

La esencia de la iluminación

James Swartz

**Traducción del inglés
2014**

Capítulo 1

La visión de la no dualidad

Motivaciones

La vida es similar a un gran rompecabezas, del cual cada uno de nosotros posee todas las piezas y, sin embargo, muy pocos saben cómo armarlo. Debido a la elevada cantidad de variables, cuando intentas resolverlo por ti mismo, lo más probable es el fracaso. Si la vida fuera fácil, nos encontraríamos a menudo con más personas felices. Sin embargo, no tiene mucho sentido intentar comprender todo este asunto por uno mismo, cuando ese trabajo ya fue hecho. Vedanta asimiló todas las piezas del rompecabezas de la vida y supo también cuál es el sitio para cada una de ellas. ¿Para qué inventar la rueda cuando ya ha sido inventada? ¿Por qué no solo usarla?

Imagínate a ti mismo en un valle, en medio de las montañas, durante la primavera. Flores hermosas se abren frente a ti. Recoges una flor de cada tipo, las llevas a casa y las acomodas sobre la mesa de la cocina. Cada una de esas flores posee una belleza y una integridad propias. Sin embargo, ahora que juntas forman un ramo, cada flor individual alcanzó un nivel nuevo de significado. La totalidad es algo más que la suma de cada una de sus partes. Vedanta toma todas tus experiencias y el conocimiento que has adquirido de ellas y los organiza de tal manera que puedas mirar la realidad claramente. Revela cómo encajas en la totalidad y te entrega una apreciación perfecta de tu naturaleza verdadera y de tu verdadero propósito en la vida.

Una sola persona no inventó el aeroplano. La idea de volar es eterna. Después de un vuelo inicial, hace un siglo, cientos de miles de mentes, acaso muchas más, pensaron millones de pensamientos que dieron pie a miríadas de acciones, por las cuales se desarrolló la tecnología de la aviación. Hoy, 500 personas pueden volar por el cielo a 12 mil metros de altura, a una velocidad 800 kilómetros por hora, mientras beben vino, comen bistec y miran una película.

Los chinos inventaron el ábaco hace varios siglos. Desde entonces, la idea cosquilleó en la imaginación humana y ese ábaco se convirtió en una computadora moderna. Muchas cosas (maravillosos rascacielos y puentes, teléfonos celulares e internet) son el resultado del conocimiento colectivo de la humanidad.

De forma similar, nuestra experiencia espiritual y conocimiento colectivos se han fusionado en un ramo perfecto de enseñanzas que tiene el poder de liberarnos de nuestra dependencia de los objetos. Aunque las personas continuamente pretenden poner su marca en él, nadie lo posee, pues nos pertenece a todos. Este ramo perfecto, el más refinado vehículo que ha existido, es Vedanta,¹ el conocimiento que termina la búsqueda del sentido de la vida.

Si quieres comprender quién eres y cuál es tu papel en el enorme campo de la vida, si quieres ser libre y feliz y estás dispuesto a confiar en que Vedanta puede revelar tu verdadera naturaleza, necesitas ceñirte a la lógica de esta enseñanza según se va desplegando en este libro. Si no puedes asumir la primera enseñanza (**el gozo no está en el objeto**), no podrás beneficiarte de la segunda enseñanza (**solo el conocimiento, y no la experiencia, puede liberarte**). Si no puedes asumir la segunda enseñanza, la tercera no tendrá sentido.

El corazón humano no descansará sino hasta comprender quién es. Sin el panorama completo de la visión de la no dualidad, se ve obligado a seguir buscando. Un rompecabezas solo está completo cuando todas las piezas encajan. Puesto que la realidad es una sola conciencia y Vedanta es su ciencia, cada una de sus enseñanzas se acopla a la perfección. Para obtener el máximo provecho, debes ser paciente, porque la idea de la no dualidad es un reto. El conocimiento puede venir en un destello o en una epifanía, pero nunca permanecerá sin la exposición constante a las enseñanzas. A medida que avancemos, presentaré, una y otra vez, la revisión de lo que se ha dicho, con el objetivo de ayudarte a mantener el panorama completo en la mente. Poco a poco, la visión de la no dualidad quedará establecida en tu comprensión.

Resulta muy importante ver la realidad tal y como es, no como piensas que es o como deseas que sea. Todos están orgullosos de su conocimiento espiritual, así que tendrás la tendencia de juzgar a Vedanta de acuerdo con tus propias ideas, pero es importante saber que así no es como funciona. Si estás tan iluminado, ¿por qué sigues buscando? Una vez que hayas escuchado las enseñanzas, debes evaluar lo que sabes con referencia a lo que has escuchado, y no al revés. Si evalúas la enseñanza con referencia a tus creencias y opiniones, nada funcionará. El sentido de incompletud, separación y limitación permanecerá.

¹ En sánscrito, *Veda* quiere decir “conocimiento” y *anta* significa “fin”. La palabra compuesta Vedanta tiene dos significados: 1) el conocimiento que termina con la búsqueda de conocimiento y 2) el conocimiento situado al final de cada uno de los cuatro *Vedas*. Los *Vedas* son los más antiguos textos existentes acerca del tópico de la conciencia, el sí mismo.

La lógica no examinada de tu propia experiencia

Para que esta enseñanza funcione, necesitas una mente abierta. Ya sea que entiendas o ya sea que no entiendas lo que Vedanta está diciendo, no hay discusión. Vedanta es un medio probado para el conocimiento del sí mismo. Una vez que has aceptado el hecho de que la conciencia es una y que es tu naturaleza más íntima, quedarás asombrado y conmovido por la belleza indiscutible de esta enseñanza. No se trata de una lógica que Vedanta trata de introducir en ti desde afuera. Es simplemente la revelación de la lógica no examinada de tu propia experiencia. Vedanta ha perdurado durante miles de años, debido a que es la verdad. LA verdad es siempre superior a MI verdad.

Vedanta es un método impersonal para la indagación sobre el sí mismo. La primera etapa consiste en escuchar con una mente abierta, haciendo a un lado tus opiniones personales. En sánscrito se llama *shravana*. Se fundamenta en escuchar sin juicio, lo cual es difícil pero no imposible. Si te encuentras a ti mismo decidiendo si te gustan o no estas enseñanzas, no estás escuchando. No hay nada para tu agrado o desagrado, solo algo para conocer. Si escuchas sin prejuicio, las palabras tendrán sentido por completo, pero si solo estás buscando una explicación de la realidad que se acomode a tu visión, Vedanta no es para ti. Una vez que has escuchado la enseñanza entera, tal y como es, puedes volver a tomar tus creencias y opiniones para dejarlas interactuar con la verdad. Esta es la segunda etapa del proceso de indagación en el sí mismo y es llamada *manana*, es decir, reflexión o contemplación. Si te entregas a este proceso, no quedarás decepcionado.

Acaso comprenderás una enseñanza particular; sin embargo, para la liberación necesitas comprender la cadena de Verdad que une todas las enseñanzas en un sofisticado collar de sentido, así como sucede con las perlas de un collar. La visión de la no dualidad no se obtiene por la síntesis de enseñanzas de distintas tradiciones. No obstante, es fácilmente obtenida cuando la mente es expuesta, de manera consistente, a las enseñanzas de Vedanta.

En algunas partes del texto, introduciré algunos términos en sánscrito, con la finalidad de que pueda comprenderse que esta no es “mi” enseñanza. Yo no tengo enseñanza. Solo soy una persona a quien se le ha enseñado. Ni estoy iluminado ni no lo estoy. No deseo que creas en mí o que dependas de mí. Solo te pido que escuches con una mente abierta. No serás decepcionado. Cuando me coloco frente a ti, soy como un repartidor de cartas en Las Vegas que despliega las cartas de forma que puedas ver que nadie te está engañando. Escuchar una enseñanza

basada solo en la experiencia de una persona es estar siendo engañado. Las personas, incluidos los honestos, no son confiables como guías hacia la verdad porque solo conocen una pequeña parte de la realidad y, por lo general, tienen objetivos personales. Algunos más, tienen la vanidad que proviene de un éxito definido por ellos mismos: piensan que su forma de comprender la realidad es la única.

Si escuchas a Vedanta, no obtendrás conocimiento parcial ni serás engatusado por una persona “iluminada”, porque es una tradición escritural. Conocer la fuente de este gran conocimiento es una ventaja para ti, porque puedes revisar si estoy contándote lo que yo pienso o creo o siento... o si estoy enseñando la verdad. El enseñar la escritura me protege a mí también. Si tienes algún reparo con respecto a lo escuchado, la discusión será con la enseñanza, no conmigo. Escucharás cosas que no te gustarán. Eso es inevitable. Por favor, no me culpes. Soy una buena persona y no quiero molestarte, pero a veces tengo que mostrar lo que parecen malas noticias. Escuchar la verdad incluye oír cosas que no siempre nos hacen felices de inmediato.

¿Qué deseo? Seguridad, placer y virtud

La primera indagación de Vedanta es: ¿qué es lo que realmente quiero en la vida? Queda claro que no quiero ser miserable. Si la miseria viene (y a veces viene) no es porque yo lo quiera. Es probablemente a causa de que soy incompetente o ineficiente en mi búsqueda, debido a la falta de comprensión acerca de mí mismo y del mundo en el que vivo.

Todos deseamos ser libres y felices, sentirnos plenos y completos. Si piensas que existe otra razón para que estés en la tierra en este cuerpo, la indagación sobre el sí mismo no es para ti. Cuando las personas quieren ser felices y libres, buscan cosas que, se imaginan, los harán libres o felices.

Lo primero que perseguimos es la seguridad. Eso es lógico, porque la vida es insegura. No puedes esperar que nada dure. Hay muchas formas de seguridad, de las cuales la más obvia es la seguridad financiera. Muy pocos sienten que poseen el dinero suficiente. Queda claro que todos desean poseer más dinero, porque los deseos son incontables y el dinero es un requisito para cumplir esos deseos. Resulta natural creer que, entre más dinero tengas, más seguro te sentirás. Pero no es la verdad.

La búsqueda surge por un sentido de inseguridad, el cual tiene muchas caras. Si poseyeras total seguridad financiera, puedes estar seguro de que te seguirías sintiendo inseguro en otras áreas de la vida. Quizá seas inseguro social o moralmente. Cuando en una clase pregunto quién tiene suficiente amor, muy pocas manos se levantan. Siempre crees que podrías amarte más a ti mismo o recibir más amor de quienes te rodean. Si deseas atención, eso quiere decir que eres inseguro emocionalmente. Algunas personas buscan poder o placer. Y antes de que continúe enumerando las cosas que buscamos, deberías saber que todas ellas necesariamente se aplican a ti. Esta es solo una lista general, con base en la cual expondremos algunos hechos acerca de la realidad de las búsquedas mundanas.

Hay un famoso (o infame, dependiendo de tu punto de vista) libro en la tradición védica, el cual trata acerca de la obtención del placer, el *Kama sutra*. Existe porque el placer es algo que la gente supone que necesita conocer. Una vez que posees la seguridad financiera, deseas disfrutar de la vida, así que diversas formas de placer se convierten en tu meta. Nuestras sociedades son exitosas financieramente y, por lo tanto, estamos obsesionados con el entretenimiento. La seguridad es una necesidad; el placer, un lujo. No te encuentras a personas durmiendo en las calles, como sucede en India, donde los lujos son virtualmente inexistentes y la gente no tiene tiempo de buscar el placer. En nuestro mundo, los lujos se han convertido en necesidades.

Cuando eres inseguro emocionalmente, quieres pasar un buen rato. Observa cuánta energía empleas en entretenimiento: internet, deportes, apuestas, viajes, música, sexo, drogas, etc. En realidad, no necesitamos ninguna de estas cosas, pero, ya que están disponibles, las deseamos. Sundari, mi esposa, las llama “armas de distracción masiva”. Voy constantemente a los aeropuertos y tengo que atravesar un cúmulo de tiendas que ofrecen todo tipo de objetos tentadores: bolsos de mil dólares, montañas de chocolate e innumerables juguetes electrónicos. Una persona sana no necesita siquiera uno de estos artículos. Ayer compré una pequeña balanza digital en el avión para pesar el equipaje, así no me cobrarán extra por llevar mis lujos inútiles de un país a otro. Imprimieron el recibo en una pequeña computadora.

El placer no es una meta que entregue la felicidad, porque los momentos de placer requieren tres factores que no siempre se encuentran disponibles: (1) *un objeto capaz de dar placer*: a veces me encuentro en medio de un hermoso paisaje natural pero rodeado de mosquitos; (2) *un instrumento apropiado y efectivo para el disfrute de dicho objeto*: a veces hay bella música sonando pero yo tengo dolor de oídos, y (3) *la presencia del estado de ánimo apropiado para el disfrute*: a veces me

encuentro ante una mujer muy atractiva y dispuesta a estar conmigo, pero me preocupa perder mi trabajo.

Digamos que posees la seguridad financiera y que no te interesa el placer, porque tu vida es, en general, buena, según el criterio usual. Sin embargo, no sientes que eres lo suficientemente bueno como persona. Te ves a ti mismo como egoísta, vano, arrogante y autoindulgente; quizá eres cruel o deshonesto. Tienes un problema moral y te sientes culpable. En consecuencia, te gustaría ser más honesto, más puro, más santo, más generoso y más amoroso. ¿Qué es lo que harás? Perseguirás la virtud.

En las culturas cristianas, te enseñan que eres un “pecador” casi inmediatamente después de haber salido del útero. Claro, hay un período de gracia en el cual papá y mamá consideran que eres un regalo de Dios para la raza humana y te prodigan de todo su afecto, pero no muy tarde comenzarán a decirte que algo “está mal” contigo. Eso es una novedad para ti, un despertar abrupto. Antes de que te puedas dar cuenta, has desarrollado un complejo. Te imaginas, aunque sin una sola evidencia, que no eres lo suficientemente bueno. En la actualidad, hay sociedades repletas de personas con baja autoestima trabajando duro para volverse puras y buenas. Este esfuerzo por ser virtuoso es muy triste, porque, en realidad, nada está mal contigo.

Algunas personas se sienten débiles y faltas de poder, por lo que se proponen ir en busca de ese poder. En general, tienden a hacer miserable la vida de los otros, a causa de la miseria que llevan dentro. Hay muchas otras cosas que la gente desea, pero la última que mencionaré es la fama y el reconocimiento. Te sientes diminuto y poco importante porque hay una pequeña persona en tu interior (un niño interno que jamás creció) que desea ser notada y apreciada. Por lo tanto, te conviertes en un ser necesitado, siempre en busca de atención, y tal vez desarrollarás sofisticadas estrategias para lograr que la gente se fije en ti. Así pues, no es necesario discutir cada una de las búsquedas humanas; estas son las fundamentales. Todas tienen el objetivo de hacerte sentir adecuado, pleno, completo, feliz y libre. Veamos si funcionan.

Ahora hemos llegado a un punto muy importante de nuestra primera indagación. A una parte de ti no va a gustarle lo que se va a decir aquí, pero trata de tomar eso en cuenta. Examina la lógica de lo dicho con extremo cuidado. No entender la siguiente enseñanza podría descalificarte para la iluminación.

¿Existe la felicidad?

Todos hemos sido felices por un minuto o dos, incluso por una hora, una semana o un mes. Esto prueba que la felicidad existe. Pero, ¿de dónde viene?

¿Se encuentra en los objetos?

Cuando obtienes lo que deseas, te sientes libre, feliz, completo y pleno. ¿Eso significa que la sensación de felicidad/plenitud/completud/libertad viene del objeto? Tú no buscas cosas para hacerte infeliz. Tú buscas lo que buscas porque crees que la dicha está, de alguna forma, contenida en el objeto.

Pero, ¿es esto verdad? ¿Hay felicidad en los objetos? Si fuera así, el mismo objeto entregaría a todos la felicidad. Una abuela que teje calcetines y gorros de lana para su nieto no necesariamente disfrutará un salto en *bungee*. ¿Puedes ver a la abuela de pie en el borde de un puente con las cuerdas elásticas unidas a sus piernas? Y su nieto adolescente que ama saltar de los puentes, ¿qué tan feliz sería tejiendo calcetines?

El gozo no reside en el objeto, pero, siendo justos, se ve como si lo fuera. ¿Por qué parece que la felicidad se encuentra en los objetos? En el caso de que fuera así, sería razonable buscar cosas en el mundo. Pero, ¿qué es lo que *en realidad* sucede cuando obtengo lo que deseo? Si lo analizas con detenimiento, descubrirás que, cuando deseas algo, o cuando no deseas algo, y lo obtienes o lo evitas, el gozo viene de ti. Por ejemplo, has estado fumando durante mucho tiempo y crees que ahora tienes cáncer. Te sientes terrible. Vas al doctor, él te hace algunos exámenes y, después de prescribirte unas pastillas, te dice que solo tienes neumonía. Ahora te encuentras feliz de tener neumonía, porque el miedo al cáncer se ha ido.

O tomemos el lado positivo. Tú tienes una fantasía bien desarrollada acerca de la persona perfecta para ti, tu alma gemela. Te imaginas que si esa persona aparece en tu vida, tu soledad terminará y serás feliz. Vas a una reunión. Miras a alguien que encaja con esta fantasía. Sus ojos se cruzan en la habitación. Sientes el excitante ímpetu de la química trabajando. El “amor” comienza a fluir.

¿Y qué es lo que sucede con la fantasía cuando en realidad entras en contacto con la persona? Desaparece. ¿Por qué? Porque el objeto está presente. Una gran sensación de amor, gozo, paz y felicidad aparece. ¿Vino acaso del sujeto o del objeto?

No puedo dejar de hacer énfasis en la importancia de comprender el mecanismo inconsciente que se pone en funcionamiento, debido a que la realidad no es lo que, en la superficie, parece ser. El análisis del mecanismo inconsciente muestra que el gozo no reside en el objeto. Reside en ti. ¿Por qué parece venir del objeto? **Cuando, en la presencia del objeto deseado, el deseo desaparece, el amor/gozo/paz, que es la naturaleza de ti mismo, inunda de inmediato a la mente con una experiencia positiva.** El objeto no es la fuente de la experiencia; es solo un catalizador que libera tu alegría innata.

La única conclusión razonable que puedo extraer de este hecho es preguntarme: si la felicidad/amor es mi naturaleza, ¿por qué la estoy buscando en los objetos?

Si no puedes aceptar este hecho ahora mismo, aún es posible enseñarte. Demos por buena tu afirmación de que el gozo reside en los objetos. Antes de seguir adelante, permíteme hacerte una pregunta: ¿qué tipo de felicidad es esa? No puedes decir que se trate de felicidad permanente. Cuando la experiencia termina, tu sentido de ser incompleto regresa y, de nuevo, intentas establecer contacto con el objeto o buscas otro objeto para hacerte feliz. Acaso argumentarás que la felicidad objetiva funciona solo si puedes permanecer en contacto con los objetos que parecen hacerte feliz. Pero los objetos van y vienen. Ningún objeto es constante en la vida. Lo único constante en la vida soy yo, ¡el sujeto! Vedanta sostiene que mi naturaleza es la dicha. Probaremos esta afirmación de muchas maneras, porque es más que una afirmación. Es un hecho. Sin embargo, si continúas apegado a la creencia del valor de los objetos como dadores de felicidad, por favor acepta de forma tentativa nuestro punto de vista como una hipótesis de trabajo y escucha estas enseñanzas. Podrías cambiar de opinión.

Los objetos no funcionan por una simple razón: voy tras ellos porque busco la completud, pero yo ya soy completo. Hago esto porque no sé quién soy.

Debemos tener en cuenta un triste hecho más acerca de los objetos: aunque obtienes el objeto que deseas, no te deshaces de la búsqueda, porque el esfuerzo empleado en obtener ese objeto se empleará ahora en intentar conservarlo. Sin embargo, siempre todo sucede de manera distinta a la esperada. Aunque obtienes un buen trabajo, tus problemas apenas han comenzado, pues debes trabajar duro para mantenerte en él. Si eres lo suficientemente afortunado como para que alguien se haya enamorado de ti, necesitas corresponder ese amor de forma más o menos constante; de lo contrario, tu amor se irá a otra parte.

Por último, los objetos no solo son inherentemente defectuosos en términos de su contenido de felicidad, sino que el campo en el que estos objetos aparecen está

configurado de tal manera que la felicidad perpetua es imposible. El campo de mi experiencia, que es solo mi mente, es una dualidad. Esto quiere decir que, debido a que ignoro la naturaleza no dual de mi realidad, pienso en términos de opuestos. Para cada ascenso hay un descenso. Cada ganancia implica una pérdida. Por ejemplo, te enamoras y descubres la intimidad. Sin embargo, también sufres de apego. Vivir en la casa de tus sueños te hace feliz, pero, para hacerlo, debes tener una hipoteca y entregar hasta tu último centavo por treinta años, lo cual no te hace feliz. La vida es así. No hay manera de vencer al sistema y obtener solo ganancia en las experiencias de vida. Como dice el poeta, la vida es “alegría y aflicción entretreídas”. Es una multiplicación por cero.

Definición de un objeto

Un objeto es todo aquello que no es yo, el sujeto. Mi cuerpo aparece como un objeto en mí. Mis sentimientos aparecen en mí y son conocidos por mí. También son objetos, como los son mis pensamientos, creencias y opiniones. Absolutamente todo de lo que experimente es un objeto, incluyendo el pasado, el presente y el futuro. La experiencia en sí misma es un objeto conocido por mí. No olvides esta definición, porque es la esencia de la indagación del ser; la necesitarás hasta el final de tu indagación y más allá. Es la base de la práctica que te hará libre.

No soy un objeto

Si algo es conocido por mí, no puede ser yo. Los objetos físicos, los pensamientos y las emociones, así como mis experiencias en el mundo, son objetos conocidos por mí.

¿Estoy separado de los objetos?

Profundicemos en nuestra indagación. ¿Dónde termino yo y dónde comienzan los objetos? ¿Hay una separación? Si la hay, ¿qué tipo de separación es? Si analizas la percepción, te darás cuenta de que los objetos no están, en realidad, separados del sujeto, yo.

La luz impacta los objetos, viaja a través de los ojos y la experiencia y el conocimiento del objeto suceden en la mente. El conocimiento del objeto es fiel a

ese objeto. Si un perro está caminando frente a ti, no verás a un gato. ¿De qué está hecha esta experiencia de un perro? Está hecha de tu mente, el instrumento de percepción. La mente es tu conciencia tomando la forma de varios objetos. Puede conocer cualquier cosa, porque carece de forma y límites. Si piensas acerca de la experiencia del perro, verás que, desde la perspectiva de la experiencia, el perro se halla, en realidad, en tu mente, no afuera caminando en la calle. Se ve como si estuviera afuera, pero, si intentas experimentar ese afuera, es imposible. No importa qué tan cerca estés del cuerpo del perro, siempre será un objeto. No puedes, por ejemplo, salir de tu cuerpo y de tu mente para experimentar los objetos fuera de tu mente, porque los objetos no son lo que parecen ser, ni están ubicados donde parecen ubicarse. Siempre lucen como si se encontraran lejos de nosotros, pero no es así.

Aquí está una de las afirmaciones contrarias a la intuición que Vedanta hace: los objetos no son reales. Cuando decimos que no son reales, nos referimos a que nunca son los mismos de un segundo a otro y que están hechos de partes. ¿Qué parte de un perro es el perro? ¿El pelaje, los dientes, las patas, el hocico? Y si el perro fuera su hocico, ¿qué es el hocico? Es un agregado de partículas regidas por diversas leyes naturales. Así que, ¿cuál de las partículas es la partícula de la nariz? Cuando lo investigas, todos los objetos se reducen al espacio en el cual las partículas aparecen y al observador de ese espacio. El observador es consciente del espacio y de los objetos que permanecen en él; de lo contrario, estos no podrían ser conocidos. La conciencia del observador es la conciencia que lo conoce todo.

Definición de lo Real

Algo es real si jamás cambia. Los objetos no son reales, pues cambian. Si lo piensas cuidadosamente, este hecho te molestará, porque, de saber que los objetos son irreales, no los perseguirías.

En todo caso, tratamos de determinar dónde es que se localizan los objetos y cuál es su relación conmigo. Aquí se presenta otro análisis exhaustivo de la relación entre el sujeto, yo, y los objetos que se aparecen ante mí. Esta indagación muestra que los objetos que identificamos y que suponemos experimentar a través de las percepciones sensoriales, esencialmente no son más que sensaciones específicas creadas por los órganos de los sentidos. Las sensaciones experimentadas no constituyen la totalidad del objeto con el que las asociamos. Por ejemplo, la dureza que sentimos en nuestra espalda cuando estamos sentados en una silla de madera, no constituye el conocimiento de la silla completa. La “silla” solo se convierte en silla

porque realizamos una inferencia basada en la idea de lo que es una silla. Lo que experimentamos es solo ciertas sensaciones distintivas en el cuerpo, las cuales, a su vez, son interpretadas para “significar” algo para la mente, la cual, como el cuerpo, aparece como un objeto en mí, la conciencia. Estas sensaciones y el conocimiento que surge con ellas no hacen que la experiencia de la silla y el conocimiento de la silla sean iguales. Todo lo que experimentamos es, primero, dureza o suavidad (si es una silla tapizada) y, después, la idea de una silla. El libro de Greg Goode, *The Direct Path*, presenta muchos experimentos concretos que prueban que los objetos parecen estar afuera pero, en “realidad”, no están localizados donde parecen estarlo.

Si investigas más aún, verás que la silla no es otra cosa que la experiencia de un órgano sensorial en particular, a través del cual es percibida. Por otra parte, la existencia independiente de una sensación no puede ser confirmada por otro órgano, distinto del órgano que la experimentó. Para que la silla pudiera ser objetivada y sujeta a un conocimiento común, tendría que ser verificada por ese otro órgano de percepción distinto al que experimentó. Pero es solo cuando una sensación determinada aparece en mí que yo experimento lo que llamamos ver, oír, gustar, tocar u oler.

Al proseguir con la indagación, descubrimos que los órganos de los sentidos, en esencia, no son nada más que yo mismo, la conciencia que los ve. Yo no los experimento como instrumentos que están sentados por ahí, aguardando para ser usados. No pienso: “quiero oler una rosa. Me pregunto dónde habré dejado mi nariz. La tenía ayer pero hoy parece estar perdida. Llamaré a mi esposa, quizá ella fue quien la cambió de lugar”. El análisis revela que cada órgano es una función única de la conciencia, en virtud de la cual un tipo particular de percepción ocurre.

Por último, puesto que se requiere de la conciencia o, de lo contrario, el órgano sensorio no puede sentir, es claro que los sentidos dependen de la conciencia para existir, pero la conciencia no depende de ellos. Tú, la conciencia, existes independientemente de si hay o no hay objetos sensibles, como en el sueño profundo, por ejemplo. Si no tienen existencia independiente, los objetos que los sentidos aparentemente reportan (lo cual es la base de nuestro conocimiento de ellos) no tienen una existencia aparte de mí, la conciencia testigo, acerca de la cual se dirá más y más conforme continuemos. Si los objetos solo existen como sensaciones y las sensaciones solo existen como yo, el gozo en apariencia provocado por el contacto con los objetos, solo viene de mí. Si pensamos yendo un poco más allá, se volverá claro que no puedo separar de mí, el sujeto, la felicidad

que siento. Al igual que una ola nunca está separada del océano en el cual “olea”, el gozo que surge cuando tengo lo que quiero es solo yo, la conciencia.

Así que ahora vemos que los objetos no están lejos de nosotros en un mundo “allá afuera”. Son experimentados y conocidos “en” nosotros. Si llevamos nuestra indagación un poco más lejos, nos encontraremos con un hecho que es la base de Vedanta, el conocimiento que nos hará libres de la dependencia de los objetos: descubriremos que la realidad es no dual y que no podemos depender de los objetos porque los objetos son nosotros. Si nuestro análisis es verdad (y lo es), entonces los objetos que experimentamos no están separados de la conciencia que hace posible experimentarlos.²

Los objetos son yo

Permíteme hacer una de las preguntas del millón de dólares: ¿qué tan lejos estás tú de la conciencia con que experimentas? La respuesta es: no estás lejos en absoluto. De hecho, no hay ninguna diferencia entre el verdadero tú, el testigo no experimentador, libre de experiencia, y la conciencia con la que experimentas, la persona que crees ser. Aunque la persona que crees ser es un objeto conocido por ti, así como los objetos físicos son conocidos por ella, ese objeto no está separado de ti, el testigo no experimentador (el verdadero tú), al igual que un anillo de oro no está separado del oro. Si esto es verdad (y lo es), ¡los objetos son tú! Esto es a lo que nos referimos cuando empleamos el término no dualidad. Dualidad, la distinción entre sujeto y objeto, se viene abajo cuando investigas la naturaleza de la percepción.

Pero yo no soy un objeto

La mosca en la sopa de la dualidad es esta: el cuerpo no puede ser tú, porque es un objeto conocido por ti, de la misma manera en que cualquier otro objeto es conocido por ti. Al igual que con el cuerpo, tú no eres tus emociones o tus pensamientos o cualquier otra cosa que suceda en ti, porque todos estos son

² A propósito, he decidido evitar el uso de los términos en sánscrito “*Brahman*” y “*Atman*”, porque no tenemos forma de evaluarlos fuera de la tradición sánscrita. Ambas palabras se refieren a la conciencia (*chaitanyam*, *chetena*) contemplada desde distintos ángulos. Y Vedanta dice que no hay diferencia entre ellas. La mente occidental tiende a ver la conciencia como los objetos subjetivos apareciendo en la conciencia, lo cual crea un problema, porque la meta de la indagación del ser es distinguir a la conciencia de los objetos que aparecen en ella.

objetos conocidos por ti. Mi mano es yo, pero yo no soy mi mano. Si mi mano fuera eliminada, yo seguiría siendo el mismo. Desde luego, si yo fuera el cuerpo, no seguiría siendo el mismo. Sería un cuerpo con una sola mano.

La apreciación de este hecho es algo increíble, porque significa que yo nunca me encuentro en conflicto con los objetos y soy libre de ellos (particularmente de los desagradables) al mismo tiempo.

Definición de no dualidad

En el principio de la enseñanza de Vedanta, resulta de vital importancia comprender el significado de la no dualidad. Es fácil de entender cuando has emprendido la indagación sobre la percepción, pero es difícil de aceptar, porque se contradice con aquello que tomamos como nuestra experiencia. En verdad, no pensamos profundamente acerca del proceso de la experiencia conforme lo experimentamos, sino que tomamos lo que la experiencia aparenta (es decir, que el sujeto y el objeto se encuentran separados) como si fuera la realidad y construimos nuestras vidas sobre esa creencia, cuando, de hecho, nada en absoluto está separado de nosotros.

Implica una gran diferencia comprender que todo lo que hay es, en realidad, tú, y no alguien o algo más. El conflicto virtualmente desaparece y los pequeños conflictos que surgen son resueltos con facilidad. Por otra parte, otra gran diferencia que conlleva es saber que eres libre de los objetos.

Por último, la guinda en el pastel de la vida es el hecho de que tú eres la felicidad misma. Si la felicidad no reside en los objetos y solo hay dos categorías en la existencia, el sujeto y los objetos, entonces la felicidad solo puede ser tú. Cuando te aprecies a ti mismo como el sujeto, serás bendecido, porque tú estás siempre presente.

Reiterando lo dicho: con perseguir objetos no obtendrás felicidad duradera, porque los objetos vienen y se van. Si te encuentras atrapado en la creencia de la dualidad, podrías ser feliz por un tiempo cuando estés en contacto con objetos deseados, pero no serás feliz a perpetuidad. Y es un hecho que nadie se encuentra satisfecho con la felicidad temporal.

Así que, si no soy feliz, eso se debe a mi equivocación para distinguirme a mí mismo de los objetos que aparecen en mí. Vedanta es un método viable para descubrir tanto tu unidad con todo, como tu libertad de todo.

La no dualidad no significa que andarás por ahí bajo una especie de éxtasis espiritual orgásmico, incapaz de distinguir entre tú y los objetos y la conciencia del experimentador (el “pequeño” tú). No quiere decir que la persona que has creído ser por tanto tiempo “no está ahí”. Escuchamos a las personas espirituales decir que un “ser iluminado ya no está ahí”, como si alguna virtud residiera en ser no existente.

Debe quedar claro que esa persona (aquella de la que estás intentando liberarte) se mantiene también cuando sabes quién eres. Solo que entonces es conocida como un objeto no separado de ti, la conciencia, el testigo no experimentador. Aquella persona, la que nos da tantos problemas, es solo un problema porque nos identificamos con ella. Cuando comprendes con claridad que no eres esa persona y te identificas con quien eres en verdad, esa persona aparece como un buen compañero, un enemigo sin dientes o, en el peor de los casos, como un gracioso paquete de tendencias irracionales.

Quizá te sentirás un poco tonto cuando te des cuenta de que fuiste engañado por la dualidad y que, en realidad, eres la conciencia, el testigo no experimentador, libre de experiencia. No te juzgues con dureza por haberte tomado durante tanto tiempo como la conciencia experimentadora. Todo el mundo es engañado por la dualidad.

Hasta ahora he equiparado la comprensión de la naturaleza no dual de la realidad con la palabra “felicidad”. Tal vez no es un término muy preciso para describir el resultado de la discriminación entre el sujeto y los objetos, pues la “felicidad” de la que hablamos no es el resultado de un suceso ni de alcanzar lo que deseas o de evitar lo que no quieres. No es una felicidad risueña ni una felicidad al estilo de “gané la lotería y me enamoré”. El tipo de felicidad que es la naturaleza del sí mismo es un sutil y simple sentido de totalidad y plenitud, una quieta aceptación nacida de un incuestionable sentido de confianza en sí mismo: el conocimiento de que no importa lo que suceda, bueno o malo, yo siempre estoy bien, porque, como conciencia, soy un todo sin partes. No hay divisiones en mí, ni ataduras o fronteras que me separen de nada.

Así que el proceso de indagación se reduce a determinar si soy total y completo (y, por lo tanto, libre) o si soy incompleto (y, por lo tanto, no libre). Si soy completo, entonces no necesito buscar objetos. Si soy incompleto, debo seguir buscando objetos.

La indagación del sí mismo es una cuestión existencial, no filosófica, intelectual, religiosa o mística. La pregunta básica es: ¿Qué estoy haciendo aquí en la tierra en este tubo de carne? ¿Quién soy? ¿De qué se trata la vida? Si pudiera averiguarlo por mi cuenta, lo habría hecho ya. Sin embargo, el problema es demasiado

complicado. Necesito ayuda. Necesito un medio de conocimiento del sí mismo. Vedanta es un medio de conocimiento del sí mismo. Revela la lógica escondida en nuestra propia experiencia y nos convence de que, si somos racionales, nos conviene abandonar la búsqueda de objetos e ir directamente tras la libertad.

Nos encontramos cerca del final de la primera enseñanza. Si quieres pasar a la segunda enseñanza, debes haber asumido la lógica de todo lo expuesto hasta ahora. Si no puedes aceptarlo, la próxima enseñanza carecerá de sentido, porque seguirás esperando algún tipo de objeto que te haga feliz. Si esta lógica no es suficiente para ti (y a menudo no lo es, debido a la necia insistencia del ego de que los objetos son la fuente de felicidad), por favor considera un último hecho.

La vida es una multiplicación por cero

Como fue previamente mencionado, el último clavo en el ataúd de la idea de la felicidad como proveniente de los objetos es el triste hecho de que la vida es una multiplicación por cero. Lo es porque el mundo de los objetos es una dualidad. No siempre puedes ganar. Pierdes tanto como ganas. Requiere dinero para mi seguridad, pero mi deseo de gastar (¿de qué sirve el dinero si no puedo gastarlo?) me vuelve inseguro. Entre más placer obtengo, más placer deseo. Desear es doloroso. Quiero poder para ser libre de mi sentido de inadecuación y pequeñez, pero el poder depende de circunstancias que no están bajo mi control, lo cual me hace sentir falta de poder. Deseo ser perfecto, pero entre más perfecto me vuelvo, más imperfecciones ocultas salen a la luz. Deseo disfrutar la intimidad de una relación; sin embargo, para tenerla, debo apegarme a un objeto, y entonces pierdo mi libertad. Si deseo ser libre, tendré que sacrificar mi intimidad. La lista es interminable.

La cuarta búsqueda

Dividimos la experiencia en tres búsquedas básicas: seguridad, placer y virtud. Los objetos pueden darnos las primeras dos, y la forma en que vamos tras esos objetos es lo que puede darnos la tercera. Sin embargo, en realidad, solo hay una búsqueda, la búsqueda de la libertad. ¿Por qué? Porque cuando deseo un objeto es por la libertad que llega cuando el deseo de ese objeto se ha ido. No deseo seguridad. Deseo libertad de la inseguridad. No deseo placer. Deseo libertad del sufrimiento. No deseo virtud. Deseo libertad del pecado.

No hay nada “malo” con los objetos en sí mismos. Pero son solo un medio indirecto para la felicidad. Puesto que el verdadero objetivo en la búsqueda de objetos es la felicidad, lo que necesito es un camino directo. En este camino, voy directo hacia la felicidad. Comprendo con claridad que los objetos no ayudan. En nuestra tradición, las personas que van directamente tras la libertad son llamadas *mumukshus*, de la raíz sánscrita *muc*, que significa libertad. No eres una persona sana, madura y cualificada para la indagación, a menos que comprendas la lógica de esta enseñanza sobre los objetos.

Espiritualmente, este es el momento de la verdad. Todos desean libertad. Eso está muy bien, pero desean la libertad **más** los objetos. Quieren conservar todas sus cosas y añadir el objeto llamado felicidad a su montón de objetos. Eso nunca funciona, pero ellos no dejan de pensar que sí lo hace. Y no funciona porque la libertad no es un objeto que podamos adquirir como experiencia. Si pudiéramos, entonces no sería libertad en absoluto, porque todas las experiencias son limitadas, se terminan.

La comprensión de que hay un camino directo hacia la libertad es quizá el momento más importante en la vida de un ser humano. Para ir correctamente tras de cualquier cosa, ya sea seguridad, placer o virtud, uno debe comprometerse por completo. Entre más cosas persigues, menos probabilidades tienes de alcanzar ninguna de ellas. Solo se puede avanzar con un deseo particular antes de que entre en conflicto con otro deseo. La próxima meta luce más asequible, así que uno descarta la primera. Las personas saltan de una cosa a la otra, sin encontrar jamás éxito en una sola cosa, porque creen que algo más funcionará mejor o más rápido.

Si tú eres, en realidad, la conciencia y no la creatura necesitada y defectuosa que piensas que eres (y la conciencia es no dual y siempre libre de los objetos conocidos por ella), la búsqueda de cualquier otra cosa no funcionará. Si deseas buscar seguridad, placer o virtud, o poder y fama, o lo que sea, entonces ve por ello. Sin embargo, nunca habrá sustancia en tales cosas. Pueden entregarte, de forma intermitente, placer y dolor, pero no la felicidad segura de sí misma que viene del conocimiento de tu naturaleza, que es la libertad.