reflexionar independientemente y analizar lo que se le ha enseñado, con el objetivo de verificar si concuerda con el sentido común y la razón. La fe es la creencia de que un intento honesto de indagación llevará a la comprensión.

### **(7) Enfoque unitario de la mente (samadhana)**

*El enfoque unitario de la mente es la habilidad  
de mantener la mente absorta  
en una línea particular de pensamiento o en un solo tema.*

Todos tienen la habilidad de concentrarse en cosas que particularmente les interesan. El estudiante de la realidad mantiene su mente en trabajo constante reflexionando sobre las enseñanzas de Vedanta.

### **(8) Ardiente deseo de liberación (mumukshutva)**

Un ardiente deseo de liberación quiere decir que la persona ha descartado por completo la posibilidad de que en la vida pueda suceder algo que la haga permanentemente feliz. Como resultado, todo el deseo que anteriormente hacía que el mundo funcionara como tal es empleado ahora en la búsqueda del Sí Mismo. Si este factor está operando intensamente, todas las otras cualidades se desarrollan con gran velocidad. A la inversa, una persona discriminadora y desapasionada con una mente clara no reconocerá al Sí Mismo a menos que desarrolle un interés permanente en ello.

*Estas son las cualificaciones para realizar  
la indagación discriminadora en el Sí Mismo.  
Ningún otro factor es necesario.*

### **Indagar en el Sí Mismo**

El texto ahora discute la naturaleza de la indagación (discriminación) que lleva a la verdad del Sí Mismo.

*Solo el Sí Mismo es real.  
Cualquier otra cosa es irreal.  
Esta es la convicción firme  
de quien indaga*

*y es llamada indagación.*

### ***El Sí Mismo***

*es lo que permanece sin cambio  
en el pasado, en el presente y en el futuro.*

*Existe antes y después del tiempo.*

*Permea y trasciende  
todos los estados de conciencia.*

*Se lo llama Satyam, lo que es.*

*Aquello que no existe,  
como la cornamenta del pez,  
es llamado asat, irrealidad.*

*Aquello que existe pero está sometido al cambio  
es llamado mithya, la realidad aparente.*

*Todas las cosas en los mundos subjetivo  
y objetivo cambian.*

*Toda la existencia puede dividirse en dos categorías:*

*(1) el Yo conocido como aham y*

*(2) el resto del mundo que es llamado "esto" (idam).*

Por causa de la ignorancia sobre la naturaleza del Sí Mismo, el humano siempre está identificado con lo que cambia y es aparente: el cuerpo, las emociones o el intelecto. La creencia de que yo soy el cuerpo, las emociones o los pensamientos constituye una falsa noción del Sí Mismo. Se la llama ego.

Si una persona puede distinguir claramente al Sí Mismo del aparente y cambiante "no Sí Mismo", el "no Sí Mismo" puede ser negado como la identidad primaria y el Sí Mismo real puede ser reconocido y apreciado. La investigación sobre la verdadera naturaleza de uno mismo identificando primero lo que es "no yo" (*anatma*) y subsecuentemente afirmando que uno mismo es el Sí Mismo inmutable, se conoce como indagación (*tattva viveka*). La forma de llevar esto a cabo es comprendiendo que lo que se sabe acerca de uno mismo es diferente de aquel que lo sabe.

**El siguiente análisis muestra cómo el Yo, el conocedor, es diferente del cuerpo con el cual se ha identificado falsamente.**

### **El individuo**

***¿Cuáles son los tres cuerpos (sharira traya)?***

El Sí mismo está siendo aparentemente ocultado por tres cuerpos y posee tres

estados correspondientes. El cuerpo de la comida es llamado cuerpo denso (*sthula sharira*). Los sistemas psicológicos, las emociones, el intelecto y la imagen de uno mismo (ego) son llamados cuerpo sutil. Las semillas de la experiencia pasada del individuo son llamadas cuerpo causal porque provocan sus pensamientos, emociones y acciones.

Los cuerpos Denso, Sutil y Causal son contemplados por el *atman*, el Sí Mismo. Si el Sí Mismo se identifica con el cuerpo denso, parece una entidad en el mundo de vigilia. Cuando se identifica con el cuerpo sutil, parece ser un soñador o un pensador. Cuando se identifica con el cuerpo causal, parece ser quien duerme. Este proceso es similar a un actor interpretando diferentes papeles en un drama o un cristal claro que asume el color de un objeto cercano. Sin embargo, al igual que el actor, el Sí Mismo es diferente de los roles que aparentemente asume. El Sí Mismo es, por lo tanto, conocido como el testigo (*sakshi*) de los tres cuerpos y sus estados respectivos. El Sí Mismo es Yo y los tres cuerpos son “esto”.

### ***¿Qué es el cuerpo denso?***

*Es aquello que está compuesto por los cinco elementos (mahabhutas), espacio, aire, fuego, agua y tierra, después de que estos han completado el proceso de dividirse y combinarse (panchikarana).*

*Nace como el resultado de las acciones meritorias del pasado y es el vehículo por el cual uno tiene la experiencia del mundo.*

*Es nacido, crece, se sostiene y finalmente muere*

### ***¿Qué es el cuerpo sutil?***

*Está compuesto por el aspecto sutil de los cinco elementos (tanmatras) antes de que estos se sometan al proceso de dividirse y recombinarse.*

*Es el resultado de las buenas acciones del pasado y es un instrumento para la experiencia sutil. Está comprendido por diecisiete partes:*

*los cinco órganos de los sentidos (jnanendriyas),*

*los cinco órganos de la acción (karmendriyas),*

*los cinco aires vitales: respiración (prana),*

*evacuación (apana), circulación (vyana),*

*digestión y asimilación (samana)*

*y el poder físico de expulsar los objetos no deseados (udana).*

*Udana está también activo durante el momento de la muerte*

*y es el responsable de expulsar el cuerpo sutil del cuerpo denso.*

*El cuerpo sutil también contiene la mente y el intelecto.*

La mente (*manas*) es el lugar físico de los sentimientos, los estados de ánimo y las emociones. El intelecto (*buddhi*) es la facultad de decidir y la fuente del sentido de ser

un hacedor (*ahamkara*). El Sí Mismo identificado con el intelecto resulta en la creencia “yo soy un hacedor”, “yo soy un conocedor”. La mente y el intelecto son en verdad dos aspectos funcionales del cuerpo sutil. Cuando el cuerpo sutil se siente volitivo, emocional y vacilante es conocido como la mente. Cuando está involucrado en el proceso cognitivo de determinar, decidir y discriminar es llamado intelecto.

*El cuerpo denso, la capa material externa,  
se mantiene viva gracias al cuerpo sutil,  
el cual controla los órganos de percepción y acción  
y los pranas, los sistemas psicológicos.*

*Cuando el cuerpo denso muere, el cuerpo sutil se separa.*

*El cuerpo sutil es distinto de persona a persona.*

*La identificación del Sí Mismo con el aspecto emocional  
del cuerpo sutil, da como resultado emociones como:  
“yo soy feliz”, “yo soy infeliz”, “yo estoy enojado”, etc.*

*Los órganos de la percepción son llamados  
janana indriyas, órganos del conocimiento.*

*Estos son los ojos, los oídos, la nariz, la lengua y la piel.*

*Los elementos que dan pie a los órganos de percepción  
son los siguientes: Espacio para el oído.*

*Aire para la piel. Fuego (luz) para los ojos.*

*Agua para el gusto. Y tierra para la nariz.*

*El campo de experiencia para el oído es el espacio,  
el cual hace el sonido posible.*

*El campo de experiencia para la piel  
es el aire, el cual hace el tacto posible.*

*El fuego (luz) hace posible percibir las formas.*

*La percepción de formas es función de los ojos.*

*La lengua opera porque el agua hace posible el gusto.*

*El propósito de la nariz es conocer los elementos de la tierra.*

*Los órganos de la acción se llaman karma indriyas.*

*Estos son: discurso, manos, piernas, ano y genitales.*

*El elemento responsable para el discurso es el fuego.*

*Para las manos, el aire. Para los pies, el espacio.*

*Para el ano, la tierra. Y para los genitales, el agua.*

### ***¿Qué es la mente? (antahkarana)***

*La mente recibe los estímulos de los sentidos de percepción y unifica o asimila la información en una experiencia. La mente es los pensamientos. Los pensamientos pueden dividirse en cuatro categorías basadas en sus funciones.*

*Cuando la mente se encuentra en un estado de voluntad, de vacilación o de duda, es llamada manas, emoción*

*Cuando la mente se involucra en el análisis de una situación con la idea de tener una determinación, discriminación o juicio, es llamada buddhi, intelecto. Cuando la mente se considera*

*a sí misma como la autora de la acción o la disfrutadora del placer y el dolor, es llamada ego o ahamkara. La parte de la mente que tiene recuerdos y almacena impresiones inconscientes es llamada chitta. La mente responde del modo apropiado a las situaciones que suceden en la vida. Es otra forma de concebir el cuerpo sutil.*

### ***¿Qué es el cuerpo causal?***

*Aquello que es inexplicable (anirvachaniya) y sin principio (anaadi).*

*Es libre de división*

*y es la fuente de la ignorancia del Sí Mismo.*

*Es la causa de los cuerpos Sutil y Denso.*

*Es llamado karana sharira.*

Si somos totales y completos, puros y perfectos por naturaleza, no hay razón para entrar en un cuerpo buscando experimentar el mundo, dado que el mundo es solo un lugar para reunir experiencias con el objetivo de eliminar la sensación universal de incompletud. El verso dice que la ignorancia que nos hace nacer es inexplicable. Esto significa que es anterior a la formación del cuerpo sutil (la mente) y, por lo tanto, no puede ser explicada racionalmente. El dormir es la identificación con el cuerpo causal. En el sueño profundo, todos experimentan la felicidad ilimitada o dicha (*ananda*), como resultado de la ausencia de identificación con el cuerpo o la mente. Durante este estado, uno es libre de las dualidades creadas por los cuerpos denso y sutil y, por lo tanto, tal estado carece de cualificaciones (*nirvikalpa*). Durante el sueño profundo, somos completamente ignorantes de todo; no experimentamos nada en particular. El cuerpo causal es inexplicable porque el estado de ignorancia no es real, es decir, no es existente, ni irreal, porque, de la misma forma, tampoco podemos decir que no existe. La ignorancia que lo crea es opuesta al conocimiento del Sí Mismo y se llama *avidyarupam*. La ignorancia del Sí Mismo verdadero resulta en la identificación con los cuerpos denso y sutil, así como la noción errónea de que, puesto que los cuerpos son limitados, uno es incompleto e inadecuado.

## **La experiencia de la dicha**

El cuerpo causal es el responsable de la dicha que un individuo siente en el estado de vigilia. Hay tres energías (*vrittis*) sutiles que operan en este. La primera es *priya vritti*. Es el gozo sentido con el pensamiento de un objeto por el que se siente agrado. *Moda vritti* es el gozo sentido cuando el objeto deseado está a punto de ser poseído. *Pramoda vritti* es el gozo de experimentar un objeto deseado.

## **¿Qué son las capas (pancha koshas)?**

La palabra “capa” (*kosha*) no indica una verdadera cubierta, porque el Sí Mismo, todo abarcador y penetrador, no puede ser escondido por materia densa o sutil. Una “capa” debe ser comprendida como un error universal que se deriva de la ignorancia del Sí Mismo y que da como resultado la identificación con algún aspecto de uno de los tres cuerpos. Las cinco capas son solo una manera diferente de describir a los cuerpos denso, sutil y causal.

*La primera capa o cubierta del Sí Mismo es el cuerpo.*

*Está compuesta por el alimento y es llamada  
la capa de la comida (annamaya kosha)*

*La segunda capa comprende las  
funciones fisiológicas del cuerpo:  
digestión, respiración, absorción, circulación y excreción.  
Es llamada la capa de la energía (pranamaya kosha)*

*La tercera capa está hecha de proyecciones emocionales, estados de ánimo  
y sentimientos. Es llamada la capa de la mente (manomaya kosha).*

*El intelecto, la facultad por la cual uno es consciente de su conocimiento  
y de sus logros es la cuarta capa  
y se la conoce como vijñanamaya kosa.*

*En el estado de vigilia un individuo sabe ciertas cosas  
y es ignorante de otras. En el estado de sueño profundo  
todos los individuos experimentan el estado de dicha.*

*Puesto que la mente y el intelecto no funcionan,  
en el sueño profundo no hay problemas.*

*El estado de sueño profundo es llamado anandamaya kosha.*

*El hecho de que Yo soy consciente de las cinco capas*

*significa que no puedo ser ninguna de estas.*

Al igual que las posesiones materiales se distinguen de uno mismo, el Sí Mismo no tiene relación con los tres cuerpos o las tres capas. El conocedor es siempre diferente de lo conocido. Por lo tanto, se dice que el Sí Mismo, el conocedor, está “más allá de los cuerpos y de las capas” (*panchakoshatita*).

### **Los tres estados (avasha traya)**

*Los tres estados de la experiencia son los estados de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo y corresponden a los tres cuerpos.*

#### **¿Qué es el estado de vigilia (jagat avastha)?**

*El estado de experiencia en el cual los objetos de los sentidos son percibidos a través de los órganos de los sentidos es el estado de vigilia. Cuando el Sí Mismo se identifica con el cuerpo denso es llamado vishwa, la persona de vigilia. Los cuerpos sutil y causal también están funcionando durante el estado de vigilia.*

#### **¿Qué es el estado de sueño con sueños (swapna avastha)?**

*El estado de sueño con sueños es el mundo proyectado por el cuerpo sutil en el sueño con impresiones (vasanas) obtenidas en el estado de vigilia. Cuando el Sí Mismo se identifica con el cuerpo sutil es llamado taijasa, el resplandeciente.*

*Es un estado luminoso con pensamiento y emoción pero sin realidad objetiva.*

#### **¿Qué es el estado de sueño profundo (sushupti avastha)?**

*El estado acerca del cual uno dice más tarde “no supe nada; disfrutaba lo ilimitado”, es el estado de sueño profundo.*

*El Sí Mismo identificado con el cuerpo causal se conoce como prajna.*

*Prajna* quiere decir “casi ignorante”. Incluso cuando el cuerpo sutil está ausente y, por lo tanto, ningún conocimiento está disponible en el estado de sueño profundo, el Sí Mismo, la conciencia, está presente y, por eso, se llama “casi ignorante”. En los estados de vigilia y de sueño con sueños obtenemos experiencias diferenciadas pero la experiencia en el sueño profundo es universal. No sabemos nada porque la mente, el instrumento de conocimiento está ausente. También somos libres de límites en el sueño profundo. La libertad de las limitaciones es la dicha. He ahí por qué la gente aprecia el sueño. El Sí Mismo, la conciencia, sin embargo, está presente en el sueño profundo, así que, cuando la persona que duerme se convierte en la persona de vigilia, la memoria de la experiencia del sueño sin sueños no desaparece.

### ***El Sí Mismo (Atma)***

*Los tres estados de la conciencia  
pertenecientes al individuo han sido descritos.  
Por esta descripción queda claro que el Sí Mismo  
es el que tiene un nombre diferente en cada estado  
porque está identificado con un "cuerpo" distinto.  
Sin embargo, el Sí Mismo es siempre el mismo  
y es siempre presente en cada estado.  
Es el conocedor de los estados y es,  
por lo tanto, llamado sakshi o testigo.*

No basta con saber lo que el Sí Mismo no es. Para reconocerlo directamente y retener el conocimiento, el buscador necesita saber qué es. El texto ahora explica lo que el Sí Mismo es. Aunque uno, comunmente, escucha que el Sí Mismo no puede ser conocido, solo el Sí Mismo puede ser conocido con certeza, porque es lo único que es inmutable, siempre existente y siempre presente. Los objetos, sutiles o densos, que uno conoce, poseen un status ontológico peculiar: no reales ni irreales. Cualquier conocimiento de ellos se encuentra sujeto a error y a corrección, porque nunca son los mismos.

### ***La naturaleza del Sí Mismo (satchitananda swarupa)***

*Si el Sí Mismo no es ninguna de las cinco capas  
ni ninguno de los tres cuerpos, ¿entonces qué es?  
Es la conciencia de estos.  
Esta conciencia es conocida como chit.  
Debido a chit las cosas son conocidas.  
Por lo tanto, es llamado conocedor.*

*El Sí Mismo no cambia cuando los tres cuerpos  
y sus respectivos estados cambian.  
Está más allá del tiempo y, por lo tanto, se lo llama  
"aquello que existe siempre (sat)."*

*Las limitaciones que los cuerpos sufren  
no afectan al Sí Mismo. Es ilimitado.  
Es autorresplandeciente y ve al espacio como uno objeto  
en su interior y penetra cada átomo del cosmos.*



*Es ilimitado y completo (purna). Es un todo sin partes.*

El Sí Mismo es la naturaleza de cada cosa viviente y no viviente pero no es conocido porque toda nuestra atención es atrapada por:

- (1) El intento de guardarnos de la muerte. La muerte, no obstante, no es un problema para el Sí Mismo. Los intentos de prevenirla, delatan falta de discriminación.
- (2) El intento de obtener libertad de un sentido de limitación percibido. Este esfuerzo es futil, porque el Sí Mismo es ya, de hecho, completo. Los problemas aparentes que los humanos sufren provienen de la identificación innecesaria con aquello que cambia.
- (3) El intento de eliminar la ignorancia buscando conocimiento objetivo. El Sí Mismo, sin embargo, está más allá del conocimiento y la ignorancia. Es aquello por lo cual yo sé lo que sé y no sé lo que no sé.

El tiempo es una proyección de la mente, un concepto relativo, no absoluto. La identificación con el tiempo nos hace preocuparnos por el nacimiento y la muerte. El hecho de que este es relativo queda probado por la experiencia común de que, cuando uno se está disfrutando a sí mismo, el tiempo parece moverse a mayor velocidad, mientras que, cuando uno está sufriendo, parece moverse con lentitud. Lo mismo demuestra el hecho de que, lo que hizo feliz a un niño no necesariamente lo alegra cuando es un adulto. El Sí Mismo es atemporal o eterno. La felicidad como la han definido los humanos no es otra cosa que un estado temporal de la mente.

**La verdadera felicidad sucede cuando uno sabe que es el Sí Mismo. Los objetos no pueden proporcionar la felicidad. Por ejemplo, en el estado de sueño profundo no hay objetos, no hay cuerpo ni mente; sin embargo, uno experimenta la dicha sin límites, el Sí Mismo.**

### **El universo (*jagat*)**

#### ***¿Qué es el cosmos y cómo evolucionó?***

*Ahora explicaremos el cosmos  
y la evolución de los principios cósmicos.*

*El universo, nacido de Maya,  
depende del Sí Mismo, la conciencia, para existir.*

*Esta conciencia es llamada Brahman  
y es uno mismo con Atman, el Sí Mismo.*

*La palabra "Brahman" quiere decir infinito o ilimitado.*

Entonces surge la pregunta: ¿Cómo es que el mundo objetivo, el cual es finito, viene de lo infinito? Debido a que lo infinito no puede tener fin, la presencia de una realidad temporal implica un problema.

## Maya

*Un objeto creado puede serlo a raíz de un cambio  
o una modificación de la sustancia  
con la cual fue hecho, o por un error  
que confunde la verdadera sustancia con algo más.*

Un ejemplo del primer tipo de creación sería un jarrón hecho con un trozo de arcilla. Para comprender la creación como un error en la percepción, tendremos que considerar la siguiente situación. En el crepúsculo, un viajero sediento se acercó al pozo del pueblo. Mientras se agachaba, retrocedió atemorizado al ver una gran serpiente enroscada en el cubo de agua. Incapaz de moverse a causa del temor de ser mordido, imaginó cosas terribles, incluyendo su propia muerte. En ese momento, un anciano que bajaba al pozo notó al viajero que permanecía en su sitio, petrificado por el miedo.

“¿Cuál es el problema?”, le preguntó gentilmente.

“¡Una serpiente! ¡Una serpiente! Traiga un palo antes de que nos ataque”, susurró frenético el viajero.

El anciano explotó en carcajadas. “Oye”, dijo, “tranquilo. No hay serpiente. Es solo la soga del pozo enroscada en el cubo. En la oscuridad se ve como una serpiente.”

En este caso, la serpiente fue creada por la ignorancia del viajero acerca de la soga. Este poder de proyección es universal y sucede en todos los momentos durante casi todo lo que experimentamos. Es la causa principal de los conflictos sociales, por ejemplo. El proceso de la indagación del Sí mismo básicamente consiste en que nos hagamos conscientes de las propias proyecciones y descartemos la parte del Sí Mismo, la mente, que las ocasiona.

### **¿Quién o qué es Dios?**

El poder por el cual el Sí Mismo parece ser el cuerpo y la mente es conocido como *Maya*. Debido a que esta es una realidad no dual compuesta solo de conciencia ilimitada, es decir, el Sí Mismo, este poder reside en este Sí Mismo. Cuando el Sí Mismo opera este poder y produce la, en apariencia, experimentable realidad que llamamos mundo, es llamado Dios, el creador (*Ishvara*). Cuando se identifica con los tres cuerpos es llamado individuo (*jiva*). Esencialmente, el individuo y Dios son el mismo, pero también hay una diferencia. El individuo se encuentra bajo el control de *Maya* y solo puede crear un mundo personal a partir de sus pensamientos, pero Dios controla *Maya* y crea el mundo material.

Mientras uno se siente separado de todo, sufre. ¿Cómo podría entonces uno reconocer su identidad con Dios, la totalidad? El individuo posee tanto un cuerpo sutil como un cuerpo denso. Mientras que el cuerpo denso absorbe la conciencia como un ladrillo absorbe la luz, el cuerpo sutil es reflector y el Sí Mismo puede ser aprehendido en este.

También puede suceder mediante la contemplación sobre la localización de los objetos. Un hombre se encuentra frente a un árbol. ¿Dónde es que experimenta al árbol? ¿La experiencia está teniendo lugar fuera de su cuerpo, en el árbol? No es así. Sucede en su conciencia. ¿Qué tan lejos está el árbol de la conciencia? ¿Existe alguna separación entre ellos? No. La conciencia toma la forma de un árbol y lo

experimenta. Por lo tanto, todo lo experimentado no es otra cosa que la conciencia. Si Dios es el universo y el universo se experimenta en la conciencia, entonces Dios está en la conciencia y no separado de ella. Si el “yo” es conciencia, entonces el “yo” no está separado de Dios.

Maya es la causa (*karana*) del efecto (*karya*) conocido como creación. La creación de cualquier objeto siempre involucra tres aspectos: conocimiento (*jnana*), el cual viene del principio de luz, *sattva*; actividad (*kriya*), el cual procede del principio energético, *rajas*, y la materia inerte, *tamas*. *Sattva*, *rajas* y *tamas* son los tres *gunas*. *Gunas* quiere decir ataduras. Son llamados ataduras porque la identificación con ellos ata al individuo con el mundo. *Maya* y la creación dependen del Sí Mismo pero el Sí Mismo es eternamente libre de ellas.

### Creación

Dos causas son necesarias para cualquier creación deliberada: una causa eficiente (*nimitta karana*) y una sustancia material (*upadana karana*). Cuando un jarrón es creado, la mente del alfarero y la idea en este son la causa eficiente y la arcilla es la causa material. La causa eficiente debe contar con los conocimientos necesarios, inteligencia y poder para crear.

De acuerdo con la creación del universo, podría parecer que el Creador creó el mundo a partir de la materia. ¿Pero quién creó la materia? Lo que sucede es algo similar a lo que pasa con una araña que es tanto la sustancia de la telaraña como la inteligencia que le da forma.

### Los elementos

La siguiente sección del texto describe el proceso de evolución de los elementos densos y sutiles que conforman el universo. Los objetos sutiles se desarrollaron a partir de elementos antes de su división o recombinación. Los elementos han evolucionado de *Maya*, que a su vez es el poder de *Brahman*, el Sí mismo. Por lo tanto, el Sí Mismo es la sustancia fundamental a partir de la cual el universo de materia (energía) densa y sutil está formado.

La complicada y larga descripción en el texto que describe la creación de los elementos no necesariamente se dirige al sujeto de la indagación del Sí Mismo, en la medida en que el conocimiento de la forma en que los objetos están hechos no es de utilidad en la práctica de la indagación. Por lo tanto, he decidido no incluirla. La creación está siempre presente en la forma del cuerpo y la mente del individuo y este necesita eliminar su identificación con las sensaciones, pensamientos y emociones que surgen en la mente que reconoce al Sí Mismo. Vedanta no aconseja la eliminación del pensamiento, sino de la identificación del Sí Mismo con el pensamiento.

El espacio trasciende todo lo que hay en él. Por lo tanto, cuando uno mueve un objeto de un lugar a otro, no necesita mover el espacio ocupado. De manera similar, la conciencia o *Atman* se encuentra en todos lados. El cuerpo sutil está siempre en la conciencia. Resplandece en la conciencia cuando es libre de agitación y torpeza. Si uno medita en la mente bajo esta condición, uno puede ver con facilidad el reflejo del Sí Mismo. Mientras uno medita con el Sí Mismo en la mente, uno debería pensar con claridad acerca de lo que es y cómo es que se relaciona con los cuerpos Denso y Sutil, teniendo siempre en cuenta que lo que uno experimenta no es otra cosa que el Sí mismo... aunque no lo parezca. El propósito de todas las enseñanzas de Vedanta es ayudar al individuo a comprender su identidad con el Sí Mismo. Esta identidad está contenida en el mantra, “*tat tvam asi*”, el cual quiere decir “eso (la conciencia) eres tú.”

Leer las escrituras no traerá el conocimiento del Sí Mismo, porque las escrituras, como la vida, están llenas de paradojas. La paradoja sutil del individuo y la totalidad puede ser removida con la ayuda de un maestro que tiene la comprensión correcta y la capacidad de comunicarla de acuerdo con la metodología básica de la enseñanza. Al contrario de Yoga, Vedanta no es un sistema de prácticas para hacedores. Es una revelación a través de paradojas.

### ***¿Qué es una persona que ha reconocido al Sí Mismo (jivanmukta)?***

*Es alguien que ha comprendido*

*(1) que el Sí Mismo es ilimitado,*

*(2) que el Sí mismo y el mundo no son diferentes entre ellos y*

*(3) que aquel que tiene esta visión es el Sí Mismo, no un individuo separado.*

La idea misma de una persona que ha reconocido al Sí Mismo es, de hecho, contraria a las enseñanzas más avanzadas de Vedanta. ¿Por qué? Porque esta es una realidad no dual. En una realidad no dual no hay dos (o más) sí mismos. “Persona” es un concepto que significa que el Sí Mismo ilimitado es limitado a un cuerpo y una mente específicos. El reconocimiento llega cuando el Sí Mismo, el cual ha estado sufriendo bajo un aparente sentido de limitación, remueve la noción de que es una persona.

Sin embargo, este texto fue escrito para aquellos que están atrapados en la red de la dualidad y piensan en sí mismos como “personas”, por lo cual el texto explica al Sí Mismo en términos de una identidad limitada. Un “jivanmukta” es alguien “liberado en vida”. Pero uno no puede, en realidad, “estar liberado” (porque, de hecho, ya es libre), a menos que la liberación o iluminación sea vista como una remoción de la ignorancia del Sí Mismo.

Liberación, iluminación, reconocimiento del Sí Mismo se refieren a la firme convicción de que uno carece de forma (*nirvikalpa*) y es puro como el cielo. Es la comprensión rápida y firme de que uno es libre de todo (*asanga*) y es autorresplandeciente (*prakasa svarupa*). Quien está liberado es como una ola que comprende que no está separada del oceano. No luce diferente a otros seres humanos. No se siente inclinado a desarrollar una identidad como un ser iluminado para impresionar a los otros. Su cuerpo físico sigue estando como resultado de las acciones pasadas que aún siguen teniendo efecto (*prarabdha karma*). No lleva a cabo acciones teniendo un sentido de ser un hacedor y no se preocupa por los resultados de sus acciones.

### ***¿Qué tipo de conocimiento es el conocimiento del Sí Mismo?***

*El conocimiento del Sí Mismo es conocimiento inmediato (aparoksha jnana).*

El conocimiento es obtenido en tres maneras: (1) por percepción directa de los órganos de los sentidos (*pratyaksha*); (2) indirectamente, a través de la inferencia, cuando el objeto de conocimiento está lejos del perceptor (*anumana*), y (3) el conocimiento inmediato (*aparoksha*). El conocimiento inmediato es conocimiento de algo que está presente pero no es conocido. El Sí Mismo está siempre presente. Sin él, nada puede ser experimentado o conocido. El conocimiento del Sí Mismo es “yo soy ilimitado”, y no “yo conozco/experimento al Sí Mismo”. Si el conocimiento que se tiene es equivalente a la afirmación “yo experimento al Sí Mismo” uno debe continuar la indagación.

## **¿Qué es karma?**

El individuo (*jiva*) no tiene principio porque nació de la ignorancia, la cual no tiene principio. Durante su existencia asume diferentes formas y atraviesa incontables nacimientos y muertes. Cuando tiene forma humana, lleva a cabo buenas y malas acciones (*karmas*) con un sentido de ser el hacedor. Si una acción es buena o mala está determinado por el motivo, en lugar de por la acción en sí misma. La ley de *karma* es la ley de causa y efecto. Toda acción produce un efecto. Cada acción produce un efecto sutil o invisible, dependiendo del motivo. Cuando el motivo es noble, el *karma* se llama *punya*. *Punya karma* tiene como resultado una experiencia feliz en esta vida y la siguiente. Cuando el motivo es egoísta o perjudicial, el *karma* tiene el nombre de *papa*. *Papa karma* da como resultado miseria en esta vida y la siguiente.

## **¿Cuántos tipos de karma existen?**

### **(1) Agami karma**

Las acciones que un individuo realiza intencionalmente, a lo largo de su existencia humana, con un sentido de ser el hacedor, que dejan impresiones positivas (*punya*) y negativas (*papa*) en el cuerpo causal y fructifican en el futuro, son llamadas *agami karmas*. Los animales no tienen *karmas* porque no poseen un sentido de ser hacedores en ninguna de sus acciones. *Agami karma* es destruido por el conocimiento “Yo soy conciencia ilimitada”.

### **(2) Sanchita karma**

El abastecimiento de *punyas* y de *papas* acumulados a lo largo del tiempo, los cuales permanecen en la cuenta *karmica* de cada individuo esperando fructificar, es llamado *sanchita karma*. *Sanchita karma* es destruido por el conocimiento “yo soy conciencia ilimitada”.

### **(3) Prarabdha karma**

En un cuerpo nacido, los resultados de acciones previas que fructifican en esta vida, los cuales pueden ser agotados sufriendolos o disfrutándolos, son llamados *prarabdha*.

*El prarabdha karma* determina la forma de cuerpo que uno toma en esta vida y el tipo de ambiente que es más adecuado para realizarlo. Que el ambiente sea placentero o no queda determinado por el tipo de *karmas* que estén función. Cuando el *prarabdha karma* es agotado, el cuerpo muere.

La ley del *karma* y los tres tipos de *karma* explican la variedad y diversidad de la vida humana y de la vida en general. Algunas personas son felices y otras no, por ejemplo. Incluso, en la vida animal o vegetal, esta diversidad es evidente. La razón es la gran variedad de *karmas*. Así como el soñador se hace libre de todas las acciones que llevó a cabo durante el sueño en el momento en que despierta, el alma realizada es libre de *sanchita* y *agami karma* cuando despierta al conocimiento “yo soy total y

completa conciencia libre de acción”. Incluso los *prarabhdha karmas* que fructifiquen en su vida no lo afectarán.

Así como un hombre que se ve a sí mismo en un espejo distorsionado o cóncavo sabe que es libre de las limitaciones de su imagen alterada, un alma que ha reconocido al Sí mismo también sabe que no está sujeta a las limitaciones del cuerpo y de la mente.

El conocimiento es el único medio para reconocer al Sí Mismo, así como el fuego es el único medio para cocinar el alimento, así como el combustible es lo necesario para encender un fuego. De la misma manera, se requieren métodos y técnicas de preparación para el conocimiento. Las técnicas de purificación que tienen como resultado el desarrollo de las cualificaciones descritas más arriba, son llamadas Yoga y su explicación aparece en las escrituras sobre Yoga. Las técnicas empleadas para obtener el conocimiento del Sí Mismo son escucha (*sravana*), reflexión (*manana*) y asimilación (*nididhasana*) y constituyen la práctica (*sadhana*) de Vedanta.

Para que el conocimiento sea obtenido uno debe primero escuchar lo que es. Después de la escucha, uno debe reflexionar e indagar para cerciorarse de que lo que escuchó es verdad. Una vez que está convencido, uno necesita vivir de acuerdo con la verdad. Si una persona cree que es limitada, inadecuada e incompleta, jamás será una fuente de gozo. Sin embargo, si después de una larga contemplación uno acepta completamente el hecho de que es total y completo, la vida será un gran placer.

**Fin**

## Una confesión

Si el lector compara el texto de arriba con el original en sánscrito, encontrará varios casos donde esta versión no es una réplica exacta del original. Esto no se debe a un error. La copia sobre la que trabajé, una publicación de la Misión Chinmaya, escrita hace unos cuarenta años, contenía todos los versos originales, pero la presentación era poco inspiradora. Por lo tanto, elegí presentar el texto en un formato más fácil y amigable. Así pues, he combinado y condensado algunos versos. Me apegué, en gran medida, al comentario original realizado por una de las Swaminis de la Misión, pero en ocasiones he añadido otros ejemplos y explicaciones relevantes de la tradición Vedanta.

## Una justificación

¿Cómo puedo justificar unos cuantos cambios en el formato original? ¿No son estos textos antiguos algo sacrosanto? Sí y no. En primer lugar, no obtengo ninguna ganancia personal por la realización de estos cambios. Vedanta es el amor de mi vida precisamente porque es sabiduría impersonal que ha pasado la prueba del tiempo. Desafortunadamente, no existe un organismo oficial con estatuto legal, compuesto por sabios y financiado de manera anónima a perpetuidad, que pueda controlar la publicación y distribución de la literatura védica con el objetivo de mantener su pureza. La publicación continua de Vedanta a lo largo de los siglos ha sido llevada a cabo por dedicados expertos que comprendieron su importancia histórica y espiritual, así como por almas que reconocieron al Sí Mismo, quienes se vieron transformadas por Vedanta y el entusiasmo y la compasión los llevó a mantenerlo vivo. Desafortunadamente, hay muchas personas que han despertado fuera de la tradición y que no comprenden su significado pero reconocen su genio y suponen que es sabiduría que puede ser mejorada o “adaptada” a los tiempos modernos. No es así. Los seres humanos son seres humanos. Lo que son lo serán siempre. Hace mucho tiempo, algunos pioneros espirituales en India fundaron el camino de salida para el problema de ser un ser humano y esta sabiduría se convirtió en Vedanta. No hay necesidad de reinventarlo. Desafortunadamente, la explosión mundial de la búsqueda espiritual que ha estado sucediendo durante los últimos treinta y cinco años ha producido un gran número de personas “despiertas”, de las cuales muchas no se han tomado el tiempo para purificar su comprensión al nivel del alto estándar de Vedanta tradicional. Por lo tanto, un grado de corrupción ha aparecido recientemente, de lo cual el mejor ejemplo es la inmediata y firme confusión entre las enseñanzas de Yoga y las de Vedanta. Yoga es una disciplina secundaria, que está debajo del paraguas general que es la enseñanza de Vedanta tradicional. Se dirige a los que se ven a sí mismos como hacedores y la gente que lo sigue cree que, hasta que la experiencia pruebe lo contrario, la iluminación es algún tipo de experiencia única de *nirvana* o *nirvikalpa samadhi*. Sin embargo, debido a que la gente está tan orientada hacia la experiencia, es fácilmente seducida por la perspectiva de Yoga y con facilidad descartan el verdadero significado de Vedanta, el cual es: la ignorancia, no la falta de una experiencia permanente del Sí Mismo, es la responsable del sentido de limitación que aqueja a la mente humana.

*Tattva Bodha*, sin embargo, no sufre del mismo problema. Es solo un texto que sienta las bases para la enseñanza tradicional por medio de la introducción al lenguaje que se utiliza para remover la ignorancia del Sí Mismo y para revelar al Sí Mismo. Su problema es menos obvio; el lenguaje ha cambiado, como siempre pasa, y las traducciones que le sirvieron a generaciones previas, no funcionan tan bien el día de hoy. Sucede que los textos de Vedanta se han traducido al inglés durante más de cien años. El inglés victoriano con el que se realizó la primera ola de traducciones ha cumplido ya con su propósito y no llega más al público. Así que asumí la misión de actualizar el inglés de algunas de las traducciones de los textos importantes. Me siento

especialmente calificado para hacer esto porque, como mencioné arriba, mi amor por Vedanta es puro. En segundo lugar, lo aprendí desde “adentro”, en India, de los sabios indios que aún hoy siguen conectados a la tradición ancestral. En tercer lugar, porque mi comprensión de las enseñanzas es “comprensión”; quién soy yo y la forma en que vivo no está separado de ellas. Por último, amo las palabras y las he mantenido en la naturaleza siempre cambiante del inglés. Resulta también que esto funciona, porque otros trabajos que he actualizado han tenido un impacto profundo en las vidas de la gente. Si eres un purista y quieres estar seguro de que no he tomado ningún atajo puede revisar el sánscrito original y compararlo con esta copia. Mi predicción es que no encontrarás ninguna discrepancia grave y que, en espíritu, verás lo mismo que en el original.