

Capítulo 2

Conocimiento y experiencia

¿Cómo me libero?

En el momento en que dejas de buscar en el mundo de los objetos, estás listo para la opción del espíritu. Cuando yo tenía veinticinco años y me encontraba en las garras de una profunda desesperación, experimenté una epifanía de proporciones épicas que cambió mi vida por completo y me introdujo en el camino de la iluminación. Sin embargo, la búsqueda no necesita comenzar con un evento dramático. Acaso un libro como *El poder del ahora* llegó a tus manos y te guió a otros libros, hasta que, eventualmente, descubriste la idea de la no dualidad. Tal vez, por razones de salud, comenzaste a practicar yoga y después te interesaste por la meditación, lo cual te llevó a la idea de la iluminación. Quizá tropezaste con un Buda de piedra en una venta de garaje, lo colocaste en tu jardín y, al mismo tiempo, notaste que tu mente ya no se preocupaba más por las cosas mundanas. También pudo haber sucedido que alguien te llevó a visitar a un famoso santo que se dedicaba a dar abrazos y, sin que lo esperaras, sucedió algo inexplicable en ti. Cuando estés listo, descubrirás innumerables senderos que aparentemente llevan más allá del mundo.

Si pensabas que el mundo era un gigantesco mercado de objetos y actividades, pronto descubrirás que el mundo espiritual es también un mercado enorme de objetos y actividades. Como los vendedores de la televisión, innumerables gurus, avatares, chamanes y yoguis ¡tienen el trato perfecto para ti! ¡Libertad! ¡Iluminación! ¡Kundalini! Dicen que hay una energía con forma de serpiente oculta en el interior de la columna vertebral. Para despertarla de su sueño, se supone que debes comer como un pájaro, efectuar exhaustivos ejercicios de respiración, cantar mantras impronunciables y olvidarte de dormir. Yo comí cucharadas de pimienta y deglutí metros de tiras de algodón que después extraje de mis entrañas impregnadas de fluidos. ¡La purificación!

Cuando Kundalini despierta, se desliza en forma ascendente por tu columna vertebral atravesando varios *chakras*. Es un camino apasionante y lleno de peligros. El Kundalini no es fácil de controlar y puede escurrirse hacia una de las corrientes menores que fluyen a través del sistema nervioso central, atrincherarse ahí y promover todo tipo de travesuras. Pero, si todo va bien, continúa subiendo en la

espiral. Al entrar en contacto con el *chakra* del corazón, libera amor incondicional. Cuando penetra en la mente, la sabiduría fluye como un río crecido. Y por último, ¡el gran final! Provoca una explosión al cruzar por el umbral de la puerta mística ubicado en la parte superior de la cabeza y se funde con la conciencia, el sí mismo ilimitado, lo cual desencadena un increíble orgasmo espiritual que dura para siempre ¡y te libera!

O tal vez tienes una veta austera. Prácticas Vipassana, una antigua técnica de meditación, y te encuentras sentado en soledad dentro de un cuarto mientras contemplas, de manera interminable, tu respiración. La conexión entre esta actividad y la libertad no siempre es obvia pero los maestros dicen que un buen día alcanzarás un estado en el cual no existe el sufrimiento: *nirvana* o *samadhi*. Quizá te topes con un método moderno y acabes uniéndote a un culto donde te conectan a una máquina que monitorea tu cerebro para “limpiarlo”. Dicen que hay formas de contactar “maestros ascendidos” que te iluminan desde planos extraterrestres. La vida moderna es un verdadero mercado de caminos mundanos.

La espiritualidad es un mundo atractivo, romántico, exótico, misterioso y prometedor. Sin embargo, es triste decirlo, la psicología básica que opera ahí no es diferente de la psicología que opera en el mundo de cada día, el cual habías dejado atrás: haz esto y obtén esto otro. Siempre has trabajado duro para obtener cosas del mundo, por lo que, sin pensarlo demasiado, asumes que la búsqueda de la liberación es como la búsqueda de cualquier otro objeto... que puede ser obtenida por medio del esfuerzo. Así que trae tu pico y tu pala y ven a trabajar en las minas espirituales de sal.

Definición de la dualidad – Sujeto y objeto

Eventualmente, te encontrarás con otras encrucijadas. Con la finalidad de no perderte en el camino, es necesario resolver la cuestión de la acción antes de seguir adelante.

¿Cuál es la base de la idea de que puedes obtener la liberación haciendo algo? Para todos los efectos y propósitos, parece que la acción puede liberarme porque, cuando obtengo lo que deseo, aparece una sensación de libertad. Pero, ¿realmente puede?

La idea de que el *karma* (hacer algo) puede liberarme, está basada en la idea de que la realidad es una dualidad. En su formulación más fundamental, la dualidad significa esto: “Yo estoy aquí. Los objetos están allá. Los objetos son diferentes de

mí. Ellos tienen lo que deseo.” Esa es la manera en que la realidad se nos presenta y eso es lo que creemos. A partir de esta premisa, mi razonamiento inconsciente continúa: “Puesto que yo no me siento libre y la experiencia de libertad es posible, debe estar disponible en algún sitio, así que necesito hacer algo para llegar ‘allá’”. En este caso, “allá” se refiere a un tipo diferente de experiencia, es decir, una experiencia de iluminación. Pero recuerda que las experiencias son objetos también.

De nuestro análisis sobre la ubicación de los objetos, sabemos que la realidad es no dual, *a pesar de que las apariencias indiquen lo contrario*. Dijimos que los objetos son experimentados en mí por medio del instrumento experimentador, la mente, y que la mente es un objeto que tampoco está separado de mí. A instancias de algún poder misterioso la mente toma la forma de objetos que parecen ser diferentes de mí, el sujeto. Puede hacer esto porque no tiene una estructura por sí misma. Carece de forma.

Algunas enseñanzas dicen que la mente se transforma en los objetos, pero eso no es verdad. Si se transformara en los objetos, no podría cambiar para transformarse después en otro objeto y quedaríamos atrapados por siempre en una experiencia. Por un segundo, puedes experimentar un árbol y, en el siguiente, un perro o una manzana, sin ningún cambio en la naturaleza de la mente. La mente continúa adoptando diferentes formas sin ser afectada por ellas. Decimos que la mente “aparece” como objetos. Es como una pantalla cinematográfica en la cual aparecen objetos sin provocar cambio en la pantalla. Los objetos son estructuras en la conciencia, relativamente estáticos o altamente maleables, con naturalezas propias y peculiares. Las estructuras relativamente estáticas son los tres cuerpos, acerca de los cuales se ahondará más adelante, y las estructuras maleables son las experiencias predecibles que suceden en los tres cuerpos. Las estructuras estáticas (los tres cuerpos, tres estados, tres cualidades y cinco elementos) conforman un mundo razonablemente viable para que nosotros podamos funcionar. La naturaleza de la mente, el Cuerpo Sutil, es revelar los objetos. Si los objetos fueran como la mente, sin forma, sería imposible trabajar con un propósito. Pero la mente es la conciencia sin forma.

Los objetos, las estructuras, están hechos de conciencia, al igual que una telaraña está hecha de araña. Y la conciencia, como la araña, es consciente, mientras que la telaraña, como los objetos experimentados, no es consciente. *La experiencia es conciencia pero la conciencia no es experiencia*; así como la telaraña es la araña pero la araña no es la telaraña. El amor o el odio o cualquier otra cosa que sea el objeto experimentado estarán hechos de tu propia conciencia.

Los objetos físicos parecen reales, dado que los sentidos, que son funciones organizadas relativamente permanentes que surgen en la conciencia, parecen ser sólidos. Hay un poder¹ que no está ni dentro ni fuera de la conciencia, el cual ocasiona que eso suceda. Esto es algo bueno porque sin una estructura nadie podría levantarse de la cama e ir a trabajar, sencillamente porque nada seguiría su naturaleza y la vida sería impredecible por completo. En otras palabras, los sentidos hacen que la conciencia parezca sólida, pero en realidad no lo es, a pesar del hecho de que es el sustrato permanente de la existencia.

Debido a que los objetos no son sólidos, sino que, en realidad, son la mente apareciendo como objetos, estos pueden ser reducidos a solo conciencia. Cuando investigas los objetos materiales, se descomponen en átomos, protones, neutrones y electrones, y luego en quarks y mesones, e incluso en otros infinitamente pequeños trozos de materia, hasta llegar al bosón de Higgs. Una vez que has descendido hasta cierto nivel de la materia, las partículas se convierten en ondas y estas ondas aparecen y desaparecen en el “espacio”. No podemos ni siquiera decir qué es el espacio, porque no es un objeto sensible. Y cuando consideras los objetos sutiles, como los pensamientos, sentimientos, recuerdos, sueños y fantasías, es obvio que tampoco son sustanciales. Así que no hay nada sustancial que pueda ser experimentado “allá afuera”, a excepción de nosotros mismos como conciencia en forma de objetos.

La experiencia en sí misma, el contenedor de experiencias que surgen a intervalos, es el único objeto que es permanente. Los individuos vienen y van pero la experiencia perdura. Las experiencias surgidas a discreción nunca son permanentes; lo que llamamos experiencia en el nivel individual es solo la mente reflejando (e interpretando cuando el intelecto está en funcionamiento) los objetos que aparecen en ella. Y la mente es solo conciencia... que soy yo. Así que, en realidad, me estoy experimentando a mí mismo, con o sin objetos, densos y sutiles. La única interrogante que se mantiene es: ¿soy libre o no lo soy?

Ahora que la naturaleza de la experiencia y de los objetos ha sido comprendida, volvamos al problema de la acción. Quienes defienden el camino de la acción para la iluminación dicen que puedes alcanzar la liberación por medio de prácticas espirituales: lleva a cabo este yoga, haz esta meditación, canta un mantra o visita a un guru y permite que te transmita la iluminación. Es increíble la cantidad de esfuerzo invertida en prácticas espirituales con la idea de que pueden entregar un estado permanente de gozosa iluminación.

¹ Maya. Será explicado con detalle más adelante.

Todos toman al ser como si fuera un hacedor de acciones, así que, si la enseñanza desplegada hasta aquí es verdad, hemos llegado a un momento álgido del camino espiritual. Cuando vivía en una cabaña en la montaña, era necesario matar decenas de ratas para permanecer ahí. Una por una, fui descubriendo sus madrigueras y me dediqué a bloquearlas, lo que las forzaba a escapar hacia mis trampas. ¡Tengan cuidado, ratas! Lentamente, la lógica de Vedanta está cerrando los túneles de escape. La trampa está a punto de cerrarse con un golpe. Primero, te diste cuenta de que no puedes escapar por la madriguera del objeto. Ahora estás a punto de descubrir que no puedes escapar por el túnel de la iluminación. El hiperactivo hacedor, ansioso como una rata, debe morir para que la indagación prosiga.

¿Qué es la libertad?

Es la ausencia de límites. Quiere decir que ninguna frontera te contiene, te restringe, te define o te modifica. Es un objetivo que vale la pena. De hecho, es el único objetivo.

Como un ser limitado, tú actúas con el fin de obtener resultados que deseas disfrutar. Con la acción puedes: obtener algo, mantener algo, cambiar algo, deshacerte de algo, purificar algo o crear algo. No obstante, por medio de la acción es imposible obtener algo que ya tienes.

La idea de que la iluminación puede ser obtenida a través de la acción, que está basada en la noción experiencial de la iluminación, no funciona, debido a que se contradice con la irrefutable naturaleza de la no dualidad. Dicha idea se basa en la apariencia de las cosas y no en la realidad de las cosas. Y las apariencias no son permanentes, así que la iluminación que yo podría ganar con la acción no duraría.

Solo hay una cosa ilimitada, la cual no es una cosa. Es la conciencia, tu verdadero sí mismo. De hecho, solo hay conciencia, a pesar de que las apariencias indiquen lo contrario. La realidad eres tú, conciencia no dual total y completa.

Esta es la esencia de las enseñanzas de Vedanta. Así que, si no comprendes esto (y no te sientas mal si no es así, por lo menos no hasta que hayas terminado este libro), te encontrarás a ti mismo efectuando acciones limitadas para obtener un resultado ilimitado, sin saber que el resultado sin límites ¡eres tú! Uno de los grandes maestros de nuestra tradición, llama a Vedanta el “yoga del no contacto”. Yoga quiere decir contacto.

Los caminos no funcionan

El no apreciar este hecho básico descalifica prácticamente a cualquier buscador de la iluminación. Debido a que la acción no cumple su cometido y los buscadores están entregados a la acción, se ven obligados a depender de fantasías sobre la liberación. Vedanta no es un camino espiritual. No promete una experiencia mística. No busca unirte a nada, porque ya estás unido. No quiere cambiar tu experiencia, aunque la experiencia se transforma cuando has comprendido quién eres. No desea arreglarte, porque no estás roto. No trata de sanarte porque no estás enfermo. Se halla basado con firmeza en la realidad. Es conocimiento existencial de sentido común.

La acción es inevitable en el mundo de cada día y definitivamente posee un lugar en el mundo espiritual, como veremos; sin embargo, no es un boleto directo hacia la liberación. Algunos argumentan que Vedanta, la indagación, es una acción, pero no es así. Es la naturaleza del sí mismo y he ahí por qué está sucediendo todo el tiempo para todos. Aun así, si lo sigues creyendo, nosotros no lo discutiremos. De cualquier manera, deberías saber que Vedanta trae un resultado diferente al de las acciones ordinarias. Produce conocimiento, no una experiencia particular.

Para obtener lo que ya tienes, ¿qué puedes hacer? Solo puedes saber que ya lo tienes y saber qué es lo que significa tenerlo. No hay otra posibilidad. ¿Qué conclusión podemos extraer de este hecho? Solo una: si deseas ser libre, necesitas convertir tu deseo de experiencia en deseo por el conocimiento del sí mismo.

Quiero conocimiento del sí mismo

La búsqueda de conocimiento del sí mismo es diferente de las otras búsquedas porque, si comprendes quién eres, no necesitarás comprender nada más, mientras que el conocimiento de objetos solo revela más ignorancia. Vedanta dice: “¿Qué es aquello que, cuando es conocido, todo lo demás es conocido?” Si comprendo quién soy yo, mi búsqueda termina.

¿Cuál es el conocimiento del sí mismo? Es “yo soy la conciencia”. Este conocimiento me libera porque solo hay un yo, dado que todos los objetos son solo la conciencia, y yo estoy siempre presente. Si yo soy siempre libre y siempre presente, todo lo que requiero para hacerme libre es darme cuenta.

¿En qué momento no estoy presente como conciencia? Si posees un objeto y crees que el objeto está haciéndote feliz, entonces tienes un problema, porque ningún objeto puede permanecer contigo para siempre. Todos los objetos, todos los estados de la mente, emociones, pensamientos, ideas, circunstancias, situaciones, seres queridos y objetos físicos, van y vienen.

En mi caso, yo no voy y vengo. Los objetos surgen y desaparecen en mí, pero yo permanezco igual. Incluso más allá de la muerte. Decir que yo no existiré implica que yo tendría que estar presente para observar mi no existencia. Sin embargo, jamás hay un instante en el que yo, la conciencia, no esté presente. Yo estoy ahí como testigo de la muerte de mi cuerpo y mi mente.

Si dices que tú o yo (solo hay una conciencia y tú y yo somos uno) no estamos presentes en el sueño profundo, estarás equivocado. ¿Por qué preparas la cama y tu habitación con tanto cuidado? Cuando los muchachos de la casa de al lado vuelven a su casa borrachos y ponen música a todo volumen, ¿estarías feliz de que te despertaran? Si no estuvieras ahí, no te molestaría ese ruido. Definitivamente, estás presente durante el sueño profundo. Solo porque la persona que aparece en tu licencia de conducir no estuviera presente, no quiere decir que tú no estuvieras ahí.

Al dormir te disfrutas a ti mismo sin los objetos. Eres feliz, completo, total y todo está bien. Después, de súbito, eres tomado lejos de la experiencia de gozo y felicidad que es tu naturaleza, y dejas de ser feliz.

Si yo jamás dejo de estar presente y mi naturaleza es la dicha ilimitada, entonces no tengo un problema de acción o de experiencia en lo que concierne a la liberación. Tengo un problema de conocimiento. Si esto es verdad, necesito un medio de conocimiento, porque el conocimiento, incluido el conocimiento del ser, no sucede por sí mismo. Requiere de un medio.

Antes de que pasemos a la próxima enseñanza, sobre el medio de conocimiento, es importante colocar algunos clavos más sobre el ataúd de la iluminación experiencial. Si no puedes aceptar estos argumentos, encontrarás que el camino hacia la iluminación será ciertamente muy escarpado. Gran parte de las enseñanzas sobre la iluminación entran en la categoría experiencial, así que, si sigues la lógica aquí mostrada, te encontrarás bastante solo cuando terminemos nuestra indagación. Por fortuna, Vedanta es el último umbral y puede liberarte.

Desenmascarar ideas populares no me hace popular pero debo decir la verdad. Una persona con la mente abierta, sin embargo, será feliz de escuchar las

desventajas, así como las ventajas, de todas las cosas, incluyendo el asunto de la iluminación. Si alguna de las siguientes ideas está relacionada con los nombres de gente por la que sientes devoción, no pienses que esto es un ataque hacia ellos. No estoy tratando de derribar a nadie para ensalzarme yo. Aquí no hay nada personal. La lógica habla por sí misma.

La libertad ante la dependencia por experimentar objetos para hacerte feliz es la liberación. La liberación es difícil porque estamos casi por completo condicionados a la idea de que lo que experimentamos nos define y nos valida. Suponer que es así es como poner la carreta adelante del caballo. Nos convierte en víctimas de lo que sucede, cuando, en realidad, estamos más allá de cualquier suceso. Esta profunda verdad se volverá más y más obvia conforme escuches estas enseñanzas.

Mitos sobre la iluminación

Examinaremos una serie de populares enseñanzas sobre la iluminación desde la perspectiva no dual. Si concluimos que no son medios de conocimiento, no quiere decir que no tengan ningún valor. De hecho, algunas pueden ser útiles como prácticas que preparan a la mente para el conocimiento del sí mismo. Si te encuentras a ti mismo apegado a una o varias de estas creencias, sin duda esta indagación será un reto. En última instancia, por medio de tu propia investigación serás tú quien tendrá que determinar la naturaleza de la realidad, así que, si tu indagación es desinteresada y sigues las reglas, solo podrás llegar a una conclusión: “Yo siempre he sido la conciencia ordinaria no dual, autorreveladora, libre de acción”.

No mente, mente en blanco, mente vacía, mente detenida

Puesto que el sí mismo está siempre iluminado, la idea de que la “no mente” es la iluminación implica una dualidad entre la conciencia y el pensamiento. Decir que el sí mismo no es experimentable cuando la mente está funcionando implica que la mente y el sí mismo comparten el mismo orden de realidad, como sucede con una mesa y una silla. No obstante, la experiencia nos muestra que eso es falso. ¿Dejas de existir cuando no estás pensando? ¿Puede haber pensamientos sin la conciencia? De hecho, los pensamientos vienen de ti pero tú eres mucho más que un pensamiento. Ellos dependen de ti pero tú no dependes de ellos.

¿Acaso la mente oculta al “yo” y te impide experimentarlo? Para que tú sepas que la mente se encuentra vacía o pensando es necesario ser consciente. En ambos casos, con y sin pensamiento, yo, la conciencia, estoy presente. Si soy consciente en ambas situaciones, no soy ocultado por un pensamiento ni estoy siendo revelado por la ausencia de estos. Tanto en su presencia como en su ausencia, yo, el sí mismo eternamente libre, eternamente presente, soy siempre experimentado de manera directa.

La conciencia está siempre presente. No hay nada que puedas hacer al respecto, a excepción de saber qué es lo que es y qué es lo que implica ser la conciencia. La ignorancia de mi naturaleza como conciencia es lo que me ha hecho creer que puedo llegar a mí mismo deteniendo la mente o alcanzando un estado de vacuidad.

Ausencia de ego, muerte del ego

Esta popular enseñanza compite con la enseñanza sobre la no mente para encabezar la lista de mitos sobre la iluminación.

El ego es la noción de “yo”, la idea que tenemos acerca de quiénes somos. La lista de identidades que los humanos se inventan porque ignoran su verdadera identidad es prácticamente ilimitada. Más allá del hecho de que no hay evidencia de que ese “yo” exista fuera del pensamiento, la ausencia de una identidad limitada no equivale a la iluminación. Si así fuera, las plantas y los animales estarían iluminados. Y tú estarías iluminado durante el sueño profundo porque no hay identidad ahí.

La enseñanza de que el ego se interpone en el camino a la iluminación no es factible, porque el ego es la parte del sí mismo que quiere disfrutar los resultados de sus acciones. Si se destruyera a sí mismo, no estaría ahí para disfrutar el resultado: la iluminación. Así que no se suicidará. El ego es el sí mismo tras el velo de la ignorancia. Piensa que está sujeto al nacimiento y a la muerte, pero se equivoca, y ningún pensamiento le impide al sí mismo ser sí mismo y conocerse a sí mismo. Por lo tanto, no hay un ego que matar, solo está la idea de que el sí mismo vive o muere.

Si crees este mito, eres un adepto de la versión espiritual del final hollywoodense: el ego se mata a sí mismo y, de alguna manera, obtiene la experiencia de iluminación permanente para disfrutar de infinita dicha experiencial. Si aceptas el hecho de que solo hay un sí mismo que ya está iluminado y que, sin esfuerzo y eternamente, se disfruta a sí mismo, entonces la iluminación es la comprensión, no la muerte del ego.

Nirvana

Esta idea es otra formulación negativa de la iluminación. *Nirvana* es el estado de la mente sin deseos. Esta perspectiva se basa en la idea de que el deseo es sufrimiento, lo cual es cierto. Decir que deseas algo implica que no eres feliz con lo que tienes. Esta enseñanza no es apropiada porque una mente sin deseo es una contradicción en sí misma. A excepción del estado del sueño profundo, ¿cuándo no deseamos algo? Incluso en el final de la vida, deseas continuar viviendo si tu vida aún es buena o deseas morir si no lo es.

La lógica de abandonar el deseo parecería tener sentido, pero ¿cuál es la causa del deseo? ¿Es causado por sí solo o es el resultado de algo más? Si el deseo es causado por sí solo, entonces su eliminación debería de eliminar el sufrimiento. Pero, ¿y si el deseo fuera provocado por la ignorancia del sí mismo? El deseo es un efecto de la ignorancia de sí mismo porque solo hay un sí mismo y es un todo sin partes. No desea nada. Así que, ¿remover el efecto podría remover la causa? No, la ignorancia no colapsa cuando deja de haber deseo. Al contrario, seguirá creando más deseos.

Es posible argumentar que la ignorancia se sostiene a sí misma, y es cierto... hasta que se la conoce por lo que es. Cuando es expuesta, desaparece. Si continuamos alimentando nuestro deseo por objetos, la ignorancia sigue siendo la causante oculta de nuestras acciones y es, de hecho, “reforzada” por los deseos y las acciones que se derivan de este deseo. La ignorancia se conserva oculta debido a que nuestra atención se aparta de la causa de la acción.

También queda por ver si el deseo equivale siempre al sufrimiento. El deseo es solo conciencia funcionando como el creador, sustentador y destructor del mundo. Mientras mis deseos no me obliguen a violar las leyes físicas y morales que operan en la creación, ¿por qué debería eliminarlos? Soy libre de realizarlos. La iluminación es el conocimiento firme e inmediato de que yo soy la conciencia y, como tal, yo soy libre de deseo, por lo que su presencia o ausencia nada tiene que ver conmigo. Reconoce tu verdadera naturaleza y deja que el deseo sea deseo.

Por último, si acepto el argumento de que el deseo es sufrimiento, ¿cómo eliminaré mis deseos sin el deseo de eliminar mis deseos? Y una vez que sean removidos, ¿quién removería al deseador?

El ahora

Hablando con franqueza, la idea básica de las enseñanzas del “ahora” es: yo estoy iluminado cuando estoy presente. Vivir en el pasado o en el futuro significa que no estoy iluminado. Así pues, hagamos a un lado el hecho de que no hay tiempo en una realidad no dual para indagar sobre la idea.

¿La palabra *ahora* se refiere a un periodo de tiempo, como ciertamente parece ser, o es más bien un símbolo de algo más? Si se refiere al tiempo, ¿hay tal cosa como un tiempo objetivo?

Resulta imposible determinar la naturaleza del tiempo porque el tiempo es relativo a los deseos y miedos de los individuos y a los intervalos entre cada experiencia. Si mis deseos se cumplen y estoy disfrutando, el tiempo pasa con rapidez. Si me hallo bajo un terrible sufrimiento, el tiempo pasa con lentitud.

¿Son el pasado, el presente y el futuro verdaderas divisiones en la conciencia o son solo divisiones conceptuales? Si el tiempo es objetivo, entonces cada uno de nosotros podría determinar con claridad cuándo termina el pasado y cuándo inicia el ahora. Cuando estoy en el ahora, ¿cuánto tiempo se mantiene el ahora siendo ahora? ¿Un segundo? ¿Dos? ¿Un minuto? ¿Más?

Si asumo que yo estoy en el ahora y deseo permanecer iluminado, debería saber cuándo es que el ahora inicia y cuándo termina. Necesito evitar volver al pasado o viajar al futuro. Quizá debería escapar de la continuidad temporal justo antes del final del ahora y volver a este justo antes de que el pasado aparezca, teniendo en cuenta la cantidad de tiempo que ha pasado para hacerlo de nuevo. Incluso, aunque me encuentre sentado silenciosamente en el ahora, tengo que preocuparme sobre el pasado y el futuro que se introducen en él.

Supongamos que solo hay “ahora”. ¿Alguna vez estoy fuera de él? La experiencia solo tiene lugar en el presente. ¿Cómo se puede experimentar el pasado si no está aquí? Puedes experimentar un recuerdo pero la experiencia de la memoria no te lleva al pasado. El recuerdo aparece en la conciencia y es experimentado ahora. La experiencia dura lo que dura recordar y significa lo que sea que se interprete. La misma lógica se aplica para el futuro. Nada es jamás experimentado en el futuro. Quizá puedes pensar acerca de algo que imaginas que sucederá en otro tiempo pero, si sucede, solo sucede en el presente, cuando aparece en la conciencia.

La experiencia directa muestra que el tiempo es no lineal. Los objetos, que están hechos de pensamientos, los cuales, a su vez, están hechos de conciencia, aparecen en ti, la conciencia. Duran lo que sea que duren y son interpretados por tus deseos y tus miedos, y después se disuelven de nuevo en la conciencia. Cuando aparecen en esa parte de la conciencia llamada mente, parecen cambiar, pero en realidad es solo la mente la que cambia. Por otra parte, si el tiempo fuera lineal, todo estaría evolucionando hacia una especie de estado utópico. La misma experiencia no se repetiría una vez más; sin embargo, las experiencias siguen repitiéndose una y otra vez, hasta el infinito.

Si esto es verdad, quizá *ahora* es una palabra en clave para referirnos al sí mismo, la conciencia. La humilde opinión del autor es que *ahora* es un término confuso e inadecuado para el sí mismo y debería ser descartado en el debate espiritual porque no es útil hacer referencia a algo que es eterno y se encuentra fuera del tiempo con una palabra que transmite un sentido de temporalidad.

Experiencia de unidad

Con el objetivo de refutar esta idea, volvamos a la enseñanza sobre los objetos. ¿Experimentas los objetos afuera en el mundo o los experimentas en tu mente? Experimento los objetos en mi mente. ¿Qué tan lejos está el objeto de tu mente? ¿Flota en la superficie de tu mente? No, desde luego que no. ¿Entonces dónde se ubica el objeto? Está unido a mi mente y la mente toma la forma de ese objeto. La mente no tiene forma, como el agua o el aire, y puede adoptar cualquier forma, al igual que el oro puede convertirse en un objeto en particular, como un anillo, un brazalete o un collar. ¿Qué tan lejos estás de tu mente? ¿Está tu mente flotando en la superficie de tu conciencia? ¿Hay una separación entre tú y tu mente? ¿Requieres de un puente para viajar a través de esa separación? No. ¿Por qué? Porque la mente es yo. Es conciencia. Si esto es verdad, entonces lo que experimentas no solo yace en la conciencia sino que, de hecho, **es** conciencia. Los objetos que están en la conciencia y el sujeto, la conciencia, son uno. Si esto es también verdad, entonces, ¿por qué necesito experimentar la unidad? En realidad, ya estoy experimentando la unidad con todo.

Deseo experimentar la unidad con todo, a pesar de que me encuentro ya experimentando la unidad, a causa de que estoy en una dualidad y me he identificado con el pensamiento de la separación, lo cual provoca sufrimiento. La dualidad no es un hecho. No es más que una creencia en un pensamiento de separación. En lugar de intentar eliminar el deseo de alcanzar la experiencia de un

objeto en particular, debería indagar acerca del pensamiento de separación. ¿Es verdad? Me encuentro realmente separado de mí mismo. ¿O ya soy en realidad la dicha que estoy esperando que los objetos me entreguen?

El estado trascendental, el cuarto estado

Este mito quiere que experimentemos la iluminación como un estado más allá de la mente. La mente es una interfaz a través de la cual la conciencia interactúa consigo misma en la forma de objetos físicos. Se trata de conciencia bajo la forma llamada *chitta*. *Chitta* hace posible que la conciencia aparentemente piense, desee, sienta y recuerde. La mente puede tener una amplia gama de estados, desde las emociones más densas asociadas con el cuerpo físico, incluidas las experiencias corporales, hasta los más místicos y sublimes *samadhis* del Yoga. Todos los estados se encuentran en la mente y todos cambian porque están en el sueño que es la dualidad.

El sí mismo es no dual y, por lo tanto, está fuera del tiempo. No cambia ni puede cambiar. Es aquello por lo cual los muchos estados de la mente pueden ser conocidos. Es consciente, mientras que los estados de la mente no son conscientes en sí mismos. Son energías sutiles que solo son capaces de reflejar conciencia. Entre más sutil es la mente, más etéreos y luminosos son los estados. Cuando se llega a la interfaz entre el sí mismo y la mente, la materia de la mente es tan refinada y el sí mismo es tan cercano, que la “luz” radiante y la dicha intensa son experimentadas. Es muy fácil confundir estos estados sutiles de la mente con el sí mismo y pensar que la iluminación es un impresionante estado celestial o una dicha infinita. La experiencia, sin embargo, no pertenece al sí mismo ni a la mente. Sucede cuando la conciencia resplandece sobre la mente. La conciencia y la mente son la dualidad más fundamental.

La iluminación es la naturaleza de la conciencia, simple, libre de cambios. No puede ser experimentada como un objeto porque es más sutil que la mente, el instrumento de la experiencia. Un objeto sutil puede iluminar a un objeto denso pero un objeto denso no puede iluminar a un objeto sutil. Por lo tanto, ¿cómo podría el ego/mente experimentar algo que es incapaz de experimentar?

Iluminación como dicha eterna

Cuando alguien acostumbrado a identificarse con el contenido siempre cambiante de la mente despierta a la no dualidad, este despertar es interpretado como un evento muy positivo. Sin embargo, el sentimiento de dicha no se debe a experimentar a la conciencia como si fuera un objeto lleno de dicha. La creencia de que es así es causada por la ausencia de sufrimiento... no porque la conciencia “se siente” bien. Si has estado sufriendo de un dolor de muela durante días y la muela es extraída, es la ausencia de dolor lo que se siente bien, no la dicha por la extracción. En realidad, solo has vuelto a lo normal, no alcanzaste un estado excepcional. La iluminación no se siente como nada. Es simplemente el conocimiento firme e inmediato de que soy conciencia ilimitada, sin partes, inmutable, ordinaria. Cuando el conocimiento es firme, hay un efecto muy positivo en la mente pero la mente no se convierte en una máquina de dicha ilimitada. Sin embargo, el conocimiento infunde a la mente un sentido de autenticidad, totalidad y confianza imperturbable. A partir de entonces, el individuo comprende que puede capear cualquier tormenta existencial. Cuando sabes, más allá de toda duda, que eres la conciencia, ya no deseas sentirte bien porque sabes que eres la fuente de toda bondad.

La iluminación no es un estatus especial

La iluminación no es un estatus especial. Es la naturaleza del sí mismo, se tiene por defecto. No estás obteniendo nada que no tuvieras ya; estás sencillamente reconociendo que lo que buscaste tan frenéticamente ya lo tenías. Si la iluminación es una experiencia, debería ser motivo de vergüenza, no de júbilo. Cuando una persona con obesidad mórbida vuelve a la normalidad, no es aplaudida como un superhumano por haber vencido duras adversidades. Del mismo modo que superar la gula no es digno de alabanza, la iluminación tampoco la merece, porque es tu naturaleza. Gran parte de la lucha por alcanzar la iluminación es motivada por un deseo de distinguirse de entre los demás, de sobresalir y convencerse a uno mismo de que se es un ser único. Tú *eres* único, pero no en referencia a los demás. Tú no eres más único de lo que yo soy, porque en realidad solo hay uno.

Aquí tenemos otras ideas extrañas sobre la iluminación: la iluminación brinda superpoderes increíbles o es algún tipo de “estado” extraño alcanzado por algunos cuantos elegidos; puede ser transmitida de una persona a otra bajo la forma de un tipo especial de energía; hay niveles de iluminación; obtendrás todo lo que deseas cuando estés iluminado, etc. No es necesario abordarlas ahora. Conforme avancemos con las enseñanzas de Vedanta, las falacias detrás de cada noción errónea serán expuestas.