

José Díez Faixat
(todos somos el único Autor)

SIENDO NADA, SOY TODO

Un enfoque no dualista sobre la identidad

"Nadie es feliz,
pero ¡qué difícil ser nadie!"

(De una canción inédita)

INTRODUCCIÓN

Estás dormido. Sueñas. Imaginas, por ejemplo, que caminas junto a unos amigos por una senda que atraviesa un frondoso bosque, en ascenso hacia una colina donde luce el sol.

Observa. Es tu mente la que crea la escena completa de tu sueño -cada uno de los caminantes, el conjunto de árboles, el estrecho sendero y la cima iluminada-, y, sin embargo, tú te identificas sólo con uno de los personajes y consideras como ajeno todo lo demás. ¿Por qué estableces esa diferenciación en el paisaje único de tu mente? ¿No podría estar sucediendo algo parecido en nuestro estado de vigilia? ¿No es posible que nos estemos identificando con un personaje limitado, desgajado de su entorno, y que nuestra verdadera identidad sea la de una "mente" más profunda que está "soñando" ahora la totalidad del mundo?

En este libro intentaremos investigar el tema de la identidad, planteando una propuesta teórica concreta y cotejándola con las vivencias universales de los sabios de la tradición perenne. Para el desarrollo de nuestra propuesta, partiremos básicamente de las conclusiones generales de nuestro anterior trabajo sobre el ritmo de la evolución, evitando en lo posible insistir en la enumeración de datos y la especificación de comprobaciones, y remitiendo al lector interesado en los detalles a la consulta del libro *Entre la evolución y la eternidad*.

En ese trabajo se planteaba un esquema global sobre los procesos del universo que trataba de integrar tanto los grandes hallazgos de la ciencia reciente en el mundo "exterior", como las lúcidas intuiciones de las tradiciones místicas en el mundo "interior". Este esquema -como luego veremos- consistía, básicamente, en una dinámica espiral de despliegue y repliegue, entre un fundamento misterioso e inefable y el universo espaciotemporal que conocemos. Se proponía, pues, que los ámbitos de la ciencia y de la mística, lejos de ser antagónicos e irreconciliables, podían ser integrados de forma dinámica y mutuamente enriquecedora. Desde esta perspectiva, ni la mística conducía a la huida del mundo, ni la ciencia estaba abocada a desencantar la naturaleza.

No es, en absoluto, el propósito de estas páginas elaborar un mero esquema teórico atrincherado en el terreno del intelecto racional. Se pretende, más bien, exponer las líneas básicas de una emergente visión de la realidad que, lejos de enfrentarse al mundo del espíritu, apunta, por el contrario, hacia su fecunda reconciliación. No se trata tampoco, por supuesto, de demostrar desde la razón la existencia de niveles superiores en el ámbito de la conciencia, sino, simplemente, de sugerir su posibilidad, con vistas a invitar al lector a abrirse a lo desconocido e investigar vivencialmente, más allá de las estrechas paredes de la mente racional, en el vasto espacio de la lucidez transpersonal.

La visión que tiene el ser humano de sí mismo, dentro del enfoque de la cultura occidental en estos últimos siglos, es la de una entidad separada de su entorno y autónoma en sus decisiones, es decir, circunscrita dentro de los límites de su cuerpo y de su mente. El "sentido común" no nos permite siquiera poner en duda esta "evidencia" cotidiana. Nuestra identidad -ya lo indica nuestro carnet- está localizada de forma muy precisa en el tiempo y en el espacio. Hemos nacido en un momento y en un lugar determinados, y moriremos, a buen seguro, en un instante y sitio muy concretos. Antes nada y después nada. Y esto ha sido todo. ¿O estaremos "soñando"?

Desarrollaremos nuestra propuesta acerca de la identidad en tres capítulos. En el primero -¿*Qué es esto?*-, comenzaremos con un breve resumen de nuestra hipótesis evolutiva, y, a continuación, expondremos las conclusiones generales que se desprenden de ella, en el marco de una visión del mundo dinámica y no dualista, que trasciende tanto el materialismo como el espiritualismo. En el segundo -¿*Quién soy yo?*-, aplicaremos esa perspectiva no dual al ámbito específico del individuo humano, tratando de bosquejar los puntos clave que pueden aportar alguna luz sobre el misterio de nuestra identidad última. Y en el tercero -

Y ahora, ¿qué? , invitaremos al lector a comprobar vivencialmente nuestra propuesta, indicando una posible pauta a seguir que facilite su investigación, y, finalmente, esbozaremos los rasgos esenciales que caracterizan la experiencia definitiva de la iluminación integral.

Resumiendo. Plantearemos una visión dinámica y no dual de la realidad. Desde esa perspectiva, observaremos el paisaje que se divisa en torno a la identidad humana. Y, para terminar, sugeriremos una posible senda para investigar vivencialmente lo anteriormente expuesto. Tal vez, al final, podamos descubrir que la realidad, nuestra propia realidad, es mucho más fascinante de lo que jamás hubiéramos podido siquiera imaginar.

PRIMERA PARTE: ¿QUÉ ES ESTO?

A. UNA PERSPECTIVA EVOLUTIVA.

Vamos a comenzar el presente ensayo planteando una perspectiva dinámica y no dual del universo, que nos habrá de servir de base para el posterior desarrollo de nuestra propuesta sobre la identidad humana. En estos primeros apartados, esbozaremos un rápido resumen de nuestra hipótesis de ritmos acerca de la evolución del macrocosmos global y del desarrollo del microcosmos humano.

Un nuevo universo.

A lo largo de las últimas décadas, la aparentemente sólida visión del mundo mecanicista y materialista ha comenzado a presentar alarmantes fisuras. Los planteamientos que hace poco más de un siglo figuraban como rigurosos y casi irrefutables, empiezan a estar francamente en entredicho.

Se proponía un universo movido por el simple juego del azar, en progresiva degradación y orientado inexorablemente hacia la muerte térmica. Lejos de estos negros presagios, la nueva ciencia contempla, sorprendida, una fascinante creatividad en todos los ámbitos de la realidad. Una imparable corriente evolutiva, generadora de novedades, recorre toda la historia cósmica. La presunta máquina universal, condenada casi al desguace, se destapa ahora como un inusitado ser vivo, animado por una dinámica permanentemente autocreadora. Parece que la naturaleza comienza a desvelar los secretos de su intrínseca tendencia holística, que la lleva a ascender por la escalera de la complejidad organizada. Un impulso ascendente que ha ido creando, paso a paso, unidades progresivamente diferenciadas, integradas e inclusivas.

La ciencia mecanicista albergaba el sueño reduccionista de explicar el funcionamiento de las estructuras complejas partiendo, exclusivamente, de sus componentes más elementales. La nueva ciencia ha roto ese sueño al comprobar una y otra vez, en los diferentes niveles de la realidad, que cada totalidad es más que la suma de sus partes. El flujo evolutivo engendra novedades que, aunque lógicamente compatibles con las estructuras precedentes, no pueden, sin embargo, ser explicadas por ellas. Se plantea, pues, un esquema dinámico y jerárquico del mundo, en el que los niveles emergentes se integran con los anteriores, generando, así, organismos progresivamente más complejos, abarcantes y profundos. Las partículas elementales forman parte de los átomos, los átomos de las moléculas, las moléculas de las células, las células de los organismos, etcétera. El universo se muestra, pues, como una jerarquía que se extiende ilimitadamente arriba y abajo, a lo largo de toda la trayectoria evolutiva.

Por otro lado, cada uno de esos niveles de la realidad universal se encuentra estructurado por un infinito juego recíproco entre individuos y colectividades. Unos y muchos se implican mutuamente como reflejos en una malla de espejos enfrentados. No es posible un individuo sin entorno que lo englobe, ni un entorno sin individuos que lo constituyan. No cabe desgajar unidades aisladas en estas tramas universales de interconexiones e interrelaciones. Como ha demostrado la física cuántica, el alcance de estas complejas telarañas de relaciones, abarca más allá de lo humanamente concebible, trascendiendo incluso nuestros esquemas espaciotemporales. No hay "partes" realmente separadas en ningún nivel de la escala evolutiva, sino que, por el contrario, como en una placa holográfica, cada "fragmento" del mundo no es otra cosa que una expresión concreta de la única y misma totalidad. El universo comienza a mostrarse, a los ojos de la nueva ciencia, como un campo unificado que se refleja dinámicamente en cada rincón de sí mismo.

Se pretendía construir el mundo sobre el cimiento sólido y consistente de la materia, pero tampoco este viejo mito ha resistido la prueba de la experimentación. El análisis subatómico ha hecho desaparecer

literalmente el suelo bajo nuestros pies. La supuestamente indestructible base material se ha diluido en puras formas, pautas, órdenes y relaciones, en un tejido que ya no es substancial sino puramente abstracto. Estamos sustentados por evanescentes formas que surgen y desaparecen vertiginosamente en un intangible vacío. Se ha llegado a decir, dentro del mundo de la ciencia, que el universo comienza a parecer más un gran pensamiento que una gran máquina.

El enfoque materialista de la ciencia clásica aspiraba también a describir el mundo "objetivamente", marginando del panorama al "sujeto" que realizaba la descripción, pero la emergente perspectiva postmoderna ha puesto en evidencia, una vez más, la completa ingenuidad de este proyecto. Inevitablemente, la mente observadora forma parte del universo observado. No hay objeto sin sujeto, ni fuera sin dentro, ni realidad sin conciencia. Ambos términos están inextricablemente interrelacionados, y, por tanto, cualquier intento de comprensión integral del mundo fenoménico debe incluir, forzosamente, ambas facetas. La dinámica evolutiva se percibe, así, como generadora de entidades no sólo progresivamente complejas y organizadas en su aspecto externo, sino también, simultáneamente, más profundas y conscientes en su ámbito interno. No cabe ya limitar nuestra visión a las superficies de las cosas, porque, aunque pretendamos ignorarlas, una y otra vez se nos harán patentes las profundidades de la lucidez.

El universo que comienza a mostrarse ante nuestra sorprendida mirada, poco tiene que ver con aquel ciego artefacto insensible, mecánico e inerte, en el que el propio ser humano que lo imaginaba no tenía cabida. Las nuevas perspectivas que se dibujan ya no nos consideran como criaturas aberrantes en un mundo sin sentido, sino, muy al contrario, como sugerentes expresiones del flujo creativo de la totalidad, verdaderos microcosmos que reflejan con creciente diafanidad la infinita riqueza de un macrocosmos fascinante.

Nuestro trabajo de investigación sobre el ritmo de la evolución se enmarca dentro de esta novedosa perspectiva de un universo autocreativo -generador de unidades progresivamente complejas y organizadas-, jerárquico -en el que cada nuevo nivel trasciende y se integra con todos los anteriores-, holográfico -en el que cada parte refleja la totalidad-, impermanente -en una danza continua de creación y destrucción-, lúcido -capaz de conocerse a sí mismo- y vacío -sin una sustancia básica que lo sostenga.

Vamos a intentar resumir a continuación el esquema global del proceso evolutivo, que nos aportará las claves necesarias para plantear nuestra propuesta teórica en torno a la identidad. Trataremos de dar una respuesta, coherente con la emergente visión del mundo, a las preguntas de "¿quién soy?" o "¿qué soy?", y comprobaremos su validez a la luz de las afirmaciones vivenciales de las grandes tradiciones espirituales.

La clave evolutiva.

Hoy día el mundo de la ciencia acepta, de forma unánime, el hecho evolutivo como una característica central del universo. En todas las ramas del saber humano -astrofísica, biología, psicología, sociología, etcétera- hay un completo consenso sobre el carácter dinámico y creativo de la realidad fenoménica. Sin embargo, hay discrepancias en la interpretación de los hechos.

La ciencia clásica trató de explicar los sucesos novedosos de la evolución como meros productos del azar caprichoso, casualidades a contracorriente en un universo abocado fatalmente hacia el desorden total. Se afirmaba que el surgimiento de la vida y de la mente era sólo una extraña anécdota, casi imposible, en un mundo de materia inerte e inanimada.

Las nuevas ciencias de la evolución, aparecidas en las últimas décadas, ven, por el contrario, una armoniosa coherencia y naturalidad a lo largo de todo el proceso creativo universal, desde el mismo instante originario. Niegan que el factor azar sea el único argumento explicativo de los fenómenos

novedosos, y denuncian que la vieja teoría no explica, en absoluto, la sorprendente emergencia de la complejidad creciente. Defienden, por el contrario, el carácter no accidental de los procesos evolutivos, y aportan multitud de pruebas de que todos los sistemas dinámicos, en diferentes niveles de la realidad, desarrollan espontáneamente similares pautas creativas.

Una característica singular de estas dinámicas creadoras consiste en la brusca emergencia de las novedades evolutivas tras largos periodos de inercia. El darwinismo clásico aceptaba tan sólo los cambios lentos, graduales, continuos y sin ninguna orientación determinada. Sin embargo los registros fósiles muestran, inequívocamente, un proceso creciente que va de lo simple a lo complejo y de lo primitivo a lo diferenciado, así como unos cambios repentinos, saltatorios y discontinuos en las transformaciones más profundas de la evolución. En este sentido, se ha comparado la historia de nuestro planeta con la vida de un soldado, jalonada por largos periodos de aburrimiento y breves lapsos de terror.

La perspectiva mecanicista tenía grandes dificultades en explicar tanto los saltos repentinos como las fases de estabilidad. Sin embargo, los nuevos enfoques demuestran cómo cualquier sistema dinámico alejado del equilibrio puede salir de su estado constante al cambiar algunos de sus parámetros ambientales. En estas situaciones, tras una fase de indeterminación y caos, los sistemas pueden alcanzar espontáneamente nuevos estados estables de mayor complejidad. La trayectoria evolutiva global se asemeja, pues, a una escalera, en la que se alternan los tramos horizontales, sin apenas cambios, con los saltos bruscos de nivel.

Tanto en trabajos teóricos como empíricos, en ciencias duras y blandas, se intenta comprender esta innata tendencia creativa de la naturaleza, estas sorprendentes pautas de organización en las que se canaliza el juego del azar. Se habla de atractores dinámicos, de campos morfogenéticos, de canales arquetípicos, de órdenes implicados, de estructuras autosimilares, de estabildades estratificadas. Parece ya evidente que la creatividad no puede ser reducida a un mero producto del azar, sino que resulta necesaria la intervención holística de campos unificados que puedan dar cuenta tanto del carácter de totalidad de los fenómenos creativos, como de su cualidad de instantaneidad. El aspecto de integridad irreductible de estos campos explicaría su capacidad de organizar armónicamente, mediante un único impulso, elementos diversos e independientes.

Nuestra hipótesis sobre los ritmos de la evolución aporta rasgos novedosos en esta investigación y, tal vez, pueda proporcionar una línea de trabajo llena de gratas sorpresas.

Una solución armónica.

Decíamos hace un momento que la presunta solidez de la materia, sobre la que se pretendía construir un mundo, se ha evaporado, a los ojos de la nueva ciencia, en puras formas y relaciones en un tejido insubstancial y abstracto. Se reproduce, así, en nuestros días, la vieja polémica entre algunas escuelas griegas. Mientras que para los filósofos jonios la cuestión fundamental consistía en encontrar la substancia corpórea del mundo, para los platónicos y pitagóricos la clave estaba en las pautas y los órdenes. La ciencia de hoy se mueve, básicamente, en esta segunda línea.

La afirmación fundamental del pitagorismo era que los números constituyen los principios inmutables subyacentes al mundo, la esencia de la realidad. Al descubrir que las proporciones entre los armónicos musicales podían expresarse de forma simple y exacta, los pitagóricos consideraron que el propio cosmos era un sistema armónico de razones numéricas: todo lo real podía ser expresado por relaciones entre números. Según ellos, el orden numérico inherente a los sonidos, estaba en relación directa con la propia organización del universo, y, así, afirmaban que la música no era sino la expresión de las relaciones internas del cosmos, y que toda manifestación material era fruto del concierto de las vibraciones universales.

A comienzos del siglo veinte, los físicos se encontraron desconcertados al comprobar cómo la energía emitida o absorbida por los átomos, lejos de presentarse como un flujo continuo según sus previsiones, lo hacía de forma cuantificada, en paquetes muy precisos. Durante varias décadas intentaron explicar este extraño fenómeno buscando una buena teoría matemática del átomo que generara esos números cuánticos de una manera natural. La solución llegó al proponerse la similitud del mundo de los electrones con los armónicos musicales -las ondas estacionarias-, surgiendo, entonces, la feliz ecuación de ondas de sorprendente precisión, y pieza fundamental de la revolucionaria física cuántica. Parece, pues, que estamos literalmente hechos de música, que somos puras relaciones abstractas en una realidad insubstancial, la apariencia acústica del vacío cuántico, la música callada y la soledad sonora que maravillaba a nuestros místicos.

Las ondas estacionarias son conocidas por cualquiera que haya tocado un instrumento musical. La característica de estas ondas consiste en que dividen a la unidad vibrante -cuerda, tubo o aro- en secciones completas iguales. Una cuerda de guitarra, por ejemplo, como tiene sus extremos fijos, no puede vibrar de cualquier manera, sino que tiene que hacerlo de modo que sus extremos permanezcan inmóviles. Esto es lo que limita sus posibles vibraciones e introduce los números enteros. La cuerda puede ondular como un todo (ver Fig. 1-A), o en dos partes (ver Fig. 1-B), o en tres (ver Fig. 1-C), o en cuatro, o en cualquier otro número entero de partes iguales, pero no puede vibrar, por ejemplo, en tres partes y media o en cinco y cuarto.

En la teoría de la música estas sucesivas ondas estacionarias reciben el nombre de sonidos armónicos. La serie ilimitada de estos armónicos, partiendo del "sonido fundamental" de la unidad original completa, definen de forma muy precisa los diferentes grados de la vibración sonora, es decir, la jerarquía íntegra de niveles de estabilidad del flujo musical.

Vemos, pues, que tanto en el mundo microscópico de la física cuántica, como en el macroscópico de nuestros instrumentos musicales, las energías -las vibraciones- no discurren de un modo continuo, sino que lo hacen de forma cuantificada según una jerarquía de ondas estacionarias. En cualquier escala de la realidad, una unidad vibrante, átomo o cuerda de guitarra, posee intrínsecamente niveles potenciales muy precisos en los que se estabilizan los flujos de energía.

Anteriormente hemos hablado de que la nueva ciencia considera el universo de forma holística, es decir, percibe la naturaleza como una totalidad integral, como un movimiento global no fragmentado ni dividido. Hemos visto también cómo la dinámica evolutiva de este *universo unificado* despliega sus novedades de forma discontinua, cómo las transformaciones más profundas de la evolución suceden de forma brusca y repentina, generando una *jerarquía de niveles* de organización progresivamente complejos e inclusivos. Nos encontramos, pues, otra vez, con una *unidad vibrante* -el universo evolutivo- que canaliza sus flujos de energía en una serie muy definida de *niveles de estabilidad*. Como los átomos. Como los instrumentos musicales.

Tanto en el mundo de la física atómica, como en el ámbito de lo musical, se logró desvelar el secreto de sus saltos repentinos y sus discontinuidades sonoras por medio de las ondas estacionarias y de los

FIGURA 1-A

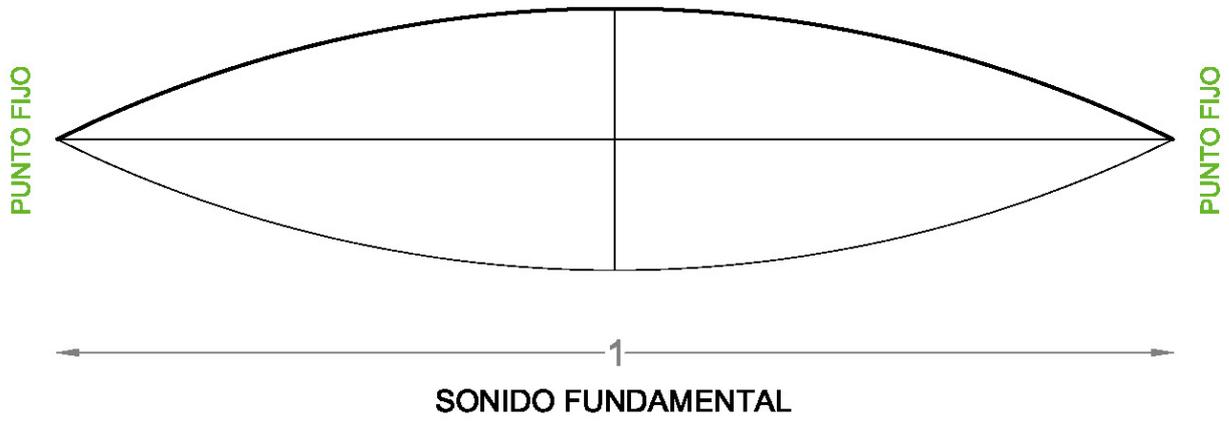


FIGURA 1-B

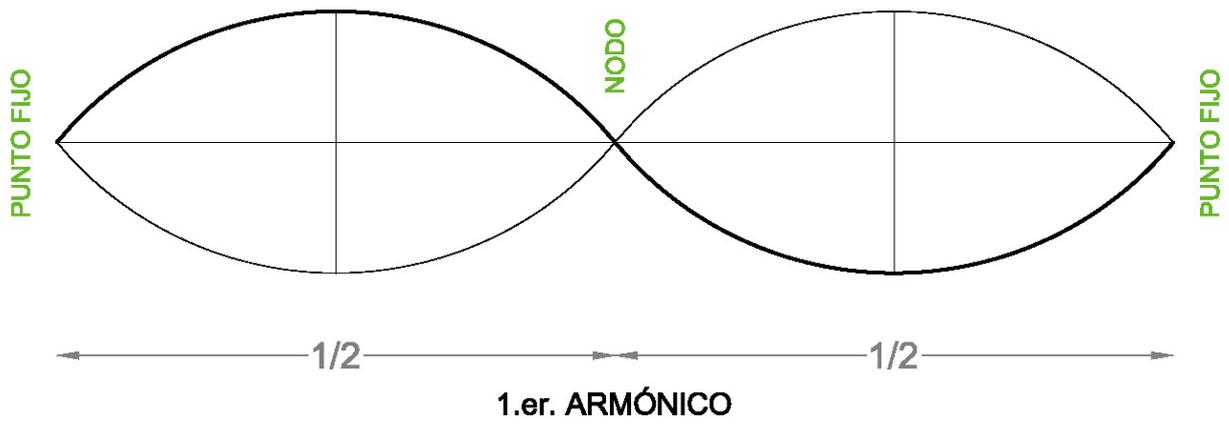
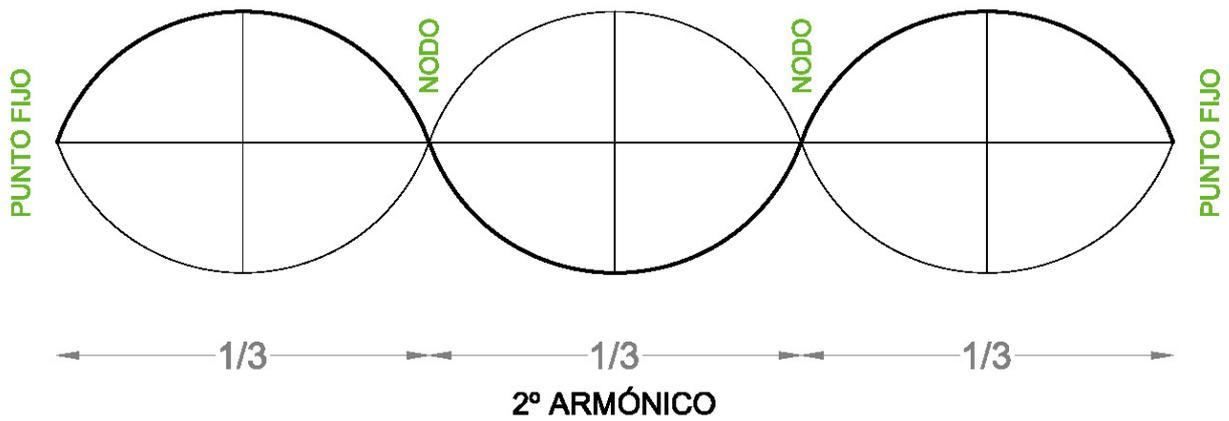


FIGURA 1-C



armónicos musicales. ¿No podría suceder lo mismo en el terreno de la evolución? ¿No resulta muy coherente que este universo unificado que comenzamos a descubrir genere similares pautas creativas en sus diferentes niveles de organización? ¿No se presenta, entonces, como enormemente sugerente la idea de que los repentinos saltos evolutivos acaecidos en la historia del universo respondan, precisamente, a esas mismas ondas estacionarias que resultaron ser la clave explicativa del mundo subatómico y del musical? Ésta ha sido la intuición básica que ha dado lugar a nuestra hipótesis de ritmos evolutivos que vamos a esquematizar a continuación.

Planteamiento de la hipótesis.

Recientemente se ha planteado una teoría sobre un proceso único que explica sin reduccionismo la diversidad jerárquicamente ordenada. Esta teoría propone, como principio cosmológico general, el concepto de “estabilidad estratificada de niveles potenciales” como la clave de la evolución de los sistemas en desequilibrio. Plantea, básicamente, la existencia de determinados niveles de estabilidad en torno a los cuales se agruparían y organizarían los flujos de energía, permitiendo, así, los sucesivos y repentinos ascensos hacia nuevos estratos de progresiva complejidad. Nuestra hipótesis constituye una especificación muy concreta dentro de este sugerente enfoque. Veámoslo.

Tomando de nuevo el ejemplo de la cuerda de guitarra, imaginemos que está afinada en la nota *do*-sonido fundamental. Si ponemos en vibración la mitad de su longitud -primer armónico- obtendremos la misma nota original una octava superior. Si hacemos vibrar la tercera parte -segundo armónico- conseguiremos una nota *diferente*, que en nuestro caso será un *sol*. Es decir, con el segundo armónico surge la *novedad* sonora. Tomando la nueva nota, a su vez, como sonido fundamental, podemos repetir la experiencia cuantas veces queramos, y, así, iremos obteniendo con cada segundo armónico, sucesivas novedades sonoras escalonadas. O sea, al hacer vibrar un tercio de la longitud aparecerá un salto creativo, y con el tercio del tercio otro, y con el tercio del tercio del tercio otro más, etcétera.

Este simple hecho nos da la clave de nuestra hipótesis. La propuesta es así de sencilla: considerando la totalidad temporal como una unidad vibrante –ver las Figs. 2-, los sucesivos segundos armónicos encadenados, es decir, los sucesivos tercios de la duración, jalonarán la emergencia de las novedades evolutivas. O, dicho de otra manera, los segundos armónicos definirán esos “niveles potenciales de estabilidad estratificada” a través de los cuales se va canalizando la creatividad de la naturaleza, esto es, esos peldaños de la escalera evolutiva por los que los flujos de energía van discurriendo en su ascendente proceso creador de organismos más y más complejos y conscientes.

En las Figs. 2 podemos observar gráficamente el proceso global. Tomando la trayectoria temporal completa -desde el “origen” hasta el “final”- como sonido fundamental, hemos dibujado los sucesivos saltos de nivel en ambos sentidos: en la Fig. 2-B el tramo que va desde el origen hasta el polo “P” de exteriorización -lo que se denomina el “arco externo” o “hacia fuera”-, y en la Fig. 2-A el trecho que abarca desde ese mismo polo hasta el final -el “arco interno” o “hacia dentro”. En la Fig. 2-C reflejamos la trayectoria conjunta, la escalera global de la evolución. Este tercer gráfico, fijémonos bien, nos será de enorme interés para plantear nuestra propuesta sobre la identidad, en torno a la cual gira el presente ensayo.

Resumiendo nuestra propuesta podemos decir que, al igual que cuando se emite una nota determinada en un instrumento musical, simultáneamente, suena una amplísima gama de sus armónicos, del mismo modo, el universo en su conjunto posee, desde el mismo instante de su vibración originaria, toda una jerarquía potencial de ondas estacionarias, por las que pueden ascender sus flujos creativos. Según nuestro esquema, partiendo de la vibración puntual del origen, el proceso universal comienza con una explosión vertiginosa de creatividad y saltos de nivel, que, paulatinamente, va desacelerando su ritmo en

FIGURA 2-A

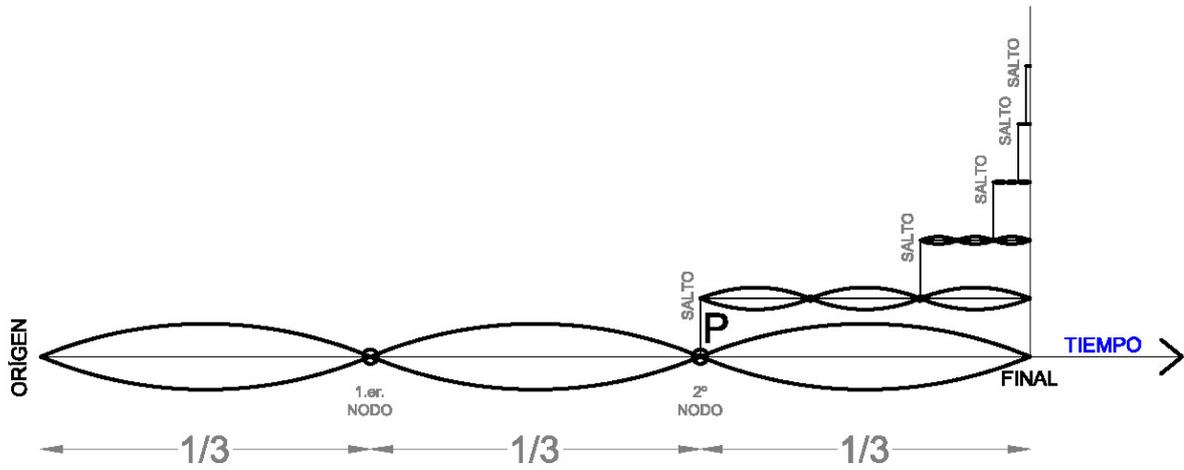


FIGURA 2-B

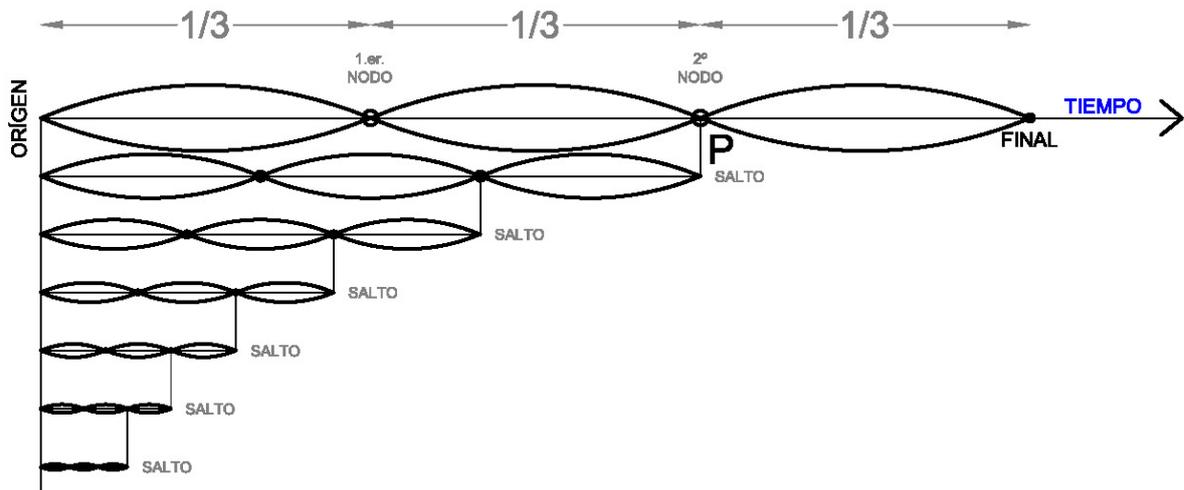
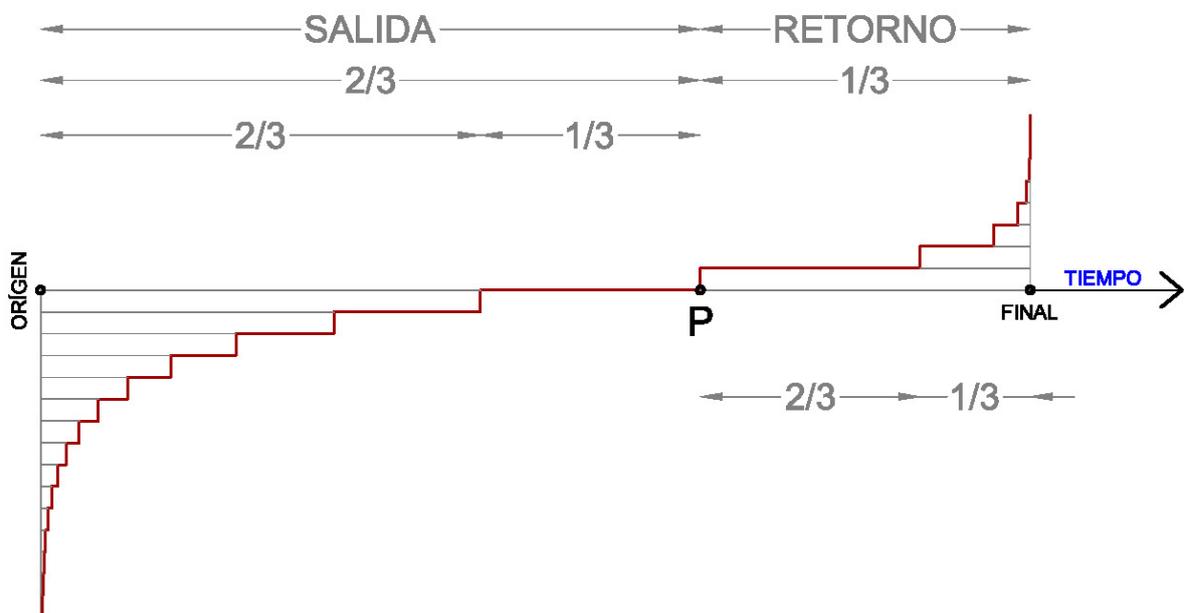


FIGURA 2-C



el camino de ascenso hacia un determinado estrato del espectro –el “sonido fundamental”-, para, a partir de ahí, comenzar a acelerar de nuevo, progresivamente, su ritmo de saltos novedosos, a lo largo del tramo de subida que se orienta hacia una imparable vibración puntual final de creatividad infinita. Pronto analizaremos el sentido profundo de esos sorprendentes polos original y final, pues ahí encontraremos, precisamente, la clave a muchas de nuestras preguntas.

A continuación vamos a esbozar, de forma muy resumida, las líneas generales de la comprobación que hemos efectuado sobre la hipótesis de ritmos de la evolución que acabamos de exponer. Cotejaremos, pues, las previsiones de nuestro esquema de ritmos con los datos históricos, para confirmar si, también en el ámbito evolutivo, las ondas estacionarias tienen la clave que explique la emergencia de las novedades y la estructura jerárquica del proceso.

Comprobación de la hipótesis.

Si tomamos un cliché fotográfico y lo troceamos, en cada uno de los fragmentos se verá una *parte* de la imagen total, pero si hacemos lo mismo con una placa holográfica, en cada fracción resultante se revelará la *totalidad* de la imagen original, aunque con diferentes capacidades de definición. Anteriormente hemos indicado que la nueva ciencia comienza a percibir una estructura “holográfica” en el universo. Con esta metáfora se quiere señalar que no existen realmente partes separadas en la naturaleza, sino que, por el contrario, cada parte no es sino una expresión y reflejo de la totalidad.

Más adelante volveremos a hablar sobre este enfoque holográfico entendido dinámicamente -sobre el “holomovimiento”-, pero ahora nos interesa sugerirlo, al menos, con vistas a explicar que, para realizar la comprobación de nuestra hipótesis de forma integral, hemos tenido en cuenta no sólo la evolución global del universo -el macrocosmos-, sino también el desarrollo del individuo -el microcosmos. Si la perspectiva holográfica es correcta, la parte y la totalidad, el micro y el macrocosmos, deberán reflejar la misma “imagen” original.

Empezando, pues, la comprobación en el macrocosmos, y situando el punto “origen” en el instante del Big Bang, podemos observar la impresionante precisión de nuestro esquema de ritmos al cotejarlo con los datos paleontológicos, antropológicos e históricos. Nuestra escalera de ondas estacionarias va marcando con exactitud los momentos de aparición de las sucesivas novedades evolutivas básicas, a lo largo de todo el proceso de desarrollo. La emergencia de la vida orgánica, del reino animal, del *filum* de los cordados, de la clase de los mamíferos, del orden de los primates, de la superfamilia de los homínidos, de la familia de los homínidos, del *homo habilis*, del *homo erectus*, del arcaico *homo sapiens*, del hombre de Neanderthal, del hombre de Cro-Magnon, del hombre del Neolítico, del filósofo de la Edad Antigua, del escolástico de la Edad Media, del positivista de la Edad Moderna y del emergente ecólogo de la Edad Postmoderna. Cada una de las etapas de este paulatinamente acelerado proceso creador del macrocosmos, se ciñe escrupulosamente al ritmo marcado por los peldaños de nuestra escalera.

Es de suponer que nuestro esquema también resulte acertado en sus previsiones acerca de etapas futuras. Digamos, de paso, que la trayectoria evolutiva apunta hacia una cumbre de creatividad infinita en el entorno de la segunda década del siglo 23.

La “ley biogénética fundamental” habla del evidente paralelismo entre el desarrollo del embrión individual y la trayectoria evolutiva seguida por su especie: “la ontogénesis, o sea el desarrollo del individuo, es una breve y rápida repetición de la filogénesis o evolución de la estirpe a la cual pertenece”. De forma similar al proceso embriológico, el desarrollo psicológico del ser humano tras el parto también recapitula las sucesivas perspectivas que desarrollaron sus antepasados. En conjunto, cada una de las etapas básicas que recorre el individuo humano en su proceso de crecimiento se corresponden, una a una, con las atravesadas por sus ancestros a lo largo de todo el despliegue evolutivo universal. La comprobación de

nuestra hipótesis en el ámbito del ser individual -el microcosmos- se enmarca, así, dentro de este sugerente enfoque.

Cotejando, pues, nuestro esquema de ritmos con los datos embriológicos y psicológicos del desarrollo de un ser humano, observamos, aquí también, una sorprendente precisión de las previsiones. Dicho telegráficamente: la etapa de maduración folicular, la de división celular y formación del cordón nervioso, la de crecimiento de las extremidades y formación del amnios, la de constitución de la placenta, la de desarrollo de las características de los antropoides, la fase final del embarazo, la etapa de surgimiento de la conciencia física del cuerpo axial, la de la conciencia vital del cuerpo pránico, la de la conciencia emocional del cuerpo imagen, la de la cognición social, la de la emergencia del nivel intuitivo preoperacional, la del pensamiento operacional concreto, la del pensamiento operacional formal en sus fases inferior y superior, la del ego maduro, la del despliegue de las bandas biosociales, la del centauro existencial y la de los reinos sutiles y causales hasta la iluminación final, todas, absolutamente todas estas etapas no sólo se corresponden fielmente, una a una, con los sucesivos niveles que hemos observado el despliegue del macrocosmos, sino que también se ajustan al ritmo de nuestra escalera evolutiva.

Si tanto la evolución global como el desarrollo individual desglosan, paso a paso, un idéntico espectro de la realidad, y se ajustan, ambos, a una misma pauta de ritmos en su despliegue (aunque orientados en cada caso hacia un nivel o "sonido fundamental" diferente, como pronto veremos), quizás estemos en condiciones de esbozar las características básicas de un arquetipo central del que tanto el macrocosmos como el microcosmos serían meros reflejos o proyecciones, sus imágenes global e individual en una manifestación holográfica. A continuación vamos a insistir en este punto, pues constituye una de las claves de nuestra propuesta.

Una pauta en la gran cadena del Ser.

Si queremos describir un edificio en altura de una manera coherente, desde el suelo hasta el tejado, podemos hacerlo tomando diferentes elementos como referencia: los forjados de los pisos, los descansillos de la escalera, los peldaños, etcétera. En nuestra descripción del desarrollo evolutivo hemos utilizado hasta ahora los "peldaños" formados por los segundos armónicos -recordemos los saltos en los sucesivos tercios-, pero podemos usar otro criterio, igualmente válido, que nos resulte más manejable. La propia teoría de la música nos ofrece esta posibilidad. Los sucesivos segundos armónicos de nuestra hipótesis pueden ser agrupados de siete en siete, para formar series completas y ordenadas de lo que los músicos denominan "tonalidades de sostenidos". De modo que, igual que anteriormente encadenamos los segundos armónicos para formar nuestra escalera evolutiva, podemos hacer lo mismo con esas series completas de siete "peldaños", y, así, efectuar nuestra descripción del edificio por "pisos". Cada uno de estos pisos abarcaría siete escalones cada uno, lo que aplicado a nuestra historia de la evolución vuelve a resultar enormemente significativo y preciso. Veámoslo.

Tras la primera fase de desarrollo de la materia compleja, la siguiente planta de nuestro edificio recorre toda la trayectoria evolutiva de los seres vivos, hasta el surgimiento del homínido, en un proceso en el que los sucesivos organismos van desplegando una conciencia de su entorno más rica y precisa. En el siguiente piso, desde la aparición del homínido hasta la emergencia de los primeros filósofos, los individuos van desarrollando la capacidad mental, que no sólo les permite percibir su medio ambiente de forma más profunda, sino también tomar conciencia de sí mismos de un modo progresivamente diferenciado y lúcido. A continuación nos encontramos con una nueva planta, que abarca desde la aparición de los egos racionales hasta el surgimiento de los "testigos transpersonales", en la que la conciencia vuelve a dar un salto hacia "dentro" y observa su propia autoconciencia. En el siguiente piso, de marcado carácter espiritual, se desintegra toda forma de dualismo -observador frente a observado- y se descubre "la experiencia del universo por el universo", pero de esto ya hablaremos ampliamente más adelante.

Resumiendo, pues, el conjunto del edificio evolutivo a través de las alturas definidas por esos pisos de siete peldaños cada uno, diremos que consta de cinco plantas básicas -sin entrar en los detalles del sótano y del ático-, que son: materia, vida, mente, alma y espíritu... ¡exactamente la forma más clásica de la gran cadena del Ser de la que hablan numerosas tradiciones! Ésta ha sido la visión casi unánime sobre la realidad, de una gran parte de la humanidad civilizada durante casi toda su historia. Por poner un ejemplo, citemos las cinco envolturas, pantallas o *koshas* de la tradición hindú: *annamayakosha* (física), *pranamayakosha* (vital), *manomayakosha* (mental), *vijnanamayakosha* (intelectiva) y *anandamayakosha* (beatífica), que coinciden de forma total con las etapas señaladas.

Partiendo, pues, de la idea de que tanto la evolución global, como el desarrollo individual, despliegan el espectro completo de la gran cadena del Ser, se percibe un fenómeno curioso al observar la pauta de emergencia de los sucesivos niveles en ambos casos. Tanto la una como el otro se ajustan completamente a nuestro esquema de ritmos, pero mientras que el macrocosmos sitúa su polo de exteriorización P en el tránsito entre las etapas material y vital, el microcosmos lo emplaza un par de pisos más arriba, entre los niveles mental y anímico.

Quizás la forma más sencilla de entender esto sea analizar detenidamente las Figs. 3-A y 3-B, en las que se representan los procesos macro y microcósmicos. Observemos, en primer lugar, cómo la dimensión vertical de ambos dibujos abarca la totalidad de niveles de la gran cadena del Ser -materia, vida, mente, alma y espíritu-, mientras que la dimensión horizontal indica simplemente la escala temporal, diferente, por supuesto, en cada caso. Observemos también cómo la línea escalonada que refleja la trayectoria seguida por el macrocosmos y el microcosmos en sus procesos respectivos de evolución y desarrollo, parte, en los dos casos, de un polo original de energía -en la parte de abajo a la izquierda- y finaliza, también para los dos, en un polo antagonista de conciencia -en la parte de arriba a la derecha-, describiendo globalmente entre ambos polos una idéntica pauta de ritmos en los dos gráficos. Pero, fijémonos bien, el nivel central de estabilidad -el "sonido fundamental"- hacia el que se orientan inicialmente ambas trayectorias son muy diferentes, pues mientras el macrocosmos lo hace hacia la "materia orgánica" -entre la materia y la vida-, el microcosmos lo hace hacia el "ego" -entre la mente y el alma. Vemos, pues, que la misma pauta de ritmos puede orientarse, indistintamente, hacia cualquiera de los niveles de estabilidad definidos por la gran cadena del Ser -más abajo o más arriba-, y que, de esta forma, el proceso evolutivo no hace otra cosa que ir elevando, salto a salto, esa cota.

Si intentamos comprender el sentido de todos estos datos con una cierta coherencia, la propuesta más sencilla será la de plantear un arquetipo central más allá del tiempo -del que la gran cadena del Ser sería su manifestación temporal-, que se despliega y refleja global e individualmente -holográficamente- en diferentes niveles de profundidad y lucidez. Cuando, un poco más adelante, comencemos a plantear el carácter no dual de esos polos de energía y de conciencia -aparentemente antagonistas-, de los que surgen y a los que abocan todas las trayectorias temporales, podremos ir definiendo las sorprendentes características de ese arquetipo central que en este momento estamos proponiendo. Conformémonos, por ahora, con adelantar que esa pauta de ritmos de la que acabamos de hablar -el proceso de despliegue y repliegue entre los polos de energía y conciencia- y su íntimo carácter no dual, serán los pilares básicos sobre los que apoyaremos todo el resto de la parte teórica del presente ensayo.

Una escala infinita de reflejos.

Como acabamos de decir, la casi totalidad de las tradiciones espirituales del mundo plantean que la realidad está estructurada según una jerarquía, más o menos amplia, de niveles de estabilidad -la gran

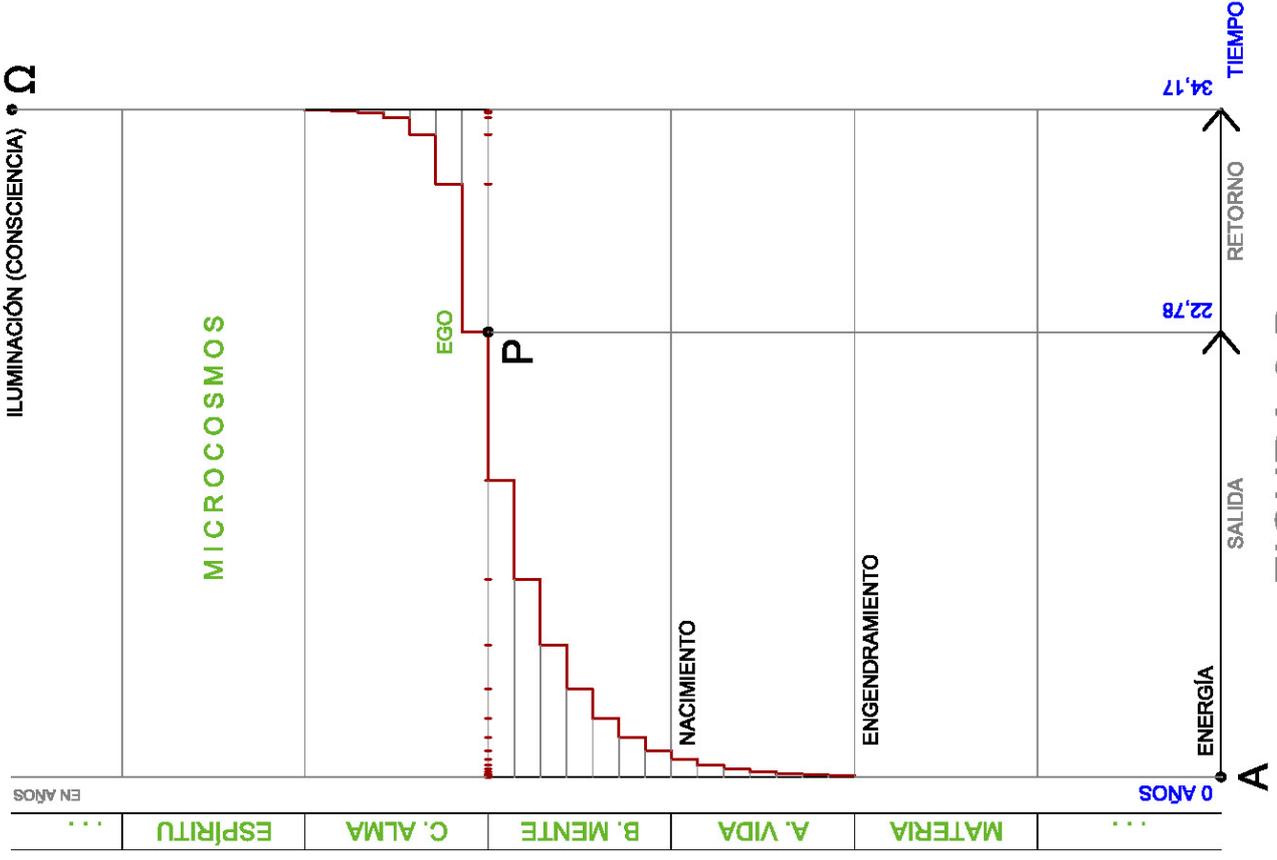


FIGURA 3-B

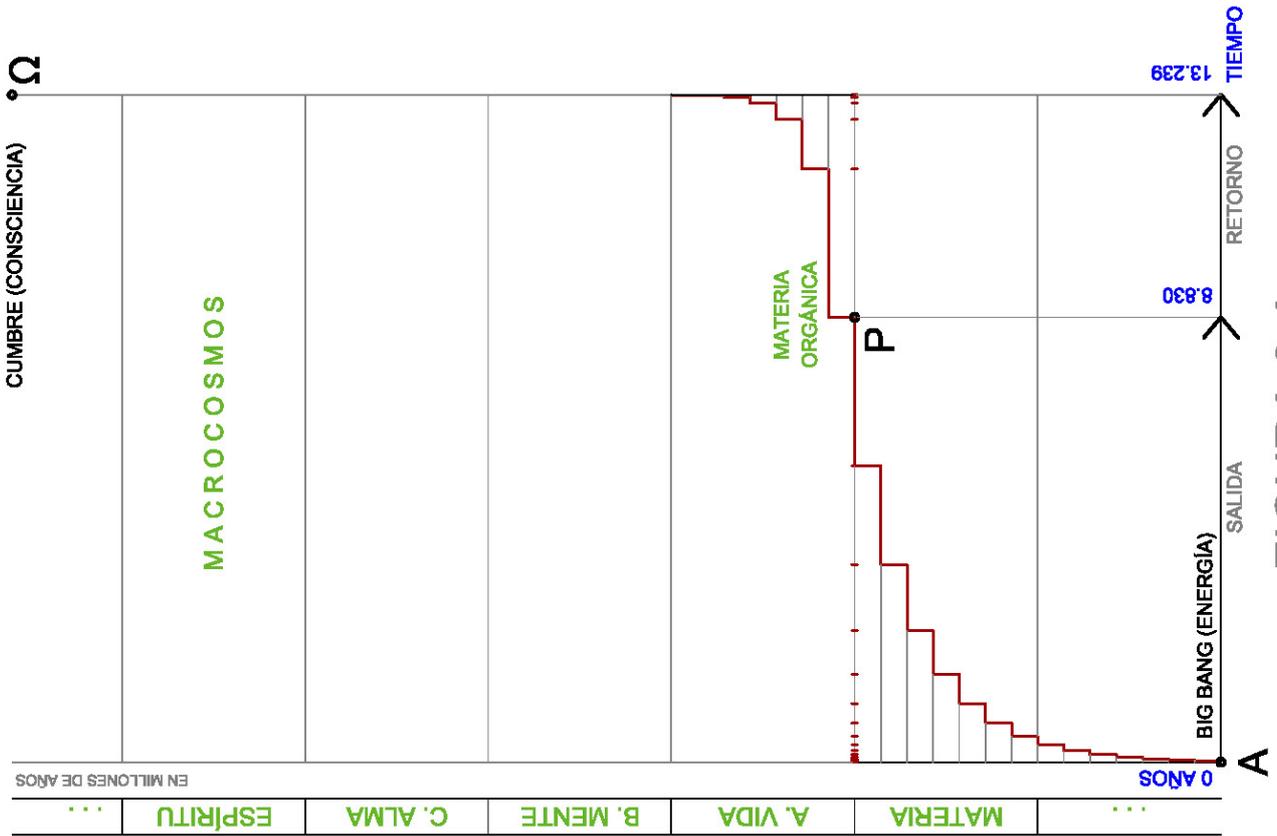


FIGURA 3-A

cadena del Ser. Por su parte, la ciencia actual comienza a entender que el hecho evolutivo puede ser la clave que permita comprender de forma coherente los diversos ámbitos del saber –físico, químico, biológico, psicológico...- en un proceso común. Nuestro esquema de ritmos, al integrar la gran cadena del Ser –la dimensión vertical de los gráficos- con el aspecto temporal evolutivo –la dimensión horizontal-, no hace sino sintetizar las tradiciones espirituales y las científicas en una visión global enormemente sugerente.

Vamos a terminar ahora este rápido resumen que hemos hecho de nuestra hipótesis de ritmos, comentando una curiosa característica –que integra de nuevo propuestas de las tradiciones científica y espiritual- de la dinámica evolutiva que estamos planteando.

Los más recientes estudios sobre los sistemas dinámicos, proponen un modelo de universo verdaderamente intrigante. Afirman que la realidad está organizada según estructuras “autosimilares”, es decir, estructuras en las que una pequeña fracción de ellas se asemeja al conjunto completo. Estas estructuras “autosimilares” repiten, pues, la misma pauta básica en escalas más y más reducidas. Como las ramas de los árboles. Como las cuencas de los ríos. Como el sistema vascular o el nervioso. Nuestra dinámica evolutiva sigue también este modelo. Vamos a verlo.

La milenaria psicofisiología hindú, y de forma muy especial la tradición tántrica, ha estudiado concienzudamente las estructuras energéticas en el ser humano y en el universo. Afirman que los flujos de energía -*prana*- circulan a través de unos canales -*nadis*- y se acumulan en unos vórtices -*chakras*-, que constituyen verdaderos centros acumuladores, transformadores y distribuidores de esa energía. Cada uno de estos *chakras* está ligado a un plexo nervioso y a una glándula endocrina, por lo que actúan como puntos de contacto entre el cuerpo físico y las estructuras sutiles, y desempeñan específicas funciones fisiológicas, psicológicas y espirituales. Hay, dicen, siete *chakras* distribuidos entre la base de la columna vertebral y la cúspide de la cabeza, y se distinguen por sus diferentes vibraciones sonoras y sus actividades características: *Muladhara* (materia), *Svadhista* (vida y sexo), *Manipura* (poder y emoción), *Anahata* (amor), *Vishuddha* (expresión), *Ajna* (inteligencia) y *Sahasrara* (espíritu). Otra versión de la gran cadena del Ser.

La psicofisiología hindú plantea, pues, un espectro de siete niveles de estabilización de la energía sonora, que se manifiesta, al menos, en tres envolturas diferentes: biológica, mental e intelectual. En principio, el paralelismo con nuestro esquema de siete “peldaños” por cada “piso” de la gran cadena del Ser es evidente, pero aún lo es más cuando comprobamos la total sintonía entre las características evolutivas de cada uno de nuestros escalones, y las funciones desarrolladas por los *chakras* correspondientes. Así, vemos que la envoltura -piso- vital abarca desde la “materia” orgánica hasta el “espíritu”, al borde de la autoconciencia, de los homínidos, pasando, por ejemplo, por la emergencia del “sexo” con los eucariotes, del “amor” con los mamíferos, o de la “expresión” con los simios. Del mismo modo, la envoltura mental recorre todo el trayecto desde la mera conciencia “física” de nuestros ancestros del género *homo*, hasta la conciencia “espiritual” de los sabios de la Antigüedad, pasando, por ejemplo, por la vida “afectiva” del *sapiens*, o por la “expresividad” artística del hombre de Cro-Magnon. En la envoltura intelectual, en la que ahora estamos dando los primeros pasos a nivel colectivo, se percibe claramente la huella de los dos primeros *chakras* en el “materialismo” mecanicista de la Edad Moderna y en la emergente “ecología” sistémica de la Edad Postmoderna.

Este esquema nos permite comprender, de paso, cómo el racionalismo materialista de la Modernidad supone, paradójicamente, un paso adelante en el proceso espiritual con respecto a las religiones míticas de la Antigüedad, pues mientras éstas se emplazaban en el peldaño más alto de la envoltura mental, aquél se sitúa en el comienzo de la envoltura anímica, que, como tiene mayor profundidad y lucidez, es, por consiguiente, más “espiritual”, aunque su contenido sea, por ahora, casi sólo físico.

En el apartado anterior habíamos visto cómo la serie de pisos de nuestro edificio evolutivo reflejaba la jerarquía completa de la gran cadena del Ser. Ahora hemos comprobado cómo el conjunto de peldaños

comprendido en cada uno de esos pisos manifiesta, a su vez, el mismo esquema íntegro de esa gran cadena. En distintas escalas, con diferentes niveles de lucidez, pero siempre el mismo arquetipo reflejándose a sí mismo en sí mismo, en un juego infinito de destellos entre un sinfín de espejos enfrentados, "como gotas de rocío en una telaraña multidimensional".

La dinámica evolutiva repite, así, una y otra vez, la misma pauta básica. Pero a cada vuelta lo hace de una forma más diáfana, con mayor profundidad y conciencia. La trayectoria global parece seguir, pues, una doble espiral, centrífuga y centrípeta, saliendo y retornando de forma recurrente, incansablemente, desde la materia hacia el espíritu, a través de la senda de la gran cadena del Ser, enriqueciendo su manifestación en cada ciclo, apoyándose en las memorias individuales y colectivas -holográficas- de etapas anteriores, trascendiéndose e incluyéndose a sí misma a cada paso, en cada instante, eternamente...

B. ACERCA DE LAS FORMAS DUALES.

Hasta aquí hemos resumido brevemente nuestra hipótesis de ritmos sobre las dinámicas macro y microcósmicas. Recordemos que, según nuestro esquema, los flujos partían vertiginosamente de un polo originario de energía, se orientaban hacia un nivel de estabilidad determinado de la gran cadena del Ser, y retornaban aceleradamente hacia un polo final de conciencia. En los siguientes apartados vamos a proponer el intrínseco carácter no dual de esos aparentes polos antagonistas entre los que se despliegan los flujos universales. Trataremos de enriquecer nuestra exposición haciendo eventuales referencias a diversas escuelas y tradiciones -científicas, filosóficas o espirituales- que defienden inequívocamente planteamientos no duales.

Una aproximación a lo no dual.

Conviene hacer una observación básica para la comprensión del mundo fenoménico: toda la realidad manifestada aparece, inexorablemente, en forma de dualidades. No es posible percibir una figura cualquiera si no hay, al mismo tiempo, un fondo del que se diferencie y destaque. No cabe contemplar una estrella sin el espacio oscuro que la rodea. Y aunque podamos prestar mayor atención a uno u otro aspecto aisladamente, la unidad íntegra de percepción es siempre una relación inseparable entre la figura y el fondo.

Sólo somos capaces de percibir algo cuando aparecen diferencias en el campo de nuestra conciencia. Sin contrastes no captaríamos nada. No es concebible ninguna expresión fuera del juego de los opuestos. No es posible encontrar frío sin calor, ni sonido sin silencio, ni luz sin oscuridad, ni derecha sin izquierda, ni dentro sin fuera, ni sujeto sin objeto, ni nacimiento sin muerte. Cada uno de los contrarios sólo es apreciable con relación al otro. Son mutuamente dependientes. Todos los opuestos se originan simultánea y recíprocamente, y son completamente inseparables. Por eso, se ha dicho que para que exista lo múltiple se precisa la oposición, la discordia y la lucha. Pero los enemigos explícitos son, evidentemente, aliados implícitos, pues se necesitan uno a otro para existir, y, por tanto, jamás pueden presentarse por separado. Como las dos caras de una moneda. Como los polos de un imán.

El principio de polaridad se basa en la evidencia de que positivo y negativo son aspectos diferentes de un único y mismo sistema. Percibir los opuestos como polares significa reconocer esa unidad intrínseca entre los términos extremos de un solo todo. Desde esta perspectiva no tiene sentido, pues, considerar los polos de una dualidad cualquiera como realidades verdaderamente independientes, y, mucho menos, tratar de eliminar uno de ellos en beneficio de su antagonista -como en muchas ocasiones se intenta-, porque, si se

hiciera, desaparecerían ambos automáticamente. Jamás uno podrá vencer al otro. Resulta inútil luchar contra la propia sombra. La dualidad sólo se supera aceptándola.

Parece más sabio, pues, ir más allá de cualquier identificación exclusiva con una sola mitad de la realidad, es decir, trascender cualquier oposición disociadora, y alcanzar, así, nuevos niveles más abarcales e integradores. Desde ahí, será posible encontrar saludables equilibrios dinámicos entre esos pares de opuestos, a través de los cuales la vida manifiesta su riqueza infinita.

No se trata de buscar una uniformidad tenue e insípida eliminando los contornos y las diferencias en las formas del mundo, sino de encontrar la unidad subyacente de todos los antagonismos. No hablamos, pues, de un uno que se opone a los muchos, sino, al contrario, de una unidad que origina, sostiene y acoge toda la multiplicidad del universo. No se plantea, tampoco, alcanzar una síntesis futura de todo, sino, más bien, descubrir la no dualidad presente que abarca simultáneamente el uno y los muchos. No tenemos necesidad de unificar una diversidad que nunca ha estado dividida.

A diferencia de los monismos y los dualismos, esta no dualidad supera las polaridades sin excluirlas, y contiene todas las relatividades sin identificarse con ninguna. Lo real no es, pues, ni uno ni dos. Nada puede decirse sobre ello, porque atribuirle algún aspecto determinado sería negarle su faceta antagonista. Y es que nuestro pensamiento dual establece fronteras entre afirmaciones y negaciones, y olvida la reciprocidad y la interdependencia de los términos opuestos. Las dualidades son, fundamentalmente, creaciones de nuestro lenguaje relativo, que divide la realidad en pares de antagonistas y trata de recomponerla, sucesivamente, a través de posiciones intermedias. Pero, en último término, es incapaz de definir o nombrar a Eso que carece de opuestos. En rigor, ni siquiera podríamos denominarlo "no dual", porque, como hemos dicho, lejos de oponerse a las dualidades, las constituye y las comprende.

Dado, pues, que la realidad como conjunto no tiene término opuesto, y que, por tanto, el pensamiento dual resulta impotente para captarla, tan sólo una visión no dual, desprovista de cualquier elaboración conceptual, podría proporcionar la evidencia de ese Uno-sin-segundo del que estamos hablando. Todas las tradiciones místicas afirman la existencia de este conocimiento intuitivo, íntimo, directo e inmediato, capaz de descubrir la realidad sin separación entre el observador y lo observado, y a través de paradojas intentan sugerir que esa verdad última es una "coincidencia de opuestos". Así, se dice en un evangelio apócrifo: "Cuando convirtáis a los dos en uno, lo de dentro igual a lo de fuera, y lo de fuera igual a lo de dentro, [...] entonces entraréis en el Reino". Pues, como afirman los sufis, "no hay lugar para dos en el universo".

Lo no dual es simultáneamente estático y dinámico, eterno y temporal, manifestado e inmanifestado, trascendente e inmanente, pues estos términos no son sino meras representaciones mentales relativas acerca de lo inefable. Lo no dual está más allá de cualquier tipo de distinción, y, con todo, es el uno y los muchos, el ser y los devenires, el silencio y los sonidos, el infinito y los innumerables finitos del mundo. Nada existe fuera de Eso, pues sus contrarios son, en verdad, tan sólo aspectos de sí mismo. Puede ser infinitamente todas las cosas, porque no es ninguna en particular, y, por tanto, es ilimitadamente libre para manifestarse en cualquier forma, sin sufrir el efecto restrictivo de sus propias creaciones. Como el agua del océano jugando eternamente en sus olas fugaces.

Más allá del materialismo y el espiritualismo.

Simplificando mucho la cuestión, podemos decir que la ciencia occidental ha tratado de entender el universo a partir de la realidad material, y que la mística oriental, por el contrario, ha situado el fundamento de todo en el mundo del espíritu. Los primeros no podían encontrar las mentes sobre las mesas de sus laboratorios, y los segundos no podían dar por segura otra existencia que la de su propia conciencia.

La ciencia clásica consideraba la conciencia como un simple epifenómeno de la materia compleja. Un accidente insólito, aleatorio e insignificante surgido en cierta etapa de la evolución biológica. Un mero subproducto de las reacciones químicas y los intercambios eléctricos entre neuronas en el cerebro de algunos organismos desarrollados. Se reducía, así, la mente a un puro aspecto material.

Las tradiciones espirituales, desde la perspectiva opuesta, trataban de reducir la materia a un mero aspecto mental. La conciencia, decían, constituye la realidad primaria de la existencia, la esencia del universo y la base de todo ser. En su estado más puro es informe e inmaterial. Los objetos del mundo son meras formas de esa conciencia originaria. La materia, por tanto, lejos de producir la conciencia, simplemente la restringe y la circunscribe dentro de ciertas fronteras.

Hoy día, va cobrando fuerza una tercera perspectiva, más integral, en la que se defiende que la energía y la conciencia, ambas, son la expresión dual -exterior e interior, objetiva y subjetiva- de una realidad que abarca y sostiene esos opuestos polares. Y es que no hay fuera sin dentro, ni superficie sin profundidad, ni objeto sin sujeto. Ni viceversa. Aquí no caben, pues, ni seres exclusivamente materiales, ni entes puramente espirituales. En esta tercera vía, que trasciende tanto los monismos como los dualismos, se afirma que materia y espíritu son sólo dos abstracciones procedentes del lenguaje, y que lo real es siempre la no dualidad de ambos, una inefable unidad-en-la-diversidad.

Según este enfoque, toda la realidad fenoménica presenta una faceta exterior o material, y una faceta interior o mental. La interioridad no es, pues, un ámbito exclusivo del ser humano, sino una característica básica de todo el mundo manifestado. Como se afirma en la nueva ciencia, el "anverso subjetivo del cerebro", es decir, el campo de la conciencia, lejos de ser una anomalía en el universo, es, sin duda, un síntoma evidente de un aspecto fundamental de lo real.

Desde esta perspectiva integral, ya no tiene sentido afirmar que la mente es mera materia, o que la materia es sólo mente. Más bien se debería plantear que la conciencia constituye la faceta subjetiva e interior de la energía, y que ésta es la cara objetiva y exterior de la conciencia. Ambos son aspectos correlativos y complementarios de una única realidad, la energía-conciencia, que trasciende nuestros conceptos duales. La unidad perceptual abarca, siempre, tanto la conciencia interior como el mundo exterior, y pone de manifiesto la relación fundamental e irreductible de ambos aspectos en el mundo fenoménico.

Los materialistas y los espiritualistas, con sus posiciones extremas, investigan tan sólo una faceta de la realidad, y menosprecian la mitad del mundo que excluyen. Unos, al intentar negar el sujeto reduciéndolo a objeto, y otros, al tratar de negar el objeto reduciéndolo a sujeto, se embarcan en una tarea imposible. Materia y espíritu se presentan, inexorablemente, como las dos caras de una misma moneda. No tiene sentido, pues, dar prioridad a uno sólo de los polos, porque nunca aparecen aisladamente. Ningún aspecto es superior al otro. Juntos construyen el mundo.

Se comienza a entender que una filosofía materialista que niegue totalmente el espíritu, resulta tan parcial y arbitraria como una filosofía espiritualista que niegue por completo la materia. La materialidad pura es tan inconcebible como la espiritualidad pura. Los dos puntos de vista exigen reconciliarse. No podemos reducir ninguno de los polos a una simple función del otro. Ha de tenerse en cuenta, forzosamente, tanto el aspecto subjetivo de la mente, como el aspecto objetivo del mundo. En el ámbito fenoménico no es posible encontrar una materia sin forma, ni una forma sin materia. No hay naturaleza fuera de la mente, ni mente fuera de la naturaleza.

La ciencia sin conciencia puede destruir el mundo; la conciencia sin ciencia puede resultar vana. No podemos ignorar la necesidad de integrar tanto el interior como el exterior de la realidad. La visión interior del místico y la experimentación exterior del científico deben aportar enfoques complementarios para un cuadro íntegro de la realidad. Se puede ir creando, así, un modelo capaz de armonizar las verdades

fragmentarias del materialismo y del espiritualismo, evitando, al mismo tiempo, las distorsiones producidas por sus sesgadas perspectivas.

El realismo considera el universo como exterior e independiente de la conciencia. El idealismo, por contra, afirma que la conciencia es el substrato mismo del universo. Pero cualquier intento de dar al mundo o a la mente un estatus de independencia, acaba revelándose como erróneo. La nueva corriente que comienza a dibujarse se apoya tanto en el realismo como en el idealismo, pero los sobrepasa y trasciende. Camina por el filo de la navaja entre el objetivismo realista y el solipsismo idealista. Situándose más acá del espiritualismo y más allá del materialismo, borra las fronteras entre el espíritu y la materia. Llega, así, como los taoístas, a un concepto materialista del espíritu y a un concepto espiritualista de la materia. Pues, como decían los filósofos clásicos, si se quiere justificar la realidad del ser y la verdad del conocimiento, es necesario llegar a un ser que no sea puramente objetivo, sino que comprenda en sí al conocimiento, o a un conocimiento que no sea puramente subjetivo, sino que comprenda en sí al ser.

El pensamiento postmoderno niega que haya una realidad objetiva al margen de nuestra experiencia de ella. Defiende, por el contrario, que no existen cosas independientes o ajenas a nuestro proceso de cognición, y que, por tanto, creer en un territorio pre-dado del que podamos levantar un mapa con una mente pre-dada es una completa ingenuidad. De modo que cuando nos parece estar explorando el universo exterior, investigamos, en buena medida, nuestro propio paisaje interno. Y, recíprocamente, cuando buceamos en la conciencia, nos encontramos de modo irremediable con el mundo de fuera.

La separación entre el observador y lo observado, en la que se basaba la ciencia clásica, se ha desvanecido por completo. La pretendida objetividad, incontaminada de toda valoración humana, ha resultado ser una pura ilusión. Según la nueva ciencia, el mundo de "fuera" no goza de independencia propia, sino que está inextricablemente ligado a nuestras percepciones. Lo que observamos, se afirma, no es la naturaleza en sí, sino la naturaleza expuesta a nuestro método de interrogación. Lo que experimentamos no es la realidad externa, sino nuestra interacción con ella. Las propiedades pertenecen a estas interacciones, y no a cosas con existencia independiente. Nosotros no observamos el mundo, sino que participamos en él. El mundo no consiste en cosas, sino en una intrincada telaraña de interrelaciones entre interiores y exteriores en un perpetuo juego creador.

Las estructuras de la materia y las estructuras de la mente, como las imágenes de dos espejos enfrentados, se engendran mutuamente. Ni los objetos ni las conciencias existen por sí solos, sino que cada uno existe a través del otro. Nuestra conciencia no está separada de un universo ajeno, sino que ambos están íntimamente implicados en un complejo proceso de retroalimentación mutua. El mundo da forma a nuestra mente, al mismo tiempo que nuestra mente da forma al universo. Somos moldeados por nuestro medio ambiente, y, simultáneamente, nosotros moldeamos ese mismo medio. Así, se ha dicho, "el espíritu humano refleja un universo que refleja el espíritu humano". Y también, "el mundo está en el interior de nuestro espíritu, el cual está en el interior del mundo".

La energía-conciencia.

Partiendo de una perspectiva integral, que incluya las dos facetas básicas de la realidad -la energía y la conciencia-, podemos hacer una descripción completa de nuestra escalera evolutiva, tanto desde "fuera" como desde "dentro". No se trata, evidentemente, de dos mundos separados, uno exterior o material y otro interior o espiritual, sino de uno sólo, que puede ser abordado de dos maneras complementarias: objetiva y subjetivamente.

En un caso se hablaría de átomos, moléculas, células o cuerdas neurales, y en el otro, de irritabilidades, sensaciones, percepciones o impulsos, pero, en suma, se trataría de una idéntica trayectoria histórica relatada desde dos ámbitos irreductibles. Los peldaños más bajos tendrían una gran densidad de energía y una conciencia muy leve, casi inexistente, y, por el contrario, los escalones más elevados estarían

caracterizados por una energía muy sutil y una conciencia de enorme claridad. Entre ambos, se desarrollaría toda la gama de niveles de estabilidad formados por los distintos equilibrios posibles entre estos dos ámbitos del mundo fenoménico.

Todo esto recuerda, de algún modo, la idea que se planteaba en los albores de la ciencia moderna, de que, como Dios está en el ápice de la escala cósmica y la Materia en la base, en esta escala todo participa de Materia y Dios, pues, en el universo, sin el concurso y la fusión de ambos polos nada habría llegado a la existencia. El todo, se decía, es una substancia única e inmóvil que, como tal, no es ya forma ni materia. Sólo las apariencias exteriores cambian y perecen. Lo que subsiste por sí mismo es el conjunto materia-forma (energía-conciencia).

Desde nuestro punto de vista, podríamos decir que la "substancia" que constituye la totalidad del despliegue de la gran cadena del Ser es esa única energía-conciencia primordial. Una inefable existencia-consciente, o conciencia-existente, que no es tanto el substrato del mundo fenoménico -pues no es algo separado o diferente de él-, sino su verdadera naturaleza no dual en cada instante, su comprensión y realidad definitivas. Los distintos planos de la naturaleza, tanto en el macrocosmos como en el microcosmos, pueden ser entendidos, así, como diferentes modos de expresión de esa única realidad básica, escalonados sin interrupción desde la materia hasta el espíritu. Esta identidad de origen es lo que permite, como veremos más adelante, la integración de todos esos niveles evolutivos, que, insistimos, no son sino proyecciones diversas de la única energía-conciencia básica.

Los diferentes equilibrios posibles entre estos dos aspectos fundamentales permiten, sin embargo, tomar uno u otro como prioritario o secundario según las circunstancias. Así, por ejemplo, en la investigación física la energía constituye la faceta central, mientras que en el terreno contemplativo se pone el mayor énfasis en el ámbito de la conciencia. Por eso, aunque las tradiciones espirituales afirmen que la verdad última es la no dualidad de la energía y la conciencia, lo cierto es que en el mundo de lo relativo pueden aceptar, de forma pragmática, esquemas monistas -materialistas o espiritualistas- y dualistas -o de interacción entre cuerpo y mente- en función de los temas estudiados.

La dificultad aparece cuando estos enfoques relativos son tomados por verdades absolutas. Así, los monistas materialistas y los realistas -que defienden la pura objetividad del mundo- tienen sólo en cuenta el aspecto energético de la polaridad básica, y acaban reduciendo la gran cadena al peldaño más bajo. Por su parte, los monistas espiritualistas y los idealistas -que sostienen la mera subjetividad de todos los fenómenos- toman exclusivamente en consideración el aspecto consciente, y terminan restringiendo toda esa gran cadena al eslabón más alto. Un enfoque más integral, como hemos dicho, debería comprender que los opuestos polares se originan simultánea y recíprocamente, y que, por tanto, son absolutamente inseparables.

Por debajo del primer peldaño de la evolución, la ciencia intuye la energía virtual, indiferenciada, en el vacío cuántico, y por encima del último escalón de ese mismo proceso, las tradiciones espirituales descubren la conciencia pura, también indiferenciada, en el vacío místico. Antes de la primera diferenciación de la energía -Big Bang- y después de la última diferenciación de la conciencia -iluminación- ya no se plantea la menor separación entre ambos aspectos de la realidad fenoménica. Más allá del universo manifestado, la energía es conciencia y la conciencia es energía, o, mejor dicho, ya no tiene sentido la utilización de esos términos duales.

Todas las tradiciones místicas insisten en esta identidad de origen entre la luz -energía- y la lucidez -conciencia. Una y otra vez afirman que, en el estado más profundo, la dualidad cuerpo-mente es trascendida, y la realidad se desvela como pura luminosidad autoconsciente o diáfana conciencia autoluminosa. Por eso, a menudo, los "iluminados" comparan esta realidad primigenia con un abismo sin fondo de luz indescriptible o con un campo insondable de conciencia infinita, e insisten en que la polaridad entre ambos aspectos queda superada por completo. En este sentido, sugieren con frecuencia que el fundamento de la realidad -su verdadera naturaleza- es un espacio diáfano de lucidez y luminosidad

infinitas que trasciende toda determinación o apariencia concreta. Desde esta perspectiva, todos los fenómenos del universo se perciben como las diferentes formas fugaces en que se manifiesta esa conciencia autoluminosa, ilimitada, vacía, omnipenetrante e indescriptible que nos sostiene y envuelve.

Las sorprendentes afirmaciones de la ciencia acerca de las misteriosas características de la luz, apuntan sugerentes paralelismos con las descripciones de la mística acerca de la conciencia. Comienza a vislumbrarse, pues, la posibilidad de que, en verdad, haya una identidad de fondo entre la luz que los físicos descubren en la base del mundo objetivo, y la conciencia que los místicos encuentran en las profundidades del ámbito subjetivo.

La nueva ciencia afirma que la luz carece de masa y que, por tanto, no forma parte del mundo relativo y material. Se considera, de hecho, a la luz como absoluta. Está más allá del espacio y del tiempo, pues el intervalo espaciotemporal entre la emisión de un rayo luminoso y su absorción es siempre cero. La luz recorre, así, distancias inexistentes en tiempos instantáneos. Se puede decir, ciertamente, que la luz tan sólo existe en el momento sin duración que es ahora. La conciencia, del mismo modo, tampoco tiene masa ni forma parte del universo material, también está más allá del espacio y del tiempo –de hecho, los contiene-, y existe exclusivamente en el instante presente. Ambas, la luz y la conciencia, en su eterno ahora, abrazan la totalidad del espectro de los universos exterior e interior, respectivamente. Bien podrían ser, por tanto, tan sólo los aspectos polares –objetivo y subjetivo- de una misma y única realidad no dual e inefable en perpetua y fecunda apertura creadora.

El arquetipo central.

Arquetipo significa “pauta original” o “molde primordial”. Para los místicos, los arquetipos son los moldes básicos en los que se fundamenta toda la realidad manifestada. Son las primeras formas que emergen de lo indiferenciado, las semillas sutiles que se proyectan en todo el espectro de la existencia. Según la mayor parte de las tradiciones espirituales, estos arquetipos son pautas de radiación, corrientes energéticas, sonidos o vibraciones a partir de los cuales se condensa el mundo fenoménico. Así, según la Cábala judía, el universo es la reverberación infinita producida por la pronunciación del Nombre secreto y oculto de Dios. O, en la tradición cristiana, se dice que en el principio era el Verbo, la Palabra, y que todas las cosas fueron hechas por Él.

Anteriormente hablábamos de un arquetipo central que se reflejaba a sí mismo en sí mismo, dando lugar, así, al mundo manifestado. Ahora estamos en condiciones de proponer que ese arquetipo, que se proyecta fenoménicamente como la gran cadena del Ser, es, precisamente, la primera expresión diferenciada de la identidad fundamental entre la energía y la conciencia. Esta primera imagen arquetípica de lo inimaginable se generaría al polarizarse esas dos facetas de la realidad, manteniendo entre ellas una unidad dinámica. Del uno brota la díada. Al reflejarse o proyectarse holográficamente esta imagen “bi-una” en cada rincón de sí misma, a lo largo de toda la “distancia” creada entre ambos polos, aparecería el mundo de la multiplicidad y la limitación, recorriendo toda la gama de equilibrios posibles entre la energía y la conciencia.

Nos encontramos, así, con tres ámbitos básicos de la realidad: lo indiferenciado o identidad fundamental entre la energía y la conciencia, el arquetipo bi-uno o imagen polarizada de lo indiferenciado, y el universo múltiple o reflejo holográfico -macro y microcósmico- del arquetipo en lo limitado y fenoménico. Luego volveremos sobre esto.

Podemos ilustrar nuestra propuesta de arquetipo central, asumiendo la forma empleada por el hinduismo en este mismo sentido. Según esta tradición, el sonido Aum (Om) es la nota fundamental de la realidad, la semilla del universo, la expresión originaria del silencio de lo indiferenciado, la primera vibración de la creación. Todo el pasado, el presente y el futuro están contenidos en este sonido sin principio ni fin. Se dice que nada, excepto él, existió, existe o existirá para siempre. Es, pues, el origen, el medio y el fin de

toda cosa, el substrato de todo el universo, la fuente y la meta de toda manifestación. Abarca, en fin, todo el abanico del mundo fenoménico, del mismo modo que la luz blanca comprende íntegramente el espectro luminoso.

El monosílabo Aum simboliza toda la gama de los sonidos, desde el más abierto (a), en representación de los niveles energéticos más groseros en la base de la escalera evolutiva, hasta el más cerrado (m), correspondiente a los planos más sutiles y elevados de conciencia, pasando por todos los escalones intermedios (u). Después de atravesar las envolturas física (a), mental (u) y espiritual (m), el sonido se va disolviendo en el silencio de lo indiferenciado, de donde emergerá posteriormente para crear una nueva armonía. De esta forma, de instante en instante, la totalidad del universo se renueva dentro de la realidad primordial. Eternamente. Cada ahora.

La dinámica trinitaria que se plantea en la tradición cristiana, tiene también una similitud evidente con nuestro arquetipo bi-uno. Se habla de un Dios uno y trino, de tres facetas distintas -Padre, Hijo y Espíritu Santo- en un solo Dios. El Padre representa el poder, la energía creadora, el Hijo la sabiduría, la conciencia abarcadora, y el Espíritu el amor, la dinámica unificadora entre el Padre y el Hijo, que expresa, por tanto, la no dualidad o bi-unidad entre los polos de la realidad, es decir, entre la energía y la conciencia. Si el Padre y el Hijo no son dos, tampoco son uno, pues el Espíritu los une y distingue al mismo tiempo. Hay una total relatividad entre las tres "personas" divinas, pues se implican e incluyen mutuamente, sin que ninguna sea la totalidad ni las otras. El que ve (la conciencia interior), lo visto (la energía exterior) y el acto de ver (la relación entre ambos) no son tres entidades separadas, sino tres aspectos de un único proceso, en el que no es posible encontrar uno de ellos sin la presencia de los demás. Los problemas comienzan cuando surge la identificación con algún reflejo limitado de este arquetipo trinitario, o bi-uno, y se separa ilusoriamente lo que en verdad es eternamente indivisible.

La dinámica "circularidad" trinitaria consiste en la permanente "salida" del Padre (energía) desde lo indiferenciado, para engendrar al Hijo (conciencia), y en el incesante "retorno" del Hijo a lo indiferenciado, para iniciar de nuevo, de instante en instante, ese eterno circuito creador en el que aparece el universo entero. El acto por el cual el Padre engendra a su Hijo es, así, el mismo en el que aparecen todas las criaturas del mundo. Es decir, con la Trinidad, con la primera manifestación de lo inmanifestado, surgen el universo entero y todas las cosas, y en ella permanecen sin separación eternamente, siendo, de hecho, Dios mismo. El arquetipo bi-uno es, por tanto, el núcleo originario y dinamizador de todo el cosmos autoorganizado, que se encuentra presente en el centro de todos los seres, y se manifiesta fenoménicamente en ellos en grados muy diversos.

Todo lo que acabamos de decir sobre la dinámica trinitaria cristiana, es aplicable a la *Trimurti* que se plantea en el hinduismo. Se dice que el arquetipo originario, o *Ishvara*, se expresa trinitariamente como *Brahma*, el creador, la energía del ser, *Vishnu*, el sostenedor, el amor compasivo, y *Shiva*, el destructor, la conciencia eliminadora de lo falso, en un movimiento eterno que da lugar a la totalidad del mundo manifestado. De igual modo, los tres aspectos esenciales que el hinduismo contempla en la realidad única, coinciden claramente con las tres facetas señaladas en el cristianismo: *Sat* representa el ser, *Chit* la conciencia y *Ananda* el gozo. No se propone, aquí tampoco, una unidad monística, sino una realidad bi-una en la que el ser y la conciencia se unen indivisiblemente en una comunión de gozo eterno. Todo el universo es, aquí también, el reflejo de este *Sat-chit-ananda* en diferentes equilibrios de sus tres facetas aparentemente separadas, pero que mantienen invariablemente, en su centro, su unidad secreta e inmutable.

El juego de Shakti y Shiva.

Según las tradiciones tántricas el estado supremo es un vacío supracósmico -*Mahabindu*- que lo contiene todo, un campo unificado que es fuente y esencia de toda vida. Para hacer emanar el universo, este vacío primordial, neutral en origen, se polariza según un aspecto energético y femenino -*Shakti*- y un aspecto

consciente y masculino -*Shiva*-, que en la filosofía *samkhya*, reciben respectivamente los nombres de *Prakriti* -materia- y *Purusha* -espíritu. El principio femenino representa, pues, el flujo cósmico de poder y energía, y el principio masculino simboliza la fuente de toda forma y conciencia. Ambas facetas constituyen la polaridad básica generadora de toda la dinámica creadora en el universo.

La doctrina central del tantrismo afirma la radical identidad de la energía creadora y la conciencia pura. El origen, dicen, es la unidad integral de los principios arquetípicos masculino y femenino. Si se comprende la creatividad evolutiva como un proceso de interacción entre estos dos principios, resulta obligada la existencia de un ámbito unificador, del cual, repetimos, esos principios son sus expresiones polares. Así, las escuelas tántricas insisten en la unión última entre el Dios trascendente y ascendente -*Shiva*- y la Diosa inmanente y descendente -*Shakti*-, una unión que se funda en un núcleo esencial carente de toda diferenciación. Esto se expresa de forma muy concreta en las imágenes de *Shakti* y *Shiva* en el abrazo sexual. Del mismo modo que, en la tradición taoísta, se representa el *yin* y el *yang* entrelazados dentro de un círculo que los unifica.

El *Shiva-Shakti* fundamental es imperecedero. Toda la evolución que contemplamos en el mundo no es sino el despliegue aparente de esa polaridad primordial. Es siempre, pues, el mismo *Shiva-Shakti* quien se manifiesta a lo largo de todos los niveles, desde la simplicidad originaria, hasta las formas más diferenciadas que incorporan una enorme complejidad interna. Todas las formas son transmutables entre sí, porque todas son, en esencia, la única Conciencia-Poder.

Al principio de la evolución del mundo todas las fuerzas del universo estaban concentradas en el polo metafísico de energía. Es entonces cuando la conciencia comienza a reflejarse sobre esa energía potencial, que, inspirada por esta presencia, inicia su proceso expansivo hacia su polo antagonista. La energía creadora -*Shakti*- trata, así, de reconstruir en el universo manifestado la unión originaria con la conciencia pura -*Shiva*-, de la que, en el fondo, nunca ha estado separada.

Dado que, según el punto de vista tántrico, el cuerpo humano es un microcosmos que refleja el macrocosmos global, el mismo proceso evolutivo que tiene lugar entre los polos femenino y masculino del universo, se reproduce, íntegramente, en la dinámica de desarrollo de los entes individuales, a través del sistema de los *chakras*. Este sistema ofrece, en opinión de la actual psicología transpersonal, la explicación más completa conocida hasta hoy, acerca de la evolución del ser humano y su potencial de transformación energética. Los *chakras*, como hemos visto anteriormente, son los centros de mutación de energía que se corresponden con los diferentes niveles evolutivos. Simbolizan, pues, los sucesivos estadios de desarrollo de la conciencia, y representan los marcos de referencia a través de los cuales se interpreta la realidad.

La energía cósmica potencial, la *Shakti* primigenia, toma en el cuerpo humano la forma de *Kundalini*, o serpiente "enrollada", que tiene su sede en el primer *chakra* -*Muladhara*-, en la base de la columna vertebral. Mientras esta serpiente permanece dormida en la raíz del árbol, la conciencia del ser humano se encuentra envuelta en la oscuridad y la ignorancia, identificada con el mundo material. Pero cuando la *Shakti Kundalini*, originalmente oculta y latente, se despierta y está libre para desplegarse, asciende a través de los sucesivos centros psíquicos o *chakras*, que yacen a lo largo de la columna como potenciales de conciencia, para unirse por encima de la corona de la cabeza con *Shiva*, la conciencia pura, en el séptimo *chakra* -*Sahasrara* o "Loto de los mil pétalos". A través de este proceso de continua interiorización, la *Shakti* alcanza finalmente su total florecimiento, es decir, la fusión del Poder cósmico con la Sabiduría cósmica, destruyendo, así, la ilusoria distinción entre el sujeto y el objeto de la conciencia. Queda, pues, de manifiesto la no dualidad originaria de la energía creadora y la conciencia pura. El cosmos y el ser humano regresan, de este modo, al vacío absoluto o *Mahabindu* del que realmente nunca habían salido.

Potencialización, actualización e integración.

Algunos estudiosos de los flujos energéticos en los sistemas dinámicos afirman que para que una energía se manifieste es necesario que pase de un estado de potencialización a un estado de actualización. Si no fuera así, todo sería estático y no podría haber ningún tipo de cambio ni sistema. Para que una energía pueda mantenerse en estado de potencialidad, es preciso que haya una fuerza opositora en estado de actualización que le impida manifestarse. Así pues, toda energía tiene siempre su antagonista, de forma que cuando una se actualiza la otra se potencializa, y viceversa.

Decíamos en un apartado anterior que los peldaños más bajos de nuestra escalera evolutiva tenían una gran densidad de energía y una conciencia muy leve, y que, por el contrario, los peldaños más altos se caracterizaban por una energía muy sutil y una conciencia de gran intensidad. Como principio general, se puede afirmar, pues, que cuanto mayor es la energía, menor es la estructura y la diferenciación de los sistemas, e, inversamente, que cuanto más se potencializa la energía, más se actualiza su faceta antagonista, la conciencia. Así, por ejemplo, en el ser humano, cuanto mayor es la expansión de la conciencia, más baja es la frecuencia que presenta la actividad eléctrica cerebral. Es decir, cuanto más lento es el ritmo electroencefalográfico, más intensas se manifiestan las características de los niveles transpersonales y espirituales.

De acuerdo con esta perspectiva, en el momento del Big Bang tiene lugar la actualización de la faceta física, en tanto que la faceta psíquica permanece en estado potencial e inconsciente, aunque no ausente. A lo largo de la evolución del universo, el aspecto físico sufre, globalmente, un proceso entrópico de degradación termodinámica hacia la muerte térmica, mientras que, por contra, el aspecto psíquico goza de un desarrollo fundamentalmente neguentrópico de creciente información y lucidez. Es decir, la conciencia, casi enteramente potencial en los niveles físicos, se va actualizando progresivamente en las sucesivas capas -vital, mental y anímica-, mientras que, inversamente, la energía se potencializa a lo largo del mismo proceso. Así, se ha dicho que la dinámica evolutiva muestra dos tendencias antagonistas: "Hay una realidad que está haciéndose en una realidad que está deshaciéndose". Y también: "La vida asciende la cuesta que la materia desciende".

Antes del Big Bang, la realidad es el "caos", es decir, el estado previo a la diferenciación entre el orden y el desorden, entre lo psíquico y lo físico, entre la conciencia y la energía. Al comienzo del universo, el desorden entrópico y el orden neguentrópico están, pues, en el mínimo de su valor. A partir de entonces, ambos crecen en permanente conjunción. Orden y desorden se despliegan a la vez y resultan completamente inseparables. Como demuestra la termodinámica del desequilibrio, es precisamente el desorden, producido por el mantenimiento de los estados estacionarios, lo que permite la creación de nuevos órdenes más complejos y, en definitiva, la emergencia de las novedades evolutivas.

Quisiéramos remarcar aquí el hecho de que estos nuevos niveles emergentes, con energías más débiles y flexibles y con mayores cotas de profundidad y conciencia, se desarrollan, en condiciones normales, de forma integrada con la totalidad de los niveles surgidos anteriormente a lo largo de la trayectoria evolutiva. De este modo, cualquier organismo o sistema abarca en su propia estructura, simultáneamente, el espectro completo de peldaños recorridos desde el origen hasta el momento presente, todo el abanico de equilibrios entre la energía y la conciencia, en sus diferentes grados de actualización o potencialización.

El proceso global parece apuntar, pues, hacia una integración final de todo el espectro de la realidad, desde la energía creadora de la base hasta la conciencia pura de la cumbre, reflejando, así, en lo finito y relativo, la identidad de ambos polos en lo absoluto. Se trata, por tanto, como dirían los taoístas, de conseguir en el propio cuerpo la unión de los dos principios cosmológicos, el cielo y la tierra, para reproducir en el universo la situación caótica primordial, la indiferenciación que existía antes de la creación. Es importante insistir en la necesidad de integrar ambos principios simultáneamente, para evitar la alienación de uno u otro de los polos, que conduciría, fatalmente, hacia una materia desespiritualizada o a un espíritu desencarnado.

El proceso místico, que no es sino la vanguardia del proceso evolutivo, consiste, simplemente, en el progresivo despliegue e integración de nuevos niveles de la existencia, es decir, la permanente ampliación y unificación de toda la escala recorrida. A través del arte de la meditación, se trata de dejar que el foco de la atención se desplace hacia envolturas más profundas y sutiles, abrazando simultáneamente las capas más densas y superficiales ya exploradas. Apoyando los pies en el abismo sin fondo de la energía virtual, y vislumbrando en lo alto la luz sin sombras de la conciencia diáfana, el ser humano comienza a intuir, así, la radical identidad de esos aparentes opuestos. Pero hasta que no vivencie integralmente esta unidad básica tras la ilusoria multiplicidad, hasta que no se descubra la indiferenciación última de la energía y la conciencia, del ser y el comprender, del objeto y el sujeto, parecerá que aún queda un camino por recorrer. Sólo cuando el círculo se cierre, y se toquen ambos extremos, la experiencia será realmente definitiva.

Como se dice en el yoga integral, cuanto más se aproxima uno a la cumbre, más se toca el fondo, pues cada ciclo se cierra un poco más cerca del Centro, donde finalmente se reúnen el cielo y la tierra, el alto y el bajo supremos, el futuro y el pasado en un presente eterno. La suprema oposición se descubre, entonces, como la suprema identidad, y ya no hay sino una unidad íntegra que lo incluye todo y trasciende cualquier atisbo de diferenciación entre exteriores e interiores, energías y conciencias. Se despierta, así, la evidencia siempre presente de que la materia es realmente el espíritu y el espíritu es verdaderamente la materia.

Indicios de una fuente común.

Desde diferentes ámbitos de investigación, todo parece apuntar hacia una fuente única, situada fuera de los marcos espaciotemporales, como origen común tanto de la energía como de la conciencia. El cielo y la tierra, el espíritu y la materia, lo subjetivo y lo objetivo, serían, así, radicalmente idénticos en su realidad definitiva. Según este punto de vista, existiría una unidad originaria y no diferenciada de la que procedería todo el universo manifestado, comenzando por la dualidad fundamental de energía y conciencia. En ese ámbito último de la realidad, ambos polos estarían unificados, pero en el mundo del devenir ostentarían roles opuestos y complementarios. Porque, aunque la base primordial trascienda toda polaridad, en la medida que se manifiesta de forma evolutiva, debe tener también la capacidad autolimitadora de establecer diferencias, al menos aparentes, en sí misma. La limitación es, así, el precio que tiene que pagar la realidad indiferenciada para manifestarse.

La evidencia de esta realidad indiferenciada, simultáneamente vacía y plena, sólo puede desvelarse en una vivencia integral y definitiva que trasciende todo atisbo de división entre el sujeto y el objeto. Luego insistiremos ampliamente en este punto, pues es, de hecho, el tema central del presente ensayo. Pero, aun sin llegar a descubrir esta vivencia última, en diferentes campos del saber relativo aparecen claros indicios que apuntan hacia ese fundamento común, más allá de toda polaridad. A continuación vamos a esbozar algunas de estas sugerencias realizadas desde los ámbitos filosófico, psicológico y físico.

En la filosofía racionalista, por ejemplo, se planteó que la extensión y el pensamiento son dos atributos omnipresentes del universo, tal como éste se presenta al limitado entendimiento humano. Todo puede verse como materia -o extensión- y como conciencia -o pensamiento-, pero ambas facetas no son realidades diferentes, sino expresiones distintas de una única realidad subyacente. Es decir, se puede pensar en el universo como sistema físico, o sea, como sistema de cosas con extensión en el espacio, y también como sistema de almas o pensamientos, pero no se trata de dos sistemas independientes, sino de uno sólo que puede ser concebido de dos maneras diferentes. Ambas concepciones son completas en sí mismas, pero la una no reduce a la otra: no podemos concebir el pensamiento como una modificación de la extensión, ni la extensión como una modificación del pensamiento. Son dos aspectos de una única realidad, dos atributos de una substancia única. Según este enfoque, el ser humano no está compuesto de cuerpo y alma, sino que éstos son modos distintos de una misma substancia. El alma y el cuerpo son, así, una sola y misma cosa, que se expresa bajo uno u otro atributo. Cada modificación o cambio de estado de

un cuerpo conlleva necesariamente una modificación del alma, pues, realmente, sólo hay una Naturaleza concebida por nosotros según dos atributos diferentes.

En la filosofía idealista, también se intentó unir los aspectos relativos de objeto y sujeto en un absoluto que no fuera reducible a ninguno de estos polos, porque tenía que ser, a la vez, fundamento de ambos. Se entendía que una pura actividad espiritual no podía explicar el nacimiento del mundo natural, así como un principio puramente objetivo tampoco sería capaz de esclarecer el origen de la inteligencia y del yo. Puesto que no hay una naturaleza que sea puramente objetiva, ni un espíritu que sea puramente subjetivo, una indagación sobre la naturaleza llegaría necesariamente al espíritu, y una investigación sobre el espíritu abocaría inevitablemente a la naturaleza. El principio supremo debía ser, pues, un absoluto que fuera al mismo tiempo objeto y sujeto, naturaleza y espíritu, es decir, la unidad, la identidad o la indiferencia de ambos polos. Se planteaba, así, una identidad de pensamiento y ser válida tan sólo en relación con la esencia, pero no en relación con la existencia, y unas polaridades distinguibles sólo en lo fenoménico, pero completamente indiferenciadas en su realidad profunda. Tanto el conocer como el ser, tanto la conciencia como la energía, eran, pues, según este enfoque, tan sólo reflejos distintos de un único absoluto.

En alguna escuela psicológica se afirma, del mismo modo, que resulta extraordinariamente probable que la mente y la materia sean dos aspectos diferentes y complementarios de una y la misma cosa, el *unus mundus* trascendental. Los fenómenos de sincronicidad –coincidencias significativas- apuntan en esa dirección, ya que muestran que hay una notable correlación entre la percepción subjetiva y los procesos objetivos, sin que exista entre ambos un vínculo causal. En este tipo de fenómenos, el mundo interior y el mundo exterior se encuentran en una permanente relación especular de reflejos mutuos, lo que permite suponer una unidad subyacente común a ambos. Las expresiones simultáneas en los dominios de la psique y de la materia que tienen lugar en las sincronicidades, sugieren la existencia de un único todo psicofísico que nosotros observamos a través de dos vías diferentes. Ese todo se presenta como material, si se lo observa desde el exterior, y como psíquico, si se lo observa desde el interior, pero en sí mismo no es ni psíquico ni material, sino enteramente trascendente. La hipótesis de una matriz potencial profunda, más allá de cualquier tipo de división en esos dos dominios que nosotros percibimos separados en la realidad cotidiana, tiende, así, un puente entre el mundo físico y el mundo mental. Los fenómenos sincrónicos se entienden, entonces, como manifestaciones dobles y espontáneas de ese fundamento desconocido que es la base de la materia y la mente, de la energía y la conciencia.

Entre las distintas interpretaciones de los datos aportados por la nueva física, destaca por su amplitud filosófica la que postula una realidad fundamental o implicada, de la cual la materia y el espíritu no son sino dos aspectos complementarios en su proyección o manifestación. Según este enfoque, ni la energía ni la conciencia son, pues, lo último, sino que ambas tienen su raíz en algo desconocido, que está más allá de ellas, en donde se reconcilian y unifican. Este fundamento común, donde conciencia y energía ya no están separadas, es una realidad más comprensiva, profunda e íntima que posee una dimensionalidad superior. Se propone que el universo es una totalidad no dividida en movimiento fluyente entre este ámbito profundo o implicado y el mundo exterior o explicado. Mente y materia no son, aquí, sustancias aisladas, sino, más bien, aspectos diferentes de este único movimiento integral y continuo. Ninguno de estos dos aspectos es considerado, por tanto, inferior al otro, pues se entienden como categorías correlativas de la realidad, que permanecen siempre unidas y entrelazadas, como lo están la forma y el contenido. La mente y la materia no se pueden explicar, así, la una a partir de la otra, ni reducirse tampoco entre sí, pues ambas son meras abstracciones de una unidad inseparable que no es espíritu ni materia. En este fundamento multidimensional, energía y conciencia son, radicalmente, una sola realidad.

C. ACERCA DEL VACÍO.

En los primeros apartados de este ensayo, hemos expuesto nuestra hipótesis de ritmos sobre los flujos, macro y microcósmicos, que se despliegan entre un polo original de energía y un polo final de conciencia. Posteriormente, hemos planteado la no dualidad intrínseca entre esos dos polos. Ahora, a continuación, vamos a sugerir brevemente tres significados de la expresión “no dualidad”, cada uno de los cuales nos aportará matices de interés para la comprensión integral de nuestra propuesta. Queremos señalar también, aquí, que en este ensayo utilizaremos el término “vacuidad”, exclusivamente, como sinónimo de “no dualidad”, y, en ningún caso, en sentido nihilista. Cuando hablemos, pues, de “vacío”, será lo mismo que hablar de “no dual”.

Como acabamos de indicar, cuando se dice que la realidad es no dual, cabe interpretar esta afirmación en tres sentidos diferentes: 1) Todas las polaridades del mundo fenoménico se originan simultánea y recíprocamente, y, por tanto, son no duales. 2) El fundamento originario de todo es previo a cualquier diferenciación y, lógicamente, carece por completo del menor rasgo de dualidad en sí mismo. 3) La inseparabilidad del fundamento originario y el mundo fenoménico constituye la no dualidad definitiva.

Del mismo modo, cuando se afirma que la verdadera naturaleza de todas las cosas es la vacuidad, cabe entenderlo en esos mismos tres sentidos. Por un lado, interpretar que todas las entidades del mundo fenoménico, al ser impermanentes y relativas, resultan completamente insubstanciales y vacías de toda realidad independiente. Por otro lado, comprender que la base profunda que constituye el origen de todo, es absolutamente incondicionada y vacía de todo atisbo de diferenciación. Y también puede referirse a la no dualidad última de esos dos ámbitos, el superficial y el profundo, en una vivencia integral de apertura ilimitada y claridad inefable.

Como veremos posteriormente, estas tres afirmaciones acerca de la realidad única, pueden comprobarse, de forma vivencial, a través de los respectivos tres tipos básicos de *samadhi* o estados contemplativos de los que nos habla la tradición hindú: *savikalpa* o con diferencias, *nirvikalpa* o sin diferencias, y *sahaja* o natural.

Cualquier clasificación teórica acerca de la realidad global es, en gran medida, un simple artificio mental que intenta abarcar objetivamente lo inabarcable. En este sentido, se puede ver cómo los tres ámbitos de interpretación del término “vacío” que acabamos de señalar se implican mutuamente y, por tanto, desbordan las fronteras de nuestro esquema conceptual. A pesar de ello, creemos que esta triple diferenciación teórica puede resultar, en principio, útil para evitar algunas confusiones. Vamos, pues, a esbozar separadamente las características de cada uno de esos ámbitos: el vacío superficial o diferenciado, el vacío profundo o indiferenciado, y el vacío omniabarcante o integral.

Sobre el vacío superficial.

Una mirada ingenua sobre la realidad, puede hacernos creer que el mundo es una colección dispersa de objetos substanciales, duraderos e independientes, pero si observamos con más rigor descubrimos, sin embargo, que se trata de una intrincada trama de fenómenos profundamente dependientes, impermanentes e insubstanciales, y, por tanto, vacíos o no duales.

La nueva ciencia describe la naturaleza como una totalidad indivisible de sucesos interconectados, como una red unificada de relaciones dinámicas y creativas, como un todo continuo en el que no existen realmente partes separadas. El universo comienza a entenderse, así, como un único e inmenso tejido sin costuras en el que es imposible aislar una parte de la tela sin que todos los bordes se rasguen y deshílachen.

Afirmar que la realidad es una y sin costuras no significa, en absoluto, que todo se reduzca a una invisible papilla cósmica o que los acontecimientos diferenciados no existan. Como se aclara frecuentemente, "sin costuras" no quiere decir "sin rasgos distintivos", pues no se está hablando de ninguna substancia impalpable, sino de nuestro mundo concreto y cotidiano. La idea es que en el universo fenoménico no existen verdaderamente cosas independientes, pues la fragmentación del mundo es una mera ficción producida por nuestro pensamiento. En el mundo real, las fronteras unen aquello mismo que separan, de modo que el territorio global trasciende esas líneas divisorias, pero no las elimina, e integra todos los fenómenos diferenciados, sin destruirlos.

El único átomo verdadero es, pues, el universo en su conjunto, una totalidad inconsútil que subyace e incluye toda la multiplicidad. No se trata de una unidad construida a base de pedazos dispersos, sino de una totalidad orgánica que carece realmente de partes independientes. Todas las existencias constituyen, así, un mismo y solo cuerpo que conecta toda la naturaleza. Nada es una isla. No existen límites. Toda frontera es ilusoria. La vida es indivisible.

Como ninguna forma del universo es realmente separable del resto, la vida de cualquier entidad, lejos de constituir un mero fragmento, abarca, en verdad, la íntegra totalidad de la existencia. En este sentido, podríamos decir que el alma de todos y cada uno de los organismos es la red completa de relaciones del cosmos en su conjunto. Cada individuo puede ser concebido, así, como un punto focal a través del cual se manifiesta todo el universo. Todos y cada uno son expresión de la misma y única realidad integral, experimentada desde distintos puntos de vista, en diferentes lugares y tiempos. Todos y cada uno reflejan una acción particular de esa totalidad del mundo que despliega su danza infinita en cada rincón de sí misma.

La nueva ciencia comprende que las partículas elementales aisladas son meras abstracciones, puesto que sus propiedades sólo son observables y definibles a través de la interacción con otros sistemas. Las partículas, de hecho, carecen de existencia independiente, pues, en esencia, son tan sólo un conjunto de relaciones que se extienden a otras cosas. Por eso, los investigadores se ven orientados hacia una nueva noción de inquebrantable totalidad del universo, que trasciende la idea clásica de un mundo de objetos separados e independientes.

Así, en el enfoque *bootstrap*, se considera la realidad como una telaraña dinámica de fenómenos interrelacionados, en la que ninguna parte es juzgada como fundamental, sino que se la ve como resultado de la acción de todas las demás partes. Es la coherencia global de estas correlaciones la que determina la estructura de la totalidad de la trama. Según esta perspectiva, el universo es como un inmenso organismo en el que cada acontecimiento surge espontáneamente de la red infinita de relaciones causales que lo componen. No hay, pues, causas simples ni efectos aislados, sino que todo lo que sucede en cada punto del universo es causado por todo lo demás. Lo que ocurre en cualquier parte afecta a lo que sucede en cualquier otro lugar. Cada fenómeno participa en la determinación de los acontecimientos de cualquier rincón del cosmos.

Todo esto tiene mucho que ver con el modelo holográfico del que hemos hablado anteriormente. En él – recordemos- se defiende que cada fragmento no puede considerarse separado del resto, pues, de hecho, contiene plegada la totalidad de la existencia, y la expresa dinámicamente de instante en instante. Todo está contenido dentro de todo. Cada parte envuelve a todo el conjunto. La totalidad de la red cósmica de relaciones está presente en cada uno de sus lugares y momentos, y determina el comportamiento de cada suceso particular.

Uno de los puntos centrales en los que se apoya la tradición budista para afirmar la vacuidad del mundo fenoménico es, precisamente, el origen interdependiente o surgimiento condicionado de todas las cosas. Se defiende, así, la relatividad radical de la existencia: todos los entes son relativos, porque no pueden existir si no es en interrelación con todo lo demás. Ningún fenómeno es independiente, incondicionado o autogenerado, sino que todos derivan su naturaleza de la dependencia mutua. Estrictamente hablando, no

hay, pues, ninguna existencia individual separada, y, por eso, se dice que todas las entidades están vacías de realidad independiente. No existe ninguna "cosa en sí", sino tan sólo en el contexto y en dependencia con todo lo otro. Nada tiene realidad fuera de esta existencia relativa e interdependiente.

En la escuela *mahayana* se plantea una visión orgánica y relacional del universo. Lo comparan con una red multidimensional de cristales, en la que cada uno de ellos contiene los reflejos de todos los demás, hasta el infinito. Todo está entrelazado en ese juego de ilimitadas relaciones mutuas. Todos en uno y uno en todos. Unidad en la diversidad y diversidad en la unidad. Todas y cada una de las cosas incluyen simultáneamente a todas las otras. Cada parte de la realidad está construida por todo lo demás, y, de hecho, es una expresión localizada de la misma y única totalidad.

Cada existencia es una simple actualización momentánea del conjunto completo de causas interdependientes que conforman el universo. A ningún fenómeno puede atribuírsele una causa particular, porque, en verdad, está engendrado por todo, y afecta, a su vez, a todo. Cada suceso tiene una infinidad de causas y produce innumerables efectos. El universo entero contribuye a la existencia de la más pequeña de sus partes, de tal forma que nada podría ser como es, si el universo no fuera como es. Cada objeto es, así, una manifestación de la unidad de todo.

Como todo está formado por todo lo demás, nada puede ser sólo por sí mismo. Las cosas en particular no tienen una identidad propia, estable, de por sí, sino que siempre existen en función y en relación dinámica con todo lo otro. Cada cosa surge y se compone de esa telaraña total de dependencias condicionales mutuas que está en cambio permanente. Todos los seres no son, pues, sino un conjunto de propiedades transitorias, efímeras e inestables, originadas por un sinfín de factores interrelacionados.

Otro de los puntos clave en los que se fundamenta la tradición budista para sostener el carácter vacío de la realidad empírica, es, justamente, esta naturaleza transitoria de todas las existencias. Todo el mundo relativo, tanto exterior como interior, se encuentra en constante movimiento. Toda la vida es un proceso condicionado de causas y efectos, un fluir incesante de energías físicas y psíquicas que brotan y se desvanecen permanentemente. Lo único que se puede decir que existe es esta corriente universal de energías, este interminable flujo de procesos físicos y mentales que se condicionan mutuamente.

Las partículas nunca son las mismas a cada instante. Todo muere y renace sin cesar a nivel fenoménico. Es el intelecto humano el que, cerrando los ojos ante la sucesión de acontecimientos, crea la ilusión de objetos permanentes allí donde sólo hay procesos fugaces. El rápido e ininterrumpido curso de sucesos encadenados produce una errónea apariencia de continuidad donde todo es flujo incesante. Nada es estable. Nada perdura. La totalidad del mundo manifestado está inmersa en este juego perpetuo de muerte y nacimiento, en esta dinámica continua de transformación y cambio.

Todos los elementos de la mente y el cuerpo existen tan sólo un instante, surgen y se desvanecen continuamente. Todo es transitorio. Nada se mantiene idéntico en dos momentos consecutivos de la existencia. En cada ahora de la vida todo muere a un pasado que ya no existe, y nace a un futuro por venir. El mundo entero se renueva momento a momento en una cadena interminable. Toda la verdad de la naturaleza consiste en este proceso incesante de creación y destrucción, de surgimiento y disolución, instante tras instante.

En todas las formas del devenir no hay nada permanente a lo que agarrarse, y, por eso, la transitoriedad resulta dolorosa para el que pretende aferrarse a algo estable y duradero, pero, sin embargo, aparece como gozosamente creativa para el que fluye en la corriente de la vida. Sin la muerte de lo viejo, no podría tener lugar el surgimiento de las novedades que caracterizan el proceso evolutivo del universo.

Nada de cuanto se percibe en el mundo fenoménico es estático. Todo es un torrente de formas en constante movimiento. Lo que llamamos cosas u objetos son meras apariencias, relativamente estables, en la corriente global de energía y conciencia. Como en los remolinos de agua o en los ciclones de aire, no

hay nada en ellos que podamos llamar substancial o sólido. El mundo relativo es una trama de acontecimientos continuamente cambiantes, totalmente desprovistos de esencia permanente. No hay ningún núcleo constante sobre el que apoyarse, porque la realidad es siempre nueva, siempre fresca, surgiendo y desvaneciéndose perpetuamente en cada presente.

Esta falta de existencia inherente en todas las realidades del mundo manifestado, es el tercer punto básico en el que se apoya la tradición budista para afirmar la vacuidad del universo. Se sostiene que sólo existe un flujo de fenómenos fugaces y que este proceso está, en realidad, vacío. Pero vacío, aquí, no significa carencia de nada, sino mera impermanencia e insubstancialidad. Afirmer la vacuidad de todas las cosas no quiere decir, pues, que éstas no existan, sino que no son más que apariencias transitorias, eventos efímeros, no substancias duraderas. Como la realidad momentánea de las olas, que pronto se funden en el océano que las produjo.

No existe ningún núcleo sólido que permanezca separado del flujo cambiante del universo. En el mundo fenoménico no hay ninguna entidad inmutable detrás de los acontecimientos fugaces del devenir. Al igual que una llama que arde en un instante nada tiene que ver con la que brillaba en el momento precedente, no hay ningún sí mismo inalterable o ego permanente en el ámbito de lo relativo. El fuego, que muere en el momento que nace, es, así, una fiel expresión de la no substancialidad del mundo manifestado.

Por mucho que se busque, nunca se encuentra ningún personaje autoexistente, escondido dentro de los organismos, independiente del conjunto de la realidad fluyente. La idea de un ente incondicionado que actúa autónomamente, separado de los fenómenos, recuerda al viejo enfoque animista que suponía la existencia de un hacedor de lluvias, más allá de las nubes, vaciando cántaros de agua sobre la tierra. Pero no hay ninguna personalidad inmutable oculta entre bastidores. Todos los fenómenos están vacíos de una entidad personal que more en ellos. En el mundo relativo todo se reduce a un perpetuo flujo de acontecimientos, sin alguien detrás al que le ocurra todo eso. No hay ningún yo o sí mismo al que se refiera la corriente de experiencias que se renueva a cada instante. Lo que sucede es un puro surgir y desvanecerse, momento tras momento, sin nadie que surja o se desvanezca detrás de este proceso.

Los egos son simples manifestaciones fugaces de condicionamientos colectivos, actualizaciones momentáneas del conjunto de causas interdependientes que conforman el universo, no individuos substanciales al margen de la dinámica cósmica. Los budistas creen, como los positivistas modernos, que la individualidad no es más que un compuesto de propiedades transitorias, efímeras e inestables, producto de innumerables factores interrelacionados. El ego es, desde esta perspectiva, una pura ilusión creada por la combinación de los procesos físicos y psíquicos que fluyen constantemente. Es la persistencia de estos flujos la que crea en la mente la falsa noción de una entidad duradera, pero, en realidad, su continuidad es tan ilusoria como la que se percibe en el cine, tras la mera sucesión de imágenes estáticas.

En el mundo relativo todo es un continuo nacer y morir de las existencias. Pero afirmar que todas las cosas están en flujo permanente no significa, en absoluto, negar la estabilidad de lo que no es una "cosa". Pues si bien todas las formas del universo están surgiendo y disolviéndose de instante en instante, en un sentido más amplio, nada cambia jamás, ya que la suma de las energías es siempre la misma. Nociones como aparecer y desaparecer pueden aplicarse a las olas individuales, pero el agua del océano está libre de tales distinciones. Como la potencialidad absoluta, que ni existe ni deja de existir. La destrucción, en última instancia, es sólo apariencia. Sólo hay cambio de formas y evolución de cualidades. Nada se crea ni se pierde. Nada permanece ni se aniquila. Todo se transforma. La manifestación de la energía y la conciencia se modifica. La existencia en sí es inatrapable.

Algunas tradiciones resaltan la irrealidad del ego, mientras que otras insisten en la unidad del campo universal. Son dos maneras de sugerir una misma experiencia, pues afirmar que no existe ninguna entidad separada del flujo total, es equivalente a decir que la identidad última de todos los seres es el mismo y único todo. Así, el yo puede entenderse, indistintamente, bien como la corriente íntegra de

acontecimientos, o bien como la nada en la que esos sucesos fluyen. Ser uno con todas las cosas es idéntico a no ser algo en particular.

Sobre el vacío profundo.

Decíamos anteriormente que si las aparentes dualidades son, de hecho, absolutamente inseparables e interdependientes, todo parece apuntar hacia un común fundamento no dual, que trasciende y abarca todos esos opuestos. Utilizando el lenguaje expuesto en apartados anteriores, podemos plantear ese estado primordial como una realidad indiferenciada “previa” a la polarización de los aspectos de energía y conciencia, de exterior e interior, de objeto y sujeto. Es esta primera “dualización” aparente de la base no dual lo que da origen a la progresiva manifestación y despliegue de su potencialidad infinita en el universo fenoménico. Recordemos que esos polos de energía y conciencia son, precisamente, la fuente originaria y el abismo final de todos los flujos macro y microcósmicos.

Podemos intuir, pues, el vacío profundo como el fundamento o la esencia de todos los acontecimientos, como la fuente y el sostén último de toda existencia, como la matriz pura, indiferenciada y sin forma de donde emergen todas las cosas. Místicos y científicos designan este nivel fundamental como vacío, porque está carente de toda calificación o determinación particular. No hay en él ninguna característica específica, apariencia concreta o rasgo distintivo. Pero no es una mera ausencia o negación absoluta. Se trata, más bien, de un estado de presencia infinita, más allá del espacio y del tiempo, más allá de todo atributo o condición, más allá de cualquier distinción o diferenciación. Una apertura ilimitada, omnipresente e indestructible, que “hace ser” a todo el universo de la finitud. Un ámbito diáfano, lúcido y luminoso, que sostiene y abraza a todo el mundo de las particularidades. Una espaciosidad infinita y sin fronteras, eternamente autoevidente, de la que surgen, en la que están y a la que retornan todos los fenómenos temporales.

La nueva ciencia contempla asombrada la vertiginosa y permanente danza de creación y destrucción de partículas y antipartículas que surgen y desaparecen, a cada instante, en el enigmático vacío cuántico. Las llamadas partículas elementales no son, de hecho, más que estados excitados de ese insondable vacío. Todo el mundo de la materia resulta ser, así, tan sólo un pequeño rizo fugaz en la superficie de un profundo océano invisible de energía virtual infinita, que constituye la fuente de donde todo procede y el sumidero en donde todo se sumerge.

Este abismo desbordante, como una nada que se desdobra en cantidades positivas y negativas simultáneas, genera todos los pares de opuestos del mundo relativo, que, en último término, no son más que formas impermanentes, manifestaciones transitorias de esa nada. Parece, de este modo, como si estuviéramos hechos de un vacío diáfano e inimaginable, que sólo pudiera ser detectado a través de las aparentes quebraduras que las dualidades producen en su matriz transparente.

En palabras de un físico cuántico: “Toda la materia se origina en un substrato imperceptible. En cierto sentido, se asemeja a un vacío inmaterial, indetectable y omnipresente, una forma muy peculiar de «nada» de la que dimana la totalidad de la materia”. En la nueva física se diluyen, pues, las fronteras entre “algo” y “nada”. Todo, absolutamente todo, está formado de vacío. Los llamados objetos materiales, lejos de estar constituidos por alguna substancia sólida permanente, no son, en verdad, más que meros remolinos o patrones dinámicos de un flujo danzante de energía, que nace y muere en el vacío fundamental subyacente.

Del mismo modo, las tradiciones espirituales hablan, metafóricamente, de la nada eterna, del abismo sin fondo, de la oquedad primigenia, del fundamento informe, de la indistinción primordial, del vacío infinito. Cuando veas a Dios, dicen, no verás nada, porque la realidad sin límites es ninguna-cosa. La base última de todo, al carecer de dualidades limitadoras, no es definible ni pensable en ningún modo. El pensamiento no es capaz de compararla con nada, porque no hay nada fuera para establecer la comparación. Como es

imposible apartarse de ella para examinarla desde el exterior, y convertirla en objeto de conocimiento, resulta absurdo pretender describirla. Sería como intentar que un cuchillo se cortara a sí mismo. De ahí que el lenguaje negativo de la metafísica tan sólo intente mostrar que las palabras y las ideas son incapaces de abarcar lo absoluto. Negando todos los enfoques finitos y duales, apunta hacia lo que está libre de las limitaciones, y destaca el carácter infinito y no dual de lo real. Así, la negación absoluta es, simultáneamente, la absoluta afirmación.

Aunque el vacío profundo se resiste a toda descripción o imagen objetiva, no debe ser confundido, en ningún caso, con una substancia transparente de la que estén hechas todas las cosas. Tampoco debe entenderse como una pura nada en la que todas las entidades fenomenales se desvanecen para siempre. No se trata de una superestructura que sobrevuela el universo fenoménico, ni de un substrato extrínseco sobre el que se apoye, sino del más intrínseco principio constitutivo de todas las cosas. No es algo aparte del mundo de las formas, sino la mismidad de toda forma. Trasciende los aparentes opuestos, pero, con todo, no está, en ningún modo, fuera de ellos. Es, en fin, la verdadera naturaleza común de todas las cosas, el espacio nutricio de todos los fenómenos del mundo.

Cuando planteamos la vacuidad fundamental del universo, no estamos invocando, pues, un criterio nihilista, sino que, al contrario, hacemos referencia a una realidad sin lindes ni costuras que no puede clasificarse bajo las categorías de nuestra lógica dual. En la propia tradición budista, se habla, explícitamente, de algo no nacido, no hecho, no creado, no formado. Se propone, así, un estado no fenoménico que escapa a nuestras experiencias parciales y relativas, y que, por eso, resulta incomprendible para las limitaciones de nuestro intelecto. El término vacuidad no tiene, aquí, la menor entonación negativa o pesimista, y, de hecho, es por completo equiparable al concepto de plenitud.

Una realidad sin lindes ni particularidades puede ser designada, indistintamente, como vacía o como llena. Dado que la realidad profunda trasciende e incluye toda la manifestación fenoménica, puede ser considerada simultáneamente como negativa, en el sentido de que está más allá de todo lo que es finito y condicionado, o como positiva, en cuanto que sostiene y abarca todo lo existente dentro de sí. Nada le falta y nada le sobra. Nada se le puede añadir o quitar. Es la totalidad de la existencia, puesto que no hay nada fuera de su ámbito. Es, podríamos decir, la plenitud infinita. Pero, dado que al hablar de "plenitud" puede pensarse en una substancia contenida dentro de unos límites, en algunas tradiciones se ha optado por utilizar el término "vacuidad" para referirse a ese fundamento insubstancial que carece de contenido objetivo -es decir, separado del sujeto que lo contempla- y que no posee límites que lo definan. En ocasiones, se ha recurrido también a expresiones que integran ambos conceptos, y, así, se dice que "la vacuidad no es sino la más perfecta e inefable de las plenitudes", o que "la suprema plenitud tiene apariencia vacía y es inagotable".

La realidad que sostiene todos los fenómenos está más allá de toda forma y no admite ningún tipo de descripción. Es, de hecho, "ninguna cosa". Por eso, se la denomina el estado vacío. Pero no es un cero inerte y estéril, sino que, al contrario, contiene la potencialidad de todos los fenómenos del mundo particular. Es, radicalmente, la verdadera naturaleza de todas las existencias. Por eso, también se la denomina el estado de plenitud. Es, de hecho, "todas las cosas". Quienquiera que la encuentre, encuentra nada y todo.

El vacío profundo es un estado en el que no se puede percibir nada concreto, pero que está preñado de todo lo existente. En su simplicidad absoluta es realmente omnipotente, ya que puede contenerlo todo, abarcar todas las posibilidades y disponer de infinitas opciones. Es precisamente a partir de lo indeterminado que puede evolucionar cualquier cosa. Donde no hay nada, hay lugar para todo. No se trata, pues, de una nada impotente, sino que, al contrario, por no ser algo en particular, puede hacerlo todo de sí mismo, permaneciendo en su seno íntimo como vacuidad eterna. Es, de hecho, la potencialidad infinita. Ningún atributo puede reflejar la inagotable polivalencia de este abismo sin límites, que genera, sostiene y acoge todas las polaridades del mundo, pero que no se define ni consume en ninguna de sus manifestaciones. Por eso, es como la nada respecto a todas las cosas, porque ninguna de ellas puede comprenderlo ni colmarlo jamás.

El centro del mundo es, en sí, vacío, pero un vacío creativo de donde parten y hacia donde se orientan todas las líneas temporales del cosmos. Es el estado supremo del origen, pero, a la vez, es el elemento central en el mecanismo evolutivo del universo. No es algo vago e inexistente, sino un factor eminentemente dinámico y actuante. Siendo nada, es el origen de todo. Siendo vacío, constituye la fuente prístina e inagotable de la que mana toda la existencia. La totalidad del mundo fenoménico es el despliegue de este abismo profundo, que se mantiene, pese a todo, immaculado, transparente y libre de toda autoidentificación con nada. Todas las cosas provienen de él, están en él y retornan a él, pero, detrás de estas formas fugaces, permanece inmutable en su quietud atemporal, ahora, en el comienzo y siempre. Más allá del cambio. Más allá del nacimiento y de la muerte. Siempre presente en su juego infinito de apariencias duales.

El vacío profundo es la naturaleza esencial o estado original de todas las cosas. Nuestra auténtica morada se encuentra allí donde no hay sujeto que ve ni objeto visto, pues ese fondo de la realidad carece del menor atisbo de separación o dualidad. Todas las existencias comparten este mismo fundamento, y son, así, idénticas en esencia. La verdadera naturaleza de los diferentes seres no es una entidad particular poseída en exclusiva por cada uno, que lo hace distinto de los demás, sino, más bien, una diáfana esencia común a todos, que está más allá de nuestros conceptos duales de unidad y multiplicidad. Eternamente vacua y clara. Eternamente autoevidente.

Sobre el vacío integral.

En los dos apartados anteriores hemos señalado el carácter vacío tanto del mundo fenoménico -por su indivisibilidad, interdependencia, impermanencia e insubstancialidad-, como de su matriz originaria -por su ilimitación, indeterminación, indiferenciación e inefabilidad. Lo que ahora vamos a denominar vacío integral, no es otra cosa que la no dualidad última de esos dos ámbitos vacíos, el superficial y el profundo, en una vivencia omniabarcante definitiva, que constituye el mayor hallazgo de las tradiciones no duales.

Insistimos en el aspecto vivencial de este punto, porque no se trata tanto de una descripción teórica de algo que puede ser experimentado objetivamente, desde fuera, por un sujeto ajeno, sino de una aproximación a la evidencia siempre presente, que se desvela al trascender cualquier tipo de identificación exclusiva, ya sea con algún aspecto de la apariencia superficial o con la globalidad del fundamento profundo.

En este sentido, un antiguo maestro *ch'an* aconsejaba: "No te apegues a los fenómenos. No te estanques en el vacío". Porque el verdadero despertar no consiste sino en contemplar lo infinito en lo finito y lo finito en lo infinito, trascendiendo, así, tanto el vacío como las formas. Con la realización de la no dualidad integral se abraza, de este modo, simultáneamente, la verdad convencional del mundo relativo y la verdad última de la vacuidad profunda. Se descubre, entonces, sin sombra de duda, que este mismo mundo cotidiano, impermanente y doloroso no es diferente del estado incondicional y supremo.

En la visión no dual nada resulta ajeno. Lo divino no está al margen de lo material. Lo absoluto y lo relativo no son dos. Lo eterno y lo efímero no están separados. El vacío inmutable no excluye las formas impermanentes ni aparece aparte de ellas. La unidad no se opone a la multiplicidad, ni la simplicidad niega la complejidad. El uno-sin-segundo trasciende y abarca todos los opuestos. Es, simultáneamente, el contenedor y los contenidos. De hecho, la totalidad de los procesos del universo están producidos, alojados y finalmente absorbidos por el omniabarcante vacío primordial. Todas las existencias no son, de este modo, sino condensaciones fugaces, disfraces aparentes de esa indescriptible plenitud vacía. Así, al igual que la física relativista considera que el espacio no sólo contiene la materia sino que la constituye – se dice que la gravedad no es sino la "curvatura" del tejido espaciotemporal-, las tradiciones no duales afirman que el vacío *es*, más que *contiene*, todas las cosas.

Los ámbitos manifestado e inmanifestado, o superficial y profundo, que hemos analizado en los dos apartados anteriores, no son, en verdad, dos realidades diferentes, como no lo son tampoco, por ejemplo, el agua y las olas. Las olas no tienen que dejar de serlo para convertirse en agua, ni el agua tiene que transformarse en nada para formar olas. Lo mismo sucede con la arcilla y las vasijas, o con el oro y las joyas, por citar dos de los símiles más usados en este sentido.

A pesar de que todas estas analogías resultan indudablemente sugerentes, nos gustaría advertir sobre un posible error en su interpretación. Recordemos que, según nuestro esquema, en el fundamento vacío la energía y la conciencia se encuentran absolutamente indiferenciadas, y constituyen, por tanto, una sola realidad, mientras que en su manifestación ambos aspectos se polarizan como la base y la cima, el origen y la meta, de cualquier trayectoria temporal. En las analogías citadas, sin embargo, podría parecer que se asimila la realidad fundamental tan sólo con la base material, o energética, y que se considera la faceta formal, o consciente, como algo ajeno o secundario. En nuestra propuesta, por contra, la realidad primordial es, insistimos, energía-conciencia no dual, y, por tanto, en su despliegue aparente no sólo se manifiesta como el aspecto energético que sustenta y constituye cualquier existencia fenoménica, sino también como el aspecto consciente que la comprende y da forma.

Nos parece importante esta matización, porque, en ocasiones, desde perspectivas consideradas espirituales, se menosprecia la cara evolutiva de la vida, porque, dicen, si todo es oro ¿qué importan las formas de las joyas? Sin embargo, según nuestro punto de vista, es precisamente el desarrollo de la complejidad de las formas lo que define la emergencia de la faceta de conciencia, y deberá llegar al límite de su despliegue para descubrir su identidad no dual con el aspecto de energía, presente ya desde el origen. Es decir, la evolución de las formas, lejos de ser un fenómeno insignificante o accesorio, es el hecho central que habrá de revelar la identidad del universo fenoménico y la vacuidad fundamental.

Una analogía que quizás resulte más ajustada a lo que estamos tratando de exponer en este apartado, sería la de equiparar el vacío profundo con el número cero (0) y asimilar las dualidades que componen el mundo fenoménico con el conjunto de pares de números opuestos: uno y menos uno (+1 y -1), dos y menos dos (+2 y -2), etc. El cero no sería aquí una nada estéril, sino un útero primigenio capaz de generar todos los antagonismos del universo. Por más pares de números positivos y negativos que se creen -y aunque luego se dividan o se subdividan o se integren o se fusionen y disuelvan-, el conjunto total de esas dualidades siempre tendrá un valor cero, idéntico al de su matriz originaria. No es que al principio fuera cero y al final volverá a serlo, sino que en todo momento, inexorablemente, no ha dejado de tener ese valor. Podemos afirmar, en este sentido, que el universo cambiante de las formas duales es, tal cual aparece en cada instante, idéntico a la oquedad informe e inmutable del origen.

La vacuidad profunda no es, pues, algo separado, ni diferente, ni oculto detrás del mundo relativo, sino, justamente, su verdadera naturaleza en todo momento. Estrictamente hablando, no resulta adecuado afirmar que el vacío primordial *yace* en el fondo de la existencia, o que se halla *debajo* de los fenómenos, porque, en realidad, no es algo que se encuentre fuera del mundo relativo, sino que es estrictamente uno con él. El más allá está en el más acá. La vacuidad no es un ámbito divorciado del reino de las formas, sino la mismidad de toda forma. El absoluto es la propia realidad de las apariencias, lo incondicionado es el auténtico rostro de lo condicionado, *Brahman* es la identidad verdadera del universo.

La última dualidad a superar es, precisamente, la que podría plantearse entre la no dualidad de la vacuidad profunda y la dualidad aparente del mundo manifiesto. La genuina perspectiva no dual reconoce la presencia simultánea de los dos ámbitos de la realidad, el absoluto y el relativo, y los unifica dinámicamente. No plantea, pues, dos realidades independientes, una profunda y otra superficial, ni tampoco una papilla monística de ambas, sino una única totalidad orgánica con dos aspectos diferentes, estático y móvil, inmutable y cambiante, en un juego circular espontáneo de creatividad sin fin. La realidad integral no pertenece, así, ni a la categoría del ser ni a la del no-ser, pues, como se afirmaba en la filosofía idealista, no son ciertos ni el ser puro ni la nada pura, sino la unión de ambos en un movimiento permanente en el que cada uno desaparece inmediatamente en el otro. En palabras de un cabalista

medieval: "El ser está en la nada en la modalidad de nada, y la nada está en el ser en la forma de ser. La nada es ser y el ser es nada".

El hallazgo de esta perspectiva no dual, como más adelante veremos, desvela de forma revolucionaria que no es necesario eliminar la temporalidad para encontrar lo inmutable, que el otro mundo no está en ninguna otra parte sino en cada aquí y ahora de este universo, que "tal como es, entero y completo, este mundo de los sentidos es la iluminación". La realidad última es, desde el principio, estructuralmente inseparable de la realidad empírica. No hay absolutamente nada en el mundo manifestado que sea extraño o esté aparte de su fundamento inmanifestado. Ya no tiene sentido, pues, despreciar el universo fenoménico como falta de valor, ni buscar la vacuidad eterna al margen de las formas fugaces. Porque, como decimos, el absoluto, lejos de ser una realidad ajena al mundo de las formas, constituye, en todo momento, su verdadera naturaleza. Cada ahora del tiempo no es, de hecho, sino una manifestación finita del presente atemporal de la infinita plenitud del vacío. Por eso, identificarse exclusivamente con algún aspecto parcial determinado, y resistirse a la integridad de la situación presente, equivale a establecer una dualidad aparente, "crear un segundo", oscureciendo, así, la autoevidencia de la plenitud vacía, o la vacuidad plena, que es ahora, y siempre ahora, eternamente.

El vacío integral no es más que una presencia libre de cualquier identificación con fenómenos particulares, una pureza sin límites en la que las experiencias vienen y van, una apertura transparente en la que todas las formas surgen y desaparecen. Todo está en flujo permanente, pero la apertura misma jamás entra ni sale en la corriente del tiempo. En el mundo del devenir todo tiene una duración finita, pero hay algo que nunca nace ni muere: la energía-conciencia plena e inmediata, el simple sentimiento de ser, la diáfana autoevidencia de la que todas las experiencias son sus meros reflejos fugaces.

Vivenciar este vacío integral significa no estar establecido en parte alguna, ni tener un lugar donde reclinar la cabeza. Es una simple lucidez sin centro ni periferia, en la que todo sucede espontáneamente. Es una aceptación ilimitada de la circunstancia presente, una apertura total que permite que el sol salga sobre malos y buenos, y que la lluvia caiga sobre justos e injustos. Es una pura transparencia en la que fluyen todas las formas del panorama del mundo. Es absolutamente nada y, sin embargo, todas las cosas. Las nubes van y vienen en el cielo, y tú eres el cielo y las nubes. Ahora y siempre.

D. ACERCA DEL VACÍO Y LAS FORMAS.

Acabamos de señalar tres posibles significados de las expresiones "vacuidad" o "no dualidad", a los que hemos denominado superficial –o diferenciado-, profundo –o indiferenciado- e integral –u omniabarcante. En los próximos apartados vamos a insistir en esta tercera faceta –la integral- que muestra el carácter no dual del fundamento originario y del mundo fenoménico. Señalaremos cómo nuestro planteamiento evolutivo –en esta línea- apunta decididamente hacia una identificación dinámica de estos dos aspectos aparentes de la realidad.

Entre el uno y los muchos.

Apoyándose en muchas ocasiones en la vivencia definitiva de la no dualidad entre los ámbitos superficial y profundo de la realidad, el ser humano ha tratado de expresar racionalmente las características y el modo de integración de estos dos mundos aparentemente dispares: el uno y los muchos, el ser y los devenires, el noumeno y los fenómenos, el vacío y las formas. En diferentes tradiciones filosóficas y espirituales se han elaborado propuestas que apuntan decididamente hacia lo no dual. Veamos las líneas generales de estos enfoques.

El planteamiento central de todas las filosofías no dualistas gira en torno a la idea de que la realidad profunda inmanifestada no está dissociada de sus manifestaciones superficiales. No hay un creador separado de su creación. O, si se prefiere, el creador y su creación no son dos. No es posible una creación disgregada de su origen, porque fuera del absoluto no puede haber nada. La realidad originaria no ha creado, pues, un mundo ajeno, sino que ella misma se ha manifestado como un mundo en sí misma. El universo relativo no es algo exterior al absoluto, sino que es tan sólo un entramado de relaciones entre un sinnúmero de variadas autoproyecciones de ese absoluto en su propia vacuidad infinita. Lo que en algunas tradiciones se ha llamado creador y creación, no son, según la perspectiva no dualista, sino dos aspectos de una sola totalidad orgánica en su dinámica autocreadora. El creador sería este ser único en su estado fundamental e indiferenciado de energía-conciencia, y la creación, ese mismo ser en su estado de millones de formas reflejadas según diferentes equilibrios de energía y conciencia. La dinámica autocreadora consistiría, en fin, en un recurrente surgimiento y disolución de los aspectos manifestados desde y hacia su base inmutable, a través del cual se iría actualizando progresivamente la omnipotencialidad del origen.

Muchas tradiciones afirman que la unidad es el hecho eterno y fundamental, y que la multiplicidad es tan sólo la autoexpresión variada de esa unidad. Según este punto de vista, la verdad es siempre el uno, que, reflejándose sobre sí mismo, jugando consigo mismo, despliega su infinita potencialidad en una extensa diversidad de formas. Como un cristal multifacético que muestra una abundante pluralidad de imágenes de un mismo y único objeto sin que éste realmente se multiplique. La multiplicidad de los seres es, por tanto, una mera apariencia, ya que, en realidad, todos ellos son sólo aspectos diversos del ser único. No es que el uno se convierta en muchos, creando una dicotomía entre ambos ámbitos, sino que es siempre la misma y única unidad la que se manifiesta como múltiple, sin dejar por ello de ser una sola. Por eso, cuando se afirma que todas las cosas son una, no sólo se dice porque provengan de la unidad y retornen a ella, sino porque son una ahora y siempre.

El universo no es una realidad múltiple de seres separados, sino la manifestación en el espacio y en el tiempo, en la pluralidad y en el cambio, de ese único uno que no cambia. No hay multitud, sino sólo uno. Este uno, sin embargo, aunque realmente indivisible, se manifiesta como si estuviera dividido en un sinnúmero de individualidades, tomando formas diversas en los diferentes seres del mundo. Al igual que el mismo sol brilla a través de innumerables ventanas en cualquier parte de la tierra, un solo ser resplandeciente se refleja en todas las criaturas del universo. Es la misma y única plenitud vacía la que habita en la multiplicidad de sus moradas, en todo y en parte, en el cosmos entero y en cada ser.

El ser único, eternamente autoexistente, manifiesta en sí mismo la pluralidad del universo. ¿Cómo podría hacerlo de otro modo si no hay nada fuera de él? La realidad múltiple es, pues, un mundo relativo, una trama de relaciones e interrelaciones dentro de la indivisible unidad absoluta. Las relaciones de la multiplicidad subsisten, de este modo, en esa omniabarcante unidad que las origina, constituye y reabsorbe. Todo es, a la vez, uno y múltiple, absoluto y relativo. Como afirma el yoga integral, la realidad no es una unidad matemática con la multiplicidad como una ilusión, sino una unidad infinita con una infinita multiplicidad comprendida en la unidad. La verdad última está, de hecho, más allá de estas distinciones de unidad y pluralidad, que no son sino modos humanos de interpretar las experiencias, pero, con todo, resulta aceptablemente válido afirmar que el absoluto es, simultáneamente, el uno y los innumerables muchos de todos los mundos, la esencia única de las cosas y las inagotables formas del proceso universal. Se trata de una identidad-en-la-diferencia o una diferencia-en-la-identidad entre lo infinito y lo finito, entre el uno y los muchos, entre el ser y el devenir.

La unidad es la base. La unidad constituye la multiplicidad. Pero la multiplicidad no constituye la unidad. El agua puede formar olas o estar en calma, pero las olas, por contra, necesitan del agua para surgir. En cualquier caso, ambos aspectos son reales. El uno con una realidad absoluta, eterna e inclusiva, y los muchos con una realidad relativa, fugaz y dependiente. La diversidad sólo puede entenderse como falsa cuando se la considera divorciada de la unidad fundamental que la constituye. En ese caso, cuando la conciencia de la multiplicidad se separa de su propia unidad esencial, la perspectiva se vuelve profundamente errónea y engañosa. Aparece entonces una comprensión ilusoria del mundo, que

descuartiza la unidad de lo absoluto en una multitud de seres inconexos y desarraigados. Comprendidos conjuntamente, sin embargo, el uno da sentido a los muchos, y los muchos dan forma al uno. Sin la unidad, la multiplicidad no existiría siquiera, y sin la multiplicidad, la unidad sería un mero vacío amorfo y estéril. El monismo exclusivo sería rígido y apisonador; el pluralismo exclusivo sería inestable y disgregador; sólo la integración de ambos, permite el juego creativo de la vida.

Desde la conciencia indiferenciada se vive la unidad. Desde la conciencia diferenciada se percibe la multiplicidad. La conciencia integral, finalmente, reconoce la unidad en la multiplicidad, es decir, descubre la sorprendente identidad única de la diversidad infinita. Abarcando simultáneamente el uno de la conciencia profunda y los muchos de la conciencia superficial, la armonización entre ambas perspectivas se produce espontánea e imperceptiblemente. Se comprende entonces, con toda evidencia, la radical no dualidad de la vacuidad plena y el mundo fenoménico.

La realidad integral es, a la vez, estable y móvil. El ser y el devenir son dos aspectos simultáneos del único absoluto. Si se quiere, el ser es la realidad fundamental y el llegar-a-ser es la realidad derivada, pero, en cualquier caso, es siempre el mismo ser el que deviene todas las existencias del universo, el que se ubica variadamente en su propio movimiento relativo de energía y conciencia. Con todo, el proceso del devenir no afecta, en modo alguno, la inmutabilidad eterna del ser. El ser se manifiesta como un devenir perpetuo, y, a su vez, el devenir se resuelve en un ser eterno. Todo el mundo es, por tanto, eterno y temporal a la vez, existencia idéntica a sí misma y transformación incesante. Según cierto punto de vista, nada es, porque todo se encuentra en cambio permanente, y desde otra perspectiva, todo es, porque el mismo ser constituye la identidad última de todas las cosas. Existe una unidad inseparable de lo eterno y lo contingente. Evolucionamos y, sin embargo, somos inmutables. Ser y devenir son ciertos y ambos la misma cosa. Hay cambio e intercambio dentro de un todo constante. La meta es el camino. Y el camino la meta.

El vacío y la forma.

Lo inmanifestado y la manifestación, el noumeno y el fenómeno, el absoluto y lo relativo, no son diferentes ni están separados. Todas las existencias fenoménicas son proyecciones o reflejos de la única realidad nouménica en sí misma, a través de los cuales se revela y manifiesta ese abismo originario, inefable e infigurable. Antes de la aparición del mundo, el absoluto era un tesoro escondido. Como un ojo que es incapaz de verse a sí mismo, el vacío primordial no podía contemplarse. Lo inmanifestado necesitaba diferenciarse de sí mismo, o al menos simularlo, para verse en alguna medida, siquiera como sombra reflejada. Necesitaba desdoblarse y hacer aparecer como dos -ojo y espejo, conciencia y energía- lo que, en verdad, era eterna e invariablemente uno. La imagen reflejada no era la cosa en sí, pero ¿de qué otro modo podría verse? Entonces, digámoslo así, se autoproyectó en cada rincón de su plenitud vacía, y se identificó con aspectos limitados de sí mismo para mirarse de infinitos modos. El universo entero es, de esta manera, el inmenso espejo en el que el absoluto se contempla desmenuzadamente, la autorrevelación en el tiempo y en el espacio de lo eternamente invisible. Y todos los seres y cosas no son más que símbolos fugaces de la vacuidad profunda, reflejos efímeros de la nada íntima, rostros aparentes del eterno desconocido.

La luna se refleja allá donde exista una superficie de agua. Podemos ver su imagen en cualquier charca del mundo. Pero si intentamos sacarla del líquido, será imposible conseguirlo. En el ámbito fenoménico no es posible atrapar la cosa en sí, esa íntima realidad profunda e incognoscible. Por eso, cuando el vacío eternamente presente trata de captarse a sí mismo, de instante en instante, en el mundo relativo, retorna una y otra vez a su origen sin lograrlo. Y vuelve a intentarlo de nuevo al momento siguiente, incansablemente. Recordemos la recurrente dinámica evolutiva que hemos planteado entre los abismos original y final de energía y conciencia. Y cómo en esa dinámica circular y eterna del vacío anhelante de sí mismo va surgiendo el universo entero. Como ninguna forma es capaz de reflejar completamente la plenitud informe de la vacuidad profunda, los sucesivos intentos de conseguirlo van desplegando

creativamente en el tiempo, todo el proceso evolutivo cósmico. El todo es, así, el juego eterno de la nada. Una eterna danza de amor entre el vacío atemporal y sus formas fugaces, que engendra, sostiene y recoge el mundo entero en cada ahora del tiempo.

La realidad en su conjunto constituye un espontáneo dinamismo a través del cual puede vislumbrarse, de algún modo, lo invisible. Es un creativo movimiento de despliegue y repliegue que el abismo primordial genera en sí mismo, para su autocontemplación en un sinfín de seres. Es un viaje sin distancia, instantáneo y eterno, desde la identidad a la diferencia, sin salir nunca de sí mismo, en el que la vacuidad se desvela evolutivamente en el universo. Es un parto eterno de la inefable matriz vacía, que manifiesta su potencialidad infinita en el fascinante juego de las formas del mundo.

El *tao* produce todos los seres, pero permanece inalterable en su quietud eterna. Es el manantial de donde brotan todas las cosas, y, sin embargo, en su profundidad se mantiene eternamente inmutable. Es un vacío imposible de colmar, y, por eso, inagotable en su acción. Es una nada eterna que produce un eterno comienzo. A pesar de este perpetuo movimiento generador de formas finitas, la plenitud vacía originaria permanece inextinguible. La fuente no se seca ni se debilita jamás, porque todo el flujo fenoménico no sucede en un exterior imposible, sino en ella misma. Es un simple juego de relaciones relativas en el espacio diáfano e inmaculado del absoluto.

Todas las tradiciones místicas ponen un gran énfasis en la unidad dinámica del vacío y las formas que genera. Ambas son facetas de una sola realidad integral. La nueva ciencia también comienza a comprender que la conjunción del vacío generativo y las formas fenoménicas constituye la clave del sorprendente universo autoorganizador. El mundo visible de energía y conciencia evoluciona, se dice, gracias a una dinámica interactiva unificada entre estos dos ámbitos de la realidad. El cosmos se estructura, así, cíclicamente, a través de este juego circular entre el vacío cuántico, o nivel básico, y el mundo espaciotemporal, o nivel derivado. Se llega, de este modo, a una concepción orgánica compleja, que pone de relieve la unidad de esta dualidad y la dualidad de esta unidad. Se plantea incluso la necesidad de hablar de unidualidad en el seno del proceso de autoorganización, lo que, evidentemente, sintoniza por completo con las propuestas de las tradiciones no duales.

El vacío es el manantial y el receptáculo de todos los acontecimientos del universo, el seno infinitamente fértil del que nacen todas las criaturas y al que todas vuelven. El mundo de las formas no es sino el espectáculo centelleante que surge de la nada y retorna a la nada, el mágico reflejo de la no substancia pura e indiferenciada del abismo profundo. Lo no dual incluye a la vez ambos aspectos, el océano y las olas, la quietud y el movimiento, la eternidad y el tiempo. La realidad integral abarca, simultáneamente, el vacío inmutable y sus formas fugaces. Como dijo un sabio hindú: "No se puede realizar lo absoluto sin participar en el baile de lo relativo. No se puede comprender el juego de lo relativo sin sumergirse en la resplandeciente quietud del absoluto". El mundo de las formas no se entenderá si no se tiene la vivencia del vacío, ni el vacío podrá descubrirse sin penetrar en el mundo de las formas.

La fijación exclusiva en el vacío conduce a una destructiva disolución estéril en la realidad indiferenciada, mientras que el aferramiento ciego a las formas aboca a una angustiada e ilusoria autolimitación sin salida. Para que la rueda del mundo gire resulta necesario tanto el centro inmóvil como la periferia danzante, tanto el reposo como la actividad, tanto el silencio de la vacuidad como el sonido de las formas. La realidad íntegra del huracán comprende, a la vez, la calma del ojo y el movimiento del aire a su alrededor, la quietud y el dinamismo en una unidad inseparable. Como se dice en un poema clásico del zen: "No mores en la confusión de las cosas externas, ni en la sensación de la vacuidad interna; permanece sereno en la unidad y esas perspectivas erróneas se desvanecerán". Sólo percibiendo la vacuidad y las formas simultáneamente, resulta posible fluir armoniosa y creativamente en ese luminoso ahora eterno en el que se unifican la atemporalidad y el tiempo.

Todas las formas proceden del vacío sin forma. Todos y cada uno de los seres del mundo son la manifestación de la única totalidad indiferenciada. Lo que es atemporal aparece en el tiempo como un

incesante nacer y morir. La vida es, así, una eterna pirueta entre la esencia inmutable y sus efímeras apariencias. Por eso, las existencias fenoménicas no tienen una realidad propia distinta de la vacuidad primordial, sino que son sólo su expresión contingente y mutable. El mundo de las formas no es algo aparte del vacío, sino una actividad del propio vacío en sí mismo. La forma no es sino el vacío, el vacío no es sino la forma. La iluminación es tan sólo el desvelamiento de esta evidencia, siempre presente, de que el mundo de las formas y la plenitud informe no son dos. El simple darse cuenta de que la forma aparente de las cosas mutables no es diferente de su inmutable vacuidad esencial.

La vivencia fundamental y unánime de las místicas no duales es este hallazgo de la vacuidad en y como todas las formas del universo. El mundo temporal de la realidad manifestada y el mundo atemporal de la realidad inmanifestada son uno y el mismo mundo. No es que haya una relación íntima entre ambos, sino que los dos son sólo uno. Las olas no *se relacionan* con el agua; las olas *son* agua. El "otro" mundo es "este" mundo vivenciado de la manera adecuada. Con la iluminación se descubre, así, que nuestra plenitud central es absolutamente distinta y absolutamente idéntica a sus limitadas manifestaciones. Que lo ordinario y lo extraordinario, lo natural y lo sobrenatural, son exactamente lo mismo. Que el mundo de la perfección no es nada diferente de nuestro trabajar y descansar, llorar y reír, nacer y morir.

La clave está en la vivencia simultánea de la nada y el todo, del continente vacío y el sinfín de formas que lo llenan. La verdadera naturaleza no es ni existencia ni no existencia, sino las dos a la vez. El espacio carece de cualidades y las formas las tienen todas, pero sin espacio no sería posible ver ninguna forma, y sin formas el espacio sería eternamente desconocido. La liberación está en la vacuidad, no en las formas, pero la vacuidad genera y comprende todo el flujo de imágenes del universo. Por eso, las tradiciones no duales nos invitan a vivir como el vacío abrazando toda forma, a descubrir nuestra identidad en esa apertura, diáfana y lúcida, en la que surgen espontáneamente, sin cesar, todos los mundos. Cada algo es, entonces, la gloria de la nada que lo sostiene, un cántico a la plenitud en la que vive, se mueve y existe.

Samsara es nirvana.

En el budismo se conoce como *nirvana* y *samsara* lo que, hasta aquí, hemos estado denominando vacío profundo y formas superficiales. El *nirvana* es, pues la realidad sin forma, no manifestada, no condicionada, no nacida, no perecedera, no cambiante. El lenguaje negativo con el que se le señala, hay que entenderlo como un rechazo a identificar esa realidad última con cualquiera de las cosas conocidas del ámbito relativo, pero en ningún caso hace referencia a un estado de negatividad o a una privación de realidad. Lo que se niega es su equiparación a una entidad limitada del mundo de la dualidad, y, de esta forma, se apunta hacia lo que está más allá de las apariencias fenoménicas, es decir, hacia una plenitud absoluta incomprendible para el conocer empírico. El *nirvana* "es aquella noble perla, que para el mundo parece nada, pero que para los hijos de la sabiduría es todo".

Nirvana es, en su significado definitivo, una afirmación que trasciende los opuestos de toda índole. La última dualidad a superar es, precisamente, la que divide el propio *nirvana* del *samsara*, del mundo de la contingencia y del devenir, del ámbito del nacimiento y de la muerte. La gran aportación de la escuela *mahayana* gira, fundamentalmente, en torno a esta sorprendente paradoja de la no dualidad del *nirvana* y el *samsara*, de lo inmutable y lo cambiante, del ser y el devenir. No hay *nirvana* salvo donde hay *samsara*; no hay *samsara* salvo donde hay *nirvana*. Las nociones de *samsara* y *nirvana* son interdependientes. La verdad suprema no está ni en uno ni en otro considerados aisladamente, sino en la unidad de ambos, que trasciende todos los opuestos. *Samsara* y *nirvana* son, así, dos dimensiones de la misma y única realidad integral, dos aspectos del uno-sin-segundo. Ambos deben ser, por tanto, aprehendidos conjuntamente.

Nuestra vida mundana es una actividad del *nirvana* mismo. No hay la más mínima separación ni distinción entre ellos. El *nirvana* no es algo de otro mundo, sino que existe en cada aquí y ahora de la vida cotidiana. No es otra cosa que la auténtica naturaleza no dual de este mundo cambiante de todos los días. No es más que el *samsara* "visto" en realidad, cuando, trascendida toda identificación con lo finito, se rasga el

velo de la ignorancia. El mismo mundo que se presenta a la mente no iluminada bajo la forma de *samsara*, aparece ante la mente despierta como *nirvana*. La liberación consiste, pues, simplemente, en adquirir conciencia de nuestra eterna condición real, no en conquistar una realidad ajena.

“¿Dónde está el mundo de lo no nacido y que no muere? Está justo aquí, en el mundo del nacimiento y de la muerte”. Alcanzar el *nirvana* no equivale a cruzar a otra orilla, sino a descubrir la realidad que carece de orillas. O, lo que es lo mismo, la otra orilla ha sido esta misma desde siempre. Por eso, el *nirvana* no es un estado que haya que lograr, porque desde el principio hemos estado en él. Conseguir el despertar no es, de hecho, conseguir nada, porque el *nirvana* está, invariablemente, aquí y ahora. Dado que el vacío no es un reino separado de las formas sino la mismidad de toda forma, el *nirvana* no puede ser encontrado aparte del mundo fenoménico. El *nirvana* no viene luego, ni está más allá del *samsara*, sino que, en palabras de un maestro zen, “esta misma tierra es el País del Loto, y este mismo cuerpo es el Cuerpo de Buda”.

El absoluto está en el mundo de lo relativo, no fuera de él. De ahí que en el budismo se considere profundamente erróneo buscar una salvación externa a este universo. El verdadero *nirvana* sólo puede desvelarse cuando nos liberamos no sólo de la identificación con el mundo de la impermanencia, sino incluso del propio *nirvana* entendido como mera trascendencia del universo contingente. Por eso, el hombre despierto que, a causa de su sabiduría, no se encasilla en el *samsara*, debido a su compasión por todos los seres, tampoco se atrinchera en un *nirvana* trascendente. El *nirvana* no es la meta. La verdadera meta es *nirvana-en-samsara* y *samsara-en-nirvana*, simultáneamente, de instante en instante.

Debemos encontrar la existencia perfecta por medio de la existencia imperfecta. Sin respetar, indagar y acoger el mundo de la confusión, difícilmente podremos descubrir el estado despierto de la mente. Porque el *samsara* es la propia forma del *nirvana*, y, por tanto, el único medio para desvelarlo. Pero, como luego veremos, mientras estemos identificados con alguna forma particular, y, desde ahí, deseemos o rechacemos lo que nos parece ajeno a nosotros, seguiremos negando la realidad integral y oscureciendo, lamentablemente, la gozosa y eterna autoevidencia. Si tuviéramos un momento de perfecta autenticidad, veríamos al instante que *samsara* y *nirvana* son una misma cosa.

Divinidad, Dios, mundo.

Acabamos de exponer el meollo del mensaje característico de las tradiciones no dualistas: los ámbitos superficial y profundo de la realidad no son dos, los mundos diferenciado e indiferenciado son un solo mundo, las realidades nouménica y fenoménica constituyen una misma y única realidad. Desde la vivencia iluminada, esta aparente paradoja se revela como evidencia absoluta, pero desde el punto de vista racional resulta difícilmente concebible. La clave que nos puede ayudar a entrever la forma de integración de estos dos mundos a primera vista dispares, está en el núcleo arquetípico del que hemos hablado anteriormente. Nos encontramos, así, con tres ámbitos básicos de la realidad: el vacío indiferenciado o identidad fundamental, el arquetipo trinitario o imagen dinámica de lo indiferenciado, y el universo fenoménico o reflejo holográfico -macro y microcósmico- del arquetipo. Todas las grandes tradiciones espirituales hacen referencia a estas tres facetas aparentes en sus descripciones de la realidad integral. A continuación vamos a apuntar algunas de ellas. Para hacerlo, utilizaremos sus respectivas terminologías, pues, aunque esto pueda complicar un poco la lectura al lector no iniciado, creemos que merece la pena enfocarlo de este modo, dado que los paralelismos que se muestran resultan muy sugerentes.

En la tradición cristiana, y fundamentalmente a través de la mística renana, se establece una clara diferenciación entre la Divinidad y Dios, en un sentido muy similar al que aquí hemos apuntado entre el inmutable vacío profundo y el dinámico arquetipo trinitario. Se designa como Divinidad al puro uno absoluto, al indiviso origen de todo, al inefable abismo donde se disuelve toda distinción. Se dice que es un desierto silente, una esencia abismal, un mar sin lindes, una nada superexistente. Tan pobre, desnuda y vacía como si no fuera. Tan simple y elemental que no es posible decir nada de ella. Esta Divinidad, o unidad simplicísima, es el fundamento último del Dios trinitario, la base común de las tres personas

divinas, “previa” -según el modo humano de pensar- a sus relaciones, a su distinción y a su actividad creadora. Se afirma: “La unidad tiene su actualidad en la Trinidad y la Trinidad su potencia en la unidad”. Dios, o la Trinidad, es, así, el primer efluviio de esa esencia divina, en el que las cosas aún no están separadas. Esta Trinidad está obrando siempre en un perpetuo “ahora”, y su obrar consiste en un constante engendramiento del Hijo, instante tras instante. Dios se genera a sí mismo, de sí mismo, en sí mismo, y de este continuo nacimiento provienen todas las cosas, siempre nuevas y frescas, en un presente eterno. “¿No son una misma cosa Dios y la Divinidad? Sí, la misma; pero la Divinidad no engendra ni obra, sino que quien engendra y obra es Dios”. Aunque Dios y Divinidad representen dos aspectos tan diferentes como la actividad y la inactividad, es preciso ver plenamente armonizadas en la mente humana esas dos formulaciones de la esencialidad divina y la diferenciación trinitaria, pues, en último término, la unidad es la diferenciación y la diferenciación es la unidad.

En la filosofía hindú, de igual modo, el absoluto *brahman* también muestra un doble aspecto: como *nirguna* constituye la faceta informe, inmanifestada, inmutable, sin atributos diferenciados y desimplicada del universo, y como *saguna* representa la faceta con forma, manifestada, cambiante, con cualidades diferenciadas e implicada en el mundo del devenir. *Brahman nirguna* es, así, el puro e indefinible ser, el principio supremo e impersonal, el silencio “anterior” al gesto creador. *Brahman saguna* es, por su parte, el primer sonido de la manifestación que encierra en sí la vida universal, la primera limitación aparente del principio supremo, la persona divina o *Ishvara* -que como en el cristianismo también se expresa trinitariamente-, creadora, sostenedora y destructora del mundo fenoménico de los nombres y las formas. En *brahman nirguna* todas las diferencias entre sujeto y objeto quedan trascendidas en una vivencia de unidad, mientras que en *brahman saguna* esas diferencias entre sujeto y objeto se integran en una bi-unidad sostenida dinámicamente por la fuerza del amor. *Nirguna* y *saguna* no son dos realidades independientes, una inmóvil, la otra móvil, sino una sola realidad que posee la pasividad y la actividad simultáneamente. Como se dice en el yoga integral, el *brahman* silencioso y el activo no son diferentes, opuestas o irreconciliables entidades, una negando, la otra afirmando una ilusión cósmica; son un solo *brahman* en dos aspectos, positivo y negativo, y cada uno es necesario para el otro. *Saguna*, privado de su substrato, no podría existir. *Nirguna*, sin su manifestación, quedaría confinado en lo incognoscible. La palabra expresa y despliega lo que está autocontenido en el silencio.

Según la doctrina budista del *Trikaya*, Buda también posee tres cuerpos: 1) El *Dharmakaya*, o cuerpo-esencia, es el fundamento impersonal e inmutable en el que todos los seres son uno, la dimensión absoluta de la verdad vacía y sin atributos en la que jamás ha entrado la ignorancia; es similar al *brahman nirguna*, atemporal e incondicionado. 2) El *Sambhogakaya*, la manifestación celestial, la dimensión del gozo total o cuerpo de la beatitud, representa el aspecto dinámico, el resplandor intrínseco de la luz, la energía emergente más allá del espacio y del tiempo; es similar al *brahman saguna* o *Ishvara*. 3) El *Nirmanakaya*, la emanación, transformación o proyección del anterior, es la esfera de la cristalización en la forma, la manifestación visible y tangible en el mundo fenoménico. Estos tres cuerpos se encuentran integrados como el definitivo *Svabhavikakaya*, en el que todos ellos, manteniéndose perfectamente diferenciados, son uno sólo. Esta triple realidad que acabamos de describir “objetivamente”, puede ser abordada igualmente de forma “subjetiva”. Así, según la tradición *dzogchen*, nuestra condición originaria de total plenitud y perfección tiene esos tres mismos aspectos: 1) La “esencia” intemporal, vacía como el cielo, se descubre como una apertura o espaciosidad libre de toda forma, que permite a la conciencia albergar cualquier contenido. 2) La “naturaleza”, luminosa y radiante, es el estado de ininterrumpida claridad que sostiene todas las actividades mentales. 3) La “energía”, compasiva y sin obstrucciones, es la cualidad que posee la mente de manifestarse dinámicamente en las innumerables experiencias particulares. Estas tres facetas, interpenetrándose recíprocamente, están presentes como una dentro de la *rigpa* o conciencia primordial.

Siempre se repite el mismo esquema. El abismo vacío se refleja en su imagen primordial, que, a su vez, se refleja en el mundo de las dualidades. Arriba, el uno eternamente estable e inmutable; abajo, los muchos eternamente cambiantes; en el medio, el arquetipo bi-uno, la sede de las trinitades, el punto de partida de toda diferenciación. Este término intermedio, principio y fin de toda manifestación, es capaz de descubrir

en el uno sus riquezas ocultas, y de manifestarlas en los muchos sin perderse en sus diferenciaciones. El presente eterno del arquetipo proporciona, así, la clave para la integración de la atemporalidad del vacío profundo y el tiempo de sus formas superficiales. Veámoslo detenidamente.

El tiempo, el instante y la atemporalidad.

La teoría de la relatividad ha dejado claro que las duraciones de los procesos del mundo fenoménico no son valores absolutos, sino que dependen del sistema de referencia desde el que se tomen las medidas. Cuanto mayor sea la velocidad con que se mueva el observador, más se irán abreviando esas duraciones, y, en el caso de alcanzar la velocidad de la luz, las duraciones se anularían. Es decir, el *mismo* proceso que para un observador podría durar millones de años, para otro que se desplazara con la luz, sería instantáneo.

La perspectiva temporal de cada uno de los tres ámbitos de la realidad señalados -lo indiferenciado, el arquetipo y el universo- será, lógicamente, diferente.

El tiempo es la medida del cambio. En lo indiferenciado, como hemos visto, no hay "cosas", y, de ese modo, no existe posibilidad de cambio ni de tiempo. No hay, ahí, por tanto, nacimiento ni muerte. Lo indiferenciado es, pues, inmutable y atemporal.

En el arquetipo, en la imagen bi-una de lo indiferenciado, aparece la polarización dinámica de la energía y la conciencia dentro de la unidad global, es decir, sin separación ni distancia entre ellas. Podríamos hablar, entonces, de un presente sin tiempo, de un "ahora que permanece", o, si se prefiere, de un nacer y morir instantáneo y eterno. Nacer significa no tener pasado, y morir representa no tener futuro. Afirmar que el arquetipo nace y muere en cada instante, sugiere, pues, la vivencia de un presente eterno, sin antes ni después, porque el tiempo es, de hecho, el hijo ilusorio de ese instante, su despliegue o desglose aparente. Por eso, podemos decir que, en verdad, sólo existe un único y eterno ahora que contiene la totalidad del tiempo y es matriz de toda la realidad temporal.

En el universo, en el reflejo múltiple y limitado del arquetipo, ese ahora eterno se proyecta e identifica con sucesivos aspectos parciales de sí mismo, es decir, con unos fugaces "ahoras que pasan". Y las memorias de horas pasados y las expectativas de horas futuros crean la ilusión del tiempo. El nacimiento y la muerte, que en el arquetipo eran simultáneos y eternos, quedan, así, aparentemente separados por una duración temporal. Pero el hecho obvio es que tanto las memorias como las expectativas son experiencias que pertenecen, exclusivamente, al presente, y, por tanto, el tiempo es tan sólo una forma engañosa de interpretar la expresión relativa de la permanente eternidad.

Se ha comparado el presente eterno con una antorcha encendida en la noche, y el tiempo con una trayectoria circular, aparentemente continua, dibujada por esa tea luminosa. La solidez de ese círculo de fuego es tan sólo producto de nuestra memoria, una percepción ilusoria de los hechos. La realidad es sólo un único punto de luz cambiando de posición de instante en instante. La continuidad de las supuestas trayectorias temporales es meramente imaginaria. Cada momento es independiente del anterior y del siguiente, pues brota espontáneamente desde y hacia la fuente plena del presente eterno. Es decir, el origen y el fin del tiempo se encuentran en lo más íntimo de cada instante temporal. Podríamos afirmar, así, que cualquier momento es la plenitud del tiempo, ya que no es sino una manifestación radiante de la omniabarcante atemporalidad.

En cada instante, el omnipresente ahora eterno del arquetipo se colapsa en un limitado ahora fugaz del universo. En cada instante, la eternidad se manifiesta en el tiempo, entrando por la base energética -alfa- de la escalera evolutiva, focalizándose en un nivel determinado, y retornando a sí misma por la cumbre consciente -omega- de esa escalera. (Recordemos las Figs. 3-A y 3-B). Progresivamente, el nivel de focalización de ese ahora reflejado va alcanzando peldaños más y más elevados, actualizando más y más

ámbitos del mundo simultáneamente, para, en el límite, unificar en un instante el espectro total de la gran cadena del Ser, el nacimiento y la muerte en un ahora eterno, deshaciendo, así, el engaño del tiempo.

Repetimos: cada ahora de nuestro universo -este mismo instante en el que estás leyendo esta frase- abarca la totalidad del tiempo. No es un instante distinto del anterior o del siguiente, ni forma con ellos una línea temporal continua, sino que, lejos de eso, todos son un mismo y único presente eterno, como la antorcha de la anterior analogía, identificado sucesivamente con diferentes aspectos de sí mismo. Cada ahora del tiempo es una manifestación fugaz de la única e inmutable eternidad.

Sobre el origen.

Según los antiguos relatos de la creación, la realidad original es un vacío informe, una matriz oscura, un abismo profundo. "Vacío, quietud, serena placidez, indiferencia, calma, silencio, inacción, son el origen de los diez mil seres". El origen es lo no dual, lo infinito, lo ilimitado, lo indiviso, lo indefinido, lo indeterminado. El origen está allí donde nada existe, donde los opuestos coinciden, donde los contrarios son idénticos. Es un ámbito immaculado, infinitamente simétrico, que se basta a sí mismo, anterior a cualquier tipo de separación o distinción imaginable. Como un cielo despejado y diáfano, transparente y abierto, sin circunferencia ni centro. Pero no es un vacío estéril, sino un vacío del que pueden surgir todas las cosas, una matriz que abriga potencialmente el universo entero. Es lo que no existe, pero que hace existir todos los mundos.

Según la ciencia, el universo posee dos clases de energía: la energía positiva de la masa, y la energía potencial negativa de la gravedad que tiene unida a esa masa. El término negativo anula al positivo, y el conjunto tiene energía cero. El hecho de que el universo surja del vacío no está, pues, en contradicción con las leyes de la naturaleza. En la situación inicial del proceso no habría, así, más que un vacío inefable, un océano sin límites espaciales ni temporales, carente de distinciones y dualidades. El origen podría entenderse, entonces, como una fluctuación espontánea en ese vacío que despliega su potencialidad infinita en y como todas las formas del mundo fenoménico.

"En el principio creó Dios el cielo y la tierra", la conciencia y la energía, el interior y el exterior, el sujeto y el objeto. En el uno surge la díada. El origen es, así, una polarización interna en la vacuidad sin límites, no la obra externa de un creador ajeno. Todo el universo manifestado comienza su existencia cuando aparece esa primera distinción en la plenitud vacía, infinita e indiferenciada. Evidentemente, no cabe pensar en una realidad temporal "previa" al comienzo del tiempo, sino más bien en una realidad sin cambios, y por tanto sin tiempo, que está inmutablemente presente tanto en el origen, como en cualquier otro instante del devenir. Con el acto inicial de creación, con el surgimiento de la aparente separación originaria en el fundamento vacío, comienza un proceso imparable de reflejos duales, en planos sucesivos, que da lugar a todo el despliegue del universo fenoménico. Con todo, en medio de este juego de polarizaciones en cadena, la vacuidad primordial permanece eternamente diáfana, plena e indivisa, sin escisiones internas ni creaciones externas, acogiendo en sí misma, ecuánimemente, todo el despliegue de sus espontáneos autorreflejos.

El diagrama chino del *yin-yang* ilustra con claridad esta dinámica polar en el seno de la matriz indiferenciada primordial (*T'ai Chi*), que genera todo el proceso del devenir cósmico. Hacen falta dos para que algo suceda. Un campo magnético no puede existir si no contiene simultáneamente los polos positivo y negativo. Si el ser único no se polariza en opuestos, no es posible el surgimiento del mundo de la pluralidad. Mientras las dualidades están fusionadas en su matriz, todo se reduce a un puro abismo informe e infinito, pero tras el gesto primordial de dualización, se crea una distancia ilusoria entre los aspectos polares de energía y conciencia, y comienza, entonces, un creativo juego de relaciones entre estos antagonistas interactuantes. En el abismo vacío y pleno aparece, así, un potencial activo capaz de generar los niveles de orden progresivamente complejos que se observan en el universo evolutivo. Todas las existencias fenoménicas, recorriendo las innumerables trayectorias temporales que conectan ambos

polos, tratan de reflejar en el mundo aparente de las dualidades la no dualidad originaria, desarrollando para ello, paulatinamente, organismos capaces de integrar de forma simultánea ambas facetas antagonistas.

Según el esquema que hemos planteado anteriormente, la dualidad originaria mantiene una indisoluble unidad dinámica entre ambos polos. Recordemos, en este sentido, el arquetipo primordial, el Dios trinitario, el *brahman saguna*, el creador *Ishvara*, el sonido fundamental Aum, la energía-conciencia bi-una. Este arquetipo originario, que es un campo unificado de potencialidad infinita, al proyectarse e identificarse con cada rincón de sí mismo, a lo largo de la distancia aparente que separa ambos polos, se focaliza o colapsa en diferentes equilibrios finitos de esas facetas polares. Comenzando siempre por los niveles más básicos de energía muy densa y conciencia muy leve, todas las trayectorias temporales van ascendiendo hacia cotas más elevadas, en las que las proporciones se invierten. Se van integrando, así, gamas progresivamente más amplias del espectro de la realidad, en ese intento imposible de la plenitud vacía de contemplar su rostro invisible a través de las formas fenoménicas.

En cualquier caso, todas esas formas finitas que parten de la base energética del espectro, están orientadas, inexorablemente, hacia la cumbre de conciencia. Insistimos: ninguna corriente comienza a fluir por un cable sin la existencia simultánea de los dos polos antagonistas. No habría polo de salida si no hubiera polo de llegada. No es posible un exterior sin interior, ni un objeto sin sujeto. La emergencia de la conciencia en el proceso evolutivo no es producto de un azar casi imposible, sino la expresión paulatina, natural y espontánea, de ese arquetipo bi-uno, eternamente presente, en el que las dualidades están plenamente unificadas.

En muchas culturas mitológicas se repite, en una u otra forma, la afirmación de que el mundo surge del desmembramiento sacrificial de un ser divino, de la fragmentación de una unidad primordial, y concluye con el retorno al origen, al paraíso donde todo estaba unificado en el principio. Del uno surgen los muchos, a través de un movimiento de separación por pares en esa realidad indiferenciada originaria, y los muchos se resuelven en el uno, pues allí donde nacen las cosas, allí perecen. La realidad informe del origen se encuentra igualmente al final del trayecto, para que el círculo ruede eternamente, renovando las energías a cada vuelta en su fuente inagotable.

Quisiéramos remarcar, aquí, este doble papel de la plenitud vacía primordial, como origen y como meta de todos los procesos del mundo. Y lo hacemos porque, en ocasiones, algunas tradiciones parecen plantear como objetivo final del viaje espiritual una simple fusión con lo indiferenciado, olvidando que esa matriz vacía no sólo es el destino que unifica todo lo aparentemente disperso, sino también la fuente que genera todo el proceso creativo de diferenciación fenoménica. Si la faceta indiferenciada hubiera sido la realidad completa, nunca habría surgido el universo. Por tanto, conviene no dejar de lado esta faceta creativa del vacío porque, sin duda, manifiesta una tendencia intrínseca básica de la realidad integral.

En el fundamento bi-uno primordial, el origen y el fin, el alfa y la omega, están dinámicamente unificados en un presente eterno. La salida y la meta de todas las aparentes trayectorias temporales del universo fenoménico, son simultáneas en ese centro trinitario que engendra, sostiene y disuelve todos los seres de instante en instante. Los polos opuestos de la escalera evolutiva, es decir, la energía creadora de la base y la conciencia pura de la cumbre son una sola realidad no dual en ese arquetipo originario. Por este motivo, paradójicamente, el retorno al origen se alcanza alejándose de él, pues, en último término, se trata de descubrir la unidad de ambos extremos temporales en la vivencia íntima de cada instante del camino.

Según hemos planteado anteriormente, cada ahora del tiempo no es sino un reflejo limitado del único presente eterno, pleno e inmutable, del arquetipo originario. Esta realidad primordial no es, por tanto, tan sólo el alfa y la omega de todas las trayectorias temporales, sino la mismidad de cada uno de los momentos fugaces que constituyen esos procesos. Esa base bi-una, siempre presente en cada instante del tiempo, es, de hecho, la única realidad de todo el creativo juego de apariencias duales que forman el universo. Como afirman las tradiciones espirituales, todo fue creado por, en y para el arquetipo primordial. Él es el principio, el medio y el fin de todos los seres, pues, en verdad, todo sucede en ese instante

atemporal que es, a la vez, origen eterno y fin perpetuo de su manifestación cósmica. El origen y el fin son ahora. Y ahora. Y ahora.

Un dinamismo integral.

Una placa holográfica, tal como hemos comentado anteriormente, almacena toda la información en cada una de sus partes, de modo que, si se rompe, cualquiera de sus fragmentos contiene íntegra la imagen original. Aunque la metáfora holográfica parece muy sugerente para aplicarla a nuestro universo, lo cierto es que resulta demasiado estática para describir una realidad permanentemente cambiante y creativa. Por eso, en su lugar, se ha propuesto una versión dinámica con el nombre de "holomovimiento".

Se plantea la existencia, a nivel muy profundo, de un orden intrínseco o "implicado" que, más allá del espacio y del tiempo, envuelve la totalidad de la red cósmica de relaciones. Este orden implicado total se proyecta a cada instante en todos los rincones del orden manifiesto o "explicado", que, a su vez, se introyecta de nuevo, a cada instante, en el orden intrínseco. Este "holomovimiento", o continuo despliegue y repliegue entre el orden implicado y el orden explicado, constituye el fenómeno dinámico básico en el que flotan todos los sucesos del universo manifestado. La realidad está, así, constantemente desenvolviéndose y envolviéndose a un ritmo tal que aparenta estable y uniforme, pero, en verdad, no existe ninguna estructura realmente permanente ni duradera en este flujo sin divisiones ni fragmentaciones de la totalidad. Todos los organismos del mundo no son sino meros remolinos fugaces en esta corriente interminable, puros patrones de movimiento sin ninguna substancia constante o irreductible. No hay, pues, "cosas" en el universo, sino tan sólo formas relativamente estables en esta dinámica circular entre los dos órdenes de la realidad. Y dado que la totalidad del tiempo está implícita en el orden intrínseco, en lo más recóndito de cada instante se encuentra plegada esa totalidad temporal, y, por tanto, se contiene la información íntegra de todo. Cada suceso del universo es, así, una expresión particular del uno-en-todo que enriquece su manifestación, de instante en instante, en este flujo circular de creatividad sin fin.

Muchas tradiciones espirituales, en plena sintonía con este enfoque, afirman que la vida es un eterno romance entre lo infinito y lo finito, una danza permanente entre el fundamento único e informe y sus innumerables reflejos formales, a través de la cual la vacuidad trata de desvelar su rostro original en el mundo de las apariencias. A cada momento, la realidad profunda se despliega en sus manifestaciones superficiales, y, en ese mismo instante, todo retorna a la base inmanifestada. La existencia es, de esta forma, un permanente surgir y disolverse, salir y regresar, nacer y morir. Todo oscila incesantemente desde y hacia la plenitud vacía en un torbellino inagotable, sumergiéndose sin cesar en el abismo infinito y sin cesar retornando al mundo de las formas. La realidad suprema comprende y unifica ambos movimientos permaneciendo inmutable eternamente.

Según nuestra propuesta, existe un movimiento de similares características entre el arquetipo bi-uno, más allá del espacio y del tiempo, y su manifestación relativa, en cada aquí y ahora del mundo fenoménico. Como hemos visto, la energía-conciencia unificada y plena del arquetipo, se proyecta evolutivamente, en formas finitas, a lo largo de los sucesivos niveles de equilibrio en los que se estabiliza el flujo creado por la separación aparente entre ambos polos.

La realidad plena del origen, a cada momento, se refleja e identifica en cada rincón del universo relativo, y retorna, en ese mismo instante, a su plenitud primordial. Comenzando por los niveles fundamentalmente energéticos de la base, el proceso circular de salida y retorno entre el arquetipo y su manifestación parcial, va elevando el plano de focalización a cada vuelta, hacia cotas más elevadas del espectro, con superiores grados de conciencia. En los momentos originales la diferenciación es aún escasa y, por tanto, las relaciones son muy simples, pero, poco a poco, la manifestación va alcanzando alturas crecientes de profundidad y complejidad. Estructuras más complejas de energía permiten aflorar mayores niveles de conciencia, y, recíprocamente, superiores cotas de lucidez fomentan mayor riqueza de relaciones entre formas.

La realidad original es siempre la misma, la unidad polar de energía creadora y conciencia pura, pero su imagen reflejada depende de la capacidad de sintonía y expresión de la forma concreta a través de la cual se manifiesta. Como hemos expuesto anteriormente, cada instante, cada escalón, cada envoltura, cada vida en conjunto, reproducen, según su grado de aptitud, el mismo y único arquetipo bi-uno. Cada nueva perspectiva recapitula todos los pasos anteriores, se integra con ellos, y el conjunto, más rico y complejo en estructuras y relaciones, permite actualizar, reflejar y vivenciar en el mundo fenoménico gamas progresivamente más amplias del fundamento no dual. De este modo, a través de ese creativo juego circular entre el arquetipo infinito y sus finitos reflejos, se van desplegando evolutivamente organismos capaces de desvelar, cada vez de forma más diáfana, el gran secreto del universo: la unidad intrínseca de los polos aparentemente opuestos. La energía creadora del origen es la misma conciencia pura de la cumbre. La meta que pretendemos alcanzar es idéntica a la fuente de donde procedemos.

La dinámica global de despliegue puede esquematizarse como un movimiento espiral en el que todas las vueltas, partiendo de un foco común, van ampliando sucesivamente la capacidad de su abrazo, dilatando más y más el margen de la ambivalencia entre energía y conciencia. Paradójicamente, cada giro, cuanto más se aleja, más diáfana refleja la integridad de su fuente. Cuanto más distante y elevado es el punto de focalización de la salida, más profunda resulta la lucidez de su retorno. El flujo universal se muestra, así, como un dinamismo "retroprogresivo" que avanza simultáneamente hacia el futuro y hacia el origen. La marcha de los procesos hacia su final, los conduce, sorprendentemente, hacia su fuente. El dinamismo evolutivo hacia la complejidad creciente, se aleja, por tanto, del origen en la misma medida que se aproxima a él.

Fundamentalmente, en la tradición occidental el tiempo se concibe como lineal y en constante progreso, mientras que en otras culturas se interpreta, más bien, como cíclico y en recurrente retorno. La realidad, sin embargo, comienza a presentarse como una combinación de ambos movimientos, rectilíneo y circular, en una fascinante espiral generadora de novedades sin término. La causa que hace posible esta simultaneidad de alejamiento y retorno, de fragmentación y unificación, es la condición bi-una de ese arquetipo primordial en el que los polos antagonistas de energía y conciencia están unificados. Es este carácter no dual del origen, lo que le convierte en fuente perpetua de creatividad y motor inagotable del universo evolutivo, pues ninguna estructura fenoménica podrá jamás albergar toda su riqueza infinita de forma simultánea.

SEGUNDA PARTE: ¿QUIÉN SOY YO?

A. ACERCA DE NADIE.

En la primera parte de este ensayo hemos planteado un esquema dinámico de la realidad integral, una doble espiral centrífuga y centrípeta que, partiendo de un polo original de energía creadora, recorre todo el espectro de la gran cadena del Ser, y aboca a un polo final de conciencia pura, que, paradójicamente, según nuestra perspectiva no dual, resulta ser idéntico a su antagonista originario. A continuación, en los próximos apartados, vamos a aplicar este enfoque dinámico y no dual al ámbito humano, intentando dar una respuesta al misterio de nuestra identidad última. Descubriremos que, según nuestra perspectiva, la habitual sensación que tenemos los humanos de ser entidades separadas es una mera ilusión. Finalmente, comprobaremos que esta sorprendente conclusión sintoniza de forma clara con el punto de vista de muchas de las grandes tradiciones espirituales.

Una apariencia de objetos y sujetos.

Como hemos expuesto anteriormente, la plenitud vacía no puede salir fuera de sí misma para contemplarse desde el exterior, porque no hay nada más allá de ella. Si quiere verse de algún modo, no tiene más remedio, por tanto, que autolimitarse, al menos aparentemente, identificándose con aspectos parciales de sí misma, y, desde esas perspectivas finitas, observar el juego de sus relaciones con el entorno. Un entorno que, de hecho, no es sino un conjunto de facetas objetivadas de sí misma. La progresiva complejización de esta trama de interacciones entre los organismos y su medio, irá desvelando, paso a paso, la infinita potencialidad de la realidad originaria.

Según se afirma en la filosofía *advaita*: “La dualidad que consiste en un sujeto que conoce y un objeto conocido no es más que una producción de la mente”. El conocimiento dualista, que parte de esta dicotomía ilusoria entre el conocedor y lo conocido, sólo es capaz de acceder a unas verdades relativas que, si bien manifiestan en alguna medida la realidad incognoscible del origen, de igual modo la ocultan con esas artificiosas fragmentaciones sucesivas que crean dos mundos donde sólo hay uno. Porque la realidad última, en definitiva, no es ni sujeto ni objeto, ni tampoco una relación entre ambos, sino la unidad o la identidad que subyace y trasciende tanto a uno como a otro. El gran hallazgo de las místicas no duales es, precisamente, esta vivencia no relativa en la que el sujeto y el objeto, el contemplador y lo contemplado, se trascienden y unifican.

La vacuidad primordial, que, como decimos, está más allá de todo dualismo de sujeto y objeto, en su manifestación fenoménica necesita dividirse, ilusoriamente, de forma multitudinaria según esas dos facetas antagonistas, para contemplarse a sí misma desde un sinfín de puntos de vista. El vacío infinito se refleja, así, en cada rincón de sí mismo, e, identificado con esos aspectos parciales y finitos, aparenta convertirse en una muchedumbre de sujetos enfrentados a un mundo de objetos exteriores y ajenos. Esta ficticia fragmentación de la realidad indivisible es el precio que tiene que pagar para manifestar su inagotable riqueza.

El mundo se percibe como una realidad objetiva cuando el ojo que lo mira se considera a sí mismo como un sujeto separado. Según sea la complejidad y profundidad de este sujeto o individuo observador, así será la complejidad y profundidad del objeto o mundo observado. La naturaleza de lo contemplado siempre está, pues, en el mismo plano del contemplador. La realidad última es, en todos los casos, la misma, la plenitud inefable, pero hay un sinfín de maneras de percibirla, dependiendo de las características de la estructura a través de la cual se realiza la indagación. Por esta razón, todo conocimiento “objetivo” de la realidad es intrínseca e invariablemente “subjetivo” al mismo tiempo.

Dice un clásico poema zen: "Las cosas son objetos debido al sujeto, y la mente es tal debida a las cosas. Entiende la relatividad de ambos, así como la realidad básica: la unidad del vacío. En este vacío son indistinguibles". Sujeto y objeto están inextricablemente interrelacionados entre sí. Cualquiera de ellos no tiene sentido sin el otro. Son aspectos distinguibles en el mundo relativo, pero resultan intrínsecamente inseparables en lo absoluto. El yo y lo otro, el individuo y el mundo, constituyen los polos aparentes de una misma y única realidad no dual. Si no fuera por el observador, el universo fenoménico no existiría, y, recíprocamente, si no fuera por el universo, no sería posible tampoco el observador. No hay objeto si no es con respecto a un sujeto que lo percibe, y no hay sujeto si no es en relación a un entorno objetivo que le permite reconocerse. El organismo y el entorno se crean mutuamente y, por tanto, son constitutivos el uno del otro.

Aunque la realidad es, como decimos, invariablemente no dual, la identificación exclusiva con el aspecto de sujeto, establece una peligrosa disociación ilusoria allí donde sólo existe una mera diferencia polar. La vida parece escindirse, entonces, entre el yo y el no-yo, y el sujeto cognoscente concibe su fantasmagórica seudoentidad como si tuviera una existencia propia, independiente y aparte de todo lo demás, y, desde ella se imagina actuar libremente sobre un universo ajeno. Olvida que, en última instancia, jamás existe la más mínima separación entre el sujeto y el objeto en la inmediata lucidez del momento presente.

Nos encontramos, pues, básicamente, con dos ámbitos diferenciados de la realidad: por un lado, un fundamento no dual, incognoscible e inmanifestado, y, por otro, una manifestación multitudinaria de sujetos enfrentados a un mundo de objetos ajenos. Según nuestro planteamiento, el fundamento vacío es la identidad real de todos y cada uno de esos supuestos sujetos autónomos que pueblan el universo fenoménico. Un único Yo real que se refleja en un sinfín de yoes aparentes. Si esto es así, podría entrecerse que, al igual que todos los puntos diferenciados de la superficie de una esfera, si se deslizan a lo largo de sus radios correspondientes, se encuentran en el centro en una unidad indiferenciada, así todos los individuos aparentemente independientes del mundo manifestado, pueden descubrir en el fondo más íntimo de sí mismos su identidad común. Luego volveremos sobre esto.

La vivencia de esa identidad común desvela, de forma inequívoca, la realidad no dual previa al desdoblamiento aparente entre sujeto y objeto. Pero cuando se intenta describir esta vivencia no dual desde el lenguaje dualista, parece que sólo cabe hacerlo negando torpemente uno de ambos polos. Así es como, por ejemplo, el budismo primitivo, con su doctrina del *anatman*, decide negar el sujeto disolviéndolo en el objeto, o como, por el contrario, el *vedanta* hindú opta por negar el objeto disolviéndolo en el sujeto. En cualquier caso, resulta evidente que, a pesar de esta radical oposición entre sus planteamientos, tanto unos como otros no intentan otra cosa que expresar su inefable experiencia de la no diferenciación última entre la conciencia interior y el mundo exterior. Porque, en verdad, aunque le resulte incomprensible a la mente dual, sujeto y objeto nunca han sido dos.

El Sí mismo infinito y el yo fenoménico.

En la primera parte de este ensayo hemos desarrollado una propuesta global sobre la realidad en su conjunto, y a continuación vamos a tratar de aplicarla al caso concreto de las existencias individuales, y, específicamente, de los seres humanos. Para ello, recordemos de entrada, brevemente, el esquema que hemos expuesto en apartados anteriores.

Partimos de un inmutable fundamento vacío, al que denominamos, metafóricamente, como oquedad originaria, substrato informe, nada eterna, vacuidad infinita. Este abismo indiferenciado se polariza en una imagen primordial bajo los aspectos antagonistas de exterior, o energía, e interior, o conciencia. Se determina, así, desde el mismo instante original, todo el espectro de proporciones relativas posibles entre esas dos polaridades básicas, toda la infinita gama de armónicos del sonido primordial, la jerarquía

completa de la gran cadena del Ser. Son las llamadas estructuras profundas, o formas arquetípicas vacías de contenido, que definen las características esenciales de todos los planos de la realidad. Estas formas eternas se manifestarán temporalmente a través de las denominadas estructuras superficiales, que concretan su contenido en función de las posibilidades de su situación específica.

Hemos llamado arquetipo bi-uno al dinamismo circular, instantáneo y eterno, entre las dos facetas polares, que abarca, por tanto, la serie completa de estructuras profundas. Este arquetipo se autoproyecta en sí mismo, de instante en instante, a lo largo de toda la distancia ilusoria que separa sus dos polos, generando, de este modo, una aparente trayectoria temporal y manifestándose, así, en y como todo el universo evolutivo. Conviene aclarar que, aunque hablamos de trayectorias temporales, la única realidad es, verdaderamente, la plenitud del presente eterno del arquetipo reflejándose, o colapsándose, en sucesivos presentes finitos y fugaces que integran, aquí y ahora, memorias y expectativas.

En el fundamento vacío la energía y la conciencia aún no se han diferenciado; en el arquetipo originario se encuentran unificadas y, ambas, en su plenitud infinita; en el universo fenoménico aparecen en una gama de innumerables equilibrios finitos, desde la base, fundamentalmente energética, hasta la cumbre, fundamentalmente consciente. Recordemos que el flujo unitario de energía-conciencia del origen, al proyectarse en el universo finito, se desmenuza y estabiliza, como las ondas estacionarias o los armónicos musicales, en un sinfín de niveles o peldaños discretos que delimitan el panorama de posibilidades del mundo manifestado, desde uno a otro polo.

Como hemos visto al comentar las Figs. 3, los flujos de energía-conciencia se orientan hacia un determinado nivel del espectro de la gran cadena del Ser, que, en cada caso, actúa como sonido fundamental o pauta global de toda la trayectoria y, de este modo, marca el ritmo de despliegue y repliegue del proceso total. Así, en el momento inicial, la plenitud originaria estalla en una infinidad de reflejos, macro y microcósmicos, orientados, al principio, hacia la zona más baja de la escalera evolutiva. Progresivamente, el plano de focalización de estos reflejos va alcanzando cotas más elevadas, a medida que los peldaños anteriores van siendo desplegados e integrados armónicamente. De esta forma, toda la muchedumbre de trayectorias virtuales que conectan los polos arquetípicos van actualizando, evolutivamente, el potencial infinito del origen.

Según este esquema, la energía-conciencia plena del origen, con el fundamento vacío como fondo, es la identidad real de todas las aparentes trayectorias temporales, individuales o colectivas, que intentan conectar "exteriormente" esos polos de energía y conciencia, si bien, de hecho, ya están intrínsecamente unificados desde siempre. Aunque luego hagamos algunas matizaciones, en principio podemos decir, pues, que lo que hasta ahora hemos venido denominando arquetipo bi-uno, junto con la vacuidad plena en la que se sustenta, no es sino el mismo, único y eterno Sí mismo de todas esas individualidades y colectividades reflejadas que pueblan y constituyen el universo fenoménico.

Toda la filosofía perenne pone un gran énfasis en esta aparente doble naturaleza del ser humano, que oscila entre el Yo eterno y el ego temporal, entre el Sí mismo profundo y el yo de superficie. Nuestro verdadero Yo ilimitado, al proyectarse a través de una estructura determinada de energía y conciencia, se confina en los límites de esa estructura y asume el papel de un yo finito y separado. La visión errónea producida por esta oscurecedora identificación del yo, que en cuanto infinito es uno con todo pero en cuanto finito se enfrenta a un universo ajeno, constituye el drama central de la existencia humana. Por eso, todas las tradiciones espirituales invitan a investigar vivencialmente sobre la propia identidad -"conócete a ti mismo"-, porque ello nos permitirá comprobar, de forma directa, que el personaje con el que estamos habitualmente identificados no es sino una minúscula expresión relativa de nuestra realidad integral. El mensaje unánime de la sabiduría universal propone, básicamente, desligarse de la fijación exclusiva sobre el yo existencial y lograr un anclaje en el Yo esencial, trascender la persona superficial, encerrada en sus estrechos límites, y descubrir el profundo Ser central, que no es sino la simple y diáfana lucidez infinita en la que están surgiendo la totalidad de los mundos, espontáneamente, en cada instante.

En su centro, el ser humano es inmutable, eterno, sin nacimiento ni muerte. En su periferia, sin embargo, es cambiante, efímero y está naciendo y muriendo permanentemente. No se trata de rechazar ninguna de ambas facetas, porque, de hecho, forman una única realidad indisociable, sino de desplazar el centro de gravedad desde la ilusoria existencia separada que creemos ser en la superficie, hasta la verdadera identidad omniinclusiva que somos en el fondo, desde siempre. Para el Yo único no hay dos yoes. La presunta entidad individual, contingente y transitoria, es meramente un reflejo en miniatura del único y eterno Sí mismo, un simple rayo proyectado desde el Ser autorrefulgente e infinito.

En esta línea, la filosofía *vedanta*, por ejemplo, afirma que el *atman* -el Ser supremo universal- es el substrato absoluto e inmóvil de la totalidad de los *jiva* -los seres individuales- que son sus proyecciones finitas. Pues, así como la luz reflejada no es distinta ni está desconectada de la luz incidente, de igual modo esos múltiples *jiva* no son esencialmente diferentes ni están separados del *atman*, que es la fuente única de todos ellos. La energía-conciencia manifestada de forma diversa, en y como cada uno de los innumerables individuos fenoménicos, no es más que una modificación fugaz de la misma y única energía-conciencia unificada y plena del Sí mismo inmediato e infinito. "Tú eres Eso".

Para dibujar el cuadro completo del juego de reflejos de la identidad, resulta conveniente sugerir, al menos, un par de diferenciaciones en cada uno de esos dos ámbitos de la realidad que estamos denominando Sí mismo infinito y yo fenoménico. Al igual que anteriormente hemos distinguido las facetas *nirguna* -informe y sin atributos- y *saguna* -con forma y con cualidades diferenciadas- de *brahman*, o, dicho en otros términos, entre la Divinidad y el Dios trinitario, también en el Sí mismo, tal como hemos señalado más arriba, es posible diferenciar entre la vacuidad infinita y atemporal, que es nuestra impersonal realidad última, y su arquetípica imagen eterna, que es nuestra suprapersonal y simple sensación de "yo soy", previa a cualquier identificación con lo limitado. Es el paso desde la indiferenciación del fundamento vacío, a la polarización bi-una originaria, dinámicamente unificada, entre la conciencia y la energía, el yo y el tú, el sí mismo y lo otro.

De igual modo, en el yo fenoménico también podemos percibir dos planos claramente diferenciados. Por un lado, nos encontramos con la trayectoria o guía, inicialmente virtual, que recorre toda la "distancia" entre los polos de energía y conciencia, con un foco de exteriorización en un nivel determinado del espectro de la gran cadena del Ser, y define la pauta global del proceso íntegro de desarrollo del individuo. Esta guía subliminal, que evolutivamente va elevando su punto de focalización, es lo que en el yoga integral se conoce como ser anímico (*psychic being*), y no se limita a ningún nivel determinado, sino que, más bien, es un eje que los abarca a todos desde el fondo, ya sea de forma potencial o actualizada. Por otro lado, también se observa la persona frontal, la estructura psicósomática aparente, con la cual la energía-conciencia se identifica en exclusiva, transformando, así, el eterno "yo soy" del arquetipo en un transitorio y limitado "yo soy esto", enfrentado al mundo.

El esquema conjunto queda formado, pues, por la vacuidad atemporal, la imagen arquetípica eterna, la proyección anímica evolutiva y la manifestación frontal transitoria. Toda una serie de reflejos sucesivos que, analizados desde la mente, parecen formar un entramado muy complejo, pero que, sin embargo, vivenciados integralmente desde el origen, son tan simples y espontáneos como la pura lucidez que crea el mundo en este instante.

Todas estas diferenciaciones teóricas no deben hacernos olvidar que hay un solo Sí mismo en todo el juego de reflejos múltiples que estamos planteando. El mismo y único Yo ilimitado es, simultáneamente, la fuente, el sostén y la meta no sólo de todos los seres individuales, sino también del universo en su conjunto. A pesar de ello, ningún individuo en particular, ni la suma completa de todos los seres tampoco, son capaces de agotar jamás, ni manifestar en su integridad, la infinita potencialidad de la plenitud vacía originaria. Esta plenitud, pues, no es solamente inmanente a todo, sino también trascendente a todo. No sólo subyace a toda la manifestación macro y microcósmica, sino que, al mismo tiempo, permanece inafectada en su immaculada diafanidad atemporal.

No hay ninguna entidad separada e independiente en esta autocreativa realidad integral. El único Sí mismo de todo y de todos es, simultáneamente, individual, universal y trascendente, o, si se prefiere, humano, cósmico y divino. El individuo, el mundo y su fuente común no pueden ser entendidos aisladamente, pues no son más que tres aspectos distintos, que se necesitan mutuamente, de una misma y única dinámica no dual. Tal como se afirma en el yoga integral, hay una esencialidad de las cosas, una comunidad de las cosas y una individualidad de las cosas; la comunidad y la individualidad son poderes verdaderos de la esencialidad, que las trasciende a ambas, pero las tres juntas, y no una sola por sí, son los términos eternos de la existencia. Mientras estemos identificados con un individuo particular, nos parecerá que el universo y lo trascendente son realidades ajenas, pero cuando descubramos el carácter ilusorio de esa supuesta identidad separada, todo se comprenderá como una eterna y gozosa danza sin fronteras de y en nuestra lúcida vacuidad infinita.

Sobre la identificación.

Somos el Sí mismo eterno e infinito y, sin embargo, nos tomamos por un yo fenoménico, limitado y fugaz. El mecanismo que produce esta aparente restricción de nuestra identidad se conoce con el nombre de identificación. Se trata de un absorbente proceso de apego, generalmente oculto para el que lo padece, en virtud del cual se oscurece la propia realidad integral y se sustituye por aspectos superficiales y periféricos, que son vivenciados como si fueran el sí mismo en su totalidad. Identificarse significa, etimológicamente, "hacerse igual a", pues aquello con lo que nos identificamos lo igualamos a nuestro yo y lo tomamos, ilusoriamente, por nuestra verdadera identidad. Por eso, un texto clásico del hinduismo definía la ignorancia como "la identificación de El-que-ve con los instrumentos de la visión".

En nuestro estado habitual de conciencia nos encontramos, literalmente, hipnotizados. La identificación tiene el efecto de limitar el infinito campo de la energía-conciencia originaria a una banda determinada del espectro, encerrando así, aparentemente, al Sí mismo en una estrecha sensación de identidad contraída y separada, al simple y diáfano "yo soy" en un complejo y reducido "yo soy esto". Es un fenómeno similar al de la atención, que focaliza y restringe la percepción a unos aspectos concretos de la realidad, y descuida e ignora todo lo demás. Como cuando observamos fascinados una película y quedamos tan atrapados por las imágenes de ficción, que olvidamos por completo todo cuanto sucede en nuestro entorno real y en nosotros mismos. Estamos tan enajenados y absortos en una limitada percepción del mundo, que terminamos totalmente hechizados por un simple reflejo transitorio, ignorando, así, dramáticamente, nuestro verdadero Ser infinito, eternamente presente. Encandilados por la forma, no reparamos en su inseparable fondo. Pero ambos siempre vienen juntos.

La identificación reduce, aparentemente, el Sí mismo infinito al espacio restringido de una persona. Nos limitamos y sometemos a aquello con lo que nos identificamos. Ésa es nuestra única cárcel, nuestro verdadero infierno. Atrapados por un cúmulo de recuerdos, sensaciones, emociones y pensamientos, creemos ser, ilusoriamente, entidades libres y autónomas frente a un universo ajeno. Pero mientras permanezcamos absorbidos por una sensación de identidad separada, ya sea en el nivel orgánico, mental o intelectual, nos mantendremos gobernados por los condicionamientos propios de ese plano de la realidad. Viviremos, así, en un mundo de esclavitud, miedo y sufrimiento, pues donde hay identificación con lo limitado, aparece, inexorablemente, el odio y la agresividad en defensa de los mezquinos apegos y los autocentros intereses de esa imaginaria personalidad independiente.

Cuando vivimos identificados con un cuerpo y una mente determinados, y nos dejamos atrapar por el absorbente influjo de su sensación de identidad separada, automáticamente, intentamos ordenar el mundo que nos rodea en función de nuestros deseos y de nuestros miedos. Hacemos de nuestro ego el centro del mundo y, desde ahí, nos enfrentamos al entorno con temor o con apego, según lo percibamos como una peligrosa amenaza para nuestra seguridad o como un atractivo medio para satisfacer nuestros anhelos. Sólo cuando llegemos a descubrir nuestra omniabarcante identidad real, que no es otra que la de todos

los seres del universo, podrá desaparecer por completo todo rastro de egocentrismo en nuestro juego de relaciones fenoménicas.

Tal parece que en el fondo de nosotros mismos intuimos que somos eternos e inmutables, pero que identificados con una entidad inestable y fugaz, aspiramos a conseguir esa intuida estabilidad en el mundo aparente, tratando, inútilmente, de retener el inexorable flujo de las formas superficiales que están cambiando a cada momento. Los esfuerzos por defender esa ilusoria existencia separada frente a todo lo demás, levantando barreras divisorias a nuestro alrededor, requiere un continuo desgaste de energía que nos hace vivir en una perpetua actitud de contracción y desasosiego. Ese reiterado intento de eternizar un mundo de apariencias intrínsecamente transitorias, convierte cada instante en un foco de angustias y conflictos. La autolimitación es el único problema. Creerse alguien es el único pecado. El error está en identificarse con la manifestación y no con su fuente, en tomarse a sí mismo por un conjunto de imágenes cristalizadas, en lugar de dejar que esas imágenes surjan y mueran, espontáneamente, en nuestra diáfana vacuidad sin tiempo.

Todo el proceso evolutivo universal puede entenderse, tal como hemos planteado anteriormente, como una sucesiva proyección o reflejo de la unitaria energía-conciencia del arquetipo, a lo largo de toda la distancia temporal que aparentemente separa ambos polos en el mundo manifestado. Según este enfoque, en el momento inicial, el Sí mismo primordial se focaliza en la base energética del espectro, colapsando por completo su aspecto consciente. Dicho con otras palabras, en el instante original tiene lugar la plena identificación y absorción del polo de conciencia en el polo de energía, y toda la dinámica evolutiva puede entenderse, entonces, como una paulatina desidentificación de esa conciencia, que se va diferenciando, peldaño a peldaño, de su antagonista en el tiempo. Se trata de una gradual profundización en el ámbito de la interioridad, que desvela, salto tras salto, novedosos espacios de progresiva lucidez. La vida se distancia de la materia, la mente se distancia de la vida, el intelecto se distancia de la mente. La conciencia se eleva y la energía se sutiliza. El equilibrio de los polos va cambiando de signo. La espontánea integración de los sucesivos niveles hará el milagro de revelar la identidad secreta del origen.

El protagonista único de todo este juego cósmico es el eterno Sí mismo, la energía-conciencia unificada y plena del origen, pero en su manifestación temporal se identifica con las estructuras del nivel del espectro dominante en cada individuo fenoménico en el que se refleja. La dinámica de la identificación, por su intrínseca naturaleza, impide ser consciente de sí mismo en el propio plano de la realidad. El observador no puede observarse a sí mismo observando. Al estar tan fundido con las estructuras básicas de un determinado nivel, no es capaz de distinguirse de ellas y observarlas como objetos. Sólo podrá hacerlo desde la perspectiva de un nivel superior, cuando haya trascendido la identificación exclusiva con el estrato previo. Así, cada salto novedoso en el proceso de desarrollo consiste, básicamente, en una identificación del yo con las estructuras del nivel emergente, una liberación de la identificación dominante con el nivel anterior, y, finalmente, una integración de los dos planos una vez diferenciados.

Todo este proceso de absorciones y trascendencias, de inmersiones y desinmersiones, va desplegando, peldaño a peldaño, el fascinante espectro de la realidad fenoménica. Por eso, si bien hemos insistido en el aspecto oscurecedor de cualquier tipo de identificación con lo relativo, debemos remarcar también su aspecto creativo, la absoluta necesidad de este juego de sucesivas autolimitaciones aparentes del Sí mismo infinito, en sus innumerables reflejos individuales, para su autocontemplación en el mundo manifestado. Atrapados por las estructuras fenoménicas, el proceso evolutivo puede ser un drama, pero desde la vacuidad inmutable del origen, la danza creativa de las formas finitas es un gozo eterno. No somos, ni nunca hemos sido, individuos limitados desgajados de un substrato pleno, sino que nuestra realidad última es, precisamente, esa plenitud vacía que crea y acoge, de instante en instante, la totalidad de las formas fenoménicas como su propia expresión espontánea.

La gran ilusión.

En algunas tradiciones orientales se conoce como *avidya*, o ignorancia fundamental, el olvido de la propia naturaleza real, motivado por la identificación con una entidad presuntamente autónoma. Es un concepto que tiene cierta similitud con la idea de pecado original, planteado en Occidente, que hace referencia a la pretensión del ente finito de ser como Dios. Se trata, básicamente, de tomar lo relativo por absoluto, de atribuir substancialidad a lo puramente fenoménico, de ver el Sí mismo en lo que es tan sólo uno de sus reflejos. El ser individual, oscurecido por esta distorsionada visión, concibe su existencia como un hecho separado de la totalidad de las cosas y de su fuente común. Considera su individualidad como un centro independiente y libre, y, desde ahí, contempla el resto del universo como meros objetos de su deseo o repulsión.

Nuestra sensación habitual de ser individuos separados y “metidos dentro de un saco de piel” es una alucinación. Tenemos una percepción falsa y engañosa de nosotros mismos como seres encerrados en un cuerpo y una mente, aislados y enfrentados a un mundo exterior, ajeno y extraño. Sufrimos la pretenciosa ilusión de ser personas autónomas, dueñas y controladoras de nuestras propias acciones, aunque nos movamos mecánicamente bajo el dictado de los apegos y los miedos. Nos encontramos hipnotizados por la idea errónea de ser individuos segregados y permanentes, y pasamos la vida defendiendo esos fantasmagóricos personajes, al precio de una perpetua ansiedad y crispación. No nos damos cuenta que aferrarnos al presunto ego duradero es abrazarnos a la muerte, porque él es, precisamente, el mayor obstáculo para el descubrimiento de la vida eterna de nuestro verdadero Sí mismo. La máscara individual es lo que nos impide ver nuestro auténtico rostro divino.

Todo planteamiento sobre la realidad llevado a cabo desde esa ficticia entidad separada que creemos ser, es radicalmente ilusorio. En este sentido, la filosofía *vedanta* denomina *maya*, o ilusión, a “toda experiencia constituida por la distinción entre sujeto y objeto, y que emana de la misma”. Identificados con un individuo finito, imaginamos vivir en un universo de cosas independientes, introduciendo, así, divisiones y dualidades en la eternamente inseparable realidad única. Todas esas divisiones son un mero juego de apariencias relativas, pero, cautivados por el engaño de *maya*, actuamos como si fueran reales, y olvidamos la evidencia de la intrínseca no dualidad de cualquier polaridad percibida en el mundo manifestado. Ofuscados por esta ilusión fundamental, intentamos atrapar con nuestros rígidos conceptos el cambiante flujo de las formas, atribuimos permanencia y substancialidad a lo que no es sino mero fenómeno y fugacidad, e ignoramos por completo el fundamento vacío del que todo surge a cada instante.

Pero *maya* no es sólo la engañosa ilusión de las perspectivas duales, sino también el poder creativo de la vacuidad plena para adoptar una apariencia fenoménica, es decir, el principio mismo de la manifestación. El mundo no es, según este enfoque, una pura visión fantástica y delirante, sino que, en grados diversos, revela la realidad última e inefable. Toda revelación es siempre, simultáneamente, un ocultamiento. Ambos aspectos están inexorablemente interrelacionados. La luz necesita de la oscuridad para ponerse de manifiesto. Los aspectos positivo y negativo de *maya* son inseparables. Por eso, aunque el conocimiento sujeto-objetivo, dual e ilusorio, ignora radicalmente la realidad esencial, no se puede prescindir de él si se aspira a desvelar el verdadero conocimiento, porque todo quedaría reducido a una simple nada estéril. Pero, del mismo modo, no conviene olvidar, tampoco, que conformarse con ese conocimiento dual equivale a permanecer encerrado perpetuamente en un conflictivo mundo ilusorio.

Afirmar que el mundo fenoménico es *maya* no quiere decir que sea irreal, o que no exista en absoluto. Simplemente indica el carácter relativo -no absoluto- de la existencia dual, asignándole, así, el lugar que le corresponde en el orden de las cosas. Es decir, que el universo fenoménico no es autosubsistente y que los entes finitos que lo componen no son independientes, sino que todo ello no es otra cosa que la manifestación relacional de la plenitud vacía, la apariencia formal de la invisible vacuidad. En la tradición *advaita*, o no dualista, se realiza una triple y paradójica afirmación: el Ser absoluto es real, el universo es ilusorio, el Ser absoluto es el universo. Con ello se trata de sugerir que los fenómenos son reales cuando se los experimenta como formas fugaces del eterno Sí mismo, pero ilusorios si se los comprende como

entidades separadas del Yo infinito. Lo que se niega, pues, es que el mundo sea real en sí mismo, pero no que el mundo sea real como expresión del único Yo inmutable. Es decir, lo ilusorio no es el universo en sí, sino nuestra percepción dual del universo como realidad objetiva y ajena al Sí mismo.

Se ha dicho que “si las ventanas de la percepción fuesen limpiadas, cada cosa aparecería al hombre como verdaderamente es, infinita”. Esto resulta posible porque el vacío no es diferente de las formas. No hay dos realidades, sino una única realidad que abarca, simultáneamente, lo absoluto y lo relativo, *brahman* y *maya*, el nómeno y los fenómenos. Por eso, el mundo ilusorio puede descubrirse como el mundo real cuando dejamos de estar atrapados en el yo limitado y, desde la vacuidad, abrazamos el flujo eterno de las formas fugaces. De este modo, el mundo de *maya* no desaparece, ni se diluye en la nada, sino que, simplemente, pierde la presunta autonomía que le atribuíamos, mostrándose como lo que realmente ha sido siempre: un reflejo espontáneo de la plenitud vacía en sí misma, de sí misma, para sí misma. Estábamos tan distraídos con el juego de las apariencias finitas, que habíamos olvidado al único y eterno Sí mismo que las constituye y comprende, a la luminosa fuente capaz de crear toda esa ilusión fenoménica sin quedar engañada en ningún momento por ella.

En muchas ocasiones se ha comparado esa realidad fenoménica con un inmenso sueño cósmico proyectado desde el Sí mismo. Así, se ha planteado que el universo es “un gran sueño soñado por un único ser en el que todos los personajes también están soñando”. Todo sucede como si el único Yo infinito estuviera imaginando el mundo a través de sus innumerables reflejos individuales, y la totalidad de los elementos parciales se unieran, de este modo, en una gran sinfonía global. La principal diferencia entre el gran sueño universal que construimos entre todos en el estado de vigilia, y el pequeño sueño personal de nuestro particular estado onírico, sería el ámbito del soñador.

Puede resultar sugerente establecer esta similitud entre las experiencias de vigilia y de sueño, como hemos apuntado en las primeras frases de este ensayo. Sería una forma de intuir que nuestra actual convicción de ser entes finitos enfrentados a un mundo externo, substancial e independiente, podría ser realmente, un puro sueño del eternamente despierto Sí mismo, un mero juego de formas fugaces en, de y para la inmutable energía-conciencia originaria, un creativo artificio de la infinita vacuidad divina para contemplar su rostro invisible.

En el fondo, no somos ningún personaje o imagen del sueño cósmico, sino que nuestro verdadero Yo es quien está soñando el universo entero, momento a momento. Cuando permanecemos desidentificados de todo, al no limitar nuestra identidad a una parte del paisaje total, descubrimos, más allá de cualquier género de duda, que todo cuanto se ve en el gran sueño del mundo existe, íntegramente, en nuestro Sí mismo eternamente lúcido. “Sólo con un gran despertar se puede comprender el gran sueño que vivimos”, se dice en un antiguo texto taoísta. La iluminación, el “despertar”, tiene lugar, precisamente, en ese instante sin tiempo en el que surge la completa certidumbre, la diáfana evidencia, de que somos el soñador de la totalidad del mundo de las formas, y de que siempre lo hemos sido, aunque no aparentáramos darnos cuenta de ello. Pero, ciertamente, aquí y ahora, ya somos Eso.

El yo es una idea.

Estamos planteando que somos el Sí mismo infinito y, sin embargo, imaginamos ser una persona limitada y concreta. Como todos los reflejos finitos de la energía-conciencia originaria, los seres humanos percibimos nuestra propia realidad, y la del entorno, de acuerdo con la lucidez característica del nivel del espectro que estemos atravesando en un momento determinado. Desde la perspectiva egoica, que hoy en día es la dominante entre los adultos de nuestra especie, interpretamos los datos de que disponemos en la memoria, y concluimos que somos centros separados y autónomos, libres y responsables de nuestras acciones, dueños y controladores de las propias experiencias. Pero todo eso no es más que una simple interpretación mental, una pura idea, un mero pensamiento. Como cuando nuestros antepasados suponían

la existencia de un dios del mar que agitaba las aguas los días de tempestad. Hoy, los océanos continúan embraveciéndose, pero ya no hay nadie detrás enfurecido. Nunca lo hubo.

El problema aparece debido a la capacidad de nuestra mente de concebir símbolos de cosas divorciados de las cosas mismas. Podemos, incluso, engendrar conceptos sobre nosotros al margen de nosotros. Y una vez creada la idea de un fantasmagórico yo autónomo, nos identificamos con ella y actuamos en consecuencia. Nace, así, la sensación de ser una entidad aislada, un sujeto finito independiente del flujo de las cosas, que interviene "desde fuera" sobre ellas. La emergencia de este personaje ilusorio, es, como luego veremos, absolutamente necesaria para el desarrollo saludable del ser humano, pero, una vez que cumple su función integradora, debe ser trascendido para dar paso a perspectivas más abarcales. A partir de cierto momento, conviene no confundir las imágenes, los símbolos y los conceptos que utilizamos para definirnos en la vida cotidiana, con nuestra identidad verdadera, que está más allá de toda representación.

El sujeto independiente que creemos ser es, pues, una mera construcción imaginaria, una pura ilusión. Esto no quiere decir, por supuesto, que el cuerpo y la mente no existan como elementos del mundo fenoménico, sino que el ente autónomo y separado, que se supone habita dentro de ese organismo psicofísico, es tan sólo una ficción, una fantasía producto de una conciencia limitada interpretando ignorantemente los datos de su memoria. Por eso, cuando las tradiciones espirituales sugieren trascender el ego, no están hablando de destruir algo verdaderamente real, sino, simplemente, de disolver una idea errónea, una falsa imagen de uno mismo, una mera representación ilusoria y obstaculizadora. De ese modo, cuando se diluye la sensación de identidad separada, no muere ninguna entidad auténticamente existente, sino tan sólo se descubre que la frontera que nos limitaba era, desde siempre, pura imaginación. Se desvela, entonces, la sorprendente evidencia de que no hay, ni nunca ha habido, ningún yo independiente en todo el proceso del universo. La iluminación no elimina, pues, ningún ego substancial - dado que no hay ningún ego para eliminar- sino, tan sólo, trasciende una noción equivocada.

El protagonista único de todo este multitudinario juego cósmico es, recordemos, el infinito Sí mismo proyectándose en un sinfín de reflejos individuales que, paulatinamente, van elevando la cota de focalización en la gran cadena del Ser. Al manifestarse en la pantalla vital, el centro reflejado parece distanciarse de la materia, al hacerlo en la pantalla mental parece distanciarse del simple organismo vivo, y al alcanzar la pantalla intelectual o anímica -como está comenzando a suceder en el ser humano desde la emergencia de la racionalidad- parece distanciarse de la mente concreta. Es siempre, insistimos, el único Yo ilimitado, pero al focalizarse e identificarse de forma dominante con una banda concreta de su expresión fenoménica, adopta diferentes perspectivas. Así, actualmente, el reflejo del Sí mismo se orienta con frecuencia hacia los primeros peldaños de la envoltura anímica y, desde ahí, interpreta su situación como la de una entidad aislada y con permanencia en el tiempo, que *tiene* -no que *es*- pensamientos, emociones y sensaciones. Pero este presunto experimentador separado de sus experiencias, no es realmente alguien ajeno a nada, sino el único Yo infinito observándose a sí mismo desde un determinado punto de vista. Un Yo infinito que *es* la totalidad de las experiencias.

El eterno ahora del inmutable Sí mismo, al proyectarse en cualquiera de sus reflejos individuales, aparece, de instante en instante, como un limitado ahora fugaz que integra memorias y expectativas. El yo fenoménico no tiene, por tanto, ninguna duración ni continuidad real, pero el ego observador al sentirse ilusoriamente separado de sus observaciones, cree ser una entidad permanente "detrás" de sus experiencias transitorias. Contempla el panorama cambiante de acontecimientos que pasan ante su mirada, y deduce que él es un sujeto constante al que le van sucediendo todas esas cosas. Pero esto es un engaño similar al de la continuidad que se percibe entre los fotogramas de una película al ser proyectada. Es sólo la memoria retiniana la que crea la ilusión de un flujo constante allí donde sólo hay una mera sucesión de imágenes estáticas. Del mismo modo, la idea de un yo finito y duradero, separado de sus fugitivas experiencias, procede exclusivamente de la memoria, que genera la apariencia engañosa de una continuidad temporal allí donde sólo existen momentos discontinuos, sucesivos reflejos finitos del presente inmutable del Sí mismo.

Únicamente existe el presente. El mundo tan sólo dura un instante. No hay ninguna entidad perdurable tras el espectáculo permanentemente cambiante del universo. Sin embargo, como cada momento recapitula recuerdos y previsiones, el yo fenoménico interpreta los datos imaginándose como una entidad estable y permanente que sufre o goza sus experiencias pasajeras. Pero eso es sólo una idea. Esa pretendida separación entre observador y observado, conocedor y conocido, pensador y pensamiento, es puramente conceptual. No hay ningún ser aparte del movimiento de las sensaciones, sentimientos y pensamientos. No hay algo o alguien finito que experimente las experiencias. Hay sólo experiencias. O, si se prefiere, el experimentador es las experiencias. O, también, el experimentador y las experiencias no son dos. En el origen, como luego comentaremos, se vivencia diáfana que el sujeto que percibe, la percepción y el objeto percibido son, desde siempre, una unidad indisoluble. La vida iluminada es, así, simplemente, el flujo espontáneo de los sucesos percibiéndose lúcida a sí mismo.

La persona que creemos ser es una mera manifestación instantánea del Sí mismo, focalizada en un nivel determinado del espectro, y construida a base de un sinfín de recuerdos del devenir evolutivo. El yo fenoménico es, así, una expresión particular de todas las experiencias acumuladas en las memorias macro y microcósmica. Identificados con el ego no somos, por tanto, más que un mero movimiento reflejo y condicionado, repetitivo y mecánico, que reproduce, una y otra vez, formas y modelos del pasado. Sólo conociendo el contenido de este mecanismo egoico es posible trascenderlo. Sólo observando directamente su automatismo, puede descubrirse la omnipotencialidad de nuestro verdadero e infinito Sí mismo, que, más allá de las limitaciones de la memoria, se desborda libremente en su creación eterna.

Sufrimiento y liberación.

Dondequiera que exista la creencia en un yo separado, como ya señalaban los existencialistas, habrá miedo ante la vida y terror ante la muerte. La angustia es algo inherente a esa vivencia de sentirse desgajado del universo que nos rodea y de la fuente común que nos constituye. La identificación con el yo fenoménico lleva aparejado, inexorablemente, el sufrimiento. Aferrarse a algo relativo y tomarlo como absoluto es la raíz de todas las aflicciones y conflictos. Como hemos comentado anteriormente, el mundo de las formas finitas se encuentra en una permanente danza de creación y destrucción. Por eso, al pretender encontrar una entidad sólida y estable en ese torbellino fugaz que es el organismo psicofísico, el ser humano está abocado, forzosamente, al dolor y al fracaso. La insatisfacción perpetua es la consecuencia ineludible de ese fallido intento de aferrarnos a aquello que nos elude, de retener y cristalizar lo que es intrínsecamente impermanente, de anhelar que las cosas sean distintas de como son, de desear o rechazar las situaciones en función de estrechos criterios egocentrados. En tanto que mantengamos nuestra creencia de ser entidades separadas, viviremos inmersos en un mar de dependencias y temores, pues la sensación de aislamiento siempre conlleva sentimientos de inseguridad y ansiedad, de los que tratamos de escapar al precio de una tensión sin término.

Deseamos poseer cosas porque nos creemos ajenos a ellas. Tememos al mundo porque pensamos que es una realidad exterior a nosotros y, por consiguiente, amenazante. Nuestros apegos y nuestros miedos, por tanto, sólo están causados por esa percepción autolimitadora de nosotros mismos. Nos encerramos en nuestras fronteras mentales, y luego nos lamentamos por los sinsabores que nos acarrea la vida carcelaria. Y cuanto más nos agarramos a ese estrecho e ilusorio yo fenoménico, más intenso resulta el sufrimiento en la prisión. Pero es precisamente este sufrimiento el que puede indicarnos la puerta de salida, pues actúa como una luz de alerta conectada directamente con las identificaciones, que son el origen de todos nuestros males. Como más tarde explicaremos, es a través de la atenta observación y el desapego de estas absorbentes adherencias a lo limitado, como podremos descubrir nuestra verdadera naturaleza. Para ser libre basta con tomar conciencia de la propia esclavitud.

La única solución radical consiste en trascender, de una vez por todas, la sensación de identidad separada. Si, en lugar de intentar escapar o de reprimir el sufrimiento desde nuestro pequeño yo fenoménico, simplemente lo percibimos y acogemos en el momento en que surge, sin atisbo de dualidad

entre el perceptor y lo percibido, el problema se esfuma repentinamente. Todas las dificultades desaparecen por completo cuando el ilusorio yo fenoménico es desechado íntegramente. Cuando no existe quien sufre, el sufrimiento carece de importancia. Como se dice en una *upanishad*: "¿qué sufrimiento puede tener quien ve la unidad por doquier?" Sólo desde la limitación se puede temer a la muerte. Desde el punto de vista del océano, la destrucción de las olas no resulta dolorosa. Desde la perspectiva de la plenitud vacía, toda la danza del mundo de las formas fugaces es un gozo eterno.

Todo lo que haga el ego para liberarse del sufrimiento existencial está por completo condenado al fracaso, porque el propio ego es, precisamente, el origen de ese sufrimiento. Cuando el ser humano, agobiado por los dolores y los conflictos, pretende huir de ellos o combatirlos frontalmente reforzando su coraza egoica, sólo consigue acentuar la causa de sus sufrimientos, que no es otra que su identificación con ese presunto yo separado y autónomo. Si en verdad existe una liberación de la aflicción, no puede consistir más que en la eliminación del concepto de yo individual como entidad aislada del resto de la manifestación fenoménica. Porque no hay más esclavitud que la que proviene de nuestra creencia de ser entes finitos y libres, enfrentados a un universo ajeno. No es la persona la que debe ser liberada, sino que es de la persona de quien uno debe liberarse.

La opresión y el individuo que la sufre son dos meras ideas que aparecen de forma indisociable. En tanto que haya una presunta entidad separada que busque afanosamente su liberación, seguirá habiendo esclavitud. Sólo cuando se comprenda vivencialmente el carácter ilusorio de la sensación de independencia, se puede descubrir también la naturaleza imaginaria de nuestro cautiverio. En ese momento, al darnos cuenta de que no existe ningún yo al margen de la corriente total del universo, al percibir que no hay la más leve diferencia entre el preso y la prisión, entre el individuo y el mundo, el conflicto desaparece instantáneamente por completo, y la vida deja de ser para siempre un problema. Pues, en verdad, desde el principio nunca hemos estado atados y, por tanto, no hay motivo alguno, ni lo ha habido jamás, para buscar la liberación. "¿Quién te esclaviza?" -preguntó el maestro. El buscador de la libertad respondió: Nadie. Entonces -replicó el maestro-, ¿por qué buscas la liberación?"

Tras la iluminación, el flujo de la vida continúa desbordándose espontáneamente, momento a momento, pero ya no hay ahí nadie que pretenda enfrentarse al proceso desde fuera. No se trata, en ningún modo, de que el yo fenoménico se resigne ante los dictados del destino, o que se someta a las fuerzas de la naturaleza, sino que, simplemente, no existe en absoluto tal entidad separada que pueda sufrir el destino ni resignarse ante la gran corriente del universo. La simple idea de aceptación o sometimiento presupondría una división entre el individuo y el proceso del mundo, que es por completo ilusoria. Nuestro verdadero Sí mismo es, desde siempre, la totalidad de ese proceso, o, más exactamente, la plenitud vacía que constituye y comprende, de instante en instante, toda su manifestación universal, en la que los innumerables organismos individuales no son más que fugaces perspectivas particulares.

El yo separado jamás puede experimentar la libertad. En la vivencia de la libertad real no existe ninguna entidad particular que se crea libre. Ésta es la liberación verdadera: descubrir que nuestra sensación de identidad separada es una mera ficción, saber que nuestro pretencioso yo independiente es por completo ilusorio. Sólo puede haber libertad cuando se trasciende la idea de ser alguien, cuando se percibe que no existe ningún ente individual al que atribuir la autoría de nada, cuando se comprende que todo sucede espontáneamente como un simple reflejo en la diáfana apertura del Sí mismo. La verdad última es que, dado que no hay, ni ha habido nunca, una entidad finita real atada a nada, no tiene mucho sentido hablar ni de esclavitud ni de liberación, pues ahora y siempre toda la realidad es absolutamente libre en su infinita omnipotencialidad originaria. Por eso, cualquier esfuerzo de un presunto sujeto individual por alcanzar la liberación resulta profundamente erróneo, porque de ese modo sólo se consigue reforzar la "esclavizadora" y ficticia existencia separada. Pero, fijémonos bien, el error no está en el esfuerzo en sí, sino en la sensación de ser el ejecutor de ese esfuerzo. El problema está en el sentimiento de ser el actor, no en la acción misma. De manera que, cuando todo esto se desvela de forma diáfana, la totalidad del universo continúa desplegándose creativamente a cada instante, como ha sido siempre, pero ahora ya no

hay ningún fantasmagórico ente individual que se arrogue los méritos, ni las culpas, de este fascinante proceso.

Cuando el ser humano se percibe a sí mismo subjetivamente, desde dentro, siente que está dotado de libre albedrío, pero cuando se analiza minuciosa y objetivamente, desde fuera, todo parece indicar que es una pura marioneta movida por un sinfín de condicionantes. Por un lado, se tiene la impresión de que el yo es capaz de actuar libremente sobre todo, y, por otro, da la sensación de que el individuo está completamente determinado por su herencia y el entorno. Examinados separadamente, los argumentos que apoyan ambos enfoques -el libre albedrío y el determinismo- parecen razonablemente convincentes, pero al considerarlos de forma conjunta, resultan completamente contradictorios. La paradoja surge debido a que los dos puntos de vista parten de la suposición de la existencia real de un ente separado, al que le atribuyen la libertad o el destino, que es por completo ilusorio. Cualquier perspectiva relativa, al final, siempre conduce a conclusiones paradójicas, porque la realidad última es inexorablemente no dual, y, por tanto, no es posible abarcarla desde enunciados parciales. La verdad definitiva es que el ego no tiene libre albedrío ni es víctima del destino, por la sencilla razón de que la supuesta entidad egoica es una pura ficción.

Al trascender la sensación de identidad separada, lo objetivo y lo subjetivo se descubren como una sola realidad. Objetivamente, el yo fenoménico se sentía atado al entorno porque, en el fondo, él era, precisamente, la totalidad de ese entorno. Al mismo tiempo, subjetivamente, por el contrario, se sentía libre en su acción porque, en el fondo, no había realmente nada fuera de él que pudiera condicionarle. Por eso, cuando desaparece el engaño de ser una entidad independiente, y el experimentador se descubre a sí mismo como idéntico a la totalidad de la experiencia, se percibe de forma evidente que la atadura y la libertad son una misma cosa. La libertad interior del sujeto no presiona a un universo objetivo exterior, ni los condicionamientos del mundo externo limitan al yo interior, porque ambos, sujeto y objeto, son una única realidad. Como ya sabían los estoicos, y tantos otros filósofos posteriores, la libertad plena es idéntica a la necesidad absoluta.

La verdadera libertad consiste en estar libre de la noción de ser una entidad separada. Es una vivencia diáfana y lúcida de la realidad integral del presente, en la que la persona que creíamos ser ha desaparecido por completo. La libertad reside, pues, únicamente, en la total ausencia del yo, en la plena evidencia de la vacuidad del infinito Sí mismo. Sólo cuando se trasciende la identificación con una forma concreta, cuando se descubre clara y directamente que no somos ninguna entidad limitada, sólo entonces, se puede percibir el sabor de la libertad infinita. Sólo cuando no somos absolutamente nada, no hay nada que nos obstaculice o condicione. Por eso, ningún ente finito, desde su sensación de independencia, podrá jamás vislumbrar en qué consiste la verdadera libertad. Es decir, en el mundo de lo relativo no cabe ser libre. La presunta libertad del yo individual es, paradójicamente, su esclavitud, ya que es precisamente la creencia de ser una entidad personal lo que impide reconocer al Sí mismo real, eternamente libre. Nadie que crea ser alguien puede descubrir esa libertad originaria. Identificados con algo limitado, estamos condicionados por un universo ajeno, pero trascendiendo la sensación de identidad separada, comprenderemos que somos, y siempre hemos sido, resplandecientemente libres e infinitos, manifestándonos a cada instante, espontáneamente, en y como la totalidad del mundo.

¿Atman o anatman?

La propuesta que estamos exponiendo en estas páginas puede ser asumida como propia, en sus líneas fundamentales, por cualquiera de las principales escuelas de las grandes tradiciones espirituales de Oriente: hinduismo, budismo y taoísmo. A pesar de las notables diferencias que se perciben en los lenguajes de estas tradiciones, que pueden resultar incluso aparentemente antagónicos en la literalidad de sus enunciados, una investigación más profunda y vivencial de sus mensajes revela una clara sintonía en las experiencias de fondo que tratan de comunicar. Así, por ejemplo, en el tema de la identidad que nos ocupa, mientras que el budismo insiste en la doctrina de *anatman*, que niega la existencia de un ser, alma

o yo substancial detrás del flujo del devenir, el hinduismo, por el contrario, defiende la realidad de un substrato omnipresente, o *atman*, que sostiene todo el baile del mundo de las apariencias. Enseñanzas, pues, a primera vista dispares, pero que, tal vez, resultan coincidentes en su sentido último.

El budismo pone mucho énfasis en su afirmación de que no hay ningún yo real, ninguna entidad permanente, ningún núcleo inmutable que quede al margen de los procesos fenoménicos, nada que esté exento de la ley de la impermanencia que rige todas las cosas. No existe, aseguran, ningún ente sólido y perdurable que sea diferente o esté separado del cambiante flujo del universo. No hay en nosotros nada a lo que se pueda denominar existencia propia o personalidad independiente. En este sentido, se dice que nuestra naturaleza está intrínsecamente vacía de toda realidad substancial o persistente.

Al mismo tiempo, en la propia tradición budista, se habla de que todos los seres sensibles comparten la misma verdadera naturaleza o realidad esencial. Esta verdadera naturaleza, o "talidad", no es una entidad que nos pertenezca individualmente, ni que nos diferencie de los demás, sino que, al contrario, en ella todas las existencias se identifican, más allá de la unidad y la multiplicidad. Es anterior a todo, y en el presente permanece inmutable y eterna, brillante y sin mácula. Cuando nacemos no se crea nuevamente, y cuando morimos no perece. Todos provenimos de ella, permanecemos en ella y regresamos a ella. Sólo se puede encontrar en aquel lugar donde no hay observador ni cosa observada, pues es, a la vez, el que ve y lo visto. Y aunque no dual, inconcebible, inescrutable y libre de toda forma, dado que somos intrínsecamente ella, en cualquier momento podemos despertar en esa "mente original".

Por su parte, el hinduismo, como hemos comentado anteriormente, distingue con insistencia entre el *atman*, o Sí mismo verdadero y supraindividual, y los *jiva*, o seres individuales, que son sus proyecciones finitas. El *atman*, se dice, es el principio trascendente y permanente, el substrato absoluto e inmóvil, del cual los *jiva* manifestados no son más que modificaciones transitorias, particulares y contingentes. Los *jiva* no poseen, por tanto, una existencia separada y autónoma, sino que son un mero reflejo del siempre puro, infinito y libre *atman*. El *atman* es, así, el alma de nuestra alma, la realidad de nuestra existencia, y en nada se diferencia de *brahman*, la fuente única de todo el universo. Sin nacimiento ni muerte, está más allá de los límites del tiempo. Todos los seres surgen de él, descansan en él y retornan finalmente a él. Carente de forma, estructura o propiedades, en él y por él se manifiesta todo el mundo fenoménico. Invisible, incorpóreo e inmutable, se encuentra, sin embargo, íntegramente presente en todos sus reflejos individuales. Aunque inmensurable e inaprensible, fuera de toda concepción y más allá de todo pensamiento, puede ser descubierto en un instante atemporal, trascendiendo la separación ilusoria entre el sujeto y el objeto, el conocedor y lo conocido.

Vemos, pues, que existe una gran similitud entre aquello a lo que los budistas denominan "talidad", o verdadera naturaleza, y eso que los seguidores del *vedanta* conocen como "*atman*", o Sí mismo supremo. De ahí que cuando desde el budismo se niega la existencia del *atman*, parece claro que tiene que referirse a sus impermanentes e insubstanciales reflejos fenoménicos, pero, en ningún caso, al genuino *atman* no dual de las *upanishads*. Todo indica que cuando se enuncia la doctrina de *an-atman*, o no-ego, lo que se pretende sugerir es, simplemente, la inexistencia de entidades separadas y persistentes en el mundo del devenir, pero no negar eso que es "no nacido, no hecho, no creado, no formado" y trasciende la manifestación relativa y dual. Nuestra verdadera naturaleza, parece proponerse, no es ningún yo aislado y autónomo, sino una realidad diáfana e inmutable, común a todas las existencias. Y éste es también, precisamente, el mensaje central del hinduismo. El rechazo budista del ego separado coincide, pues, por completo, con la afirmación del *vedanta* acerca de la existencia única del Yo.

La talidad, o el *atman*, al ser no dual y carecer, por tanto, de escisión entre sujeto y objeto, no puede ser percibida ni descrita de ningún modo. Por eso, el budismo, utilizando un lenguaje negativo, habla de vacuidad, y el *vedanta*, con una formulación más positiva, habla de plenitud, pero en los dos casos se apunta a una misma realidad inefable, que es "previa" a todos los antagonismos del mundo de la finitud. En la tradición tibetana, aunando ambos aspectos de vacío y pleno, se representa la realidad última por medio de un diamante, por sus características simultáneas de transparencia y dureza, de brillantez y

resistencia. Se puede insistir especialmente en la inexistencia de los entes individuales, o poner más énfasis en la unidad última de todos esos entes, pero las dos propuestas señalan hacia una vivencia común. Decir que somos uno con todas las cosas es idéntico a afirmar que el yo separado no existe. Afirmar que no hay ninguna entidad al margen del flujo de las cosas, es lo mismo que decir que somos la totalidad de ese flujo. El hecho es que, en el momento en que se percibe el carácter ilusorio del ego fenoménico, se descubre diáfananamente la verdadera identidad eterna e infinita de todo el universo. Y tú eres Eso. Ahora y siempre.

Al igual que el budismo y el hinduismo, el taoísmo también señala hacia esa vivencia definitiva del yo-como-nada, que genera y acoge la totalidad del mundo de los "diez mil seres". En esta tradición, se describe la existencia como un océano de pureza sin límites, el *tao*, sobre el que danzan miríadas de ilusiones, generadas por la acción recíproca de la polaridad fundamental, el *yin* y el *yang*. Los seres individuales no tienen, pues, una realidad propia distinta del *tao* vacío e inagotable, sino que son sólo su expresión contingente y mutable. Todas las existencias fenoménicas son, en esencia, idénticas a ese vacío originario que constituye y contiene la totalidad del universo. De modo que, cuando los taoístas hablan de volverse inmortales, se refieren a dejar de identificarse con el yo engañoso y temporal, para, así, descubrir su verdadera naturaleza en la gran oscuridad sin forma, eterna e indiferenciada, que, lejos de ser una posesión personal, está presente en todas las cosas.

La única condición para descubrir esa realidad absoluta es descartar la idea de ser una entidad separada, despojarse de la propia existencia y unirse a la gran universalidad. De ese modo, el sabio taoísta, tras desechar su yo aparente, ya no se ve a sí mismo como individuo aislado, sino como el único *tao* inefable encarnado en una forma transitoria. "Ha fusionado su persona en la unidad. Unificado, carece de yo". Ha "abandonado" el mundo y, sin embargo, permanece en él. "En su interior es cielo, en su exterior es hombre". Habiendo trascendido su yo, se remonta a la unidad del *tao*, donde el ser ya no es rival del no ser, donde ya no hay diferencias entre vida y muerte, pasado y presente. Entonces, ignorando la dualidad, percibe todo en una visión única que disipa la ilusión que separa todos los seres de su profunda perfección originaria común. Así, reconociendo su identidad última allí donde el cielo y la tierra, el yo y lo otro, son una sola cosa, deja a todos los seres desenvolverse libremente en su eterno movimiento de retorno. "Los diez mil seres se elevan y caen, mientras el sabio contempla su regreso".

Sólo Dios.

Al contrario que las tradiciones místicas orientales, que ven la liberación en la trascendencia del yo fenoménico, las tradiciones monoteístas occidentales han insistido, de forma notable, en el aspecto personal de la salvación. Sin embargo, tanto en los mensajes originales de estas tradiciones, como en las afirmaciones de sus contemplativos, se apuntan vivencias que, claramente, van más allá de la sensación de individualidad separada. Cualquiera que haya buceado en los abismos de la propia conciencia, sea cual sea la civilización a la que pertenezca, habrá descubierto, sin duda, ámbitos de la realidad que no se dejan reducir al estrecho círculo del presunto ego independiente. Aunque las experiencias puedan ser muy diversas, y los intentos de descripción muy variados, hay un evidente sabor común en todas ellas, fácilmente reconocible. A pesar de que, en muchas ocasiones, los místicos occidentales no han gozado, precisamente, del entorno más adecuado para investigar con libertad en la realidad profunda, son numerosos los testimonios que señalan, inequívocamente, hacia lo no dual: el ser humano y Dios no son dos.

Dado que la propuesta que estamos planteando sobre el carácter ilusorio de nuestra sensación de identidad separada, puede sonar a algunos como un enfoque exclusivamente "oriental" de la cuestión, en este apartado queremos poner de manifiesto que también en las culturas mediterráneas se han defendido perspectivas similares. Para dejar claro este punto, construiremos el texto con una avalancha de citas de místicos cristianos e islámicos, sin apenas intervención por nuestra parte, para evitar posibles

manipulaciones o tergiversaciones del sentido de las frases. Creemos que, aunque la redacción quede con ello menos fluida, el resultado merece la pena.

Un gran número de párrafos del Nuevo Testamento resultan absolutamente incomprensibles si no se leen desde una perspectiva más o menos cercana a la propuesta que estamos desarrollando en estas páginas. La interpretación tradicional ha salvado el escollo limitando el carácter divino a la exclusiva persona de Jesús, considerándolo como un caso único en la historia, en lugar de entender el mensaje evangélico como una invitación a todos los seres humanos a descubrir, también nosotros, la verdadera identidad de todo en Dios. La buena noticia es precisamente ésta: si un carpintero de Nazaret fue capaz de comprender que “Yo y el Padre somos uno” (1), todos nosotros podemos descubrirlo también. Ése era el deseo de Jesús: “que todos sean uno. Como tú, Padre, en mí y yo en ti, que ellos también sean uno en nosotros” (2).

La clave para este descubrimiento está en la vívida comprensión de la total dependencia de los seres fenoménicos con respecto a su Padre o fuente común, el único Sí mismo de todos, del que son unas meras imágenes reflejadas. Y dijo Dios: “Hagamos al ser humano a nuestra imagen, como semejanza nuestra” (3). Pues, recordemos, la única manera que tiene el Padre no dual de verse objetivamente a sí mismo, es a través de sus reflejos finitos. Por eso, Jesús decía: “el que me ha visto a mí, ha visto al Padre” (4), pero, comprendiendo su condición de mera expresión fenoménica, no atribuía a su yo personal ni la bondad –“sólo el Padre es bueno” (5)- ni el mérito de sus acciones –“yo no hago nada por mí mismo” (6), “el Padre que permanece en mí es el que realiza las obras” (7). Y, en el mismo sentido, les decía sus amigos: “no os preocupéis de cómo o qué vais a hablar. Lo que tengáis que hablar se os comunicará en aquel momento. Porque no seréis vosotros los que hablaréis, sino el espíritu de vuestro Padre el que hablará en vosotros” (8).

“Es preciso que Él -el Sí mismo- crezca y que yo -la persona- disminuya” (9), para que “nos vayamos llenando hasta la total plenitud de Dios” (10). El camino consiste, por tanto, en trascender la identidad separada, desidentificarse del yo fenoménico, “odiar la propia vida” (11), porque “quien intente guardar su vida, la perderá, y quien la pierda, la guardará para una vida sin término” (12). Los seres humanos somos templos vivos de Dios, porque el reino de los cielos y la vida eterna ya están dentro de nosotros. Por eso, al descubrirlo, se puede decir: “no vivo yo, sino que es Cristo quien vive en mí” (13).

Todos los místicos cristianos coinciden en que, para alcanzar la vida divina, es indispensable despojarse del yo, del mí, de lo mío, y llegar a la renuncia absoluta de la existencia separada. “Nada te arroja al abismo infernal tanto como esa palabra detestada (¡toma buena nota de ello!): mío y tuyo” (14). “¿Dónde está mi morada? Allí donde no hay tú y yo” (15). “Todo pecado, toda muerte, toda condenación y todo infierno no son sino el reino del yo” (16). Y, por el contrario, “alguien está en el paraíso todas y cuantas veces está despojado de sí mismo” (17). Por eso, “todos los que quieren volver a Dios, han de desertar de sí mismos” (18). “Cuanto más puedas expulsarte y huir de ti mismo, tanto más se ha de derramar Dios en ti con su Divinidad” (19). “Si sales de ti completamente, Dios se te dará en plenitud, porque en la medida en que tú sales, Él entra” (20). “Entrando Él, que es la vida, es necesaria mi muerte” (21). Para vivir hay que morir. “El reino de los cielos sólo es para los que están completamente muertos” (22).

Los auténticos contemplativos “han de morir a sí mismos y abandonar la radical consciencia autocentrada de nuestro ser, pues es nuestro propio sí mismo el que se interpone en el camino a Dios” (23). Él, “cuyo amor y gozo están por doquier, no puede visitarnos mientras estemos” (24). “Sal, y Dios entrará” (25). El alma, cuanto más transparente, desnuda y pobre esté, tanto más puramente aprehenderá a Dios, y tanto más será una con Dios. “Cuanto más débil, sin deseos ni virtudes es uno, tanto más apropiado es para las operaciones del Amor consumidor y transformante” (26). Pues, por medio del total desapego de sí misma, “el alma puede llegar a envolverse en la divina esencia, de tal modo que no se distinga ya de Dios” (27). Lo único que Dios nos exige, es que salgamos de nosotros mismos, en cuanto a nuestra índole de criaturas, y que permitamos a Dios ser Dios dentro de nosotros. “Encontrándome a Mí, te pierdes a ti mismo para convertirte en Mí” (28). Cuanto más vacía queda el alma de sí misma, tanto más el espíritu

divino la llena. "Despójate de todo lo tuyo y entrégate a Dios, así Dios te pertenecerá como se pertenece a sí mismo" (29).

"Este es el camino: renunciar verdaderamente a sí mismos" (30). "Si queréis ser absorbidos por Dios, digeridos por Él, necesitáis ante todo dejar de ser vosotros mismos y morir completamente al hombre viejo" (31). "Nada te eleva por encima de ti mismo sino el aniquilamiento de tu ser: el más aniquilado tiene el máximo de divinidad" (32). "Cuanto menos haya del yo, más hay del Yo" (33). "En la medida en que en mí languidece y perece mi yo, en igual medida, toma fuerza en mí el Yo del Señor" (34). "Déjalo todo y lo hallarás todo" (35). "Un hombre profundamente abandonado es eternamente libre y uno: ¿puede haber, pues, distinción entre él y Dios?" (36). "Pidamos a Nuestro Señor la gracia de aniquilarnos tan profundamente en Dios, que muertos a nosotros, nos encontremos en Él" (37).

"Abístate en tu nada, que ahí sólo está Dios" (38). Únicamente tras la negación absoluta del yo separado, es posible descubrir el reino divino. "Sólo se conoce verdaderamente el que se conoce como nada" (39). El único requisito para la verdadera alegría es la vívida conciencia de nuestra inexistencia, pues cuando el ser humano no es nada en sí mismo, entonces es igual a Dios. "¡Oh, qué dichosa alma la que así se halla muerta y aniquilada! Ya ésta no vive en sí, porque vive Dios en ella" (40). El individuo, en cuanto es un yo con sus apetencias, tanto materiales como espirituales, debe ser superado, porque en su criaturidad constituye una nada incapaz de lograr la unión con Dios. "El ser humano separado de la omnipotencia de Dios es verdaderamente nada" (41). Nosotros, en tanto que nosotros, no somos. Yo, como yo, no soy. "La criatura es nada; Dios es todo" (42). El único camino para llegar a nuestro primer origen y suma paz es, pues, descubrir la propia nada. "Siendo tú de esa manera la nada, será el Señor el todo en tu alma" (43).

"Si no pierdes tu yo, no alcanzarás nunca tu meta" (44). Conviene que el ser humano "se vea reducido a su nada absoluta y pura, para que quede esencialmente apoyado en Dios" (45). "Si primero no te conviertes en nada, nunca nacerás de la eterna luz" (46). "Todas las criaturas en y por sí mismas no son sino ilusión y pura nada" (47), "no digo que sean poca cosa, es decir, alguna cosa, sino que son una pura nada" (48). Por eso, el místico dice: "Él es, y yo no soy en absoluto" (49), "solamente soy lo que Dios es en mí y no otra cosa" (50). "Todas las criaturas han sido creadas de nada y tienen que volver a ser nada antes de regresar a su origen" (51). Pues, "ningún alma puede llegar a Dios sin antes hacerse Dios, tal como ella era Dios antes de ser creada" (52). "Cuando me pierdo en Dios vuelvo de nuevo al lugar donde he estado eternamente antes de mí" (53). "Antes de ser algo, yo era la vida de Dios" (54). "El que es como si no fuera ni hubiese sido jamás: ése (¡oh, beatitud!) se ha convertido totalmente en Dios" (55).

"El hombre debe estar vacío de sí mismo, tal como era cuando no era, y dejar actuar a Dios como él quiera" (56). El alma que se ha convertido en nada, dice Dios, "es instruida y conducida por mí sin ella, pues se ha transformado en mí" (57). E insiste: "yo haré mi obra en ella sin ella" (58). Pues, "el hombre queda tan divinizado que todo su ser y actividad es Dios quien la opera en él" (59). Ya "no eres tú quien vive: pues la criatura es muerte; la vida que en ti te hace vivir es Dios" (60). "Entre el hombre y Dios no hay nada extraño ni lejano, razón por la que no le es semejante, sino completamente idéntico y el mismo que él es absolutamente" (61).

Unida el alma al vasto imperio de la nada, ya no tiene que desear, porque ya lo tiene y posee todo. "Mientras yo sea esto o aquello, o tenga esto o aquello, no lo soy todo, ni lo tengo todo. Hazte puro hasta que no seas ni tengas esto o aquello; entonces serás omnipresente y, no siendo esto ni aquello, lo serás todo" (62). Cuando muere el yo ilusorio, se encuentra el Sí mismo real. En el completo distanciamiento de todo lo creado "el hombre es uno con Dios y es Dios de acuerdo con la unidad" (63). Por eso, se ha dicho: "Para venir a poseerlo todo, no quieras poseer algo en nada" (64). Pues, "¿cómo podría ser Dios todo en todo, si algo de hombre quedase en el hombre?" (65). Quien lo encuentra, descubre la nada y el todo, y, de esta forma, "se convierte en este substrato del cual proceden y gracias al cual subsisten todas las cosas" (66).

Nuestra esencia es, así, pura capacidad, sin límites, ni bordes. “El alma del santo se había dilatado hasta el punto de que el universo entero se encontraba contenido en el interior de su propia alma” (67). El místico se descubre, de este modo, como una nada que abraza todas las cosas. “Eran míos los cielos, así como el sol, la luna y las estrellas, y mío era todo el mundo: y yo, el único espectador y disfrutador de todo ello” (68). “Mientras que no eres nada en ti mismo, eres todas las cosas e inseparable de ellas. Por eso, mientras eres inseparable de todas las cosas, eres Dios y todas las cosas” (69). En ese reino de los cielos, todo está en todo, todo es uno y todo es nuestro. “Míos son los cielos y mía es la tierra. Mías son las gentes, los justos son míos y míos los pecadores. Los ángeles son míos, y la Madre de Dios y todas las cosas son mías. Y el mismo Dios es mío y para mí, porque Cristo es mío y todo para mí” (70).

“Señor, me cansé mucho buscándote en lo externo, empero tienes tu habitación dentro de mí” (71). Por eso, Dios le dice al místico: “búscate en mí, búscame en ti” (72). Porque Dios no es sino el hondón de nuestra propia alma. “La gente simple imagina que debemos ver a Dios como si estuviera en aquel lado y nosotros en éste. No es así; Dios y yo somos uno en mi acto de percepción” (73). El conocedor y lo conocido no son dos. “El trasfondo de Dios y el trasfondo del alma son uno sólo y lo mismo” (74). “Dios es el centro del alma humana y su sitio natural” (75). Por eso, “cuando todas las imágenes se retiran y el alma es solamente el uno, entonces el ser puro del alma se encuentra descansando en el mismo ser puro y sin forma de lo divino” (76).

Se dice en los Salmos: “Vaciaros y sabréis que Yo soy Dios”. Nuestro verdadero Sí mismo es Dios. “El centro del alma es Dios” (77). Él es el único Yo que existe. “Nadie puede decir el pronombre Yo, en sentido propio, sino el Padre” (78). “Yo soy el que soy”, o “Yo soy el que estoy siendo” (79), es el nombre de Dios, el exclusivo y verdadero Yo de todo, eternamente presente en todos. “Tú -el ser humano- eres lo que no es. Yo -Dios- soy el que soy” (80). Dios está, pues, más cerca del alma que se halla ella con respecto a sí misma. “En mi ser esencial, Yo, por naturaleza, soy Dios” (81). Él es el centro único de todos los seres. “El punto inmóvil del mundo giratorio” (82). Quien se conoce a sí mismo conoce a Dios, ya que ambos son una y la misma cosa. “Mi yo es Dios: no me conozco otra identidad que Dios” (83). Él es la vida de nuestras vidas. “¡Vedlo! Soy Dios. ¡Vedlo! Estoy en todas las cosas. ¡Vedlo! Hago todas las cosas” (84). “Señor, regocijaos conmigo, me he hecho Dios” (85).

Al igual que los contemplativos cristianos, los místicos del *islam* afirman que su realidad más íntima es idéntica al Ser incondicionado, y carece por completo de cualquier contenido personal. Las enseñanzas del sufismo se desarrollan, básicamente, en tres etapas: la primera finaliza con la muerte del yo separado, la segunda culmina con la toma de conciencia del verdadero Sí mismo, y la tercera consiste en la vuelta del sabio iluminado al mundo de las criaturas. Los sufis denominan *fana* a la experiencia de la eliminación absoluta de la sensación de identidad separada, la disolución completa del *nafs* o presunto yo independiente, la extinción total del ilusorio ente personal. La vivencia de *fana* conduce hacia *baka*, el descubrimiento del estado permanente de unidad, el hallazgo de la plenitud de la vida divina, el desvelamiento de la morada eterna en Dios. Del que ha conocido la extinción puede decirse que ya no subsiste sino como el Sí mismo absoluto, que abarca todos los seres como reflejos de su Ser. “Quiquiera que entra en la ciudad del Amor, encuentra sitio allí solamente para Uno” (86). Para poder entrar en el cielo, hay que atreverse a ser su único habitante. “Todo lo que existe desaparecerá, salvo el Yo” (87).

Hay una breve historia sufi que expresa muy sencillamente esta idea: Alguien, en cierta ocasión, llamó a la puerta del Amado. “¿Quién es?”, preguntó una voz desde dentro. “Soy yo”, respondió el amante. Entonces la voz dijo: “No hay sitio en esta casa para ti y para mí, no caben dos aquí”. Y la puerta permaneció cerrada. Con tristeza, el amante abandonó el lugar, retornó al desierto, ayunó y oró. Al cabo de un año, volvió otra vez a la puerta del Amado y llamó. “¿Quién es?”, dijo de nuevo la voz desde dentro. Y el amante respondió: “Tú”. Y la puerta se abrió.

Para entrar hay que dejarse fuera. “El olvido del yo es el recuerdo de Dios” (88). “Me desprendí de mi yo fenoménico, luego consideré mi esencia, y aquí está mi yo, ¡es Él!” (89). Morir para sí significa realmente

vivir en Dios. "Debemos perdernos a fin de encontrarnos; así, la pérdida misma es ganancia" (90). "Debemos desnudarnos de la yoidad siendo nada, para absorbernos en la infinitud de Dios; así, la nada significa Todo" (91). "Sabe que cuando aprendas a perderte a ti mismo, alcanzarás al Amado" (92). Todo el sufismo descansa en esta creencia de que cuando se pierde la sensación de ser una entidad aislada, uno se encuentra a sí mismo como el Yo ilimitado. "Levántate y hazte a un lado: tú mismo estás tapando al Yo" (93). "Y me desvanecí, me derretí, y he aquí que yo era la vida universal, y sólo a Dios vi" (94). "¡Cuando el yo se disipa, el universo es todo amor!" (95). Para descubrir la verdadera mismidad lo único necesario es trascender el ilusorio yo independiente. "Un tiempo, cual se suele, decía yo ser mí mismo; al verdadero Mismo no lo vi, sólo escuché su nombre. Confinado en mí mismo, no pude el Mismo hallar, hasta que el mí mismo abandoné y alcancé el Mismo" (96).

En el Corán se afirma: "Quien se conoce a sí mismo, conoce a su Señor". Es decir, el Yo real no es distinto de Alá. Por eso, "conocerse a sí mismo es la más importante de las empresas" (97). Sólo si se logra descubrir en la propia existencia la cualidad de la nada, es posible conocer verdaderamente a Alá. Entonces, "tú no eres tú, sino Él: Él y no tú" (98). Ver la existencia propia tal como es, significa, así, darse cuenta de que no hay nada distinto de la Unidad. "Ya no soy lo que era, porque los conceptos de yo y Dios son una negación de la unidad divina. Dado que yo ya no soy, el alto Dios es su propio espejo en mí" (99). No hay más realidad que Dios, no hay nada en el cosmos salvo Él. "Todos los fenómenos son el espejo en el que Dios se manifiesta" (100). En verdad, sólo hay "un alma única que, en relación con los cuerpos, es nominalmente múltiple" (101). O, expresado de otro modo: "Una sola luz aparece en innumerables ventanas. Todas esas luces proceden de un único sol" (102). Por eso, se recomienda: "Buscad la luna en el cielo, no en el mar. Purificaos de todos los atributos del yo, para que podáis contemplar vuestra propia esencia de luz" (103). Y con el mismo fin se dice: "Ved sólo Uno en todas las cosas; lo segundo es lo que os extravía" (104). Y también: "¡Con los ojos del corazón, completamente abiertos ahora, percibe todo lo que veas como una de Sus formas! (105).

"Tú no eres y jamás has existido" (106). "Lo serás todo cuando hagas de ti nada" (107). "Sé nada, reduce a nada tu yo, pues no hay crimen más atroz que tu existencia" (108). Es solamente el yo fenoménico lo que nos distrae del verdadero Yo. "Busca ser nada en este mundo, de manera que puedas ver claramente mi rostro. Abandona, pues, tu ser, si así lo deseas. En desprendimiento conoce mi estado" (109). Uno debe disolver el yo separado a fin de descubrir el mundo unitario. "Mi lugar es ninguna parte, mi pista no deja pistas. No poseo cuerpo ni alma, porque pertenezco al alma del Amado. He desechado la dualidad y he visto que los dos mundos son uno" (110). En esa realidad última, el conocedor y lo conocido son una misma cosa. "No hay barrera entre el amante y el Amado" (111). "Cuando aparece mi Amado, ¿con qué ojo he de mirarle? Con el suyo, no con el mío, porque nadie le ve sino Él mismo" (112). No hay existencia real alguna fuera de Dios. "En aquella gloria no hay yo, ni nosotros, ni tú. Yo, nosotros, tú y Él, todo es una y la misma cosa" (113). "He visto a mi Señor con el ojo del corazón. Le pregunté: «¿Quién eres?» «Tú», me contestó" (114). En verdad, no hay dos. "¿Por qué digo yo o Él, ya que Él es yo y yo soy Él?. Ambos somos una sola luz" (115).

La existencia personal es, digámoslo así, el único pecado. "Si no has visto al diablo, mira a tu propio yo" (116). Pero, sorprendentemente, esa aparente existencia separada es por completo ilusoria. "¿Por qué andáis tras de algo de que jamás carecisteis?" (117). Pues, realmente, ahora y siempre somos Dios. "¡Oh, vosotros, que andáis a la búsqueda de Dios; no es menester que le busquéis, porque Dios es vosotros!" (118). "¿Por qué te molestas en conocer otros lugares, si el Ser eres tú?" (119). "¡El Amado está aquí! ¡Vosotros mismos sois Él! ¡No necesitáis buscar! ¡Él es vosotros, en verdad! ¿Por qué buscáis lo que nunca se perdió? ¡No hay nada más que vosotros! ¡No tengáis dudas!" (120).

- | | | |
|----------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| (1) Jn. 10, 30 | (39) San Juan Crisóstomo | (80) Santa Catalina de Siena |
| (2) Jn. 17, 21 | (40) Miguel de Molinos | (81) Jan van Ruysbroeck |
| (3) Gn. 1, 26 | (41) Heinrich Suso | (82) Thomas S. Eliot |
| (4) Jn. 14, 9 | (42) Madame Guyon | (83) Santa Catalina de Génova |
| (5) Mc. 10, 18 | (43) Miguel de Molinos | (84) Dame Julian de Norwich |
| (6) Jn. 8, 28 | (44) "Orientación particular" | (85) "Hermana Katrei" |
| (7) Jn. 14, 10 | (45) Johannes Tauler | (86) Jami |
| (8) Mt. 10, 19 | (46) Angelo Silesio | (87) Rumi |
| (9) Jn. 3, 30 | (47) Maestro Eckhart | (88) Abu Yazid al-Bistami |
| (10) Ef. 3, 19 | (48) Maestro Eckhart | (89) Abu Yazid al-Bistami |
| (11) Lc. 14, 26 | (49) Marguerite Porète | (90) Meher Baba |
| (12) Mt. 16, 24 | (50) Marguerite Porète | (91) Meher Baba |
| Mc. 8, 34 | (51) "Hermana Katrei" | (92) Anzari de Herat |
| Lc. 9, 23 | (52) "Hermana Katrei" | (93) Hafiz |
| Jn. 12, 25 | (53) Angelo Silesio | (94) Baba Kuhl de Shiraz |
| (13) Gal. 2, 20 | (54) Angelo Silesio | (95) Kabir |
| (14) Angelo Silesio | (55) Angelo Silesio | (96) Rumi |
| (15) Angelo Silesio | (56) Maestro Eckhart | (97) Rumi |
| (16) William Law | (57) Marguerite Porète | (98) Ibn al-Arabi |
| (17) Marguerite Porète | (58) Marguerite Porète | (99) Abu Yazid al-Bistami |
| (18) Heinrich Suso | (59) Johannes Tauler | (100) Rumi |
| (19) Angelo Silesio | (60) Angelo Silesio | (101) Rumi |
| (20) Johannes Tauler | (61) Maestro Eckhart | (102) Rumi |
| (21) Johannes Tauler | (62) Maestro Eckhart | (103) Rumi |
| (22) Maestro Eckhart | (63) Maestro Eckhart | (104) Kabir |
| (23) "La Nube del no-saber" | (64) San Juan de la Cruz | (105) Saadi |
| (24) Angelo Silesio | (65) San Bernardo | (106) Ibn al-Arabi |
| (25) Angelo Silesio | (66) Jacob Boehme | (107) Ibn al-Arabi |
| (26) Santa Teresa del Niño Jesús | (67) Gregorio Magno | (108) Rumi |
| (27) Heinrich Suso | (68) Thomas Traherne | (109) Rumi |
| (28) Heinrich Suso | (69) Maestro Eckhart | (110) Rumi |
| (29) Maestro Eckhart | (70) San Juan de la Cruz | (111) Hafiz |
| (30) Johannes Tauler | (71) San Agustín | (112) Ibn al-Arabi |
| (31) Johannes Tauler | (72) Santa Teresa de Ávila | (113) Al-Hallaj |
| (32) Angelo Silesio | (73) Maestro Eckhart | (114) Al-Hallaj |
| (33) Maestro Eckhart | (74) Maestro Eckhart | (115) Rumi |
| (34) Angelo Silesio | (75) Louis de Blois | (116) Rumi |
| (35) Evagrio Póntico | (76) Maestro Eckhart | (117) Rumi |
| (36) Angelo Silesio | (77) San Juan de la Cruz | (118) Rumi |
| (37) Johannes Tauler | (78) Maestro Eckhart | (119) Ibn al-Arabi |
| (38) Miguel de Molinos | (79) Ex. 3, 14 | (120) Shams de Tabriz |

B. ACERCA DEL EGO.

Según el esquema que estamos planteando, todos los innumerables seres individuales que constituyen el universo, no son sino diferentes reflejos de un único Sí mismo que, de esta forma, manifiesta su omnipotencialidad infinita. No hay, pues, en toda la realidad integral, nada más que ese único Yo ilimitado y su sinfín de variadas autoproyecciones finitas, de, en y para sí mismo. En los apartados anteriores hemos insistido en el carácter ilusorio de cualquier pretendida entidad independiente dentro de esa realidad indivisa y no dual. Pero, dejando esto bien sentado, vamos a resaltar a continuación la importancia del correcto desarrollo de esos aparentes egos autónomos, y, posteriormente, analizaremos la orientación global de la trayectoria de crecimiento en su conjunto. Finalizaremos este bloque, comentando el sentido de la muerte y del tiempo desde la perspectiva dinámica y no dual que estamos planteando.

Sobre el proceso del yo aparente.

Como hemos expuesto anteriormente, la no dualidad fundamental se polariza originariamente bajo las apariencias de energía y conciencia, generando, de esta forma, todo un espectro de equilibrios potenciales entre ambos aspectos antagonistas. El Sí mismo no dual, la única realidad existente, al autoproyectarse multitudinariamente a lo largo de los sucesivos niveles de la gran cadena del Ser, da lugar a un sinnúmero de trayectorias individuales reflejadas. En el caso de los seres humanos, estas trayectorias, que parten del polo de energía indiferenciada del origen y finalizan en el polo de conciencia indiferenciada de la cumbre, se focalizan de forma dominante hacia el núcleo central del ego, entre las pantallas mental e intelectual - recordemos la Fig. 3-B-, que marca el punto de inflexión entre el tramo de salida –o arco externo- y el de retorno –o arco interno.

Sobre el proceso del yo aparente.

Como hemos expuesto anteriormente, la no dualidad fundamental se polariza originariamente bajo las apariencias de energía y conciencia, generando, de esta forma, todo un espectro de equilibrios potenciales entre ambos aspectos antagonistas. El Sí mismo no dual, la única realidad existente, al autoproyectarse multitudinariamente a lo largo de los sucesivos niveles de la gran cadena del Ser, da lugar a un sinnúmero de trayectorias individuales reflejadas. En el caso de los seres humanos, estas trayectorias, que parten del polo de energía indiferenciada del origen y finalizan en el polo de conciencia indiferenciada de la cumbre, se focalizan de forma dominante hacia el núcleo central del ego, entre las pantallas mental e intelectual - recordemos la Fig. 3-B-, que marca el punto de inflexión entre el tramo de salida –o arco externo- y el de retorno –o arco interno.

Ninguna de las estructuras de energía-conciencia del espectro, ni siquiera la del ego, posee realmente un yo independiente, pero al identificarse el Sí mismo con cualquiera de ellas, surge un aparente yo reflejado, con una sensación de identidad determinada. El Yo infinito original permanece eternamente inmutable y autoevidente, pero su reflejo finito va cambiando, de instante en instante, a lo largo de todo el proceso de crecimiento. Este yo finito constituye, así, el vehículo del desarrollo que recorre la escalera evolutiva, etapa tras etapa, hasta descubrir finalmente su verdadera naturaleza, vacía y plena, que trasciende e integra la totalidad del trayecto. Atraviesa las pantallas física, vital, mental, intelectual y beatífica, asentándose sucesivamente en cada una de las estructuras básicas correspondientes a esas fases del camino. Cada peldaño de la gran cadena del Ser sirve, pues, de forma transitoria, como substrato dominante de la sensación del yo, y proporciona, de este modo, una perspectiva diferente y característica sobre la realidad. El yo, en función del patrón distintivo de cada uno de esos niveles, actúa como principio organizador del flujo de los acontecimientos, y ejerce la función de integrador y coordinador del psiquismo, adecuando los sucesivos momentos de la corriente de conciencia de un modo significativo y armónico. Actúa también

como centro de la sensación de identidad y como navegante del proceso de crecimiento, confiriendo, así, una cierta coherencia en el devenir de la existencia.

Vemos, pues, que aunque el yo fenoménico, en última instancia, sea ilusorio, juega, sin embargo, un papel absolutamente esencial en la dinámica del desarrollo individual. Si estamos caminando sedientos por un desierto abrasador, y vemos a lo lejos una charca de agua, a buen seguro nos invadirá una gran alegría y correremos ansiosos hacia el oasis que hemos vislumbrado. Aunque la visión haya sido meramente imaginaria, un puro espejismo, los efectos producidos en nuestro estado emocional y en nuestro ritmo de marcha serán plenamente reales. Queremos decir con esto que, si bien nuestra creencia de ser entidades aisladas y autónomas es, en esencia, radicalmente ilusoria, sin embargo, sus consecuencias prácticas son muy concretas y experimentables. Y, al menos en las etapas orientadas hacia el ego, es decir, a lo largo del arco externo, esa sensación de identidad separada resulta ser, no sólo completamente normal, sino indiscutiblemente necesaria. Baste recordar las nefastas secuelas que acarrea la incapacidad de construir una identidad egoica estable, o la ruptura de esa identidad en los casos de psicosis o neurosis. La mayor parte de los problemas de quienes necesitan ayuda psicoterapéutica están motivados por la carencia de un ego fuerte y maduro, y, en mucha menor medida, por dificultades en la trascendencia de esa identidad egoica. Por eso, el trabajo fundamental de los psicólogos consiste, básicamente, en fomentar la autoestima en sus clientes, y, sólo después de conseguir el fortalecimiento de sus egos, se les puede animar a la búsqueda de la trascendencia.

Cuando se afirma que el yo separado es ilusorio no se está sugiriendo, en ningún caso, la inexistencia de un principio organizador en el psiquismo. Y cuando se habla de trascender el ego, tampoco se está proponiendo la destrucción de ese centro funcional del organismo psicosomático, pues, evidentemente, tal elemento operativo debe seguir en activo mientras haya vida. Lo que se plantea es, simplemente, la necesidad de ir más allá de la identificación exclusiva con esa estructura egoica desde la que nos sentimos entidades separadas e independientes del flujo de las cosas. Este ir más allá significa trascender, pero también abrazar el ego trascendido desde una perspectiva más amplia. Y el resultado conjunto, por tanto, lejos de reducir las capacidades del ser personal, las amplía con las propias de los ámbitos transpersonales que se van descubriendo. Con la iluminación, pues, la estructura egoica funcional se mantiene plenamente activa, pero el centro de gravedad de la sensación de identidad ya no se encuentra absorbido por ella. El ego fenoménico no es, por tanto, un estorbo para el Sí mismo pleno y vacío, sino una de sus más radiantes manifestaciones espontáneas.

El desarrollo de la estructura egoica autoconsciente constituye la fase central, inevitable y necesaria, del proceso de crecimiento del individuo, desde la subconciencia pre-egoica a la supraconciencia post-egoica. Por eso, las primeras etapas de la vida humana deben orientarse, inequívocamente, hacia la afirmación y enriquecimiento de un ego capaz de organizar, centralizar e individualizar, de forma saludable, los flujos de energía y conciencia universales que lo sostienen y envuelven. El despliegue de la estructura egoica, consciente y autorreflexiva es, pues, absolutamente necesario para salvaguardar al ser humano del abismo inconsciente del que surge. Pero lo que en principio supone una ayuda valiosa, se convierte más tarde en una pesada carga. Así, sucede que, en muchas ocasiones, la estabilidad y la fortaleza de la autoconciencia egoica, que permite superar y controlar, en buena medida, las acometidas de los niveles inferiores, al mismo tiempo impide y bloquea el acceso a los niveles superiores. El notable éxito inicial del ego, puede llevarle a creer, erróneamente, en su autosuficiencia e independencia, cerrándose, así, tanto a la subconciencia como a la supraconciencia.

El itinerario global está claro: es necesario desarrollar primero un yo estable y maduro, antes de poder trascenderlo y descubrir la verdadera naturaleza, vacía y plena. Como se afirma en la novedosa psicología transpersonal, "tienes que ser alguien antes de poder ser nadie". O, dicho en lenguaje religioso, "el yo personal es el don que finalmente tienes que entregar a Dios, pero primero debes poseer ese don antes de poder ofrecerlo". Hace falta tener ego para ir más allá del ego. Es necesario adquirir conciencia de sí como yo separado, antes de poder trascender conscientemente esa separación. El enfoque no dualista no plantea, pues, una disyuntiva excluyente entre el yo fenoménico y el Sí mismo infinito, sino que,

simplemente, desvela sus papeles respectivos en la secuencia natural del desarrollo. Lo transpersonal no anula a lo personal, sino que le da su auténtica dimensión. Según este punto de vista, resultan igualmente necesarias, y por este orden, tanto la formación del yo fenoménico, como la comprensión del carácter ilusorio de su presunta substancialidad y permanencia. De ahí que, por un lado, cualquier intento, pretendidamente espiritual, de destruir el ego antes de desarrollar realmente una estructura egoica estable, puede acarrear dramáticas consecuencias. Y, por otro lado, conviene dejar claro también, que la extendida creencia de que el simple desarrollo del ego constituye el punto más alto de la salud mental y la realización humana, es profunda y lastimosamente empobrecedora.

Es necesaria, pues, una perspectiva evolutiva integral que abarque la trayectoria completa del desarrollo: la salida y el retorno, el camino hacia fuera y el camino hacia dentro, la caída y la redención, la encarnación y la divinización. En este sentido, la psicología transpersonal representa, frecuentemente, el ciclo íntegro del desarrollo humano por medio de una circunferencia, y utiliza las expresiones de arco externo, o hacia fuera, e interno, o hacia dentro, para designar este doble movimiento del proceso evolutivo total. El esquema es muy expresivo, pero quizás no estaría de más hacer una aclaración, para evitar posibles equívocos, en torno a cómo se entiende la coincidencia del origen y la meta en este recorrido circular. Según nuestro planteamiento, la puerta de entrada al mundo de la manifestación es fundamentalmente energética, y la de salida básicamente consciente, pero esos dos polos, que desde una perspectiva temporal parecen radicalmente opuestos, en su fundamento originario resultan ser por completo idénticos. La coincidencia del principio y el final en la trayectoria circular del desarrollo no se refiere, por tanto, a las características fenoménicas de las fases extremas -que son diametralmente antagónicas- sino a su intrínseca unidad en la vacuidad plena y atemporal. No se trata, pues, de retornar a la energía indiferenciada de las etapas primitivas, sino de descubrir la no dualidad última de todo el espectro de diferenciaciones. En el próximo apartado volveremos sobre esto.

En cualquier caso, el arco externo del desarrollo personal debe preceder al arco interno del despertar transpersonal. Por eso, dado que raramente puede vislumbrarse el camino hacia dentro antes de los 21 años, no tiene mucho sentido proponérselo como modelo a menores de esa edad. Podría incluso resultar contraproducente revelar el carácter ilusorio del ego a quien todavía tiene que esforzarse en construirlo. En el tramo de salida, por tanto, lo más adecuado es, más bien, fomentar la identificación con el ego -intensificar la fuerza del yo y su autoestima, y eliminar las pautas negativas y autoinvalidantes-, aunque en el tramo de retorno la clave esté, por el contrario, en la desidentificación del ego y en la autoentrega. Se nace sin ego, se construye el ego, se muere más allá del ego. El proceso natural de crecimiento se dirige, así, en la primera mitad de la vida, hacia los logros externos y el despliegue del yo, y, en la segunda mitad, hacia la investigación interior y el abandono del ego. Cuando el yo atraviesa todos los niveles del espectro y descubre, finalmente, su ficticia existencia, tiene lugar la iluminación definitiva, en la que todas las estructuras desplegadas continúan funcionando espontáneamente, sin alguien que esté identificado con ellas, y, por tanto, sin estar ya sometidas a las distorsiones características de la personalización.

Si al principio es particularmente importante la acción, la voluntad, la resistencia y el esfuerzo, orientados hacia la realización del sueño personal, en la fase final es, más bien, la pasividad, la entrega, la quietud y la aceptación del flujo espontáneo de las cosas, lo que puede ir desvelando la realidad transpersonal. En última instancia, sin embargo, desde el presente atemporal del Sí mismo, la salida y el retorno se unifican en cada instante de la vida, como la inspiración y la expiración, desbordando siempre la riqueza del infinito en el mundo aparente de las formas fugaces, y volviendo sin cesar, simultáneamente, a su inmutable vacuidad eternamente autoevidente.

¿Dónde está el paraíso?

En los últimos años se ha planteado un interesante debate acerca de la orientación del camino que conduce a la plenitud. Se trata de saber si la realidad plena se encuentra en el origen -y, por tanto, cualquier alejamiento supone un retroceso-, o si, por el contrario, se halla en una meta lejana hacia la que

es necesario avanzar. ¿El paraíso está en el origen?, ¿en la meta?, ¿en algún punto intermedio?, ¿en ningún lugar concreto?

La polémica se origina debido a la aparente similitud entre las fases extremas del espectro de la energía-conciencia, pues al ser las etapas pre-egoicas y las trans-egoicas, ambas, no-egoicas, pueden ser fácilmente confundibles entre sí, a primera vista. Por eso, este enredo ha sido denominado la "falacia pre/trans". Como hemos comentado anteriormente, en los primeros peldaños de la escalera evolutiva la energía se encuentra aún muy indiferenciada, y en los escalones superiores la conciencia, a su vez, trasciende ya todas las diferenciaciones. En las alturas intermedias, sin embargo, el flujo se focaliza hacia una forma concreta en un nivel determinado -hacia la materia orgánica en el macrocosmos, y hacia el ego en el microcosmos-, y, posteriormente, se desfocaliza en el camino hacia la conciencia pura. El aspecto indiferenciado de las etapas iniciales y finales ha llevado a algunos teóricos a confundirlas entre sí, entendiendo que el arco interno no era otra cosa que una vuelta hacia atrás por el trayecto recorrido en el arco externo. El error esencial de este enfoque radica en no haber tenido en cuenta que la indiferenciación en los primeros niveles es fundamentalmente energética e inconsciente, mientras que en los últimos escalones es sobre todo lúcida y supraconsciente.

En los instantes iniciales de la vida, y todavía durante algún tiempo después del nacimiento, el individuo humano está inseparablemente fusionado con su entorno. Este estado puede entenderse, si se quiere, como paradisiaco, pero sin olvidar que es una situación de completa ignorancia, que tiene muy poco que ver con la lucidez del sabio iluminado. El niño vive en una especie de letargo narcisista o sopor subconsciente, previo a la separación entre el sujeto autoconsciente y el objeto, y, por tanto, completamente incapaz de trascender esa diferenciación que ni siquiera aún ha vislumbrado. Su inocencia, confianza y felicidad son, pues, expresión de una mera ingenuidad despreocupada e ignorante, y no están motivadas, en absoluto, por la pureza del corazón de quien, habiendo conocido el doloroso mundo de los opuestos, ha llegado a descubrir su fuente común, eternamente gozosa. El niño y el sabio se parecen, sí, en que los dos carecen de la conciencia del yo separado, pero mientras uno posee todos los gérmenes del ego en potencia, y pronto será embaucado por sus hechizos, el otro ya los ha desarrollado y trascendido por completo, y, reconociendo su carácter ilusorio, no puede ser engañado por su juego de apariencias duales. Mientras que el infante se identifica, absorbe y confunde con todas las cosas, el ser iluminado descubre su identidad última en el luminoso vacío absoluto que se refleja en sí mismo, fenoménicamente, como la totalidad del mundo de las formas.

Ni la inconsciencia oceánica de la energía o la materia, ni la oscura subconsciencia del animal o el neonato, deben tomarse, en ningún caso, por la radiante supraconsciencia del santo iluminado. La ignorancia narcisista del bebé no es, en absoluto, equiparable a la lúcida vacuidad del sabio. La mística no es, pues, un retorno ingenuo a la unidad pre-personal del feto o del lactante, sino el hallazgo de la no dualidad trans-personal, que se alcanza después de haber atravesado todo el espectro de equilibrios posibles entre la energía y la conciencia. De modo que, cuando el místico afirma que el Sí mismo es uno con la totalidad del mundo, quiere decir que tras la iluminación, al descubrir que su verdadera naturaleza es la fuente común de todos los aparentes antagonismos, todo el espectro del universo manifestado se desvela, con inequívoca evidencia, como una espontánea expresión de esa única realidad absoluta en sí misma. Algo que, por supuesto, el niño es totalmente incapaz de comprender, dado su completo desconocimiento de la mayor parte de ese espectro fenoménico.

El esquema que hemos planteado en el primer capítulo, acerca del despliegue de la serie íntegra de los *chakras* en cada una de las sucesivas envolturas o *koshas* -vital, mental e intelectual-, puede darnos la clave de muchas de las confusiones pre/trans. Dado que cada uno de esos *chakras* tiene un "sonido" específico, es natural que ciclos correlativos en diferentes envolturas presenten características similares, y, por tanto, puedan ser confundidos entre sí. Resulta, así, fácilmente comprensible que, por ejemplo, en ocasiones algunos teóricos tomen los niveles mágico y mítico de la envoltura mental, por los niveles psíquico y arquetípico de la envoltura intelectual. Si recordamos (Fig. 3-B) que en el microcosmos el arco externo está orientado hacia el foco del ego, exactamente en la frontera entre las envolturas mental e

intelectiva, comprenderemos esta posible confusión entre ciclos correlativos de estas series sucesivas, una pre-egoica y otra trans-egoica.

Según hemos expuesto más arriba, la manifestación dinámica de lo atemporal en el tiempo tiene su puerta de entrada en la energía virtual de la física, y la puerta de salida en la conciencia pura de la mística. Sin embargo, estos dos polos, que desde la perspectiva temporal resultan antagónicos -la base y la cumbre de la escalera evolutiva-, en el presente eterno del arquetipo se encuentran unificados, y en la atemporalidad del vacío fundamental son absolutamente idénticos. Este componente paradójico de la realidad nos hace plantear que el camino de retorno hacia la fuente no dual no consiste, como parecería lógico, en volver sobre los propios pasos, sino, al contrario, en seguir hacia adelante hasta el límite, integrando cada vez gamas más amplias del espectro, porque, en esta sorprendente dinámica universal, alejarse es acercarse y el más allá es el más acá. Si la realidad última consiste en la identidad entre la conciencia y la energía, entre el sujeto y el objeto, parece claro que la senda que conduce hacia su descubrimiento, debe ser la que se oriente hacia la vivencia simultánea de esos dos polos aparentemente opuestos.

Respondiendo, pues, a la pregunta inicial de ¿dónde está el paraíso?, la contestación habrá de ser que en todos y en ningún sitio. El cielo es "previo" a la aparente separación de la energía y la conciencia, y, por tanto, no puede ser localizado en ninguna forma concreta del mundo dual, sea cual sea el nivel del espectro que atravesase. Pero, de igual modo, cabe decir que, dado que la plenitud infinita es la verdadera naturaleza y única realidad de todos y cada uno de los peldaños de la escalera evolutiva, cualquier situación fenoménica es ya, tal cual, el cielo. El paraíso no está, pues, de forma prioritaria, ni arriba, ni abajo, ni en medio, y, por eso, puede ser descubierto, al menos teóricamente, en cualquier circunstancia. Basta con que el centro de gravedad de la sensación de identidad se desplace, desde su absorción con las formas relativas, hacia su fuente vacía siempre presente. Y esto sucede, de manera espontánea, tanto más fácilmente cuanto más amplia es la gama de niveles de manifestación integrados simultáneamente, ya que, así, se refleja o se sintoniza con mayor claridad la unidad primordial de la energía-conciencia.

Aunque ningún camino temporal puede conducir, de hecho, hacia el inmutable aquí y ahora del Sí mismo, por la sencilla razón de que ya estamos en él desde siempre, la dinámica retroprogresiva del universo fenoménico manifiesta, a cada instante de forma más diáfana, la inefable no dualidad de su fundamento. De esta forma, el mundo relativo cuanto más se aleja del origen más se acerca a él, o, mejor dicho, más toma conciencia de que nunca ha salido de su fuente eternamente presente. Sigue, así, un inagotable movimiento espiral que en cada momento, ciclo, envoltura o vida emerge de la vacuidad atemporal para desbordar su riqueza infinita en el universo de las formas, y se sumerge de nuevo en el manantial primigenio para continuar, gozosamente, su eterno despliegue creativo en el tiempo.

¿Dinámico-dialéctico o estructural-jerárquico?

En estrecha relación con el debate sobre lo "pre" y lo "trans", comentado en el apartado anterior, se han planteado dentro del movimiento transpersonal dos modelos o paradigmas básicos, el dinámico-dialéctico y el estructural-jerárquico, que tratan de delinear un marco global que ordene de forma coherente los datos aportados por las investigaciones psicológicas y espirituales. Vamos a tratar a continuación de resumir telegráficamente los puntos principales de ambos paradigmas, para, posteriormente, señalar algunas de las coincidencias o diferencias de nuestro modelo con respecto a cada uno de ellos.

El paradigma dinámico-dialéctico está basado en una concepción bipolar de la psique, en la que uno de los polos está ocupado por el ego y el otro por el Fundamento dinámico. Se postula, así, la existencia de una fuente original dinámica, creativa y espontánea -el Fundamento-, de la cual el ego emerge, de la cual entonces el ego se aliena, a la cual el ego retorna, y con la cual, en última instancia, el ego es integrado. Se concibe el desarrollo humano, pues, como siguiendo un camino en espiral de separación y retorno superior a sus orígenes. Es decir, el proceso de interacción entre el ego y el Fundamento es trazado desde

la indiferenciación inicial del ego y el Fundamento, a través de la disociación represiva de este Fundamento por el ego, hasta, finalmente, el retorno y reconstitución del ego en el Fundamento.

El paradigma estructural-jerárquico, por el contrario, está basado en una concepción multinivelada de la psique, y concibe el desarrollo humano como un proceso ascendente a través de una jerarquía de escalones estructurales. Es, básicamente, un modelo orgánico y holístico, pues, empezando por los niveles inferiores, cada nueva estructura emergente incorpora y reorganiza dentro de sí misma las estructuras de niveles precedentes. El desarrollo procede de esta manera, nivel a nivel, hasta que ha sido desplegada la totalidad del espectro, alcanzando, de ese modo, una diferenciación e integración psíquica completa. Según este paradigma, las estructuras profundas de todos los niveles de la jerarquía psíquica son innatas y están implícitas desde el principio de la vida, aunque su despliegue explícito, a través de las estructuras superficiales, tiene lugar de forma sucesiva en el tiempo. La jerarquía constitucional es también, pues, una jerarquía evolutiva, que procede siguiendo una secuencia de etapas en dirección hacia una creciente totalidad inclusiva.

El modelo que estamos exponiendo en el presente ensayo tiene muchos puntos en común con ambos paradigmas, sobre todo con el estructural-jerárquico, y también algunas diferencias con cada uno de ellos. Veamos, brevemente, los aspectos más destacados.

Una mirada rápida sobre el esquema dinámico-dialéctico, puede hacer pensar, a primera vista, que los papeles atribuidos al Fundamento dinámico y al ego pueden ser similares a los que hemos propuesto para el Sí mismo infinito y el yo fenoménico. De hecho, se dice que el Fundamento es la fuente única de los dos tipos básicos de expresión dinámica, la libido o energía psíquica y el espíritu numinoso -"dos manifestaciones diferentes del mismo poder fundamental"-, lo que recuerda, en buena medida, el carácter no dual de nuestro Sí mismo, que es también origen único tanto de la energía creadora como de la conciencia pura. Sin embargo, quizás la gran diferencia entre ambos modelos radica en que, mientras en un caso se presenta al Fundamento como una realidad fenoménica íntegramente presente ya en los primeros momentos de la vida, en el otro planteamos un Sí mismo vacío, "más allá" de cualquier expresión fenoménica, que en los primeros niveles de su manifestación tan sólo refleja sus equilibrios más energéticos y menos conscientes.

Desde una perspectiva evolutiva, parece difícil defender la idea de que una entidad fenoménica individual, en sus etapas iniciales -energéticas, materiales o vitales-, pueda ser capaz de vivenciar plenamente la infinita riqueza del Sí mismo. Resulta más creíble pensar que esa capacidad de sintonización con el Fundamento, en los casos de -por ejemplo- una molécula, una bacteria o un chimpancé, es correlativa a la mayor o menor complejidad, profundidad y amplitud del espectro abarcado por sus estructuras respectivas. Si esto es así, no tiene ningún sentido proponer que la emergencia del nivel mental egoico exige reprimir la vivencia del Sí mismo que aconteció plenamente durante la primera infancia, porque, simplemente, esa vivencia nunca tuvo lugar. Y, del mismo modo, y por idéntico motivo, tampoco cabe plantear la necesidad inexorable de una regresión del ego independizado a los estadios infantiles para regenerarse, porque -una vez más- el Fundamento no está ubicado en la niñez temprana de forma exclusiva, ni, como hemos dicho, en ningún otro nivel fenoménico concreto.

Según nuestra propuesta, el movimiento espiral de salida y retorno del yo fenoménico, desde y hacia el Sí mismo, no es un proceso que tenga lugar solamente tras la emergencia del ego mental para su regeneración, sino que está sucediendo a cada instante, pues, de hecho, el yo finito es un puro reflejo momentáneo del único y eterno Yo ilimitado, y, por tanto, no puede existir al margen de su fuente. Y éste es otro de los puntos de desacuerdo entre el paradigma dinámico-dialéctico y nuestro modelo, pues mientras uno habla de la existencia de dos yoes reales -el Fundamento y el ego-, aquí estamos planteando uno sólo -el Sí mismo vacío- que constituye y comprende sus innumerables reflejos. En un caso, la perspectiva se enmarca dentro de las visiones dualistas de la realidad, que defienden la substancialidad y permanencia del polo egoico frente a la autoridad y el poder del polo noegoico superior, y en el otro, se propone un enfoque no dualista que unifica dinámicamente la vacuidad inmutable y sus formas fugaces.

Con respecto al paradigma estructural-jerárquico, nuestra propuesta se encuentra en una gran sintonía. Sin embargo, hay un aspecto que puede plantear algunas dudas. En la exposición del modelo estructural se repite a menudo un par de ideas muy significativas. Una se refiere a un presunto movimiento involutivo desde el Espíritu hasta la energía primordial, previo al origen del mundo. La otra defiende que el Espíritu es el peldaño más alto de la escalera evolutiva, y también la madera de la que están hechos todos los escalones. Estamos plenamente de acuerdo con el final de esta última afirmación, pero sobre el resto preferimos hacer algunas puntualizaciones.

De acuerdo con nuestro esquema, ningún nivel del espectro de energía-conciencia tiene prioridad sobre ningún otro. Ni los de arriba, ni los de abajo. Ya hemos visto que ningún polo puede existir sin su antagonista. Cada uno de los peldaños no es, así, más que un determinado equilibrio finito entre las dos facetas polares básicas del universo manifestado. Todos los escalones son reflejos parciales del único Sí mismo. Tanto la energía creadora del origen como la conciencia pura de la cumbre son, simplemente, los aspectos extremos de la apariencia de ese Yo ilimitado. No hace falta, por tanto, ningún proceso de involución desde el Sí mismo hasta la energía original, porque esa energía, tal cual, ya es completamente el Sí mismo. Es aceptable decir, esto sí, que hay una absorción inicial del aspecto de conciencia en la faceta de energía, pero si se plantea esto como un movimiento involutivo o de descenso desde el Espíritu hasta la materia, puede entenderse que se está hablando de dos realidades diferentes y opuestas. Y si luego se afirma que hay que ascender toda la escalera evolutiva de nuevo para alcanzar al Espíritu en el peldaño más elevado, da la sensación de que esa idea se confirma. Este lenguaje, pues, tiene el peligro de interpretarse como una visión idealista de la existencia. Por eso, el esquema que estamos desarrollando en este ensayo trata de dejar claro su no dualismo radical: el ser y el conocer, la realidad y la idea, el objeto y el sujeto, la energía y la conciencia, son idénticas en su común fundamento vacío. Luego volveremos sobre esto, al hablar del todo y de la nada.

Nuestra perspectiva de la dinámica evolutiva plantea un doble proceso simultáneo de potencialización de la energía y de actualización de la conciencia. No propone solamente, pues, una jerarquía de conciencia creciente, sino también, al mismo tiempo, otra jerarquía de energía menguante. "La vida asciende la cuesta que la materia desciende". Por eso, si el Sí mismo es conciencia-energía plena y no dual, no debería ser buscado ni en peldaño más alto de la escalera, que tiene una energía muy leve, ni en el peldaño más bajo, que es prácticamente inconsciente, sino en la integración de todos los niveles del espectro. Pues, como hemos dicho anteriormente, cuanto más amplio sea el abanico de niveles de la realidad abarcados simultáneamente por el organismo individual, más fácil resultará la sintonización plena con la fuente no dual, y también, por tanto, el deslizamiento espontáneo de su centro de identidad desde el yo fenoménico hacia el Sí mismo real. El hecho, pues, de que el descubrimiento de la verdadera naturaleza resulte más probable al acceder a los peldaños altos de la escalera evolutiva, no se debe a que esos niveles, tomados aisladamente, sean expresión más plena del Sí mismo que cualquier otro, sino a que el individuo que llega a ellos abraza entonces, simultáneamente, todo el camino ya recorrido. Y, si no hemos interpretado mal el planteamiento de fondo de los defensores del paradigma estructural-jerárquico, creemos que ésta es también su visión de las cosas.

De la muerte y el renacimiento.

El Sí mismo es eternamente inmutable y, por tanto, sin nacimiento ni muerte. Sus innumerables reflejos fenoménicos, por el contrario, son permanentemente cambiantes y, por tanto, están naciendo y muriendo a cada instante. La comprensión de esta doble condición de la única realidad no dual, clarifica en gran medida los fenómenos de la muerte y el renacimiento.

Nuestra naturaleza última nunca entra en el mundo del tiempo y, por consiguiente, es eternamente no nacida. Esta es la suprema verdad: nada ni nadie ha nacido jamás. Y lo que no nace, tampoco muere. Por eso, se puede decir que el Sí mismo no nacido, o nacido solamente en apariencia, es absolutamente

inmortal. Todos sus reflejos fenoménicos, sin embargo, tienen un comienzo en el tiempo y, por tanto, habrán de tener también un final. Pero el surgimiento o la desaparición de esos yoes reflejados no afectan lo más mínimo a su inmaculada fuente, siempre fresca y nueva. Desde la perspectiva del Sí mismo, no existe el menor cambio de la vida a la muerte. Por eso, “el sabio, al morir, no desea ir al cielo: está allí ya mucho antes de que su corazón se detenga”. Y en el mismo sentido, también se dice que “aquel que muere antes de morir, cuando le llega la hora de la muerte, no muere”. Y se aconseja que “mientras vivas, hazlo como una persona muerta, completamente muerta”, porque “cuando dejes de existir, sabrás donde descansa tu verdadera gloria”. La liberación, de hecho, no es sino descubrir esa eterna realidad no nacida, que es ahora, y siempre ahora, puesto que es anterior al tiempo mismo. Un inagotable presente sin duración que genera y acoge todos los mundos eternamente.

El Sí mismo no muere porque nunca nació, pero el yo reflejado nace y muere en cada momento. “Todo, excepto Dios, perece”. El eterno presente del Sí mismo infinito se focaliza, de instante en instante, en cada ahora fugaz de sus reflejos individuales. El momento presente nace y muere, así, desde y hacia su fundamento atemporal sin lapso alguno, en un abrir y cerrar de ojos. Todo el mundo fenoménico está, pues, en una continua danza de creación y destrucción. Si queremos comprender la muerte, basta con prestar atención al surgimiento y a la desaparición de la experiencia presente. Nacemos y morimos, simultáneamente, en cada momento. La dinámica circular del nacer y el morir constituye el principio fundamental del universo evolutivo. No es posible vida nueva sin muerte previa. Ni renacimiento sin destrucción. Ni creación sin terminación. Sólo en el completo desprendimiento de todo, puede llegar lo nuevo. Sólo entregándose sin reservas a la muerte en cada instante, es posible descubrir la creatividad eterna de la vida. Sólo en el abandono total tiene lugar la plena renovación.

La realidad plena del Sí mismo es eterna e inmutable, pero sus innumerables reflejos parciales están transformándose constantemente. Debido a la identificación exclusiva con estos reflejos finitos, la simple perspectiva de la muerte produce un terror inmediato, pues se interpreta como la disolución completa de la propia realidad. La visión limitada del yo fenoménico no es capaz de percibir que la danza permanente de la vida y la muerte afecta tan sólo al mundo de las formas compuestas, y que la simple energía-conciencia originaria permanece eternamente inmutable, abrazando en su quietud absoluta todos los movimientos relativos del universo manifestado. Mientras haya identificación con el ego habrá temor, pero cuando uno ya no se identifique con nada, el juego del nacimiento y de la muerte carecerá por completo de negatividad. Al disiparse la creencia en el yo separado, se comprenderá, diáfanoamente, que tras la rueda del nacer y el morir, no hay “alguien” que nazca o muera. Que las nubes van y vienen, pero el cielo permanece inalterable. La única solución ante el aparente problema de la muerte consiste, pues, en darse cuenta del carácter ilusorio de la sensación de identidad separada, y en descubrir vivencialmente, aquí y ahora, la propia naturaleza última, común a todas las cosas.

El yo fenoménico dura tan sólo un instante. Nace y muere en cada presente de la vida. No hay, por tanto, una entidad substancial y permanente “detrás” de las experiencias transitorias del mundo relativo. Cuando se descubre este simple hecho en toda su evidencia, cuando se comprende, sin sombra de duda, que nunca ha existido la persona separada que se creía ser, la temida muerte, automáticamente, deja de plantear la menor preocupación. Basta con darse cuenta que el yo fenoménico ha estado muriendo y renaciendo en cada momento de la vida, para abandonar toda resistencia a ese incontenible flujo circular de creación y destrucción, y descubrir, así, al eterno Sí mismo, vacío y pleno, desde y hacia el cual surgen y retornan todos sus efímeros reflejos. La verdadera inmortalidad no es, pues, la permanencia interminable del yo fenoménico, sino, al contrario, la comprensión de su completa e instantánea fugacidad. No tiene que ver, por tanto, con la eliminación de la muerte para alcanzar una supervivencia eterna, sino con la trascendencia del nacimiento y de la muerte y el descubrimiento de la atemporalidad de su fuente común. Inmortalidad no es, en ningún caso, sinónimo de continuidad.

En cada instante, el eterno presente del Sí mismo infinito se proyecta en el mundo del tiempo. Partiendo del polo energético originario, se focaliza en el ahora fugaz de un yo fenoménico emplazado en un nivel determinado del espectro, y retorna a su fundamento atemporal por el polo consciente final. Cada

momento del tiempo recapitula, así, la totalidad de la gran cadena del Ser a través de una forma finita concreta. Tal como hemos indicado en el primer capítulo, lo mismo sucede con cada ciclo -o peldaño- evolutivo, con cada envoltura -o piso- del proceso de desarrollo, y con la trayectoria íntegra -o edificio completo- de una vida individual en su totalidad. Una sucesión de reflejos dentro de reflejos, en diferentes escalas temporales, de la misma y única realidad arquetípica: la polaridad unificada y plena de energía-conciencia primordial. Si esto es así, no sería extraño que las vidas individuales se integraran, a su vez, en una secuencia más amplia que enlazara sucesivas trayectorias vitales, cada una de ellas con un punto de focalización progresivamente más alto. Esta posibilidad estaría muy relacionada, evidentemente, con la clásica idea de la "reencarnación" planteada en muchas tradiciones espirituales. La vieja teoría del renacimiento tomaría un nuevo sentido al ser comprendida desde una perspectiva evolutiva. Pues, como se dice en el yoga integral, nuestra vida no es un hecho aislado que acontece inexplicablemente sin un antes y un después, sino que es un episodio que vive el alma en su proceso progresivo de ascenso por la escalera de la evolución espiritual.

Según hemos indicado anteriormente, cada vida individual posee una guía subliminal que, como los "canales arquetípicos" que se plantean en biología del desarrollo, encauza el aparente juego del azar a través de una trayectoria muy precisa de crecimiento. Esta guía, similar al ser anímico evolutivo del yoga integral, podría constituir el canal de enlace entre sucesivas vidas individuales, e iría elevando progresivamente su foco central de exteriorización hacia la cumbre del espectro de energía-conciencia. El nivel de evolución alcanzado en una determinada vida quedaría registrado en ese ser anímico y pasaría a la siguiente vida, no tanto en forma de recuerdos concretos de la personalidad frontal, sino como modalidad central de adaptación. Según la filosofía perenne, este proceso de transmigración continúa hasta alcanzar la iluminación definitiva, momento en el que el ser anímico se descubre como el único Sí mismo de todas las cosas, y la sensación de identidad separada desaparece por completo.

El yo reflejado, como hemos visto, dura tan sólo un instante, pues está naciendo y muriendo, simultáneamente, desde y hacia el presente eterno del Sí mismo. Si, según nuestro planteamiento, no hay, pues, una entidad fenoménica, substancial y duradera, que pase de un momento temporal a otro a lo largo de la trayectoria aparente de una vida individual, con mayor razón habremos de decir lo mismo en el proceso de renacimiento entre vidas sucesivas. Aun aceptando la validez relativa de esa dinámica transmigratoria propuesta por la filosofía perenne, no resulta necesario plantear la existencia de ningún ente separado y autónomo que protagonice esas sucesivas reencarnaciones. El ser anímico no constituye el asiento último de la identidad, sino que es tan sólo el anclaje fenoménico de un reflejo individual que evoluciona y, posiblemente, transmigra. Insistimos: todos los yoes fenoménicos, egoicos o anímicos, no son sino meros reflejos fugaces de un único Sí mismo que es la identidad real y definitiva de todos ellos. Tal como afirma la filosofía *vedanta*, en última instancia "sólo el Señor transmigra".

Muchas tradiciones místicas orientales plantean, cada una a su manera, un escape del infinito ciclo de renacimientos. Tanto el hinduismo, a través del descubrimiento del verdadero Yo no nacido, como el budismo, a través de la comprensión del carácter ilusorio del yo fenoménico, ponen de manifiesto que nuestra presunta atadura al mundo temporal es tan sólo una apariencia engañosa. La inmortalidad verdadera no consiste, así, en la perpetuación del ego más allá de la muerte, sino en el despertar del inmutable Sí mismo, eternamente autoevidente, que genera, sostiene y acoge en su lúcida vacuidad absoluta, todo el infinito juego de reflejos relativos del mundo manifestado. Lo que permanece no es, pues, una individualidad temporal fenoménica, sino la pura y luminosa energía-conciencia no dual, siempre presente, que se despliega, de instante en instante, en y como la totalidad del universo. Alcanzar la inmortalidad es, simplemente, comprender el engaño del tiempo y descubrir la evidencia del presente eterno.

En la profundidad de nosotros mismos podemos llegar a vivenciar directamente, aquí y ahora, el estado atemporal, no nacido e inmortal, que descubriremos diáfano a la hora de la muerte. En ese momento, todas las estructuras superficiales se desmoronarán y la sensación de identidad separada desaparecerá por completo. Disueltas, así, las formas finitas del mundo relativo que nos distraían y con las

que nos identificábamos, aparecerá radiante la lúcida luminosidad del Sí mismo, la “clara luz del vacío” de la que se habla en el budismo tibetano. No será una situación novedosa ni extraña, sino que, al contrario, será simplemente caer en la cuenta de la diáfana y gozosa autoevidencia de ser, siempre presente, que, incomprensiblemente, nos había pasado desapercibida al estar absorbidos por su desbordante juego de reflejos fenoménicos. Por eso, lo importante no es especular sobre lo que sucederá en la próxima vida, si es que la hay, sino investigar en el aquí y el ahora cuál es nuestra verdadera naturaleza. Descubriremos, así, que el cielo no es un ámbito lejano en un futuro remoto, sino la vivencia plena del inmutable presente eterno, que despliega su riqueza infinita en la danza creadora de la vida y de la muerte.

El eterno presente.

Un tema íntimamente vinculado con el del anterior apartado -la muerte y el renacimiento- es el del tiempo. La comprensión radical de cualquiera de ellos, aclara simultáneamente todo lo relacionado con el otro, ya que ambos giran en torno a la vivencia del presente. Recordemos, pues, nuestra propuesta básica sobre este punto: el ahora inmutable del Sí mismo se proyecta, de instante en instante, en cada ahora fugaz de los yoes fenoménicos. O, en palabras de un filósofo medieval, “el ahora que pasa hace el tiempo, el ahora que permanece hace la eternidad”.

Sólo existe el presente. El presente es lo permanentemente real. Nunca hemos estado ni estaremos en otro lugar que en el ahora. No es posible experimentar nada fuera del momento actual. Eternamente vivimos en este instante. No podemos salir de él. Aunque, si intentamos atraparlo, parece huir, siempre está aquí. En este sentido, se afirma que el presente es la única cosa que no tiene fin.

El mundo real es siempre presente. Sólo presente. No tiene pasado y, por tanto, siempre está naciendo. No tiene futuro y, por tanto, siempre está terminando. Cada momento es, así, simultáneamente, el principio, el medio y el final de toda la existencia. Por eso, se dice que el sabio no es consciente del pasado ni del porvenir, sino que “vive en el instante-ahora que está constantemente en verdor recién vestido”. No tiene acumulaciones del ayer, ni tampoco esperanzas para el mañana. Ya no busca su identidad en el pasado, ni pretende ningún logro en el futuro. Ha descubierto que el paraíso está en cada aquí y ahora. Que la realidad plena no es otra que el eterno presente creador.

En nuestra percepción inmediata no existe, en absoluto, el tiempo, sino tan sólo un despliegue de momentos presentes, un ahora sin duración que se renueva continuamente. Todo es solamente un destello que resplandece en y como el mundo fenoménico, durante el cual nada cambia. En el instante siguiente se produce otro resplandor, con una forma relativamente parecida. La memoria nos hace creer en la continuidad de ambos momentos, pero, estrictamente hablando, su conexión no está realmente en el tiempo, sino en la fuente eterna de donde proceden. Podríamos decir, pues, que cada nuevo instante está completamente desconectado del anterior y es totalmente creativo. En cada ahora comienza y termina la vida temporal. Como afirmaban los místicos sufis medievales, el universo es aniquilado y renovado incesantemente, a cada soplo, pero a causa de la rapidez de la sucesión, el espectador se engaña con la creencia de que el mundo es permanente. Pero la vida llega siempre nueva, siempre fresca, como un río, inexorablemente. Todo es, en realidad, una eterna y perpetua epifanía que no se repite nunca.

Como hemos comentado anteriormente, la memoria de instantes pasados y la expectativa de instantes futuros hacen creer al yo fenoménico en la existencia de una realidad temporal consistente y duradera. Pero la continuidad de ese tiempo imaginado es, en verdad, tan ficticia como la del círculo de fuego formado por una antorcha en movimiento. La memoria de los ayeres y la expectativa de los mañanas son, exclusivamente, acontecimientos del presente. El pasado y el futuro sólo pueden diferenciarse del ahora de forma ilusoria. Por eso, al aferrarse a este engaño del tiempo, los individuos egoicos le están dando la espalda a la evidencia del eterno presente y, por tanto, a su Sí mismo integral. El ego, en realidad, está construido de recuerdos del pasado y de deseos del futuro, y, sin ellos, esa entidad imaginaria desaparecería por completo. Por esta razón, el yo fenoménico trata de alejarse de la experiencia simple y

directa del presente, porque, de no hacerlo así, quedaría de manifiesto el carácter ficticio de su propia existencia. En cualquier caso, no hay, ni nunca ha habido, un yo realmente separado de la experiencia del momento. El yo, de hecho, es simplemente otro nombre que le damos a la vivencia del ahora. Y, así, la iluminación no consiste sino en darse cuenta de que no hay "alguien" al margen del flujo de lo-que-es. La vida eterna se descubre, en definitiva, cuando desaparece el último rastro de distinción entre el yo y la situación presente.

La eternidad no es un tiempo de duración infinita, sino un ahora inmutable y atemporal que genera y abarca, de instante en instante, la totalidad del tiempo. No se trata, pues, de un tiempo después del tiempo, sino de la atemporalidad que constituye cada momento de la historia del mundo. En el Sí mismo la energía y la conciencia están unificadas y, por tanto, no hay distancia temporal entre ellas. O, si se prefiere, allí la totalidad del tiempo está condensada en un momento sin fecha ni duración, y todo es simultáneo, sin antes ni después, siempre fresco y nuevo. Sin embargo, al proyectarse ese Sí mismo infinito en un limitado yo fenoménico, el presente eterno adopta la apariencia de un presente fugaz. La realidad sin cambios se manifiesta, de esta forma, como un cambio permanente. En última instancia, pues, la raíz de todos y cada uno de los instantes temporales no es otra que la misma y única eternidad inmutable. Cada ahora del tiempo no es, así, sino la atemporalidad misma focalizada, momento tras momento, en una posición particular. De ahí, las afirmaciones de que el tiempo es "una imagen móvil de la eternidad", o de que "el movimiento es la explicación de la quietud".

La realidad última no es el "ahora que pasa" del universo temporal, sino el "ahora que permanece" de la vacuidad sin tiempo. Cuando se dice, pues, que lo único que existe es el ahora, no se habla tanto de esos momentos fugaces con los que nos identificamos –que continuamente están desvaneciéndose y transformándose en pasado- sino del presente atemporal que contiene la totalidad del tiempo, pues es la inmutable matriz plena y vacía de la que brotan y en donde se extinguen todos los instantes temporales. Por eso, el sabio iluminado, que vive en ese ahora que permanece, puede decir aquello de "antes de que Abraham fuera (en pasado), yo soy (en presente)". Porque el presente pleno del que hablamos incluye en sí mismo tanto el pasado como el futuro, ya que es la fuente única de todos y cada uno de sus transitorios reflejos. Es, por tanto, anterior a cualquier tiempo pretérito, y, también, posterior a cualquier tiempo venidero. Es, en fin, simultáneo e idéntico a todos los instantes de nuestra vida. Ya. Y siempre.

El Sí mismo atemporal e inmutable se refleja, instante tras instante, en un yo fenoménico, fugaz y cambiante, para manifestar su inefable riqueza. La creatividad es esta irrupción de la eternidad en el tiempo a través de la abertura del momento presente. El tiempo, de hecho, tan sólo es verdadero en ese instante en que le toca lo eterno. Todo es un permanente comienzo. El universo entero es creado en cada momento. Como se afirmaba en la filosofía medieval, "Dios crea el mundo y todas las cosas en este presente de ahora". La totalidad del cosmos emerge, siempre ahora, directamente desde el vacío atemporal. En este preciso momento estamos, pues, en el principio mismo de la creación, ya que nuestro Yo verdadero habita en un solo ahora, ininterrumpidamente. Este Yo es una presencia sin tiempo y sin forma que se proyecta en lo temporal como todas las formas del mundo. Una realidad inmutable que, sin embargo, genera y abarca toda la danza aparente de creación y destrucción del universo. Sin comienzo ni final, pero él mismo origen y meta de todas las cosas.

La atemporalidad inmóvil del Sí mismo aparece en el tiempo como el desarrollo incesante del yo fenoménico. No se trata de dos realidades diferentes, sino de una única realidad percibida desde la mente dual. Quietud y movimiento, calma y dinamismo, sosiego y actividad. La vivencia integral del místico abraza simultáneamente ambos aspectos desde el presente eterno, sin dejarse absorber en exclusiva por ninguno de ellos. El iluminado no huye, pues, del tiempo, sino que lo vive plenamente desde el instante atemporal. Pero no está tampoco en el tiempo, sino que, más bien, todo el tiempo está en él. Habita en ese ahora perpetuo, sin principio ni fin, en el que el inmutable vacío luminoso se desborda, espontáneamente, en el mundo de las formas fugaces. Por eso, el sabio puede decir, indistintamente, "no estoy en ninguna parte y soy atemporal" o "existió en todas partes y siempre".

El momento actual es idéntico a la atemporalidad de la plenitud originaria. En este mismo instante vivimos ya, por tanto, la vida eterna. No hace falta realizar ningún esfuerzo para ponernos en contacto con el eterno presente. Este preciso momento en el que estás leyendo esta frase es ya, radicalmente, la eternidad plena. La meta del camino espiritual no está, pues, en el futuro, sino en el ahora. En cada ahora. Como se afirma en el budismo, la naturaleza de Buda no es una potencialidad actualizable alguna vez en el futuro, sino la naturaleza original, siempre presente, de todos los seres. No es necesario desplazarse un ápice para encontrar la realidad del presente. Para descubrir nuestra verdadera naturaleza, eternamente autoevidente, basta con dejar de huir ilusoriamente de la situación actual. ¿Por qué no investigar, por tanto, lo que es ahora, y siempre ahora, en lugar de intentar escapar, inútil e ingenuamente, especulando con pasados y futuros imaginarios?

TERCERA PARTE: Y AHORA, ¿QUÉ?

A. ACERCA DE UN CAMINO SIN DISTANCIA.

En los dos primeros capítulos del presente trabajo, hemos desarrollado una perspectiva dinámica y no dual sobre el universo en su conjunto y sobre el ser humano en particular, pero, hasta aquí, todo ha sido, básicamente, un mero enfoque mental sobre estas cuestiones. Si todo se quedara así, en un simple ejercicio teórico, este ensayo sería, en verdad, escasamente transformador. Por eso, en este tercer capítulo, queremos invitar al lector a indagar vivencialmente en la propia conciencia, para comprobar la validez, o no, de nuestra propuesta acerca del carácter ilusorio de la sensación de identidad separada. Para ello, vamos a sugerir unas posibles pautas de "trabajo" –en sintonía con muchas de las tradiciones no duales-, con vistas a facilitar esa investigación vivencial que nos puede desvelar nuevos ámbitos, más lúcidos, de la realidad y de nosotros mismos.

¿Qué hacer?

Estamos planteando que nuestra verdadera naturaleza es la plenitud infinita y eterna, y, sin embargo, nosotros nos sentimos individuos limitados y temporales. Todas las tradiciones espirituales nos afirman que la realidad última es un puro gozo luminoso, pero nuestra experiencia cotidiana se encuentra, más bien, plagada de sombras y sufrimientos. Ante esta situación, la reacción inmediata de nuestros egos consiste, básicamente, en buscar un camino o sistema que permita alcanzar ese estado de eterna bienaventuranza: "¿Qué tengo que hacer para conseguir la liberación?"

Esta pretensión del ego de librarse a sí mismo de sí mismo es profundamente autocontradictoria. No es posible superar la alucinación de ser un ego a través de estrategias del propio ego. Toda tentativa del yo ilusorio por trascenderse, presupone precisamente esa ilusión que constituye el problema mismo. Es decir, admite de entrada la realidad de su propia existencia y, de este modo, lo único que logra es reforzar y perpetuar el engaño que pretende destruir. Cualquier operación llevada a cabo por esa ficticia entidad separada con la que nos identificamos, sólo consigue, así, fortalecer su propia fantasía, y, con ello, alejarse de la comprensión de su verdadera naturaleza. El ego, por tanto, jamás puede alcanzar su propósito, porque las premisas de las que parte son radicalmente absurdas. Ninguna actividad que implique un movimiento centrado en el yo separado es capaz de desvelar la realidad última no dual. El esfuerzo personal puede modificar la conducta del individuo, pero, en ningún caso, provocar su propia trascendencia. Ninguna maniobra fenoménica es capaz de propiciar la caída del velo separador del ego, por la sencilla razón de que ese velo es una pura ilusión.

El ego nunca puede librarse de sí mismo. Cuando pretende ser nada, ya es algo. Cuando se esfuerza en estar ausente, acrecienta su presencia. Cuando intenta relajarse, provoca su propia resistencia. Cuando desea soltar sus apegos, crea nuevas adherencias. Cuando trata de conseguir la pasividad y el silencio, su esfuerzo le llena de ruido y actividad. El ilusorio yo separado no es capaz de obtener ningún logro espiritual, ni, mucho menos, su iluminación. Todo lo que hace para eliminar sus conflictos, miedos y deseos resulta completamente inútil, porque es precisamente ese esfuerzo por huir de la situación presente lo que genera sus conflictos, sus deseos y sus miedos. Todo anhelo por conseguir una meta -ya sea material o espiritual-, toda pretensión de llegar a ser algo -o a ser nada-, tiene al ego en su centro y, por tanto, lo fortalece y perpetúa. El descubrimiento del infinito y eterno Sí mismo no puede ser producto de una búsqueda intencionada por parte del yo separado, porque cualquier tentativa suya por alcanzar su verdadera naturaleza, lo aleja de ella. La búsqueda de algo parte siempre del supuesto de su actual ausencia. Por eso, la pretensión del ego de alcanzar en el futuro el Sí mismo -que es, de hecho, nuestra

realidad eternamente presente-, es precisamente lo que genera la sensación de su carencia en este momento.

Cualquier intento de obtener una cosa, significa perseguir un objeto por parte de un sujeto ajeno. Cualquier deseo de mejorar en algo, o de alcanzar un logro determinado, genera una separación entre lo que es y lo que debería ser. Cualquier esfuerzo o disciplina en pos de la realización, crea una escisión entre el buscador y lo buscado, y, por tanto, lejos de desvelar la realidad no dual que sostiene a ambos, la oculta inexorablemente. La verdadera naturaleza -que es la fuente no dual de todas las dualidades aparentes- jamás puede ser atrapada en una relación sujeto-objeto. En este sentido, un maestro zen afirmaba: "Si tenéis el menor deseo de ser mejores de lo que ahora sois, si os afanáis, aunque sólo sea mínimamente, en la búsqueda de algo, ya estáis yendo contra el no nacido". El problema está en que el sujeto buscador y el objeto buscado son, en última instancia, una misma cosa. De ahí que el Sí mismo nunca puede ser experimentado o comprendido objetivamente, como si fuera una realidad separada y distinta del sujeto que la experimenta o comprende. No hay la menor distancia, ni temporal ni espacial, entre el Sí mismo y la situación presente, de forma que no tiene ningún sentido buscarlo fuera de este preciso instante y lugar. Ningún trayecto nos conduce al aquí. Ningún proceso nos acerca al ahora. Todos los caminos de búsqueda nos separan, pues, de la inmutable meta siempre presente. Nuestras ansias por encontrar la verdad nos ocultan el descubrimiento de su diáfana autoevidencia.

La clave que facilita el hallazgo de nuestra verdadera naturaleza está en la comprensión de la experiencia del momento actual. La realidad está tan próxima que no es necesario buscarla. "Si no la buscas, la encontrarás", decía un místico medieval. Si vamos en su persecución, lo que hacemos es huir de ella. Si pretendemos capturarla fuera, le damos siempre la espalda. Si ansiamos alcanzarla en el futuro, impedimos su vivencia en el presente. Incluso el sutil intento de no apartarnos de este presente, el deseo de no desear, sigue siendo un movimiento de resistencia a lo que sucede en el ahora. Actuamos convencidos de que la plenitud no dual está ausente y, por eso, nos esforzamos reiteradamente en aproximarnos a ella, pero dado que esa plenitud es todo lo que existe y no hay lugar donde no esté, no cabe encontrar modo alguno de acercarse más. Ni de alejarse tampoco. Cualquier esfuerzo por alcanzarla no hace sino negar su eterna omnipresencia. Cualquier propósito de búsqueda constituye un artificio estéril y un obstáculo, porque aplaza para mañana lo que sólo puede encontrarse en el eterno ahora. Cualquier intento de cambiar nuestro estado actual no es más que una inútil distracción, porque nuestra propia naturaleza en este momento, previa a todo esfuerzo, es ya lo no dual. "El Sí mismo no es, en fin, una realidad que resulte difícil de alcanzar, sino, más bien, un estado del que resulta imposible escapar".

Nada nos falta. Nada hay que buscar. Nada que obtener. Nada que alcanzar. No hay "alguien" que tenga que ir a ningún lado. Tampoco sitio alguno a donde ir. Si no nos movemos, ya hemos llegado. No hay nada que hacer para ser lo que somos. No es necesario esforzarse por construir un estado diferente del actual, sino simplemente reconocer en nuestra situación presente y cotidiana la eterna realidad no dual. No hay nada que alcanzar fuera de lo que está sucediendo en este momento. No se requiere nada especial para vivenciar la plenitud del Sí mismo. En verdad, el único logro valioso consiste en descubrir ahora lo que ya somos desde siempre. Por eso, el Buda declaró: "En la suprema iluminación no he conseguido nada". Y, en este sentido, se dice que ni el sabio logra la iluminación, ni ningún ser viviente la pierde jamás. Basta tan sólo, pues, con dejar de buscar algo distinto de lo-que-es para hallar nuestra diáfana naturaleza infinita. No se trata de perseguir lo que creemos no tener, sino de encontrar lo que nunca hemos perdido. Lo que queremos ser, ya lo somos. La clave para recorrer esta distancia inexistente no consiste, pues, en realizar denodados esfuerzos para llegar a algún otro lado, sino, sencillamente, en estar presentes al presente y en despertar a la clara transparencia de este instante sin tiempo.

La iluminación no es un suceso novedoso obtenido gracias a los méritos del ego, o producto de alguna esforzada disciplina. La iluminación es, desde siempre, nuestra verdadera naturaleza inmutable y eterna, que se manifiesta radiante cuando el ilusorio yo separado desaparece por completo. Por eso, cuando la iluminación tiene lugar, lejos de haber "alguien" que la alcance, surge la diáfana certeza de que, en realidad, nunca ha habido tal entidad. El ego, pues, por mucho que se esfuerce, jamás puede iluminarse,

porque cuando la iluminación aparece, el ego ya no está ahí. La iluminación sólo puede surgir cuando el que hace el esfuerzo ha desaparecido. Es necesario, así, que la persona que creemos ser se quite de en medio para que la plenitud que realmente somos aflore clara y transparentemente. Sólo cuando el yo separado cesa totalmente, puede revelarse lo atemporal. Pero no se trata de destruir ninguna entidad real, sino de descubrir que esa entidad en verdad nunca ha existido.

Nos encontramos, pues, con que el ego no es capaz, en ningún caso, de alcanzar la iluminación, y, más aún, con que cualquier intento que haga para lograrlo, lo único que consigue es impedir que suceda. Pero, por otro lado, también es patente que si permanecemos identificados con ese ilusorio yo fenoménico, y nos aferramos a su mezquina e ignorante perspectiva, también será difícil que la iluminación tenga lugar. Como dijo un antiguo maestro: "En el *tao* no hay nada en lo que haya que disciplinarse. Pero si en el *tao* no hay disciplina alguna, uno sigue siendo un ignorante". Y, del mismo modo, un místico sufi aseveró: "Aunque el conocimiento de Dios no puede ser alcanzado mediante la búsqueda, sólo aquellos que lo buscan terminan encontrándolo". Porque el despertar no es el resultado de nuestra investigación, pero nunca sucede sin nuestra investigación. Si no hacemos algo al respecto, seguiremos exactamente donde estamos.

Nos hallamos, pues, en una complicada encrucijada: si el ego hace algo para iluminarse, su mismo esfuerzo lo impide, pero si no hace nada, tampoco surgirá la iluminación. La clave para resolver este dilema está en comprender que la acción no debe orientarse a perseguir la realidad absoluta, como si actualmente no la poseyéramos, sino a desenmascarar la mentira con que nos estamos engañando en cada instante al identificarnos con una estrecha entidad relativa. Es decir, la búsqueda en ningún caso puede acercarnos a la meta, puesto que ya estamos en ella desde siempre, pero sí puede ayudarnos a trascender las absorciones que parecen obstaculizar el reconocimiento de nuestra verdadera naturaleza. El Sí mismo ya lo somos y, por tanto, no hay que hacer nada para lograrlo. Basta, pues, con dejar en evidencia el carácter ilusorio del yo separado, para que se manifieste diáfana la plenitud que somos desde siempre. La naturaleza esencial se revela espontánea cuando la entidad egoica ha desaparecido por completo.

Los filósofos no dualistas gustan decir que cuando se percibe lo ilusorio como ilusorio, en esa misma comprensión está lo verdadero. Todas las grandes tradiciones espirituales coinciden en proponer unas "condiciones especiales", adecuadas pero no forzosas, que facilitan el reconocimiento del carácter ficticio del ego y, con ello, la realización del Sí mismo. Estas condiciones ponen de manifiesto los mecanismos de resistencia del yo separado, permitiendo así su trascendencia. En los siguientes apartados trataremos de señalar las características centrales de esta actitud recomendada, que simplifica el tránsito por el camino sin distancia entre el yo ilusorio y el Sí mismo real. Se trata, básicamente, de un simple gesto de vigilancia y desapego, que ataca de frente al absorbente fenómeno de la identificación, que es la causa fundamental de nuestro engaño, y, de esta forma, abre la puerta a la emergencia de la plenitud ilimitada. No se trata, en cualquier caso, de que este gesto de "atención sin opción" conduzca hacia la iluminación, sino, más bien, de que esta actitud de lucidez y aceptación es ya, en sí, una expresión de la luminosa apertura autoevidente que somos desde siempre. La investigación espiritual, de hecho, no se hace para llegar a la vacuidad silenciosa, sino que sucede ya dentro de esa omniabarcante vacuidad.

En el marco de las tradiciones no dualistas, algunas escuelas proponen una vía abrupta de realización, mientras que otras plantean, por el contrario, un camino gradual. Las primeras se apoyan, fundamentalmente, en que el Sí mismo no está en el proceso del devenir, sino en el presente eterno, y afirman, por tanto, que cualquier movimiento en su búsqueda es un alejamiento. Las segundas, por su parte, se basan en el hecho de que los individuos fenoménicos se despliegan evolutivamente, y defienden, por tanto, que la dinámica de desidentificación ha de ser igualmente progresiva.

En la vía directa, que hablando con propiedad no es realmente una vía, se acepta de entrada la posibilidad de que ya estamos realizados desde siempre, y de que la iluminación es nuestra verdadera y eterna naturaleza. Se plantea, entonces, que basta con relajar profundamente nuestros hábitos egoicos, para que

la plenitud que ya somos aflore diáfanoamente. La transmutación no se efectúa etapa tras etapa sino que, de forma instantánea y repentina, todo lo disperso se integra en una unidad global. El estado de realización no es aquí la meta, sino el comienzo del viaje de exploración del mundo fenoménico.

En la vía progresiva, por contra, se insiste, más bien, en que la realidad fundamental se encuentra envuelta por una serie de pantallas reflectantes, groseras o sutiles, que es necesario trascender antes de descubrir su fuente luminosa. Como en la vía directa, también aquí se defiende que la iluminación surge de forma súbita e inesperada, pero se enfatiza sobre todo el hecho de que el proceso de desidentificación de esas sucesivas envolturas que nos mantienen en el engaño, se efectúa paso a paso. En la práctica, pues, se plantea el descubrimiento del Sí mismo como una meta futura.

El camino de investigación que vamos a proponer a continuación, sintoniza con las enseñanzas de ambas escuelas. Apunta hacia el Sí mismo que somos realmente, y, a la vez, hacia el yo separado que ilusoriamente creemos ser. Es una vía directa, porque se apoya permanentemente en el eterno presente, y es, simultáneamente, progresiva, porque ayuda a ir viendo, una a una, las absorbentes identificaciones, y, por tanto, a eliminarlas de forma sucesiva. La iluminación es, así, meta y camino, objetivo y presencia, acontecimiento futuro y ahora eterno. Se puede hablar, pues, de un proceso evolutivo para ver lo que no somos, y de un despertar instantáneo, que trasciende por completo todo tipo de procesos, para descubrir lo que realmente hemos sido desde siempre.

Un viaje hacia dentro.

Como hemos expuesto anteriormente, todos los procesos evolutivos universales, partiendo del polo de energía originaria y orientados hacia el polo de conciencia final, van desplegando sucesivamente niveles del espectro de la realidad más y más profundos. Dado que en el origen el aspecto de conciencia está completamente identificado y absorbido por el aspecto de energía, podemos esquematizar estos procesos diciendo que todas las trayectorias de desarrollo consisten, básicamente, en la progresiva desidentificación de la faceta consciente con respecto a su antagonista energética. Desde este punto de vista, la evolución es, en esencia, un proceso de profundización e interiorización crecientes en el ámbito de la conciencia. Con cada nuevo nivel evolutivo se alcanza, así, una mayor autonomía relativa con respecto al entorno, una perspectiva más amplia y abarcante de la realidad y una identidad más profunda y lúcida.

El camino místico hacia la iluminación no es sino la vanguardia de esta dinámica evolutiva de interiorización creciente. Se trata, básicamente, de ir desplegando, paso a paso, niveles de conciencia progresivamente más lúcidos, que, al integrarse de forma saludable con todo el espectro ya emergido, van dando lugar a nuevas estructuras de energía-conciencia que reflejan en el mundo fenoménico, cada vez más diáfanoamente, el fundamento no dual de donde proceden. Cuanto más amplia sea la gama de planos de la realidad abarcados simultáneamente, cuanto mayor sea el tramo recorrido en la escalera evolutiva, más fácil será que el centro de gravedad de la sensación de identidad del organismo en desarrollo, se deslice espontáneamente hacia su fuente luminosa, en un instante de radiante despertar.

Tanto la base energética del universo evolutivo como su cumbre consciente, son expresiones directas del mismo y único fundamento no dual. No hay más presencia de la vacuidad plena en ninguno de los niveles del espectro tomados aisladamente. No hay más Sí mismo en la conciencia pura final que en la energía creadora originaria. Ni viceversa. Por eso, puede resultar chocante, en principio, la afirmación de que el camino que lleva a la iluminación está orientado hacia el interior de la conciencia, cuando, en realidad, el fundamento no dual trasciende por completo esos conceptos de interior-exterior, sujeto-objeto o conciencia-energía. La explicación, como acabamos de apuntar, está en que, habiendo partido la evolución del polo de energía, es necesario integrarlo plenamente con el polo de conciencia, para manifestar de forma unificada y simultánea en el mundo fenoménico la no dualidad de su fuente común.

En todas las grandes tradiciones espirituales, como veremos a continuación, se afirma que la vía para descubrir la realidad suprema se dirige, inequívocamente, hacia el fondo de nuestra propia conciencia. Pero no es porque el absoluto resida en lo interno, sino porque es en esa dirección en la que se desarrolla el proceso de desidentificación. Es importante, pues, dejar claro de entrada que la meta final de este viaje, como afirman también todas las tradiciones, no es un sujeto egocentrado que hace frente a un mundo objetivo, sino una radiante autoevidencia no dual, que no pertenece al sujeto ni al objeto sino que los abarca y trasciende a ambos.

Cuando el individuo desciende hasta lo más profundo de su propia intimidad, descubre, sorprendentemente, que su naturaleza última es la fuente misma de toda la realidad, la lúcida apertura de la que surgen, en la que se manifiestan y a la que retornan, de instante en instante, todos los mundos. La conciencia pura final es idéntica a la energía creadora originaria, el verdadero yo de dentro es, en realidad, la totalidad del universo de fuera, el auténtico sujeto observador no es otro que la integridad de los objetos observados. Y viceversa. Se llega, así, a lo superior a través de lo interior, al más allá a través del más acá. Sólo adentrándonos en nosotros mismos, conseguiremos salir de nosotros mismos. Sólo profundizando en nuestro interior, nos liberaremos, por fin, de nuestra ilusoria identidad separada.

“El reino de los cielos está dentro de vosotros”, se afirma en los Evangelios. “Quien se conoce a sí mismo conoce a su Señor”, se asegura en el Corán. Según estas tradiciones monoteístas, Dios es el centro profundo de nuestro ser, el hondón de nuestra alma. Está más cerca de nosotros que nosotros mismos. Algún teólogo ha propuesto, incluso, otorgar a la palabra “Dios” el significado de “profundidad”. No es posible, por tanto, buscar a Dios si no es sumergiéndose en la propia interioridad. El camino de retorno a Dios sólo se puede iniciar y recorrer mediante el retorno a sí mismo. Es menester llegar hasta el más íntimo y escondido núcleo del yo, para encontrar, más allá de él, la verdad y a Dios. Se dice, así, que el que entra en sí y, penetrando internamente en sí mismo, se trasciende, verdaderamente sube hacia Dios. En palabras de un místico cristiano medieval: “Es necesario alcanzar a Dios buscándolo en el punto central del alma. En este punto culminante el hombre se convierte en una cosa con Dios, se convierte en Dios mismo”. Y según un místico sufi: “Escruté mi propio corazón; en ese lugar Lo vi”.

El objetivo primordial de la mística taoísta es retornar a la fuente, al prístino estado originario. Con este fin, se recomienda volver la mente sobre sí misma, hacia dentro, y contemplar su resplandor interior. Nuestra grandeza no procede de nosotros mismos, sino del *tao* que llevamos dentro. El Uno se esconde en nuestro interior como una perla misteriosa debajo del polvo de las cosas mundanas. Es vano e inútil, pues, ir buscando algún bien fuera de nosotros, en el dominio de las cosas exteriores. Tan sólo la indagación interior nos puede conducir al redescubrimiento de ese tesoro oculto dentro de lo más recóndito de nuestra mente. A través de la meditación, podemos acceder hasta el fundamento último del *yin* y el *yang*, y, así, sumergirnos sosegadamente en el océano sin fronteras del vacío. La mente que vuelve a su fuente, se convierte, ella misma, en el origen de “los diez mil seres”.

Toda la mística hindú parte del genial descubrimiento de la identidad entre el *atman* -la fuente del sujeto individual- y el *brahman* -la fuente del universo objetivo. El camino inmediato para descubrir ese fundamento no dual es, pues, nuestra propia interioridad. Así, el objetivo central de todas las prácticas espirituales de esta tradición, no es otro que desplazar el centro de nuestra identidad desde el *jiva*, o yo fenoménico ilusorio, hacia el *atman*, o Sí mismo real. También aquí se trata, básicamente, de invertir el sentido de la mente y, en lugar de extrovertirla hacia las cosas externas, enfocar su totalidad hacia dentro. Al observar la fuente de donde procede la mente, el oculto manantial de donde brota el yo, se descubre, con diáfana evidencia, que el propio Ser interno es el mismo Ser interior de todas las cosas. Conociendo el Yo se conoce todo el universo.

En la tradición budista se afirma que la budeidad es el reino de la sabiduría sagrada que mora en nuestro interior. Si se desea encontrar al Buda, debe indagarse dentro de la propia naturaleza, pues esta naturaleza es el mismo Buda. No tiene sentido, por tanto, buscarlo fuera de nosotros, en las cosas externas. ¿Cómo es posible encontrarse a sí mismo, buscando fuera de uno mismo? El Buda es la propia

mente. La luz de cualquier momento de conciencia es la misma esencia de Buda. Por eso, las indicaciones de los antiguos maestros son inequívocas: “dirige tu atención hacia ti mismo”, “observa la mente que piensa, ¿quién está pensando?”, “lo único que precisas es conocer la mente y alcanzar su origen”, “penetra directamente en el fondo hasta la identidad con el espíritu de Buda”, “da un paso atrás hacia ti mismo hasta que puedas contemplar la realidad y experimentar de modo directo e indudable la iluminación”. Cuando percibimos, así, nuestra originaria naturaleza búdica, el cielo de dentro se revela idéntico al mundo de fuera. El vacío y las formas no son dos.

Vemos, pues, que todas las grandes tradiciones místicas nos invitan, unánimemente, a bucear en el pozo sin fondo de nuestra propia conciencia para descubrir su fuente inefable. El hallazgo de esta realidad eterna e infinita es el objetivo de todos los buscadores espirituales, pero conviene no olvidar, de entrada, que el precio a pagar por ello es el abandono total del ego, la completa desaparición de la sensación de identidad separada. Sólo el que esté dispuesto a ser realmente aniquilado como entidad independiente, sólo el que esté preparado para ser definitivamente nada, podrá ser capaz de completar el viaje hacia el abismo interior y descubrir, así, la resplandeciente plenitud vacía.

El miedo a la pérdida del yo separado es el último obstáculo que debe superarse en este camino sin distancia hacia la verdadera identidad. Es muy frecuente que la individualidad con la que estamos identificados de forma exclusiva, al adentrarse en las profundidades de sí misma y comenzar a experimentar dimensiones más amplias de conciencia, sienta un inmenso temor ante la nueva situación. Hasta entonces, había estado ciegamente agarrada a la idea de ser un sujeto sólido, enfrentado a un mundo de objetos, y ahora, cuando la frontera que lo aislaba del entorno empieza a diluirse, le sobrecoge la perspectiva de su extinción. Se había habituado a la vida mezquina del yo limitado y, por eso, ante los primeros resplandores de lo no dual, se imagina que sin ego dejará de existir. En el umbral del gran vacío, cuando la ilusión de ser una entidad separada comienza a resquebrajarse, la individualidad siente un vértigo pavoroso ante su inminente desaparición en la deslumbrante vacuidad.

Acostumbrados como estamos a sentirnos como sólidas entidades independientes, nos aterroriza empezar a descubrir la ausencia de límites y la insubstancialidad de nuestro yo. Nos da pánico la pérdida de control de la situación, la desaparición de todo sentido del sí mismo, el desvanecimiento de nuestra imaginada identidad, la inmersión en un ámbito insondable y desconocido, la disolución definitiva en la nada. Aunque durante muchos años hubiéramos estado buscando esforzadamente la iluminación, es muy probable que, al enfrentarnos vivencialmente por vez primera al abismo no dual, recularíamos espantados. Nos aferraríamos instintivamente a nuestra vieja idea de nosotros mismos, conscientes incluso de lo patético de este autoengaño, y aunque eso supusiera rechazar la, en otro momento, tan ansiada iluminación.

Al yo separado le aterroriza la trascendencia, porque ella implica la muerte definitiva de su presunta existencia. Al ego le gustaría realizar este viaje por el profundo océano de lo desconocido, sin abandonar las orillas ya frecuentadas del mundo de la finitud, donde se siente a salvo. Por eso, cuando se adentra en esta vasta y silenciosa región de la conciencia, sin centro ni periferia, y siente que se disuelven los estrechos límites con los que se identificaba y que le definían, se estremece y retrocede espantado. En este sentido, un maestro zen afirmaba: “Los seres humanos evitan a toda costa abandonar sus mentes, pues tienen miedo de caer en el vacío sin tener un punto de apoyo al que agarrarse. Ignoran que, en realidad, la vacuidad no es un vacío, sino el *Dharma* último, único y verdadero”. Y otro aconsejaba: “Acércate sin temor al borde del precipicio y arrojate decididamente al abismo. Sólo podrás revivir después de haber muerto”.

Quien tiene miedo a saltar al vacío y de abandonar el mundo de la dualidad imaginada, es el ego, la imagen que tenemos de nosotros mismos. Porque lo único que realmente muere al adentrarnos en el abismo de lo desconocido, es esta ilusoria interpretación de nuestra identidad que nos hace sentirnos separados del mundo que nos rodea. Por eso, en el momento que dejamos de identificarnos con ese presunto yo independiente, el hecho de estar sin dualidad ya no tiene nada de espantoso. La vacuidad sólo es terrible desde el punto de vista del ego y de su deseo de permanencia como entidad aislada, pero

para el omniabarcante Sí mismo es, simplemente, su gozosa y lúcida naturaleza eterna. Lo indiferenciado sólo resulta aterrador desde la perspectiva de la personalidad, pero una vez trascendido ese enfoque ilusorio, el temido abismo se desvela como una radiante diafanidad, prístina y serena, que, sorprendentemente, no carece de nada. Lo que el yo relativo imagina como su ausencia, no es, en realidad, sino la presencia absoluta de la plenitud autoevidente.

Sólo arrojándonos confiadamente en la insondable transparencia del vacío, podemos descubrir la infinita riqueza de nuestra verdadera naturaleza. Sólo cuando nuestro ego se disuelve por completo, aparece radiante el verdadero Sí mismo. Es necesario, pues, tener el coraje de enfrentarse al vacío total, de asumir la realidad sin forma y dejarse caer en el abismo de lo desconocido, sin esperar nada, sin apoyarse en nada, sin pretender refugiarse en parte alguna. No se trata de eliminar el sentimiento de miedo, sino de aceptarlo por completo. Al acoger plenamente la situación presente sin pretender cambiarla ni huir de ella, el ego, que no es sino un mero gesto de resistencia ante lo que sucede, desaparece instantáneamente. Y, con él, también el miedo, porque el temor sólo existe cuando el experimentador está separado de la experiencia. Entonces, tiene lugar la transformación fundamental: ya no somos un ego aterrorizado que cae irremisiblemente por un abismo amenazante, sino que nosotros mismos somos ese abismo vacío y pleno. Nuestra identidad última es la misma vacuidad. Y ahí no cabe la muerte, ¿cómo la nada puede tener fin? Las formas aparecen y desaparecen, pero el vacío permanece inalterable. La vivencia de ese vacío es el comienzo de la sabiduría.

La búsqueda del yo.

Estamos convencidos de ser entes independientes, separados del entorno, autónomos en nuestras decisiones, libres y responsables de nuestros actos. Según hemos planteado anteriormente, la absorbente identificación con esta ilusoria idea es el principal obstáculo que, aparentemente, nos impide descubrir en este momento nuestra verdadera identidad. ¿Será cierto que no somos unos yoes aislados y autónomos? La manera más sencilla de comprobar la existencia, o la inexistencia, de esa presunta entidad separada es, simplemente, buscarla detenida y minuciosamente. Si la encontramos, nuestra propuesta habrá de ser rechazada por completo, pero si, por más que lo intentemos, ese yo independiente no aparece por ningún lado, quizás estemos entonces en el umbral de descubrir al verdadero Sí mismo no dual. El viaje hacia el interior de la mente, del que hemos hablado en el apartado anterior, no es sino otra forma de denominar esta búsqueda del yo separado. Se trata, en resumen, de encontrar la fuente de donde brota la conciencia, el centro más íntimo del sujeto, el fondo último del alma.

Todos tenemos la sensación de ser sujetos independientes, separados de la corriente de nuestras vivencias y del mundo que nos rodea. Creemos ser entidades aisladas que *tienen* experiencias, pero que no *son* esas experiencias. Estamos seguros de ser yoes autónomos que sienten sensaciones y piensan pensamientos, pero que son diferentes de esas sensaciones y pensamientos. Diseccionamos la inmediata vivencia del simple "experimentar" en un "experimentador-que-experimenta-experiencias", y nos identificamos exclusivamente con el aspecto subjetivo -con el experimentador- de ese proceso unitario que es por completo indivisible. Pasamos por alto, así, la evidencia de que no es posible que exista una experiencia sin experimentador o un experimentador sin experiencia. Partiendo, pues, de esta arraigada e ilusoria creencia de ser meros sujetos que actúan en un mundo de objetos ajenos, sólo podemos salir de nuestro error, si, intentando encontrar esa entidad separada que imaginamos ser, no somos capaces de hallar el menor rastro de ella por mucho que indaguemos. Como decía un antiguo sabio budista: "Si a quien busca se le busca y no puede ser hallado, con ello se alcanza el objetivo de la búsqueda, y también el término de la búsqueda misma".

Si el experimentador que creemos ser fuera realmente una entidad aparte del flujo del mundo, bastaría con ir eliminando, sucesivamente, todos los planos del universo experimentado -material, vital, mental o anímico-, para descubrir finalmente, en el fondo de todo, a ese sujeto independiente que suponemos es nuestra identidad última. Tenemos sensaciones, pero no somos esas sensaciones, sino el-que-siente.

Tenemos emociones, pero no somos esas emociones, sino el-que-se-emociona. Tenemos pensamientos, pero no somos esos pensamientos, sino el-que-piensa. Desechando, así, uno tras otro, todos los objetos groseros o sutiles que se presentan ante el sujeto observador, nos iremos acercando paulatinamente a la respuesta definitiva. Quizás nos encontremos, entonces, con la sorpresa de que, como en una cebolla, después de apartar una a una las sucesivas envolturas, en el meollo no hay nada. Tal vez, como luego veremos, el sujeto no era sino la totalidad de los objetos desechados, y no lo encontrábamos, simplemente, porque no era ninguna de sus partes tomada aisladamente como habíamos pensado.

Para realizar el viaje hacia el fondo de nosotros mismos, sea cual sea su final, bastará con considerar, en principio, que ninguno de los objetos observados es el sujeto observador que estamos buscando. Todas las cosas que podamos ver, externa o internamente, no son el yo que las ve. Si somos capaces de percibir objetivamente la naturaleza, el cuerpo o la mente, es evidente que el sujeto último no es ninguna de esas diferentes realidades percibidas. El origen de la conciencia no puede ser un objeto de la conciencia. Nada de lo percibido puede ser el perceptor definitivo. Nada de lo que se pueda señalar como "esto" o "aquello" es el verdadero yo. Resulta necesario, por tanto, deshacernos de la habitual pretensión de definirnos de forma positiva. Y es posible que, así, al ir conociendo todo lo que no somos, tal vez lleguemos a descubrir nuestra naturaleza real. "Si no soy esto, ni esto, ni tampoco esto, entonces, ¿quién soy yo?" Ésa será la pregunta clave que deberemos plantearnos permanentemente en nuestro apasionante viaje hacia el centro de la conciencia.

La indagación en el yo no debe enfocarse como una investigación objetiva y conceptual -pues el sujeto nunca puede ser un objeto- sino introspectiva y vivencial. No se pretende conseguir una respuesta teórica, discursiva y verbal, sino realizar un descubrimiento vivo, siempre renovado y fresco. La pregunta "¿quién soy yo?" puede ser la herramienta que nos permita reorientar la atención desde los objetos percibidos hacia el sujeto perceptor. Esta investigación consiste, básicamente, en ir dando pasos hacia atrás en el flujo de nuestra propia conciencia, desidentificándonos, uno tras otro, de todos los objetos que percibimos o que podemos llegar a percibir. Paulatinamente, la atención se irá retirando de lo visto y del acto de ver y se irá manteniendo más firmemente en el-que-ve. No se necesita para ello ningún ritual ni forma externa determinada. Todo lo que se requiere es preguntarse, cada vez que surge una percepción, ¿quién es el perceptor? Si aparece un pensamiento, ¿quién piensa? Si aparece un deseo, ¿quién desea? Si aparece una aflicción, ¿quién se aflige? "Sea cual sea el problema, la respuesta es ver, en este instante, quién tiene el problema", decía un sabio de nuestra época. Se trata, pues, de percibir aquí mismo, con una simple actitud de apertura y claridad, vacía de todo contenido, al sujeto que en este momento plantea la pregunta.

La meta de la vida no es otra que descubrir a aquel que la vive. Para ello, es necesario volver la atención hacia dentro e investigar, silenciosa y profundamente, el origen del yo, la fuente de donde surge la mente, y mantenerse ahí. Durante las etapas iniciales de la indagación es esencial realizar un esfuerzo para transferir la atención desde los objetos percibidos al sujeto perceptor, pero una vez que la mente se ha establecido con firmeza en el simple sentimiento de ser, sin identificación alguna, cualquier empeño adicional resulta contraproducente. El esfuerzo personal sólo puede extenderse hasta ahí, y, a partir de entonces, el más allá ya se cuidará de sí mismo. Todo lo que se necesita hacer es, pues, enfocar la mente en la pura sensación del "yo soy", trascendiendo completamente cualquier noción de ser "esto" o "aquello". Es suficiente, por tanto, con tomar conciencia de la propia existencia, en cualquier situación de la vida cotidiana, como un hecho siempre presente. Esta simple conciencia de ser es el último velo que nos oculta, aparentemente, la plenitud vacía que realmente somos. Un estado que no puede verbalizarse, pero que sí puede ser vivenciado.

La búsqueda del yo separado se resuelve, finalmente, con la evidencia de que tal ente independiente no existe, ni nunca ha existido. Todos los esfuerzos que se realizan para encontrarlo, fracasan totalmente, una y otra vez. Buceando, incluso, hasta la misma fuente de la propia conciencia, no aparece por ningún lado el menor rastro de algún experimentador al margen de las experiencias. La presunta entidad egoica que inició el proceso de búsqueda, cuando se llega al final del camino, se ha esfumado por completo. En

su fondo no hay nadie. Radicalmente nadie. Sólo una pura y diáfana conciencia sin centro. Pero ese nadie, o ese no alguien, es precisamente la clave que desvela la respuesta a la pregunta ¿quién soy yo? Ese nadie final es la abertura definitiva hacia la vivencia plena e inconfundible del autoluminoso Sí mismo infinito y eterno. La inefable realidad no dual que, en verdad, nunca hemos abandonado.

Al igual que un ojo que puede mirar el mundo no es capaz de contemplarse a sí mismo directamente, el conocedor último que puede conocer todas las cosas no es capaz de conocerse a sí mismo. En toda observación hay siempre un aspecto ignoto, que no se puede observar porque es, precisamente, el-que-observa. Nuestro verdadero Sí mismo no puede ser conocido, por la sencilla razón de que no es posible convertirlo en objeto de conocimiento. Está demasiado cerca para que pueda verse. No cabe apartarse de él para observarlo desde fuera. El Yo real escapa siempre a cualquier tipo de indagación porque él mismo es el indagador. La causa de que no resulte posible ver a Dios, no es que sea una realidad lejana o prohibida, sino que, al ser el propio centro del observador, nunca se encuentra delante de su mirada para contemplarlo como un objeto externo. Por eso, en una de las *upanishads* se le define como “lo que no es visto por el ojo, pero por lo que el ojo ve”. El-que-ve no puede verse directamente a sí mismo viendo. Todo ojo tiene un punto ciego. De ahí que siempre haya una sensación de profundo misterio en torno a nuestra identidad verdadera. El Sí mismo puede ser vivenciado -somos Eso en cada momento-, pero jamás puede ser objetivamente percibido en su integridad. Al ser no dual, previo a la escisión sujeto-objeto, nos resulta eternamente incognoscible, pero, al mismo tiempo, ¿hay algo que conozcamos mejor que la inmediata autoevidencia de ser en este instante? Su evidencia no consiste en verlo, sino en serlo. ¿Acaso negamos la existencia de nuestros ojos aunque no los veamos?

Sobre el discernimiento y el desapego.

La clave para recorrer la distancia ilusoria que separa al yo fenoménico del Sí mismo real, es una actitud permanente de atención y desasimiento, de vigilancia y abandono, de discernimiento y desapego. Como decía un maestro *ch'an*, basta con “abrir las manos, dejar que el mundo vaya y venga, y mirar”. Partimos de una situación de identificación con una presunta individualidad separada, y necesitamos deshacer este absorbente espejismo para descubrir nuestra verdadera naturaleza. No se trata de esforzarnos para llegar a ser el Sí mismo -porque, de hecho, ya lo somos desde siempre-, sino de buscar concienzuda e insistentemente a esa entidad autónoma que creemos ser, y, de este modo, comprobar, de forma vivencial e irrefutable, su completa inexistencia. El proceso, en resumen, es algo así: aunque somos el todo, imaginamos ser una parte, pero al buscarla y no encontrarla, sólo entonces, caemos en la cuenta de nuestra verdadera identidad sin fronteras. Lo paradójico de este camino está en que para llegar a descubrir esa totalidad que somos, se nos invita a diferenciarnos y a desapegarnos progresivamente de todo. Sólo a través de este rodeo podemos llegar a comprender, finalmente, la completa nadaidad de nuestra existencia separada. Y cuando el yo aislado, que nos margina del resto del universo, se descubre como nada, surge espontáneamente la evidencia de nuestra eterna identidad plena.

La actitud de discernimiento que se aconseja para desenmascarar al ilusorio yo fenoménico, consiste, básicamente, en distinguir y separar atenta y minuciosamente, en cada situación de la vida cotidiana, al sujeto observador de los objetos observados, al espectador del espectáculo, al ojo que ve de las cosas vistas. Se trata, así, de romper la habitual tendencia a identificarnos con los contenidos de nuestras experiencias, a través de una permanente actitud de atención despierta. El simple gesto de dar un paso atrás en la conciencia para observar las distintas actividades en las que nos enredamos en cada momento, tiene un inmediato efecto liberador. El mero hecho de percibir vivencialmente los mecanismos de identificación, que nos tienen atrapados en una perspectiva engañosa y mezquina de la realidad, crea, instantáneamente, una distancia aparente entre el perceptor y lo percibido que nos libera de la oscurecedora absorción en la que nos encontramos. Así, pues, en el mismo momento en que tomamos conciencia de una percepción cualquiera, nos situamos automáticamente fuera de ella, desactivándose, de este modo, todo tipo de implicación o de identificación con lo percibido. Se logra desplazar, así, el centro

de nuestra identidad desde el contenido hacia el continente, desde el ámbito de las formas finitas hacia la matriz vacía que las constituye y envuelve.

Lo esencial es mantener el centro de atención en la pura sensación de ser, sin dejarnos atrapar por las emociones o los pensamientos, estableciendo, así, una clara distinción entre las formas fugaces percibidas y la conciencia inmutable que las percibe. Resulta fundamental observar los movimientos vitales o mentales como si no fueran propios, como si constituyeran realidades ajenas a nosotros mismos, pues sólo cuando nos sentimos diferentes de algo podemos abandonarlo totalmente. Sólo cuando comprendemos que el sujeto observador no es ninguno de los objetos observados, podemos empezar a trascender nuestras identificaciones. Es necesario, por tanto, mantener un gesto permanente de atención a la situación presente, centrando el énfasis en el espectador que contempla y dejando que el espectáculo contemplado fluya por sí solo. Se trata, pues, simplemente, de observar y soltar, de vigilar y desenganchar, de mirar y desasir, ocupando, así, la posición de testigos desimplicados, que ni aceptan ni rechazan nada de lo que sucede. Poniendo, de este modo, el acento en la conciencia observadora, y dejando fluir las formas observadas, podremos ir profundizando paulatinamente en el rayo de la lucidez hasta su origen, es decir, hasta el testigo último del que ya nada puede ser testigo. Esta conciencia pura final, que percibe ecuánimemente la totalidad de las formas del mundo, constituye la abertura definitiva que da paso a la autoevidencia de lo no dual, en la que se trasciende radicalmente toda separación entre objetos y sujetos, exteriores e interiores, energías y conciencias.

Si estamos apegados al objeto, ¿cómo podemos ver al sujeto? La actitud de discernimiento o de distinción entre el espectador y el espectáculo, debe estar complementada por un gesto permanente de desapego de todo lo observado. Si se pretende encontrar al sujeto autónomo que creemos ser, al presunto experimentador último que experimenta las experiencias, resulta absolutamente necesario desprenderse de todo tipo de identificación con cualquier realidad objetivable. Como hemos visto anteriormente, tanto el universo en su conjunto, como todos los seres individuales que lo componen, parten de una situación originaria en la que la faceta consciente de la realidad se encuentra completamente absorbida por la faceta energética. Desde este punto de vista, toda la dinámica de la evolución puede entenderse como un paulatino proceso de desidentificación de la conciencia respecto de la energía, como si toda la realidad fenoménica estuviera intentando encontrar su identidad última. La búsqueda del yo en la que estamos embarcados no hace sino continuar este movimiento de interiorización hacia la fuente de la conciencia.

La sensación de identidad del ser individual en desarrollo va cambiando a lo largo de todo el proceso de crecimiento. En cada etapa del camino, el yo se encuentra atrapado de forma dominante por la estructura característica de un determinado nivel de la realidad, pero con la emergencia de una nueva estructura de mayor profundidad y lucidez, el yo acaba por identificarse con ella, desvinculándose entonces de su absorción exclusiva con el nivel anterior. El proceso de ascenso a lo largo de toda la escalera evolutiva es, pues, una sucesiva dinámica de identificaciones y desidentificaciones, desde los planos más densos y energéticos hasta los más sutiles y conscientes, a través de la cual el yo, paulatinamente, va desplazando su centro de gravedad hacia planos más próximos al testigo final, desimplicado de todo. Partiendo del estado primitivo de fusión con la materia, el organismo vivo se diferencia y se desidentifica de la absorción dominante con el entorno físico, el ego mental, a su vez, se diferencia y se desidentifica de la absorción dominante con el organismo vivo, el testigo anímico, por su parte, se diferencia y se desidentifica de la absorción dominante con el ego mental, y, finalmente, como luego veremos, la plenitud no dual trasciende por completo todo tipo de identificación dominante con cualquier nivel del mundo fenoménico, ya sea cercano a la base energética del espectro o a la cumbre consciente.

El camino hacia la fuente última de la conciencia se va haciendo, paso a paso, a través de este proceso simultáneo de discernimiento y desapego. Por medio del discernimiento se toma conciencia del sujeto observador como realidad diferenciada del objeto observado, y por medio del desapego se genera una distancia entre ambos que permite el desplazamiento del centro de la sensación de identidad hacia nuevos niveles, progresivamente más lúcidos y sutiles. Manteniendo, en todo momento, esa separación entre el espectador y el espectáculo, resulta posible observar atentamente todo el juego de las fuerzas

fenoménicas sin quedar atrapado por ellas. Cuando el individuo deja, de este modo, de identificarse exclusiva y subjetivamente con sus sensaciones, emociones o pensamientos, cuando es capaz de observar objetivamente todos esos procesos sin confundirse con ellos, ya no los utiliza inconscientemente para mirar el mundo, y, por tanto, deja de distorsionar la realidad con sus apegos y sus miedos, pudiendo contemplarla, entonces, como verdaderamente es. La lucidez plena surge, así, en el estado de desidentificación total.

El proceso de desidentificación del ego supone trascenderlo, no negarlo. No se pretende eliminar o combatir al organismo psicosomático y sus funciones, ni tampoco huir del mundo fenoménico. No se intenta luchar contra la agitación de los deseos o impedir el vagabundeo de los pensamientos, sino, tan sólo, no identificarse con ellos, manteniendo impasibles nuestros ojos como silenciosos espectadores de los acontecimientos. Esos desasosiegos y perturbaciones se calmarán, espontáneamente, cuando dejemos de sostenerlos con nuestros absorbentes apegos. No es necesario, pues, destruir nada de lo que aparece. Basta, simplemente, con no dejarse atrapar por ello. El camino del desapego no consiste en la inacción, sino en el cese de la identificación con las actividades. Se trata de estar desapegado *en* la acción, no *de* la acción. La clave está en no sentirse a sí mismo como el agente de las obras, sino como su ecuánime espectador. Lo esencial es situarse en la posición de sereno observador de la activa personalidad externa, absteniéndose de ser absorbido ciegamente en sus maniobras. De esta forma, podremos contemplar todos los movimientos del entorno, del cuerpo y de la mente como meros procesos impersonales y espontáneos, acercándonos, así, a la lúcida perspectiva del testigo transpersonal, del que pronto hablaremos.

Una atención sin intención.

El trabajo de indagación acerca de la fuente de nuestra propia conciencia se apoya, fundamentalmente, en una actitud de atención y vigilancia permanentes a la situación presente. El simple gesto de atención ecuánime a la realidad que emerge, interior y exteriormente, en cada momento, puede, por sí solo, desenmascarar por completo al ilusorio ego separado con el que estamos identificados. El mero hecho de observar conscientemente una situación cualquiera, crea, de forma automática, una distancia entre el observador y lo observado, que socava la base misma del fenómeno de la identificación. Es fundamental, por tanto, que esa vigilancia se lleve a cabo de un modo totalmente desimplicado, es decir, sin la menor pretensión de intervenir, en ningún sentido, sobre el panorama que se percibe. De no ser así, el sujeto contemplador se volvería a confundir a sí mismo con algún objeto particular del mundo contemplado. Y el sujeto que ve, recordemos, no puede ser ninguno de los objetos vistos.

Si la identificación reduce el campo de la conciencia, el simple gesto de la atención ecuánime lo amplía. Por eso, el proceso de desidentificación se realiza, básicamente, a través de una pura "conciencia sin elección" a lo que sucede en cada instante. Se trata, en suma, de estar lúcidamente atento al flujo de los acontecimientos, internos y externos, sin intentar provocar cambio alguno en ellos y sin intervenir, en absoluto, en su espontáneo despliegue. Es, simplemente, darse cuenta de lo que ocurre momento tras momento, sin implicarse en ningún tipo de interpretación, enjuiciamiento, crítica o comentario. Es una atención sin intención, que no compara, ni evalúa, ni fomenta, ni rechaza. Es una mirada inocente al curso de los sucesos, libre de reacciones y resistencias a lo que se ve. Sin justificaciones ni condenas. Sin interferencias ni identificaciones.

Sea cual sea el espectáculo contemplado, el observador afronta los hechos tal como son, imparcialmente, sin pretender escapar de ellos ni combatirlos. Sin dejarse atrapar tampoco. No se opone al movimiento de la vida ni trata de manipularlo en modo alguno. Se limita a contemplar serena y atentamente el imparable proceso de surgimiento, presencia y desaparición de vivencias, sin adherirse a nada de lo que aparece. Su mente es, así, como un cielo despejado en el que las formas nubosas surgen y se diluyen por sí solas. Sin apegarse a lo placentero ni rechazar lo doloroso. Al igual que un espejo, todo lo que aparece en el campo de su conciencia, lo percibe y lo deja ir. Todo lo acoge y nada retiene. Acepta que lo que es, sea. Y da la

bienvenida a todo, sin prejuicios ni expectativas, sin deseos ni aversiones, permaneciendo abierto y silencioso, sin opción ni preferencia alguna.

Para mantener esta actitud de atención inintencionada no se requiere ningún tipo de esfuerzo, sino al contrario, pues se trata tan sólo de ver “lo que es”, no de buscar “lo que debería ser”. Tampoco cabe, por supuesto, nada parecido a la indolencia o a la dejadez, pues una disposición así no resulta compatible con el gesto interno de despierta lucidez del que estamos hablando. La atención sin intención es, pues, un estado simultáneamente activo y pasivo. Es activo, en el sentido de que exige una extrema y permanente vigilancia a todo lo que sucede. Pero también es pasivo, en cuanto que no pretende hacer nada, absolutamente nada, fuera del puro ver y dejar ser. La comprensión sólo puede llegar cuando la mente ha cesado por completo en su esfuerzo, cuando ya no se enreda en el juego de los opuestos y los conflictos, cuando no opone resistencia a nada de lo que surge, ni lo reprime ni lo apoya, sino que lo acoge todo, plenamente, en un silencioso abrazo sin fronteras.

El ahora, ya lo hemos dicho, es lo único real. Nuestros egos, sin embargo, tratan permanentemente de alejarse de este ahora, para mantener, así, su ilusoria existencia separada. La atención sin intención rompe por completo esa tendencia a la huida, y centra la conciencia en la estricta situación del presente. Incluso los recuerdos del pasado y las expectativas del futuro se contemplan, desde esa vigilancia despierta, como meras vivencias del momento actual. El simple gesto de prestar atención en cada instante al flujo espontáneo de las cosas, deshace, radicalmente, toda inclinación a identificarse con el ego huidizo, y sintoniza, de ese modo, con la perspectiva del presente eterno, característica del Sí mismo. Basta, pues, con tomar nota de los acontecimientos en el mismo momento y lugar en el que ocurren, basta con estar presentes al presente, sea cual sea la situación en que nos encontremos, basta con estar alerta a todo lo que surge aquí y ahora, instante tras instante, para que el centro de nuestra identidad se deslice sin esfuerzo hacia la fuente de la conciencia.

Habitualmente vivimos absorbidos en nuestros pensamientos, recuerdos o proyectos, y conectamos muy levemente con la situación presente. A través de la pura atención consciente a nuestro propio organismo, podemos recuperar de forma inmediata la vivencia lúcida del momento actual. La mera observación de las sensaciones corporales o, mejor aún, la percepción global del propio cuerpo en cualquier circunstancia, nos impide distraernos con automatismos e imaginaciones, y nos centra instantáneamente en el aquí y ahora. Del mismo modo, la simple vigilancia imparcial al flujo de nuestros pensamientos y emociones, en el mismo momento en el que transcurren, sin dejarnos atrapar por ellos y sin rechazarlos, nos aproxima de forma natural hacia el ámbito de la conciencia pura, en la cumbre del espectro. Habitados como estamos a identificarnos de forma dominante con los incesantes juegos de nuestras mentes, conviene insistir en esta necesidad de observar de un modo muy especial todos los movimientos mentales sin dejarnos hipnotizar y enredar en sus mallas. No se trata de intentar detenerlos, reprimirlos, corregirlos o mejorarlos, sino, simplemente, de contemplarlos como si fueran objetos ajenos, sin implicarnos ni confundirnos en sus procesos. Basta con estar alerta y darse cuenta directamente de cualquier sensación, sentimiento o idea que surja, sin aprobaciones ni censuras, sin adherencias ni aversiones, para irnos liberando de la identificación con esas formas finitas, que distorsiona nuestra perspectiva de la realidad presente. No hace falta más que observar y dejar ir. En palabras de un místico medieval: “Presta atención a ti mismo, y allí donde te encuentres a ti, allí renuncia a ti”. Pues, según un sabio de nuestro tiempo: “Sólo en la comprensión de lo que es, se da la liberación de lo que es”.

No se requiere ningún escenario especial para adoptar esta actitud de vigilancia pasiva a la situación presente. La clave no está tanto en el tipo de acontecimientos observados, sino en el puro hecho de prestar atención. Cualquier circunstancia de la vida cotidiana resulta adecuada para llevar a cabo este gesto interno de atención inintencionada. La ducha, la comida, el paseo, la charla, el trabajo, cualquier actividad diaria puede ser vivenciada desde la perspectiva del testigo desimplicado. En el camino de la desidentificación resulta fundamental mantener esa conciencia despierta a lo largo de toda la jornada, tanto en los momentos de acción, como en los de recepción o en los de descanso. No será posible descubrir al sujeto último al margen de las tareas en el mundo de los objetos, o fuera del campo de las

relaciones, pues es, precisamente, la vida cotidiana el espejo más amplio donde podemos mirarnos, para poner al descubierto todos los juegos de nuestro ego ilusorio, y, de este modo, comenzar a trascenderlos. Por eso, un maestro zen aconsejaba: "No debes rechazar la actividad ni perseguir el silencio. Basta con que permanezcas vacío internamente mientras te armonizas con el mundo externo". Para caer en la cuenta de nuestra verdadera naturaleza, resulta necesario, en la práctica, realizar previamente este rodeo a través del mundo fenoménico. Para conocer nuestra diáfana identidad real, es preciso pasar primero por el conocimiento del universo de las formas. De hecho, la finalidad básica del mundo de los objetos no es otra que la de revelar al sujeto último, y, de esta manera, poder descubrir la inefable fuente común.

La atención inintencionada debe abarcar, pues, la totalidad del panorama. No basta con tomar nota de la realidad objetiva, sino que es necesario también ser conscientes, simultáneamente, de toda la gama de reacciones subjetivas que se provocan, así como de su juego mutuo. De esta forma, se logra trascender toda identificación con aspectos parciales del espectáculo global y se sintoniza con la perspectiva del fundamento no dual. La atención no debe enfocarse, por tanto, en ningún punto en particular, sino acoger todo lo que aparece en cada instante, de una forma simple, sin el menor esfuerzo, sin implicarse en el flujo de las cosas. Es necesaria una atención global e imparcial que lo incluya todo, que lo capte todo en una sola mirada, que lo abrace todo en una lúcida apertura silenciosa y ecuánime. Es preciso observar las situaciones del mundo que nos rodea y, al mismo tiempo, percibir los ecos que producen en nosotros, como emociones y pensamientos, sin identificarnos con ellos, sin pretender reconocernos en nada de lo percibido, sin depositar nuestras expectativas en lo que sucede.

A lo largo del proceso de discernimiento, insistimos, es vital además no perder de vista, en ningún momento, la pura sensación del "yo soy", desimplicado de todo, como testigo silencioso del flujo de la vida, como substrato observador de todas las actividades, como presencia global que acoge permanentemente todo cuanto surge. Tanto el entorno, como el cuerpo y la mente son, todos en igual medida, simples formas fenoménicas que se despliegan ante esa conciencia pura del testigo transpersonal, el último refugio del yo separado, el punto final del proceso de discernimiento, la puerta postrera hacia lo no dual.

En el estado de atención definitivo, no hay "alguien" que atienda. Todo el espectáculo fenoménico sucede en un fondo impersonal e inmutable de lucidez silenciosa. Por eso, en última instancia, la atención deberá ser capaz de abarcar, simultáneamente, esa presencia vacía, que genera y contempla el mundo, y la totalidad del espectro de las formas contempladas, la eterna e inmaculada fuente de luz y el conjunto de sus infinitos autorreflejos fugaces, la inmensa y diáfana apertura originaria y todo el dinámico paisaje que la llena. En la realidad no dual, cuando la conciencia que comprende el mundo se descubre como idéntica a la energía que lo constituye, ya no hay interior ni exterior, ni sujeto que contempla ni objeto contemplado, porque el observador y lo observado se desvelan como una misma cosa. Y la vacuidad continúa desplegando, espontáneamente, de instante en instante, su riqueza infinita en la danza eterna de la vida. Como lo ha hecho siempre. Como lo hace ahora.

Lo que en los párrafos precedentes hemos estado denominando atención sin intención, es, básicamente, lo que en las tradiciones orientales se conoce como meditación y en el cristianismo como contemplación. Esta meditación receptiva y silenciosa no tiene nada que ver con ninguna técnica de concentración. La concentración trata de enfocar la atención en algún punto en particular, con exclusión de todos los demás, y, por tanto, implica la elección de una meta, la resistencia frente a algo, la actividad dual por un logro y el refuerzo del ego. La meditación, por el contrario, es completamente afocal y omniabarcante, no excluye nada, no se propone nada, no se opone a nada y el ego no tiene nada que hacer ahí. La meditación no es una actividad, sino que es un estado de ser, y, por tanto, no es algo que se pueda practicar o cultivar. No es un acto de la voluntad, sino que acontece por sí sola. El ego no puede meditar, porque la esencia misma de la meditación es, precisamente, la ausencia del meditador. Sólo cuando el meditador desaparece, sólo cuando la mente está en completo silencio y sosiego, puede surgir la radiante autoevidencia del Sí mismo. La meditación es, así, el camino y la meta.

De la resistencia al abandono.

Nuestra habitual sensación de ser unos entes separados y autónomos, no es más que la sensación de la resistencia que ofrecemos a nuestra verdadera naturaleza, infinita y eterna. Lo que percibimos como nuestro yo aislado no es otra cosa que esa contracción interior, ese permanente intento de apartarnos de nuestro Sí mismo real. No es que el yo separado *sienta* esa resistencia, sino que el yo separado *es*, él mismo, esa resistencia. En tanto que tengamos conciencia de ser entidades independientes, al margen del flujo de las cosas, todo lo que hagamos será resistirnos y apartarnos de nuestra verdadera naturaleza. Incluso el bienintencionado intento de no apartarnos, seguirá siendo una resistencia a la realidad del presente. Pero el error, digámoslo así, no está en lo que el ego haga o deje de hacer, sino en lo que el ego es. El ego, por mucho que lo intente, es absolutamente incapaz de descubrir su identidad real, porque él mismo es, precisamente, el gesto de resistencia que impide ese descubrimiento. Toda su vida gira en torno a la pretensión de protegerse y de levantar fronteras a su alrededor, y eso es, en sí mismo, el sufrimiento. No es posible, por tanto, liberar al ego de la tensión, el engaño y el desasosiego, porque él mismo es tensión, engaño y desasosiego. De modo que, como se afirma en el budismo, para poner fin al sufrimiento, es preciso abandonar el yo, ya que ambos nacen y mueren al mismo tiempo.

Permanentemente estamos renegando de la situación presente, a través de nuestras preferencias, gustos, afectos y creencias. El gesto básico de resistencia consiste, así, en una negativa global a ver y acoger la realidad tal como es, íntegramente, en cada momento. Y el camino inmediato para trascender esa negativa es, simplemente, observar, uno tras otro, los sucesivos mecanismos de resistencia, porque, como ya hemos dicho, el ojo que puede ver esos mecanismos está, en sí mismo, libre de ellos. Cuando se percibe, de forma clara, que toda actividad por parte del ego es siempre un rechazo a la situación presente, que todo movimiento suyo es un apartarse de la realidad del ahora, el sujeto perceptor se desidentifica espontáneamente de esos mecanismos de resistencia percibidos, y, al dejar de sustentarlos con sus apegos inconscientes, se relajan de forma inmediata por sí solos.

Cualquier pretensión de eliminar las resistencias de modo premeditado, resistiéndose a ellas, sólo consigue fortalecerlas. Cualquier intento de forzar la relajación del ego desde el ego, provoca exactamente el efecto contrario al deseado. Sólo la minuciosa vigilancia de los mecanismos egoicos, sin la menor voluntad de cambiarlos, puede dar lugar a su superación, de forma natural, a través de la desidentificación. Cuando el centro de nuestra sensación de identidad se distancia de la absorción exclusiva en un determinado nivel del espectro, sólo entonces, es posible abandonar espontáneamente los apegos y las resistencias de ese plano de la realidad. El abandono del ego no es, pues, un logro de la voluntad, porque la voluntad es el ego, sino de la sosegada observación y profunda comprensión de lo que es, de instante en instante.

El abandono espontáneo de las resistencias no consiste en una huida de la vida relativa y finita, sino, al contrario, en la plena aceptación de sus limitaciones. No se trata, sin embargo, de la actitud fatalista del que, absorbido por una situación irremediable, la soporta resignadamente, sino de la postura desimplicada del espectador atento que, maravillado por todo lo que sucede, sea lo que sea, tiene absoluta confianza en la sabiduría intrínseca de los procesos. Se acoge, pues, la realidad integral, interior y exterior, tal cual es, reconciliándose uno consigo mismo -como se aconseja en las psicoterapias- y con todo lo demás -como se recomienda en las religiones. Porque sólo admitiendo comprensivamente las propias imperfecciones y las de los otros, éstas no se convierten en obstáculos insalvables, y pueden ser tranquilamente trascendidas. Se acepta, por tanto, con alegre disposición cada acontecimiento que surge, y se da la bienvenida a los hechos tal como son, sin condenas ni justificaciones, sin huidas ni absorciones. Se deja que la vida fluya, sin el menor atisbo de identificación con nada de lo que acontece, y sin rechazo tampoco. Se acoge, sin reticencias, las cosas cuando llegan, y se las deja ir, sin adherencias, cuando se van. Se permite serenamente que todo sea como es, que todo ocurra de la manera que ocurre, por sí solo, sin empujarlo ni retenerlo, atendiendo amorosamente cada situación presente, descansando en una profunda confianza en la dinámica creativa de la vida. Sin prejuicios. Sin preferencias. Sin buscar nada. Sin querer nada. Sin esperar nada.

Todos los sufrimientos psicológicos se originan, fundamentalmente, en la pretensión de que las cosas sean distintas de como son, o, lo que es lo mismo, en la resistencia consciente o inconsciente a la realidad presente. El problema no está, por tanto, en las circunstancias que nos encontramos en la vida, sino, de forma prioritaria, en nuestra actitud de rechazo hacia las mismas. Porque incluso los acontecimientos dolorosos, cuando son acogidos plena y ecuánimemente, pierden su carácter negativo y quedan privados de su veneno. El camino de liberación pasa, pues, por la plena aceptación de la situación presente, por el abrazo total a lo que está sucediendo en este preciso instante. Para ello no se requiere ningún esfuerzo especial, sino tan sólo dejar espacio para que todo fluya espontáneamente, permitir que las cosas vengan y se vayan por sí mismas, acoger lo que acontece sin la menor pretensión de que sea diferente de como es. Y no sólo en lo que respecta al mundo que nos rodea, sino también -conviene no olvidarlo- a nosotros mismos. Porque en este proceso liberador resulta fundamental aceptarnos plenamente tal cual somos, con nuestras luces y nuestras sombras, en lugar de forcejear obstinada e inútilmente para ser de alguna otra manera. Sólo en la plena aceptación de nuestras limitaciones presentes, y en la confiada apertura al espontáneo proceso creativo de la vida, puede irse desvelando serenamente la plenitud de nuestra verdadera identidad.

En las tradiciones teístas, esta actitud de abandono se plantea como un sometimiento a la voluntad de Dios. Así, en la mística cristiana se dice: "La santidad consiste en querer lo que nos sucede por orden de Dios". Y, por eso, se aconseja: "No debemos desear otra cosa que lo que sucede momento a momento". El requisito fundamental para conectar con lo sagrado es, pues, la rendición total del yo separado, la renuncia plena a la voluntad personal, la obediencia absoluta a la voluntad divina. "Cúmplase, Señor, en mí vuestra voluntad de todos los modos y maneras que vos, Señor, quisieris". El hombre santo es, así, aquel que acepta ecuánimemente como justo todo cuanto sucede, y, con confianza absoluta, se abandona del todo en los brazos de Dios. Se pone en sus amorosas manos, sin ninguna reserva y sin querer hacer otra cosa que su divino beneplácito. "Hágase tu voluntad. Haz de mí lo que quieras. Estoy dispuesto a todo". Acepta, de esta forma, en silencio y en paz, sin afligirse ni rebelarse, sin preguntas ni condiciones, todos y cada uno de los acontecimientos de la vida, pues sabe que la voluntad divina se manifiesta diáfana y en su interior, bajo la apariencia de todo lo que sucede en cada momento. Su deseo más hondo es que todo sea como es, pues ha comprendido que el verdadero abandono a la voluntad divina consiste, simplemente, en encontrar el descanso en la perfección de todo lo que surge de instante en instante.

En el sendero de la adoración se exige una sumisión absoluta y una completa autoentrega a la realidad suprema. El devoto que sigue este camino posee una plena confianza en la bondad de Dios, reconoce su resplandeciente manifestación en cada uno de los acontecimientos, sean cuales fueren, y acepta con alegría todos sus designios. Entrega, así, por completo, toda la responsabilidad de su vida en las manos divinas, y, para ello, renuncia plenamente a todo tipo de deseo o voluntad personal. De este modo, descarga todo el peso del mundo en los hombros de su fuente creadora, abandonándose serenamente en el curso espontáneo de las cosas, que es el reflejo permanente de la voluntad divina. Para que esta entrega sea completa, es necesario llegar a descubrir vivencialmente el carácter ilusorio de ese yo separado que se cree capaz de actuar por su propia cuenta e independiente de Dios. Todo lo que se requiere es, pues, comprender que, en verdad, no existe, ni nunca ha existido, un ente individual al margen del flujo del mundo, y que nuestra identidad real es, y ha sido siempre, esa plenitud divina que se manifiesta dinámicamente en todos los acontecimientos del universo. Aceptar la voluntad de Dios no es, pues, otra cosa que sintonizar y armonizarnos con nuestra propia realidad más profunda.

En ocasiones, se interpreta el abandono místico en dos sentidos aparentemente muy dispares. Por un lado, se habla de que para descubrir el Sí mismo es necesario separarse del mundo y desidentificarse de sus formas fenoménicas, y, por otro, se plantea que es preciso entregarse por completo y hacerse uno con el flujo de los acontecimientos. En el primer caso, se entiende por abandono el desapego y la inacción del observador desimplicado que contempla el curso del río desde la orilla, y en el segundo, se lo describe, más bien, como una rendición o un dejarse llevar por la corriente hasta fundirse completamente con ella.

Lo que, en principio, parecen dos posturas antagónicas, son en realidad, simplemente, dos puntos de vista sobre un único proceso. En un caso, el individuo se toma a sí mismo por el continente, por la conciencia inmóvil que contempla el mundo fenoménico, y en el otro, se vive como el contenido, como la totalidad del flujo de las formas cambiantes. Desde la perspectiva dual del yo separado ambas posturas se entienden como radicalmente opuestas, pero, cuando se descubre el carácter ilusorio de ese yo aislado, y se hace evidente la no dualidad de nuestra verdadera naturaleza, el continente y el contenido, el sujeto y el objeto, la conciencia y la energía, la nada y el todo, se revelan como intrínsecamente idénticos.

Las dos interpretaciones, pasiva y activa, del abandono místico apuntan, inequívocamente, en una sola dirección: el descubrimiento vivencial de que no existe, en verdad, ningún experimentador separado de las experiencias. La esencia del abandono es, por tanto, la disolución del yo separado, o, mejor dicho, la comprensión de que nunca ha existido tal yo. Esto puede realizarse a través de la desidentificación respecto a todo el mundo relativo, hasta descubrirnos como nada, o a través de la fusión plena con el flujo de la totalidad, hasta descubrirnos como todo, ya que en ambos casos se desecha por completo la idea de ser una entidad independiente y aislada. En realidad, pues, lo que verdaderamente se abandona es sólo la ilusoria creencia de ser algo o alguien. Lo único que realmente se aniquila y sacrifica es esa arraigada ignorancia acerca de la propia identidad.

De acuerdo con lo expuesto en los últimos apartados, parece coherente plantear aquí lo que podríamos denominar el abandono integral: el desapego y la desidentificación del sujeto contemplador con respecto a los objetos contemplados, y, lo que es lo mismo, la renuncia y la entrega de todos esos objetos, dejándolos fluir espontáneamente. En todas las tradiciones místicas se propone adoptar esta desprendida actitud interior. Se habla de deshacerse de todas las cosas, de despojarse de todo apego por las criaturas, de desasirse de todo lo creado, de abandonar toda identificación con las sensaciones, las emociones y las ideas, hasta quedar completamente vacíos y desnudos. No se trata tan sólo de entregar lo que uno tiene, sino, fundamentalmente, de renunciar a lo que uno cree ser. El verdadero camino hacia la liberación está, precisamente, en la total abnegación de uno mismo, en el completo despojamiento del yo ilusorio, en el pleno anonadamiento del presunto individuo separado. Es necesario, pues, soltarlo todo, capa tras capa, hasta descubrir la propia nada, abandonarse y morir hasta el fondo del propio yo, ya que sólo "en la más violenta sumisión está la más alta elevación".

Sólo tras comprender la nidad del yo fenoménico, es posible descubrir el verdadero Sí mismo. Por eso, se insiste en la necesidad de vaciarse de todo para llenarse del espíritu divino, de renunciar a todo para obtenerlo todo, de morir a sí mismo para vivir en Dios, de aniquilar al yo profano para que se manifieste la naturaleza esencial. En palabras de un místico renano: "Dios espera una sola cosa de ti: que salgas de ti mismo en cuanto eres un ser creado y dejes a Dios ser Dios en ti". Sólo cuando nos hemos silenciado por completo, cuando nos comprendemos realmente como nada, puede surgir lo inmensurable. El proceso completo consiste, así, en entregarlo todo para quedar vacíos, quedar vacíos para acoger la plenitud, acoger la plenitud para entregarlo todo de nuevo. Es decir, un instantáneo y eterno juego circular entre la vacuidad y las formas, que va desplegando creativamente, momento a momento, la infinita riqueza del Sí mismo atemporal en el tiempo.

Para que este círculo creativo ruede eternamente es necesario, por consiguiente, tanto el desapego de las formas finitas, exteriores e interiores, como la apertura hacia su fundamento infinito. No basta con desidentificarse de todos los objetos del mundo relativo, sino que es preciso también ser receptivos a la plenitud de la fuente no dual, sin esperar nada concreto. Debemos ver claro, de entrada, que no tiene sentido pretender alcanzar la pureza en el mundo de las formas, porque, por definición, todas las formas son siempre limitadas. La única perfección posible es, pues, no oponer resistencia a que lo no dual, que es lo único perfecto, despliegue su riqueza infinita, en nosotros y en el mundo, de acuerdo con las posibilidades de cada situación. Nuestros organismos no son más que instrumentos de expresión de lo absoluto en lo relativo, y, por tanto, es fundamental abrirnos plenamente a la fuente originaria, dar paso a su radiante flujo creativo y permitir que realice libremente su proceso de transformación, en nosotros y a través de nosotros. De este modo, podemos vivir, por un lado, transparentes a la ilimitada potencialidad de

la realidad no dual, y, por el otro, conectados con las formas limitadas del mundo relativo, actuando, así, como diáfanos canales de expresión a través de los cuales se despliega la fascinante dinámica creativa de la eternidad en el tiempo. Entonces, abiertos a lo desconocido, y dejando fluir confiadamente la totalidad de ese proceso creador, contemplaremos, silenciosos y maravillados, la inefable sabiduría y belleza de la vida integral.

El último testigo.

Nuestra indagación interior en busca de la fuente última de la propia conciencia, del núcleo más íntimo del yo separado, se ha apoyado, fundamentalmente, en la evidencia de que el sujeto perceptor no puede ser ninguno de los objetos percibidos. El ojo que ve no es ninguna de las cosas vistas, ni siquiera cuando se mira a un espejo, ya que entonces sólo contempla su reflejo, no a sí mismo. El organismo percibe el entorno, la mente percibe el organismo, el alma percibe la mente. Si esas sucesivas envolturas de la gran cadena del Ser pueden, de esta forma, ser observadas objetivamente, no es posible que ninguna de ellas constituya el ámbito último del sujeto que las observa. El yo que buscamos no es ninguna de las formas que pueblan el campo de la conciencia, sino su espectador inmutable, que lo puede ver todo porque se ha desidentificado de todo. El sujeto último de la conciencia puede contemplar el espectro completo de la realidad porque ha trascendido, uno tras otro, todos sus niveles.

El viaje hacia el fondo de la conciencia puede realizarse, tal como hemos visto, a través de un simple gesto de discernimiento -de diferenciación entre el que ve y lo visto- y de desapego -de desasimiento de todo lo que se ve-, que permite al sujeto perceptor desidentificarse de todos los objetos percibidos. Basta, así, con una cuidadosa vigilancia de la realidad presente, que acoja todas las cosas tal como surgen, de instante en instante, sin la menor pretensión de intervenir en sus procesos naturales de desarrollo, para que el centro de la sensación de identidad se vaya desplazando, espontáneamente, hacia los niveles más lúcidos y menos densos de la escalera evolutiva. De esta forma, el yo observador, profundizando hacia atrás en el campo de la conciencia, va descubriendo zonas novedosas que poseen perspectivas más amplias y unificadas de la realidad manifestada. Puede remontar, así, paulatinamente, todo el rayo de la lucidez hasta alcanzar incluso su fuente luminosa. Habiendo objetivado, paso a paso, todo el contenido de la conciencia, el yo se sitúa finalmente en la cumbre del espectro, y, desde ahí, contempla inmóvil todo el flujo cambiante de las formas fenoménicas. En el origen mismo de la lucidez, el sujeto último se ha desidentificado por completo del mundo, exterior e interior, y, sin implicarse en sus juegos, se siente independiente de todo aquello que poco antes consideraba como sí mismo. El yo personal se ha transformado en el testigo transpersonal.

El "testigo" es la expresión utilizada por la tradición *vedanta advaita*, para designar esa cumbre de conciencia pura que, desimplicada de todo, contempla serenamente el surgimiento y la desaparición, instante tras instante, de las formas del mundo fenoménico. Denominado en otras ocasiones como el "espectador", la "vigilia siempre presente" o el "alma", se lo ha comparado frecuentemente con un espejo que refleja, instantáneamente, todos los objetos que transitan frente a él, quedándose vacío y sin huella cuando éstos han pasado, listo de nuevo para recibir todo cuanto llegue ante su presencia. También se ha utilizado el símil de la pantalla de cine, pues sobre esa blanca superficie, inmutable y sin forma, pueden proyectarse todo tipo de imágenes cambiantes, sin que las escenas de incendios o inundaciones la quemem ni la mojen. Al hilo de esta analogía conviene hacer notar, aquí, que habitualmente vivimos absorbidos por las peripecias de la película de la vida, sin que reparemos lo más mínimo en la pantalla consciente sobre la que se proyecta. Sin embargo, no está de más recordar que este fondo último de conciencia es, de hecho, la única realidad que no puede ponerse en duda bajo ninguna circunstancia, ya que la misma duda necesita de su presencia para plantearse. En verdad, se puede desconfiar de la existencia de todo cuanto se percibe, menos de la propia conciencia que está percibiendo y desconfiando en ese momento.

La principal característica del testigo transpersonal consiste en el completo abandono de toda identificación. Las sensaciones, los sentimientos o los pensamientos continúan brotando espontáneamente, instante tras instante, pero el sujeto ya no se confunde a sí mismo con ninguno de esos fenómenos. Contempla todo lo que sucede desde fuera –aparentemente–, manteniéndose en todo momento incontaminado y ecuánime, permitiendo la emergencia de cualquier suceso, y permaneciendo imperturbable en medio del continuo fluir de las experiencias. Se vivencia a sí mismo como una pura conciencia, como un simple observador desapegado e imparcial, completamente desvinculado de todo cuanto acontece. “No soy nada, pero, en cambio, lo veo todo”. Es como si el viejo ego hubiera desaparecido y tan sólo quedara una diáfana conciencia vacía y resplandeciente, en la que se reflejaran, sin dejar huella, todos los objetos del universo. Por eso, desde la posición del testigo no se contempla nada especial. Tan sólo se percibe una lúcida sensación de libertad, ocasionada por la completa desidentificación de todo el mundo condicionado y finito. Es, pues, una vivencia simultáneamente negativa, en el sentido que ahí ya no hay nada concreto en lo que uno pueda reconocerse, y positiva, en cuanto que supone el desvelamiento irrefutable de la eterna autoevidencia.

Cuando comenzamos el viaje hacia el interior de la conciencia, confiábamos en que, tras desidentificarnos de todos los objetos observados, encontraríamos, en el fondo, el núcleo más íntimo del yo separado, pero, en realidad, al llegar a ese final del trayecto, el ego desaparece por completo, y en su lugar sólo queda un puro centro de percepción consciente, desimplicado de todo el mundo percibido. Es, como decimos, el testigo transpersonal, libre y sin forma, el espectador desapegado siempre presente, que no busca ni rechaza nada, que todo lo acoge ecuánimemente, que permanece inmutable ante los cambios y las agitaciones del universo fenoménico. Este testigo no es, sin embargo, nuestra realidad definitiva, sino tan sólo el último reducto de independencia de la sensación de identidad separada. Desde esa posición, uno todavía se siente como un centro experimentador diferenciado de la realidad experimentada, y, por tanto, esta perspectiva sigue siendo tan ilusoria y provisional como todas las anteriores.

Mientras creamos ser un sujeto conocedor ajeno a los objetos conocidos, nos seguiremos moviendo en el mundo de la dualidad, pero, aunque el testigo desimplicado no es una excepción, ciertamente se encuentra en una posición privilegiada, en el mismo umbral de la realidad no dual. El testigo puede ser interpretado, pues, simultáneamente, como el nivel más elevado del desarrollo individual, o como el último obstáculo que nos impide descubrir nuestra verdadera naturaleza. El espectador transpersonal constituye, en definitiva, el puente o nexo entre lo finito y lo infinito, entre lo temporal y lo eterno, entre el yo fenoménico y el Sí mismo real.

Cuando nos encontramos en la posición del testigo, en la perspectiva del sujeto último que contempla la totalidad del mundo de los objetos como una realidad ajena, en cualquier momento podemos ser repentinamente arrebatados por el fundamento no dual. En esta radiante vacuidad originaria, trascendemos por completo toda distinción entre sujeto y objeto, y descubrimos, de forma instantánea, la verdad definitiva: no hay, ni ha habido nunca, ni testigo ni mundo atestiguado, sino tan sólo una diáfana y gozosa autoevidencia reflejándose en sí misma eternamente. Comprendemos, así, vivencialmente, que nuestra identidad verdadera es “previa” a toda esa manifestación dual que se despliega entre los polos de energía creadora y de conciencia pura, reflejos extremos del único e inefable Sí mismo. Ya no nos percibimos, pues, como meros espectadores marginados que contemplan un universo ajeno, sino que descubrimos, sin la menor sombra de duda, que nuestra identidad real es, en verdad, todo el espectáculo contemplado.

Cuando la ilusoria línea divisoria que creíamos nos separaba del resto de la naturaleza se diluye por completo, ya no nos sentimos *en* el mundo sino *como* el mundo. Es lo que se ha denominado “la experiencia del universo por el universo”, o lo “unitotal”, una vivencia omniabarcante en la que el testigo desimplicado es totalmente trascendido, o, dicho de otro modo, se hace idéntico a todo lo atestiguado. El espectador y el espectáculo, que durante todo el camino de búsqueda del yo separado fueron meticulosamente diferenciados, se revelan finalmente como idénticos. La razón por la que en ningún momento logramos encontrar a ese yo en ningún rincón del universo manifestado fue, precisamente,

porque era la totalidad de esa manifestación, y no sólo una parte de ella como suponíamos. Esa totalidad que constituye nuestra verdadera naturaleza no es la suma de todos los fragmentos del mundo, sino la plenitud "anterior" a toda diferenciación, la vacuidad sin forma que se proyecta en sí misma, de instante en instante, como todas las formas del universo fenoménico.

B. ACERCA DE LA VIDA INTEGRAL.

En los anteriores apartados hemos propuesto un "gesto" interior de atención y desapego, que puede facilitarnos el proceso de indagación en el camino sin distancia que separa el inefable Sí mismo de nuestro presunto yo independiente. Habiendo llegado hasta el límite de ese camino, hasta el llamado "testigo desimplicado", en las próximas páginas daremos un paso más allá –o más acá–, sugiriendo el fascinante panorama que puede presentarse cuando este testigo último también es trascendido.

El observador es lo observado.

Tal como hemos planteado, cada vida individual y la evolución en su conjunto pueden entenderse como procesos similares de crecimiento, que parten de un polo originario de energía creadora y se dirigen hacia un polo final de conciencia pura. En el origen, el aspecto consciente o subjetivo se encuentra completamente absorbido por el aspecto energético u objetivo, pero a lo largo del proceso de despliegue, paulatinamente, va desidentificándose de su antagonista, hasta llegar a la posición totalmente desimplicada del testigo final. El ego, en su recorrido, interpreta esta realidad dualmente, sintiéndose a sí mismo como un sujeto perceptor separado del mundo de los objetos que percibe. Incluso, al llegar a la cumbre de la conciencia, el testigo aún se ve como un centro experimentador aparte de las realidades experimentadas. Cuando el centro de gravedad del yo se encuentra identificado con cualquier perspectiva relativa, incluida la del testigo, la realidad parece escindida, irremediablemente, en dos mundos opuestos y dispares: un ámbito interior y subjetivo que se enfrenta y contempla a otro ámbito exterior y objetivo. Se tiene, así, la sensación de que nuestro yo, el sujeto, estuviera exclusivamente en el lado de dentro y que el mundo de los objetos de fuera nos resultara por completo ajeno.

Cuando en un instante atemporal el testigo es arrebatado de improviso por la plenitud vacía, la perspectiva cambia radicalmente. Ahí, la realidad aún no se ha proyectado dualmente bajo la apariencia polar de energía y conciencia, y, por tanto, lo interior y lo exterior son todavía una sola cosa. En el fundamento no dual no existe esa ilusoria escisión entre el experimentador, la experiencia y lo experimentado, sino que todo es una simple y gozosa autoevidencia en la que el sujeto y el objeto permanecen indiferenciados. Desde esta luminosa vacuidad se comprende, de modo irrefutable, que la verdadera naturaleza de todo y de todos es, ha sido y será, eternamente, esa inefable y omnipresente vivencia no dual. De esta forma, una vez trascendidos en el mundo relativo todos los niveles de identificación posibles, incluida la perspectiva del espectador desimplicado, surge la diáfana certeza de que los polos antagonistas de energía y conciencia son intrínsecamente idénticos, y, por consiguiente, todo el proceso evolutivo que se despliega entre ambos, no es sino un juego de reflejos fugaces de, en y para el único Sí mismo.

No hay dos mundos, uno interior y otro exterior, sino una sola realidad inefable, que se manifiesta objetivamente fuera de nosotros y subjetivamente dentro, pero que trasciende por completo cualquier distinción entre objetos y sujetos. La plenitud originaria no se encuentra de forma exclusiva ni en el interior ni en el exterior, ni pertenece al ámbito subjetivo ni al objetivo, sino que constituye y abarca ambos aspectos polares. Es, digámoslo así, la identidad o indiferenciación de la energía y la conciencia que subyace y comprende tanto el mundo material, bajo el predominio de la faceta objetiva, como el mundo anímico, bajo el predominio de la faceta subjetiva. Ninguno de estos dos aspectos fenoménicos podría existir sin el otro. Si suprimimos cualquiera de ellos, su antagonista desaparecería automáticamente. No

hay objeto sin sujeto, ni sujeto sin objeto. Objetividad y subjetividad forman, inevitablemente, una unidad indivisible. Son las dos caras, absolutamente necesarias y de igual valor, con las que la vacuidad se disfraza para manifestarse en y como el mundo relativo. No podemos, pues, reducir el universo ni a una mera representación subjetiva de conciencia, ni a una simple entidad objetiva de energía, ya que, en un sinfín de equilibrios, es siempre un intrincado e indisoluble reflejo bi-uno, en el que se despliega, paulatinamente, la riqueza infinita de la vacuidad originaria.

Desde la perspectiva no dual, que no es ningún punto de vista en particular sino la condición misma de cualquier punto de vista, la ilusoria línea divisoria entre el sujeto y el objeto desaparece por completo. Pero esto no significa que el cuerpo y la mente se desintegren o se diluyan en lo indiferenciado. El mundo fenoménico continúa manifestando, como siempre, la omnipotencialidad de su fundamento vacío, a través del sempiterno juego relativo de la energía y la conciencia, pero lo que antes tomábamos como objetos y sujetos enfrentados, ahora, en el presente eterno, se revelan con "un solo sabor", más allá, o más acá, de todo dualismo. Las nubes y las estrellas siguen poblando el cielo, y los seres humanos continúan contemplándolas, pero ya no son objetos percibidos ni sujetos perceptores, sino simples facetas parciales y complementarias en una única y lúcida presencia sin fronteras.

La realidad última no es, en definitiva, ni el yo que conoce ni la cosa conocida, sino la indivisible unidad de ambos en la radiante autoevidencia de cada instante. En el conocimiento no dual, ya no hay sujetos que ven ni objetos vistos, sino tan sólo la visión del Sí mismo por el Sí mismo, a través de sus innumerables reflejos fenoménicos. Todo conocimiento se fundamenta, en última instancia, en la identidad entre el conocedor y lo conocido. El verdadero yo no conoce el universo desde fuera, sino que lo conoce porque él mismo y el universo no son dos. El yo no *tiene* experiencias del mundo, sino que el yo *es* esas experiencias. En este sentido, un sabio zen decía: "Llegué a comprender con toda claridad que la mente no es diferente de las montañas, los ríos y la inmensidad de la tierra, el sol, la luna y las estrellas". En verdad no existe, por un lado, eso que llamamos realidad objetiva y, por otro, eso que denominamos conciencia subjetiva, sino que todo es una sola plenitud no dual, eternamente autoevidente, que se proyecta bajo esas apariencias polares. No hay distinción última entre conciencia y realidad. Saber y ser son una misma cosa en la infinitud. Lo absoluto no es, en ningún caso, una relación entre un sujeto cognoscente y un objeto conocido, sino su identidad común. El conocer absoluto coincide con la realidad absoluta: "Aquel que conoce al supremo *brahman*, llega a ser verdaderamente *brahman*".

El mundo sólo se da una vez. No hay un mundo exterior real que se refleje en otro mundo interior consciente, sino que lo que se ve y el que ve son idénticos. La imagen original y la del espejo son una sola. El observador y lo observado están indisolublemente unificados en el acto presente de la observación, de modo que tanto el mundo objetivo como el yo subjetivo se desvanecen en el puro acto no dual de ver. En la experiencia inmediata nunca ha habido, en verdad, un dentro distinto de un fuera, pues el yo separado que establecía esa diferenciación ha sido, desde siempre, una pura ilusión. En el momento del despertar, esa evidencia se percibe diáfana: "Cuando oí repicar las campanas del templo, de pronto no hubo campanas y no hubo yo, solamente hubo repicar". Se comprende, así, que el yo de aquí dentro no es sino una y la misma cosa que el universo de ahí fuera. Que la conciencia pura que comprende el cosmos es idéntica a la energía creadora que lo constituye. Que el conocedor es, en última instancia, lo mismo que lo conocido. El individuo queda, de esta forma, desprovisto de toda sensación de subjetividad interna enfrentada a un mundo de objetividad externa, y cae en la cuenta de que, en realidad, esos dos ámbitos son uno sólo, y de que, sorprendentemente, siempre lo habían sido. La sensación de identidad del experimentador se expande, entonces, instantáneamente, hasta abarcar la totalidad de lo experimentado en una vivencia no dual, sin separaciones ni divisiones y, por tanto, sin conflictos ni tensiones. En el lenguaje de los sabios del *vedanta*, el *atman* -la fuente última del sujeto- y el *brahman* -la fuente última del objeto- se desvelan finalmente como idénticos.

En nuestro viaje interior en busca del yo separado, después de recorrer todas las envolturas de la realidad, no hemos encontrado más que objetos de percepción, pero por ningún lado al sujeto perceptor. Este sujeto, como ahora sabemos, no era sino la totalidad indivisible del universo de objetos percibidos, y, por

eso, resultaba imposible de hallar como entidad aislada. El observador era, en todo momento, la integridad de lo observado. Cuando profundizamos en nosotros mismos hasta la propia fuente de la conciencia, sólo nos encontramos con el universo, pero no con el cosmos ilusorio de objetos exteriores, sino con el cosmos real, en el que no hay la más mínima división entre sujeto conocedor y objetos conocidos. El verdadero yo de dentro y el universo real de fuera se desvelan, así, como una y la misma realidad. En el mismo momento en que abandonamos el permanente intento de separarnos del universo, descubrimos que somos uno con todo y que siempre lo hemos sido. Incluso ese frustrado intento de resistirnos y alejarnos de la situación presente, no era, en última instancia, sino un aspecto más del propio juego de autorreflejos de lo no dual en sí mismo.

Siendo nada, soy todo.

En el comienzo del proceso evolutivo, el sujeto está completamente identificado con el objeto, o, dicho de otra manera, la conciencia se encuentra íntegramente absorbida por la energía. En la cumbre de este proceso, en el estado del testigo, el sujeto ya se ha desidentificado plenamente del mundo objetivo y la conciencia brilla radiante en toda su pureza. Desde la perspectiva relativa, se ve el origen como la totalidad de la energía objetiva sin ninguna conciencia subjetiva, y la meta como el equilibrio inverso de ambas facetas. El yo reflejado parte, así, de una situación de absorción inconsciente con la totalidad del entorno, y, a través del proceso de desidentificación, va desasiéndose, capa tras capa, de todo el mundo de las formas, hasta descubrirse como una nada objetiva, plena de conciencia pura. Cuando, en un instante sin tiempo, el testigo es arrebatado por el fundamento no dual, descubre la indiferenciación última de la energía y la conciencia, y, por tanto, la absoluta identidad de la base y la cumbre, del todo y la nada, "reconciliando en sí mismo lo más alto y lo más bajo". El camino de la desidentificación resulta ser, sorprendentemente, el camino de la plena expansión. Desde la perspectiva zen, el proceso íntegro se puede resumir así: "Estudiar el budismo es estudiarse a uno mismo. Estudiarse a uno mismo es olvidarse de uno mismo. Olvidarse de uno mismo es percibirse a uno mismo como la totalidad de las cosas".

Los términos todo y nada sólo tienen sentido en relación con un "algo", pero cuando ese algo se desvela como ilusorio, el todo y la nada se comprenden como una misma y única realidad no dual. En el origen, cuando todavía no estábamos identificados con algo particular, éramos realmente el todo, es decir, lo no dual. En la cumbre, cuando ya no estemos identificados con algo particular, ni siquiera con el testigo, seremos verdaderamente la nada, es decir, lo no dual de nuevo. Desde la perspectiva relativa del ego separado esos polos parecen antagónicos, pero en sí mismos resultan absolutamente idénticos. Y, más aún, esa no dualidad que descubrimos en los puntos extremos del trayecto temporal es también, en verdad, la única realidad en cada instante del proceso, pero el yo reflejado la interpreta erróneamente en función de su propia posición relativa. La aparente paradoja entre lo que parece, por un lado, un proceso temporal rectilíneo -desde el todo hasta la nada- y, por otro, un movimiento circular -desde lo no dual a lo no dual pasando por el ego-, se resuelve al comprender el carácter ilusorio de la perspectiva temporal y la radical atemporalidad de cada instante presente. Sólo hay cambios en el ámbito de identificación del yo fenoménico -primero con el todo, luego con algo y al final con nada-, pero el Sí mismo real permanece eternamente inmutable.

Nuestro único problema, nuestro único pecado, consiste en creer que somos alguien, o algo, porque en el mismo momento en que nos identificamos con una cosa determinada, automáticamente dejamos de ser todo lo demás. "Ser esto" implica, inexorablemente, "no ser aquello". Y así comienza el inagotable juego de las dualidades, las fronteras, los miedos y los conflictos. La única solución está en trascender nuestra identidad separada y, al descubrirnos como nada, ser uno con todo y con todos. Porque sólo cuando no somos nada en particular, somos realmente todo. Al no ser absolutamente nada, no tenemos nada que nos limite, y, de esta forma, toda la existencia se revela como nuestro propio ser. Como explicaba una mística medieval: "El conocimiento de mi nada, me ha dado el todo". Cuando creíamos ser algo, sólo éramos unos pobres egos aislados, pero al sabernos nada, somos literalmente infinitos. Al ser algo, teníamos una limitada vida temporal, pero al ser nada somos en verdad eternos. En cuanto algo, éramos

tan sólo eso, pero en cuanto nada, somos también todo lo demás y por siempre. Podemos decir, así, indistintamente, que somos nada o que somos todo, que el yo no existe o que es uno con todas las cosas, pues ambas expresiones hacen referencia a una misma experiencia no dual, en la que el engañoso algo ha desaparecido por completo.

Todas las tradiciones espirituales insisten en la necesidad de vivir con un corazón vacío para que pueda ser llenado por el mundo, de estar dispuestos a no ser nada para llegar a ser todas las cosas. Sólo cuando ya no hay yo se puede descubrir, vivencialmente, que todo el universo no es sino yo mismo. En palabras de un místico castellano: “para venir a serlo todo, no quieras ser algo en nada”, porque “cuando reparas en algo, dejas de arrojarte al todo”. Sólo el que ha renunciado a sí mismo posee todas las cosas, sólo el que se ha vaciado plenamente puede llenarse de todo, sólo el que está completamente desnudo puede vestirse con todas las formas del mundo. Por eso, cuando uno ya no es nada, absolutamente nada, descubre que nada le falta, que no ha perdido nada y lo ha ganado todo, porque al hacerse transparente se ha llenado por completo de luz. Al renunciar a todo, todo le ha sido dado. “Quien todo da, todo tiene”. Cuando el yo separado es, así, trascendido totalmente, en el mismo momento en que parece que se va a quedar sin nada, se desvela radiante su plenitud sin límites. En el mismo instante de la muerte, acontece inesperada la resurrección. Con la pérdida total, surge la ganancia total. Con la humillación, la exaltación. Con la aniquilación, la gloria eterna.

El camino para descubrir nuestra verdadera naturaleza no dual pasa, inexorablemente, por la paulatina desidentificación de todo el universo objetivo. Sólo soltándolo todo, podemos poseerlo todo. Sólo sabiéndonos nada, logramos reconocernos como todo. Dado que el nacimiento del yo fenoménico no es sino la aparición de la engañosa identificación con algo particular, resulta absolutamente indispensable desmontar por completo esa perspectiva ilusoria, si aspiramos a reconocer nuestra verdadera realidad. Para pasar desde nuestra limitada persona imaginada hasta nuestra infinita identidad real –la totalidad siempre presente-, es imprescindible atravesar la puerta estrecha de la nada. Sólo cuando el algo se ve como nada, se desvela diáfano lo no dual. Sólo cuando se descubre el fundamento vacío, y no antes, se puede afirmar que uno es, en verdad, todas las cosas. Primero es necesario darnos cuenta que no somos ninguna forma particular, y, sólo posteriormente, podemos comprender que todas esas formas trascendidas son, en realidad, nuestros propios reflejos. Descubrimos, así, que somos, simultáneamente, tanto el flujo total de los procesos del mundo, como la luminosa lucidez vacía en la que esos procesos discurren. Somos, en definitiva, un océano sin límites en el que todo sucede, una sorprendente nada rebosante hasta el borde con sus propias proyecciones fenoménicas.

Nuestra identidad suprema es esta no dualidad integral que, como decía un místico renano, “ante el mundo parece la nada, pero que para los hijos de la sabiduría es todas las cosas”. Es la identidad del origen y el fin, de la base y la cumbre, de lo exterior y lo interior, de la energía creadora y la conciencia pura, de la luz y la lucidez, de *Shakti* y *Shiva*. Como es “previa” a esta polarización aparente que da origen a todos los procesos finitos del universo, no es, literalmente, ninguna cosa en particular, porque no tiene límites, pero como todos esos procesos fenoménicos no son sino sus propios reflejos temporales, es también, a la vez, todos y cada uno de ellos. Es, pues, la unión de los contrarios, plenitud y vacuidad simultáneas, inmanencia y trascendencia, infinito y cero, todo y nada. Está libre de todas las cosas y, por eso, es todas las cosas. No tiene ninguna propiedad y, de ese modo, las tiene todas. En un sentido, es todo: “Todo esto -el mundo- es *brahman*”, y, en otro, es nada: “Él no es esto, ni esto”. Quien lo descubre encuentra nada y todo. Lo diáfano, lo informe y lo silencioso es lo mismo que todo el juego de colores, de formas y de sonidos.

Afirmaba un sabio de nuestro tiempo: “El amor dice: yo soy todo. La sabiduría dice: yo soy nada. Entre ambos fluye mi vida”. Todo el proceso universal no es sino esta corriente entre las dos facetas aparentes del Sí mismo, como base de amor y como cumbre de sabiduría. La identidad de estos polos en el fundamento vacío, o realidad no dual, no es, así, de ningún modo, una nada impotente, sino la fuente misma de todas las cosas, que las crea, constituye y comprende. Es una claridad pura que no sólo *contiene* sino que *es* todas las criaturas del mundo. Una matriz infinitamente fértil en la que surgen,

subsisten y se disuelven todas las formas del universo. Un océano sin límites que permanece eternamente inmutable y creativo tras el dinámico juego de sus olas fugaces.

La vivencia integral.

En la tradición hindú se plantean, básicamente, tres tipos de *samadhi* o estados contemplativos: *savikalpa*, *nirvikalpa* y *sahaja*. El primero se corresponde con la situación, que ya hemos comentado, del testigo o espectador desapegado, que contempla la totalidad del flujo del universo sin implicarse lo más mínimo en sus movimientos. El segundo tiene lugar cuando el testigo se diluye por completo en la pura trascendencia del fundamento vacío, informe y silencioso, y permanece, así, más allá de toda diferenciación o manifestación. Y el tercero, que vamos a tratar a continuación, integra simultáneamente el fundamento vacío y sus formas reflejadas, en una vivencia única, no dual y definitiva.

El testigo, como centro último de percepción consciente, percibe la totalidad del mundo de los objetos como una realidad ajena a sí mismo, pero al ser absorbido por el substrato informe e inmanifestado, ambos -el yo y el mundo- desaparecen radicalmente en una diáfana y radiante presencia sin límites. La energía creadora, que sustenta y constituye todas las estructuras objetivas del universo, y la conciencia pura, que comprende y culmina todas las perspectivas subjetivas del mundo, permanecen indiferenciadas en ese fundamento pleno y vacío. La luz originaria, que ocasiona todo el espectro de exterioridades, y la lucidez última, que da lugar a todo el espectro de interioridades, se descubren aquí como una misma y única realidad autoevidente y gozosa, sin el menor atisbo de distinción o diferenciación. La polaridad fundamental que sostiene todo el proceso fenoménico, el alfa y la omega del devenir evolutivo global e individual, es, en esencia, absolutamente no dual. Por eso, cuando el centro de la identidad se funde por completo en esta vacuidad plena, todas las formas del mundo aparecen como simples reflejos finitos y fugaces del único Sí mismo infinito y atemporal. No hay, pues, dos realidades, una absoluta y sagrada, y otra relativa y profana, sino una sola realidad omniabarcante en un juego instantáneo y circular de creatividad sin fin.

Cuando el individuo sale de la absorción exclusiva en el substrato inmanifestado, todo el mundo fenoménico emerge también con él, pero ahora ya no se establece entre ambos una relación sujeto-objetiva, sino que todo se percibe como una única expresión espontánea de la vacuidad fundamental en sí misma. Surge, así, la certidumbre de que la totalidad del flujo de las existencias finitas no es sino un destello transparente del único fundamento no dual. Se trata, básicamente, de la aprehensión directa de la unidad de lo visible y lo invisible. En esta vivencia integral de la realidad, se comprende con radiante claridad que el substrato vacío no es distinto de todas las formas del mundo. Que el fundamento inmóvil y silencioso es idéntico a todos los movimientos y sonidos del universo. Que lo sobrenatural y lo cotidiano son una sola cosa. Que el reino de los cielos y este mundo no son, en verdad, dos regiones diferentes ni lejanas. En este sentido, en el budismo *mahayana* se afirma que "no existe la menor diferencia entre el *nirvana* y el *samsara*". Y en el hinduismo se defiende que "*brahman* es el mundo". Y en la mística cristiana se identifica al Amado con las montañas, los valles y las ínsulas. Y en la tradición sufi se dice que "los dos mundos son uno sólo". Y en palabras de un maestro zen: "¡Qué maravilloso, qué trascendental es esto! Extraigo agua, transporto leña".

La principal característica de la contemplación integral consiste en la percepción simultánea de las formas del mundo y de su vacuidad intrínseca, del universo de las dualidades y de su fundamento unitario, del ámbito cambiante de la multiplicidad y de su matriz indiferenciada e inmutable. Es decir, en esta contemplación se trasciende por completo la dualidad sujeto-objeto, pero, al mismo tiempo, se mantiene la plena conciencia de esa polaridad convencional. Se descubre, así, vivencialmente, la evidencia de la identidad última entre lo finito y lo infinito, entre el tiempo y la eternidad, entre la ignorancia y la iluminación. Por eso, los místicos integrales, lejos de proponer una meta espiritual alejada del universo de lo relativo, o de limitarse a la visión dualista común, plantean un modo no dual de experimentar el mundo concreto. Al comprender que "en todo el universo no hay dos cosas", trascienden cualquier atisbo de

aferramiento tanto al ámbito de la vacuidad como al de la forma, y, espontáneamente, desvelan de modo vivencial la verdad definitiva de que ambos mundos son uno sólo.

En la vivencia integral se contempla, sin sombra de duda, la vacuidad en el mundo de todos los días, lo divino en cada gesto cotidiano, el más allá en todos los aquí y ahora del universo fenoménico. No se trata de ningún cambio de estado, sino del reconocimiento de la verdadera naturaleza de cualquier estado presente. Lo uno y lo múltiple, la eternidad y el tiempo, el ser y el devenir, lo inmanifestado y lo manifestado, la plenitud vacía y la existencia concreta, no son, ni han sido nunca, sino dos aspectos de una única realidad omniabarcante y no dual. La iluminación integral desvela diáfananamente esta verdad de forma natural, sin ningún tipo de trance o éxtasis, pues el estado último y atemporal, aunque es "anterior" a todo, no difiere lo más mínimo de nuestro estado ordinario de cada momento. Este estado definitivo no es, en absoluto, un estado particular o un estado entre otros estados, sino un estado que incluye a todos los demás y que es plenamente compatible con todos ellos. Es, de hecho, la condición y la verdadera naturaleza de todos los estados, y no hay nada, absolutamente nada, aparte de él.

Cuando la conciencia informe vuelve a tomar forma sin perder su informidad, el ego no aparece por ningún lado y la sensación de identidad estalla en todo el panorama contemplado. La totalidad de la manifestación universal, lejos de difuminarse blandamente en una papilla tibia e insulsa, continúa emergiendo, instante tras instante, como siempre, pero ahora ya no hay ahí alguien que crea estar separado de ella, o que pretenda controlar desde fuera el flujo espontáneo de las cosas. La distancia imaginaria entre la conciencia y lo concienciado ha desaparecido por completo. Se descubre, entonces, que todo el universo fenoménico no es sino una simple expresión natural de nuestra propia radiante plenitud en sí misma. En la vivencia integral el vacío y la forma se funden, así, en una creativa dinámica circular, instantánea, eterna y no dual. La vacuidad no es, pues, sólo la apertura o el espacio en el que aparece el mundo manifestado, sino la propia substancia de todos los seres que constituyen ese mundo. La dinámica evolutiva no es, ni nunca ha sido, algo aparte de la vacuidad inmóvil, sino la propia actividad creativa de esa vacuidad. Podemos decir, por tanto, indistintamente, que todas las cosas emergen en nuestro Sí mismo, o, del mismo modo, que somos la totalidad de esas cosas que surgen. Nuestra identidad última abarca, en definitiva, el substrato sin forma, el movimiento y todas las formas reflejadas.

El universo de "un solo sabor", sin interior ni exterior, se manifiesta a sí mismo brillante y evidente, en un gesto espontáneo e inagotable, a través de un sinfín de seres. Cada individuo particular no es, pues, sino esta realidad única experimentándose a sí misma desde un punto de vista determinado y diferente. La verdadera identidad de todos es, así, una totalidad radiante que se contempla a sí misma de infinitos modos. No hay ninguna entidad subjetiva aislada observando un universo objetivo ajeno, sino esa única realidad no dual que, al trascender toda relación sujeto-objeto, unifica dinámicamente la vacuidad inmóvil y su juego de reflejos fugaces. El individuo iluminado, el sabio no dual, es, pues, literalmente nadie y, sin embargo, todas las cosas. Una lúcida apertura que comprende el universo entero. Una diáfana capacidad que abraza todos los mundos.

El sabio no dual.

El centro de gravedad de la sensación de identidad del individuo en desarrollo, parte, como ya sabemos, de una situación de absorción inicial en la base energética e inconsciente del espectro evolutivo. A lo largo del proceso de crecimiento va desidentificándose progresivamente de esa absorción originaria, desplegando, uno tras otro, los sucesivos niveles de la gran cadena del Ser. Si este proceso se desarrolla de forma saludable, sin adherencias ni disociaciones patológicas, cada uno de los novedosos planos emergentes, una vez diferenciados nitidamente de los precedentes, se integran espontánea y armónicamente con todos ellos, dando lugar a organismos crecientemente complejos y lúcidos. Ello resulta posible porque todos esos niveles del espectro manifestado no son sino diferentes equilibrios finitos de las dos facetas polares -energía creadora y conciencia pura- a través de las que se proyecta fenoménicamente la misma y única realidad no dual. Cuando el centro de la sensación de identidad

alcanza la cumbre del espectro -la posición del testigo-, el individuo puede abarcar de forma integrada la gama completa de equilibrios entre la luz y la lucidez, y, en consecuencia, manifestar diáfana en el tiempo la inefable vacuidad atemporal. Es entonces, al sintonizar íntegramente con la fuente no dual, cuando el centro de la identidad puede ser arrebatado en cualquier momento por ese fundamento vacío, trascendiendo, así, definitivamente, toda identificación exclusiva con cualquier nivel particular. De este modo, uno se vivencia a sí mismo, simultáneamente, como pura vacuidad, por su total ausencia de identificación con lo parcial, y como radiante plenitud, por su autoevidente naturaleza infinita.

El sabio iluminado ha descubierto su verdadera identidad en el ilimitado océano no dual, y contempla sereno todo el flujo fenoménico como un juego creativo de olas y corrientes en su propio seno. Todo el universo es, así, su espontánea y luminosa expresión, y todos los seres del mundo son sus propios reflejos. Como carece por completo de forma, se adapta perfectamente a cualquier imagen, sea cual sea su condición existencial o su estado de conciencia, y se reconoce a sí mismo en todas ellas. Percibe todas las existencias como múltiples aspectos y símbolos del único Yo real, del que emergen y en el que se desvanecen sin alterar, en ningún instante, su impecable inmutabilidad eterna. Ya no ve al universo y al cuerpo como realidades externas, sino como fenómenos que se despliegan espontáneamente en el espacio sin fronteras del Sí mismo. Puesto que ha trascendido por completo el ego, y ha descubierto la verdadera naturaleza de todo y de todos en la vacuidad, no existen para él ni "otros" individuos, ni mundo ajeno, ni cosa alguna que esté fuera o separada de su Yo infinito. Percibe las diferencias entre las formas fenoménicas como meras apariencias, pues en todo momento vivencia la misma plenitud vacía en todas ellas. Por todos lados sólo ve al Sí mismo, descubriendo su presencia eterna e inmutable en todo aquello que aparece como fugaz y cambiante.

El sabio no dual ha desplazado su sensación de identidad desde el mundo reflejado hasta su fuente luminosa, y vive, así, desde el fondo infinito cada una de las formas limitadas, desde la totalidad omniabarcante cada suceso parcial, desde la plenitud sin fronteras cada acto particular. Todo lo percibe como una espontánea expresión del único y radiante fundamento vacío. Comprende todo el flujo de la diversidad y la complejidad como una simple proyección multitudinaria del Uno-sin-segundo, que despliega su riqueza infinita en un inagotable y creativo juego de autolimitaciones aparentes, sin salir nunca de sí mismo. Desde la inefable vacuidad, ve todo el mundo fenoménico como una danza armoniosa de reflejos interactuantes que, progresivamente, manifiestan en el tiempo la omnipotencialidad de su origen no dual. Y el sabio es, simultáneamente, la vacuidad y todas las formas, el espejo y todos los reflejos, la pantalla y todas las películas, el océano y todas las olas, sin la menor separación o distinción entre ambas facetas del Sí mismo integral. La unidad y la diversidad son sólo dos perspectivas diferentes de una misma identidad.

El sabio integral, al descubrir su verdadera naturaleza en el fundamento vacío, es, literalmente, nadie, pero, aún así, la vida continúa emergiendo con absoluta naturalidad a través de su organismo psicossomático individual. Tras desplegar saludablemente todo el espectro de la realidad de forma integrada, desde la energía creadora hasta la conciencia pura, y habiendo trascendido por completo toda identificación con cualquiera de los niveles, su aparente individualidad fenoménica responde espontáneamente, sin resistencias ni apegos, a todos los retos de la vida cotidiana. Manifiesta, así, de instante en instante, toda la plenitud no dual que sea capaz de acoger cada situación presente, sin las distorsiones producidas por las identificaciones con facetas parciales, unilaterales y sesgadas de la realidad. Atiende, pues, con normalidad sus naturales necesidades básicas, pero carece totalmente de las exigencias propias de la sensación de identidad separada, como las dependencias o los miedos. Ya no opera desde ningún centro aislado, sino desde el océano ilimitado del Sí mismo que abarca todas las cosas. Actúa, por tanto, armoniosamente en el mundo, pero ha superado radicalmente la creencia ilusoria de ser el autor de las acciones. Carece por completo de la sensación de actuar personalmente, y, por eso, no se atribuye en absoluto el mérito de nada de lo que sucede. Todo lo percibe como una diáfana revelación del Sí mismo, a través de este canal individual que se ha ido construyendo paulatinamente en el devenir natural de las cosas.

El sabio despierto, a pesar de estar en el mundo relativo de las formas finitas, no pertenece a este mundo, pues es plenamente consciente de la identidad absoluta y no dual de todo y de todos. Observa con claridad el juego aparente de las dualidades, pero permanece siempre en la comprensión integral del fundamento único, en el que se trascienden por completo todas las diferenciaciones. Por eso, no se identifica con ningún organismo en particular, sino con la plenitud vacía, que incluye todos los organismos y todos los mundos. Y, en este sentido, puede decir, indistintamente, que no está en ninguna parte y es atemporal, o que existe en todas partes y siempre. Aunque hable, está en silencio, aunque se mueva, permanece en quietud, aunque actúe como un ser individual, es pura vacuidad radiante y sin límites. Los que le contemplan, quizás piensen en él como una forma humana, o como un ente particular dentro de esa forma, pero el sabio es plenamente consciente de ser el infinito Sí mismo, que trasciende radicalmente los conceptos de dentro y fuera, o de sujeto y objeto, y que no está limitado por ninguna forma determinada, ni siquiera por el conjunto de su manifestación universal. Por tanto, estrictamente hablando, no existen individuos iluminados, porque como individuos separados son tan ilusorios como el resto de los seres del mundo.

La realización no es sino la absoluta comprensión de la inexistencia de cualquier entidad particular. Es caer en la cuenta de que en todo el flujo fenoménico no hay, ni ha habido jamás, un yo individual independiente. No puede haber, pues, una "persona" realizada, porque la realización es, precisamente, el descubrimiento del carácter ilusorio de la noción de persona. De modo que, cuando tiene lugar el despertar definitivo, ya no hay ahí alguien que piense: "Soy un ser liberado". En el momento de la liberación uno, en verdad, no se libera de nada, por la sencilla razón de que nadie, iluminado o no, ha estado jamás esclavizado. Con el despertar nada desaparece, nada cambia, nada muere, sino, solamente, se trascienden las interpretaciones ilusorias acerca de la realidad. El sabio, así, no resulta ser nada especial, ni tiene característica alguna que permita distinguirlo del ser humano común. A través de la realización no se consigue algo determinado, ni se alcanza una meta lejana, ni se logra ninguna cualidad excepcional, sino, simplemente, se toma conciencia de lo que realmente se ha sido desde siempre. Por eso, en las tradiciones místicas, se considera el estado iluminado como el estado natural del ser humano, como nuestra verdadera identidad en cada momento, eterna y sin tiempo. Realizarse es, por tanto, sencillamente, darse cuenta de lo que uno es ahora mismo, no llegar a ser otra cosa, ni adquirir nada nuevo. De ahí que el objetivo de cualquier práctica espiritual consista en la eliminación de la ignorancia fundamental y en el cese de todas las identificaciones, no en el "logro" de la realización, porque la realización ya está presente desde siempre. Es nuestra verdadera naturaleza, aquí y ahora.

En este preciso instante.

Nuestro verdadero Sí mismo infinito y eterno se proyecta, de instante en instante, en un yo fenoménico, limitado y cambiante. Al identificarnos con esta individualidad finita, olvidamos por completo nuestra verdadera naturaleza, nos sentimos esclavizados en el mundo de las dualidades, conflictivo y amenazante, y buscamos ansiosamente liberarnos de nuestros sufrimientos y de nuestros miedos. Sin embargo, la verdad definitiva es que ese yo separado que nos hace creernos esclavizados, es radicalmente ilusorio, y que nuestra identidad real es, y ha sido siempre, una radiante plenitud sin fronteras. No hay nada, absolutamente nada, fuera de esta inmaculada vacuidad en la que la energía y la conciencia son eternamente una sola cosa. Todos los reflejos fenoménicos no son sino aspectos parciales y fugaces de esa única realidad no dual que los constituye y comprende. En cada instante, todas las estructuras objetivas del mundo exterior se fundamentan en la energía creadora de la base, y todas las perspectivas subjetivas del mundo interior se asientan sobre la conciencia pura de la cumbre. Y ambos polos, insistimos, son intrínsecamente idénticos en la inefable plenitud vacía, inmutable y atemporal, que es la verdadera naturaleza de todo y de todos en cada instante del proceso universal.

La realidad no dual no es algo que debamos lograr en un futuro lejano, ni algo que, habiéndolo poseído en el origen, lo hayamos perdido. La plenitud vacía es, por el contrario, lo que verdaderamente somos en este preciso instante, nuestra única realidad eternamente presente. No tiene sentido, por tanto, intentar buscarla en otro lugar o en otro tiempo, porque ya la tenemos -ya la somos-, en toda su radiante plenitud, en este mismo ahora. No es posible, pues, "alcanzarla" jamás, ya que esto supondría que hay algún sitio en el que está ausente que requiere sufrir un proceso hasta conseguir su presencia, pero no existe, ni puede existir, tal lugar en el que la realidad no dual no esté plenamente presente en cada momento. Como afirmaba un sabio de nuestro tiempo: "El Yo es inalcanzable. Si se pudiera llegar a él, significaría que no está aquí y ahora, sino que todavía hay que alcanzarlo. Tú eres el Yo. Ya lo eres". No podemos entrar en él, porque desde siempre hemos sido él.

Por la misma razón, al igual que resulta imposible acercarse al Sí mismo, porque ya somos él, tampoco podemos alejarnos de su presencia infinita y eterna. Fuera de él no hay absolutamente ningún lugar a donde ir. Por eso, no es posible, lo queramos o no, escapar de él o abandonarlo. No hay, de hecho, ningún sendero que permita alejarse o acercarse de aquello que siempre es. De modo que cualquier estado en el que se pueda entrar o salir, que pueda tener un comienzo o un final, no puede tratarse de nuestra verdadera naturaleza. Es decir, toda liberación que tenga un principio o un fin en el tiempo, no es, en absoluto, una auténtica liberación, y, por consiguiente, resulta inútil cualquier esfuerzo encaminado a lograrla. De ahí que un maestro zen advirtiera: "Siempre habéis sido uno con el buda, por tanto, no pretendáis alcanzar dicha unidad con diversos ejercicios". Y otro añadía: "Sin darse cuenta de lo cerca que está la verdad, la gente la busca lejos, ¡qué pena! Son como aquel que, en el seno del agua, llora sediento, implorándola".

No hay nada que hacer ni que dejar de hacer para lograr la realización, porque ésta ya se halla, en verdad, totalmente presente desde siempre. No es necesario hacer nada especial para vivenciar la realidad no dual, porque nuestra propia naturaleza, anterior a todo esfuerzo de búsqueda, ya es plenamente no dual. El único logro valioso consiste, por tanto, en reconocer lo que ya poseemos desde siempre. No hay nada nuevo que encontrar, pues todo lo que buscamos ya lo somos aquí y ahora. El Sí mismo no es algo que debamos construir esforzadamente a través de un proceso causal en el tiempo, sino que ya es nuestra propia realidad atemporal e inmutable, presente en cada instante de nuestra vida. El sujeto y el objeto son uno en todo momento, eternamente, así que no es necesario cambiar nuestro estado actual para descubrirlo, sino que basta, simplemente, con despertar el reconocimiento de lo que siempre está siendo. No se trata de crear en el futuro una realidad no dual, producto de algún tipo de práctica espiritual, sino de darnos cuenta del estado de cosas omnipresente. Intentar alcanzar el Sí mismo, sería como pretender perseguir nuestros propios pies.

La iluminación nunca puede suceder mañana, sino tan sólo en el inagotable presente, que es lo único real. El verdadero despertar no existe en ningún otro lugar más que en este momento atemporal que es ¡ya mismo! En palabras de un patriarca zen: "Cuando las diez mil cosas se ven en su unidad, volvemos al origen y nos quedamos donde siempre estuvimos". La realización no consiste en convertirse en el futuro en algo nuevo, sino en ser lo que en realidad uno ha sido desde el principio. El despertar es tan sólo descubrir y manifestar aquello que desde el comienzo ha constituido nuestra verdadera naturaleza y condición. La iluminación no está lejos. La meta no está en otra parte, sino aquí y ahora, en todo lo que vivimos, en cada instante del camino. No es necesario ir a ningún sitio ni esperar otro momento. No hay ningún espacio que recorrer, ni hace falta que transcurra ningún tiempo, para descubrir lo no dual. Entre el ilusorio yo fenoménico y el Sí mismo real no existe, ni ha existido jamás, la menor distancia ni duración. Como afirma una *upanishad*: "Aquel que adora a Dios pensando «El es uno y yo soy otro», no comprende". El buscador y el objeto de su búsqueda son, desde siempre, una misma cosa.

Tanto si nos damos cuenta como si no, el sujeto y el objeto siempre son, en última instancia, una sola realidad. Por eso, nuestro estado actual, sea cual sea la situación fenoménica, es ya idéntico al definitivo. Basta con un simple destello de comprensión pura, para que descubramos, sin sombra de duda, que la vida plena a la que aspiramos es exactamente la vida que desde siempre estamos viviendo. El Sí mismo

no es un nivel específico de la realidad, ni una experiencia determinada, sino, más bien, la propia vivencia en que uno se encuentra en cada momento, la simple sensación de ser que tenemos aquí y ahora, la única constante en el flujo de nuestras experiencias cotidianas. El estado supremo no difiere, lo más mínimo, del estado ordinario en que nos hallamos en este preciso instante. Por eso, la iluminación no consiste en cambiar de estado, sino en reconocer la verdadera naturaleza de nuestro estado presente. Se trata, simplemente, de caer en la cuenta del carácter ilusorio del círculo del tiempo, de descubrir que la plenitud atemporal ha sido la única realidad en cada punto del camino, desde el origen. Aunque resulte sorprendente, la liberación final está lograda desde siempre.

La realidad no dual es algo de lo que ya somos plenamente conscientes en este mismo momento, algo que ya estamos contemplando en este preciso instante, aunque no acertemos a reconocerlo. Sucede como con las imágenes planas en tres dimensiones (3D), que, al principio, aunque las estemos mirando, no somos capaces de captarlas, pero, basta con enfocarlas del modo correcto, para que nos resulten por completo evidentes. El mundo celestial no es sino el mismo mundo fenoménico visto de la forma adecuada. Como ya se planteaba en la filosofía idealista, la existencia finita en el aquí y ahora, cuando se mira apropiadamente, es idéntica a la existencia infinita que está en todas partes y siempre. La única razón por la que no reconocemos esta naturaleza infinita, es porque, al ser no dual, no puede ser vista de forma objetiva, como hacemos con los fenómenos del mundo relativo, y, de esta forma, nos pasa desapercibido lo que es eterna y absolutamente obvio. Porque, en verdad, en todo momento ya estamos vivenciando la omnipresente plenitud vacía, la radical identidad del sujeto y el objeto, es decir, la simple y gozosa autoevidencia de ser, en la que la conciencia y la energía se desvelan como una sola cosa, pero estamos distraídos al contemplar sus formas reflejadas e identificarnos con ellas.

“La realización consiste sólo en librarse de la falsa idea de que uno no está realizado”, afirmaba un sabio hindú. La plenitud está siempre aquí y ahora, hagamos lo que hagamos. El Sí mismo, infinito y eterno, es nuestra verdadera naturaleza en todo momento, pero las adherencias a lo limitado y las interpretaciones erróneas nos ocultan su diáfana presencia. Por eso, para descubrir lo no dual no es necesario adquirir nada nuevo, o desarrollar una nueva facultad, sino, simplemente, trascender nuestra identidad ilusoria y eliminar todos los disfraces tras los que nos hemos parapetado. Entonces, nos maravillaremos de haber estado buscando ansiosamente lo que ya poseíamos desde el origen. Nos reiremos de nuestros anhelantes esfuerzos para alcanzarnos a nosotros mismos. Nos asombraremos de cómo fue posible haber estado tanto tiempo ciegos ante la siempre radiante autoevidencia. Y diremos, como aquel maestro taoísta, “yo no he encontrado al *tao*, sino que de repente me he dado cuenta que nunca lo había perdido”, o como aquel sorprendido budista, “siempre, desde el principio, he sido completo y perfecto, ¡qué maravilloso!, ¡cuan milagroso!”

La iluminación no añade nada a lo que de antemano ya somos, ni nos da nada nuevo que no tuviéramos en plenitud anteriormente, pues desde siempre, en verdad, hemos estado viviendo en el mundo no dual, infinito y eterno. Por eso, cuando en un relámpago de lucidez se nos desvele la radiante autoevidencia, sólo descubriremos al Sí mismo que ha estado siempre presente, y todo el camino que hayamos recorrido para encontrarlo, no le habrá agregado absolutamente nada. Nunca lo hemos perdido, así que no se trata de recuperarlo. Jamás lo hemos olvidado, así que no hace falta recordarlo. En todo momento hemos sido, y somos, la inmutable plenitud de energía-conciencia, que compone y comprende la totalidad de las formas fugaces del mundo. Nunca ha habido ni un sólo instante en el que no estuviéramos vivenciando ya esta realidad última, en el que no estuviéramos contemplando directamente nuestro “rostro original”. Ese estado no dual es, de hecho, lo único que jamás ha estado ausente, lo único que ha permanecido inalterable en medio del incesante flujo del mundo. Ha sido nuestra verdadera condición desde el origen, la lucidez que ha mirado desde siempre a través de los ojos de todos los seres, la luz que ha constituido eternamente todos los fenómenos del universo. De forma que, como decía un antiguo maestro zen, “¿quién no está iluminado?, ¿acaso no escuchas a esos pájaros?, ¿es que no puedes acaso ver el sol?”

Una creatividad sin fin.

Cuando en un apartado anterior planteamos la necesidad del abandono y de la aceptación integral de la situación presente, algún lector pudo entender, a primera vista, que estábamos defendiendo una postura conformista ante el orden -o el desorden- establecido, o una actitud de indiferencia ante los problemas del mundo. Nada más lejos de la realidad. El resultado último al que conduce nuestra propuesta es, por el contrario, el surgimiento de un centro inagotable de revolución permanente y de creatividad sin fin, que integra a cada paso todo el camino recorrido. La gran novedad de esta revolución desde el abandono, o de esta activa creación desde la pasividad, se encuentra en el reconocimiento de la plenitud no dual como única fuente generadora de transformaciones en el mundo manifestado. De este modo, una vez descubierto el carácter ilusorio de la individualidad separada, el organismo fenoménico se convierte en un diáfano reflejo y canal, en el cual, y a través del cual, se despliega progresivamente, de instante en instante, la infinita riqueza del origen.

Cuando el yo separado se tomaba a sí mismo por el autor de las acciones, sucedía que sus apegos e identificaciones con aspectos parciales de la realidad, distorsionaban, en mayor o menor medida, el incesante flujo creativo que emergía a cada momento desde la radiante vacuidad originaria. Se forzaba, así, a la corriente de la vida a estancarse en formas del pasado, inertes y descompensadas, que limitaban con sus resistencias el libre juego del ascendente impulso innovador. Sin embargo, una vez que por medio del abandono de esas resistencias, el ego ilusorio desaparece por completo, la danza circular e instantánea entre el vacío y las formas comienza a desplegar, libremente, su ilimitado y fascinante potencial creador. El eterno intento del origen no dual de reflejarse diáfano en el universo relativo, da lugar, así, a una permanente dinámica revolucionaria que va desarrollando, progresivamente, organismos capaces de manifestar, de forma simultánea e integrada, gamas cada vez más amplias de la gran cadena del Ser. Pero, recordémoslo, el camino que conduce hacia esta perpetua revolución creadora, pasa, paradójicamente, por la aceptación plena de la situación presente, tanto interior como exterior, es decir, por el total abandono de las resistencias egoicas al espontáneo flujo de la vida.

En el camino hacia el testigo, hacia la cumbre de la conciencia pura, hablábamos de la necesidad de entregarnos sin reserva al poder supremo, de ser receptivos a la gracia divina, de abrirnos plenamente al origen, para que el fundamento no dual desplegara su potencial en nosotros. Tratábamos de ser unos dóciles instrumentos en manos de una plenitud que nos trascendía. Pero, una vez superada la posición del testigo, ya no nos sentimos como esa simple herramienta obediente y sumisa, sino que descubrimos que nuestra verdadera identidad abarca también la propia fuente creadora. Somos, así, simultáneamente, el Sí mismo infinito y eterno y todos sus innumerables autorreflejos fenoménicos, a través de los que ese único Yo se manifiesta y se contempla, de instante en instante, en el espacio y en el tiempo. El sabio integral participa, de este modo, de la plenitud radiante del fundamento atemporal y, a la vez, de la aventura creadora del mundo del devenir. Vivencia, sin sombra de duda, la identidad absoluta entre la vacuidad pura y el universo evolutivo, entre el espíritu y la naturaleza, entre el cielo y la tierra, entre la eternidad y la historia. Por eso, la iluminación no implica una huida del cuerpo ni una fuga del mundo, sino que, al contrario, desvela que el universo fenoménico constituye un aspecto fundamental de la realidad no dual, el inmenso escenario en el que el inmutable vacío se contempla a sí mismo como el inagotable flujo de las formas fugaces.

Por un lado, no es posible mejorar el entorno fenoménico, por muy buena intención que se tenga, si no se trascienden las visiones deformadas producidas por las identificaciones con aspectos parciales de la realidad. No se puede dar paz al mundo si uno no está en paz consigo mismo. Por otro lado, tampoco cabe alcanzar un mundo armónico si se plantea el camino espiritual como una mera evasión de las dificultades y los conflictos de la vida en relación. Sólo una perspectiva integral de las cosas, que comprenda la inseparabilidad intrínseca de la eternidad y el tiempo, es capaz de actualizar en el universo de las formas la gozosa plenitud de su fundamento vacío. Sólo el sabio no dual, anclado en la serena quietud atemporal, y abrazando simultáneamente su dinámica proyección en cada instante del tiempo, puede descubrirse como un foco de creatividad permanente, que desborda la amorosa lucidez del origen en todos los ámbitos, individuales y colectivos, de la vida cotidiana. Al comprender que no es el autor de lo

que hace, se convierte en un cauce diáfano y eficiente que despliega sin trabas la radiante acción de lo total. Pero, fijémonos bien, no se trata ya de un individuo que ayuda generosamente a otros individuos separados, sino de la única totalidad no dual que se derrama a sí misma en sí misma, espontáneamente, a través de sus innumerables autorreflejos.

Cuando se descubre que el ahora atemporal de la vacuidad originaria es la única fuente de todos los acontecimientos, el universo en su conjunto deja de entenderse según el esquema habitual de causas y efectos y comienza a percibirse como un puro resplandor libre y creativo que emerge, instante tras instante, desde esa matriz insondable de plenitud sin límites. Todo aparece, así, como una radiante creatividad espontánea de ese ahora eterno que abraza de forma simultánea la atemporalidad y el tiempo. Sin un porqué. De un modo impersonal. Sin nadie detrás. La potencialidad infinita del vacío desborda su ilimitada riqueza en cada rincón de sí mismo, según las capacidades de cada situación particular y en función del contexto global. *A través* de los seres individuales, pero no *desde* ellos. Por eso, el sabio integral, trascendida toda sensación de identidad separada, se limita a hacer lo que las circunstancias requieren, derramando sabiduría y compasión sobre toda experiencia. Sin interferencias egoicas. Sin dejar huellas. "Como el vuelo de los pájaros en el cielo".

La realidad integral, que es la identidad última de todo y de todos, funciona por sí sola desde siempre, sin apoyarse en nada exterior a sí misma. No hay, ni nunca ha habido, ningún yo separado que actuara de forma autónoma, por su cuenta, al margen del flujo de lo total. Jamás ha existido un ego independiente capaz de resistirse o de fomentar el curso natural de las cosas. Tanto si lo sabemos como si no, la totalidad no dual ha fluido libremente, sin obstrucción alguna, desde el propio origen. La vida entera está emergiendo por sí misma, de instante en instante, sin sujeto productor ni objeto producido, sin alguien que la ejecute ni nadie que la sufra, sin dualidad alguna entre medios y fin.

Esta acción sin actor es lo que la tradición taoísta ha denominado *wu-wei*, y que habitualmente se ha traducido como no-acción, quietud creativa o acción sin intención. No tiene nada que ver con la inactividad deliberada, ni, por supuesto, con ningún tipo de activismo, ya que ambas posturas implican la presencia del ego como centro. Se refiere, más bien, a la ausencia de todo esfuerzo personal, interferencia voluntaria, artificiosidad calculada o actividad volitiva, por parte de aquel que ha trascendido por completo su individualidad separada. Es, por tanto, una acción suprema, flexible y simple, que fluye libre y espontáneamente, de forma adecuada a las necesidades del presente, sin ningún sujeto que actúe y sin el menor apego a los resultados de las acciones. "No hay nadie que haga nada, pero, más importante todavía, nadie tampoco que deje de hacerlo". Y es que, en verdad, la no-acción del *tao* nada deja sin hacer.

Mientras estábamos identificados con el ilusorio yo separado, resultaba necesario hacer esfuerzos personales y asumir responsabilidades por las propias acciones, pero una vez trascendido el ego, esas obligaciones carecen ya por completo de sentido. El sabio no dual está libre de la ilusión de ser el autor de las acciones y, por eso, afirma rotundamente: "Yo no hago nada, nada en absoluto". Sus actividades sólo existen ante los ojos de los otros, pero no para él mismo, pues sabe que, aunque esté llevando a cabo algún trabajo, en realidad no hay ninguna entidad particular detrás de esa labor. Siente que todo está sucediendo por sí solo, o, si se prefiere, que él es la existencia total que lo realiza todo espontáneamente. De este modo, aunque se produzcan esfuerzos, opciones y decisiones, no hay en el sabio el menor sentido de "yo los hago", pues comprende que todo surge por sí mismo, como una expresión natural en consonancia con las circunstancias de cada momento. Por eso, cuando le preguntaron a un *jñani*: "¿Entonces no hay necesidad de esfuerzo?", el *jñani* respondió: "Cuando el esfuerzo sea necesario, el esfuerzo aparecerá. No necesitas empujar la vida. Simplemente fluye con ella y entrégate completamente a la tarea del momento presente, que es morir ahora, al ahora".

La realidad no dual, o identidad absoluta entre la energía creadora y la conciencia pura, es la fuente única de todas las acciones del universo. De modo que en el instantáneo y eterno círculo creador, a través del cual la infinita riqueza del vacío se despliega en el mundo de las formas, la comprensión y la acción son,

en última instancia, una sola cosa. Por eso, un mayor grado de lucidez reflejada produce estructuras más complejas de energía, y estructuras más complejas de energía dan lugar a mayores cotas de lucidez. La plenitud no dual va actualizando, así, en el universo fenoménico, todo el potencial que cada situación concreta es capaz de acoger. La tendencia intrínseca de este inagotable proceso, la "voluntad divina", se orienta inexorablemente hacia la creación de organismos que integren, de forma progresiva, gamas más amplias del espectro de la realidad, para, de este modo, manifestar en el mundo del tiempo la condición no dual de su fuente atemporal. Toda la vida es, pues, un constante desbordamiento de la immaculada vacuidad en cada rincón de sí misma, sin que haya nada ni nadie al margen de esta realidad unitotal.

El incesante flujo creativo emerge, de instante en instante, sin principio ni fin, en el presente eterno de la radiante plenitud. Toda la vida es, así, un permanente proceso de transformación, de creación y destrucción, que surge, se manifiesta y retorna en cada ahora del tiempo, desde, en y hacia la inmutable no dualidad originaria. Esta vacuidad plena es la única e inagotable fuente que genera la totalidad de los mundos, la verdadera naturaleza de todos y cada uno de los seres del universo. Por eso, cuando trascendemos toda identificación exclusiva con las formas relativas, descubrimos en esa plenitud vacía nuestra identidad última, y, desde ahí, contemplamos todas las existencias fenoménicas como nuestros propios reflejos fugaces. Nos convertimos, entonces, en diáfanos canales de expresión del fascinante potencial creativo del Sí mismo infinito y eterno.

Atentos y abiertos al silencioso abismo que nos sostiene, sin buscar nada, sin atrapar nada, sin realizar ningún esfuerzo ni ofrecer la menor resistencia, el flujo emergente de la vida total se despliega espontáneamente, en nosotros y a través de nosotros, respondiendo lúcida y poderosamente a todos los desafíos que, momento a momento, se plantean en el mundo de las dualidades aparentes. La corriente creativa no se origina, pues, en ningún caso, en el individuo fenoménico, sino en la vacuidad inmutable y silenciosa, como respuesta a los retos que surgen en el devenir del universo relativo. Las situaciones se presentan y la vida total actúa creativamente, en armonía con todo, pero no hay nadie detrás de este proceso que decida o programe el curso de las cosas.

Cuando se vive en esta vacuidad silenciosa y autoevidente, y el organismo se mantiene alerta y despierto a los acontecimientos del ámbito fenoménico, la plenitud no dual se proyecta, espontáneamente, sobre la situación concreta que se plantea en cada instante. Dado que la conciencia pura y la energía creadora son una misma cosa en el fundamento vacío, la percepción de una dificultad cualquiera en el mundo relativo y la respuesta a la misma son un solo y único acontecimiento en el origen no dual. La observación y la acción, el movimiento de asimilación lúcida y el movimiento de expresión creativa, son sólo facetas aparentes de un único proceso circular instantáneo y eterno. Por eso, con el simple darse cuenta de un problema, surge, automáticamente, desde el fondo mismo de la realidad, la solución más adecuada al reto que se plantea, en consonancia con las posibilidades de la situación.

Los psicólogos de la *gestalt* han comprobado que "la percepción *per se* -en y por sí misma- resulta curativa". Del mismo modo, un sabio de nuestro tiempo afirmaba: "La misma percepción de lo-que-es genera su propia mutación". Y también: "De la observación del desorden surge el orden". Nadie elige, sino que es el flujo total de la vida el que, emergiendo del vacío y ajustándose a la comprensión de cada momento, se desborda de forma natural, en y a través de la integridad de cada organismo, desplegando paulatinamente la infinita riqueza de su fuente. Por eso, quien ha descubierto la plenitud primordial que sostiene y constituye el mundo, abraza gozoso la vida creativa que se expresa en todo y en todos, y permanece disponible y atento al incontenible flujo que surge en cada instante, maravillado y silencioso ante la belleza y la inteligencia de esta danza eterna entre el vacío y las formas.

BIBLIOGRAFÍA.

- AUROBINDO, SRI: *Guía del yoga integral*. Plaza & Janés Ed. Barcelona, 1977.
- AUROBINDO, SRI: *Heráclito y Oriente*. Ed. Leviatán. Buenos Aires, 1982.
- AUROBINDO, SRI: *Isha Upanishad*. Ed. Kier. Buenos Aires, 1971.
- AUROBINDO, SRI: *La vida divina* (3 tomos). Ed. Kier. Buenos Aires, 1971.
- AUROBINDO, SRI: *Síntesis del yoga* (3 tomos). Ed. Kier. Buenos Aires, 1972.
- BALLESTEROS, ERNESTO: *Comentarios al Sat Darshana de Sri Ramana Maharshi*. Ed. Bhisma. Madrid, 1992.
- BALLESTEROS, ERNESTO: *Las enseñanzas de Ramana Maharshi*. Ed. Kairós. Barcelona, 1998.
- BALSEKAR, RAMESH: *¡A quién le importa!* Ed. Trompa de Elefante. Madrid, 2006.
- BALSEKAR, RAMESH: *El buscador es lo buscado*. Ed. Yug. México D. F., 1989.
- BALSEKAR, RAMESH: *Habla la consciencia*. Ed. Kairós. Barcelona, 2004.
- BALSEKAR, RAMESH: *La sabiduría de Balsekar*. Gulaab Ed. Madrid, 2005.
- BALSEKAR, RAMESH: *Un dueto de Uno*. Ed. Trompa de Elefante. Madrid, 2006.
- BLAY, ANTONIO: *Caminos de autorrealización* (3 tomos). Ed. Cedel. Viladrau, 1973.
- BLAY, ANTONIO: *Creatividad y plenitud de vida*. Ed. Iberia. Barcelona, 1982.
- BLAY, ANTONIO: *Ser*. Ed. Índigo. Barcelona, 1992.
- BLOFELD, JOHN: *El budismo tibetano*. Ed. Martínez Roca. Barcelona, 1980.
- BLOFELD, JOHN: *Taoísmo*. Ed. Martínez Roca. Barcelona, 1981.
- BÓKAR RIMPOCHÉ Y KEMPO DONYO: *El Alba del Mahamudra*. Ed. Dharma. Novelda, 1997.
- BOUCHART D'ORVAL, JEAN: *La plenitud del vacío*. Edicomunicación. Barcelona, 1991.
- BROSSE, THÉRÈSE: *Conciencia-energía*. Taurus Ed. Madrid, 1981.
- BRUNO, GIORDANO: *Mundo, magia, memoria*. Taurus Ed. Madrid, 1982.
- BRUTEAU, BÉATRICE: *Evolución hacia la divinidad*. Ed. Diana. México D. F., 1977.
- CABALLERO, NICOLÁS: *El camino de la libertad* (Vol. 5º). Edicep. Valencia, 1982.
- CAPRILES, ELÍAS: *Budismo y Dzogchen*. Ed. La Llave. Vitoria, 2000.
- CASTRO, AIGO: *Las enseñanzas de Dogen*. Ed. Kairós. Barcelona, 2002.
- CAVALLÉ, MÓNICA: *EL Vedanta Advaita ante el sufrimiento*. En *Filosofía y dolor*. Ed. Tecnos. Madrid, 2006.
- CAVALLÉ, MÓNICA: *Krishnamurti y la religión*. Revista Viveka 43-44. Collado Villalba, 1998-1999.
- CAVALLÉ, MÓNICA: *La sabiduría recobrada*. Oberón. Madrid, 2002.
- CAVALLÉ Y OTROS: *Hinduismo y budismo, introducción filosófica*. Etnos. Madrid, 1999.
- CLEARY, THOMAS: *La esencia del Zen*. Ed. Kairós. Barcelona, 1991.
- CHAUDHURI, HARIDAS: *Yoga integral*. Ed. Kairós. Barcelona, 1991.
- COOMARASWAMY, ANANDA: *Buddha y el evangelio del budismo*. Ed. Paidós. Barcelona, 1994.
- COOMARASWAMY, ANANDA: *El tiempo y la eternidad*. Ed. Kairós. Barcelona, 1999.
- COOMARASWAMY, ANANDA: *El Vedanta y la tradición occidental*. Ed. Siruela. Madrid, 2001.
- DALAI LAMA: *Dzogchen*. Ed. Kairós. Barcelona, 2004.
- DESJARDINS, ARNAUD: *Para morir sin miedo*. Ed. Sirio. Málaga, 1992.
- DESHIMARU, TAISEN: *El Sutra de la Gran Sabiduría*. Miraguano Ed. Madrid, 1987.
- DEUTSCH, ELIOT: *Vedanta Advaita*. Etnos. Madrid, 1999.
- DÍEZ FAIXAT, JOSÉ: *Entre la evolución y la eternidad*. Ed. Kairós. Barcelona, 1996.
- DOGEN: *La Naturaleza de Buda (Shobogenzo)*. Ed. Obelisco. Barcelona, 1989.
- DURCKHEIM, KARLFRIED: *Meditar, ¿por qué y cómo?* Ed. Mensajero. Bilbao, 1982.
- ECKHART, MAESTRO: *El fruto de la nada*. Ed. Siruela. Madrid, 1998.
- ECKHART, MAESTRO: *Tratados y sermones*. Edhasa. Barcelona, 1983.
- ELORDUY, CARMELO: *Chuang-tzu*. Monte Ávila Ed. Caracas, 1972.
- EVANS-WENTZ, W. Y.: *El libro tibetano de la gran liberación*. Ed. Kier. Buenos Aires, 1994.
- GANGAJI: *El diamante en tu bolsillo*. Gaia Ed. Madrid, 2005.
- GÑANÉSHVAR: *Amritanubhava*. Etnos. Madrid, 1994.

- GODMAN, DAVID: *Sé lo que eres*. Sri Ramanasraman. Tiruvannamalai, 1994.
- GOLDSTEIN Y KORNFELD: *Vipassana*. Ed. Kairós. Barcelona, 1996.
- GRIFFITHS, BEDE: *El matrimonio de Oriente y Occidente*. Ed. Paulinas. Madrid, 1985.
- GROF, STANISLAV: *El juego cósmico*. Ed. Kairós. Barcelona, 1999.
- GROF, STANISLAV: *Sabiduría antigua y ciencia moderna*. Cuatro Vientos Ed. Santiago de Chile, 1991.
- GUENDUN RIMPOCHE: *Mahamudra*. Ed. Imagina. San Sebastián, 1999.
- HAAS, ALOIS M.: *Maestro Eckhart*. Ed. Herder. Barcelona, 2002.
- HARDING, DOUGLAS: *El pequeño libro de la vida y de la muerte*. Ed. Obelisco. Barcelona, 1996.
- HARDING, DOUGLAS: *Vivir sin cabeza*. Ed. Kairós. Barcelona, 1993.
- HARTONG, LEO: *Despertar a la Verdad*. Ed. Sirio. Málaga, 2005.
- HEISIG, JAMES W.: *Filósofos de la nada*. Ed. Herder. Barcelona, 2002.
- HUANG-PO: *Enseñanzas sobre la Mente Única*. Miraguano Ed. Madrid, 2002.
- HUXLEY, ALDOUS: *La filosofía perenne*. Edhasa. Barcelona, 1977.
- JÄGER, WILLIGIS: *Adonde nos lleva nuestro anhelo*. Ed. Desclée de Brouwer. Bilbao, 2005.
- JÄGER; WILLIGIS: *En busca de la verdad*. Ed. Desclée de Brouwer. Bilbao, 1999.
- JÄGER, WILLIGIS: *En busca del sentido de la vida*. Narcea Ed. Madrid, 1995.
- JÄGER, WILLIGIS: *La oración contemplativa*. Ed. Obelisco. Barcelona, 1989.
- JÄGER, WILLIGIS: *Partida hacia un país Nuevo*. Ed. Desclée de Brouwer. Bilbao, 2005.
- JOHNSTON, WILLIAM: *Teología mística*. Ed. Herder. Barcelona, 1997.
- KAPLEAU, PHILIP: *Los tres pilares del Zen*. Gaia Ed. Madrid, 1994.
- KERSSCHOT, JAN: *Esto es Ello*. Gulaab Ed. Madrid, 2006.
- KERSSCHOT, JAN: *Nadie en Casa*. Gulaab Ed. Madrid, 2005.
- KERSSCHOT, JAN: *Volver a Sí Mismo*. Ed. Sirio. Málaga, 2006.
- KLEIN, JEAN: *La alegría sin objeto*. Luis Cárcamo Ed. Madrid, 1980.
- KLEIN, JEAN: *La mirada inocente*. Ed. Obelisco. Barcelona, 1987.
- KLEIN, JEAN: *La sencillez del Ser*. Ed. Obelisco. Barcelona, 1988.
- KLEIN, JEAN: *Quién soy yo*. Ed. Third Millenium. Londres, 1993.
- KONGTRUL, JAMGON: *Cielo despejado*. Ed. Imagina. San Sebastián, 1997.
- KRISHNAMURTI, JIDDU: *Comentarios sobre el vivir* (3 tomos). Ed. Kier. Buenos Aires, 1982.
- KRISHNAMURTI, JIDDU: *Diario I*. Ed. Kairós. Barcelona, 1999.
- KRISHNAMURTI, JIDDU: *El conocimiento de uno mismo*. Ed. Kairós. Barcelona, 1999.
- KRISHNAMURTI, JIDDU: *La libertad primera y última*. Ed. Kairós. Barcelona, 1996.
- KRISHNAMURTI, JIDDU: *La revolución fundamental*. Ed. Kier. Buenos Aires, 1985.
- LANG, RICHARD: *Ver lo que realmente somos*. Ed. La Llave. Vitoria, 2005.
- LASZLO, ERVIN: *El cosmos creativo*. Ed. Kairós. Barcelona, 1997.
- LASZLO, ERVIN: *La ciencia y el campo akásico*. Ed. Nowtilus. Madrid, 2003.
- LIBERA, ALAIN DE: *Eckhart, Suso, Tauler y la divinización del hombre*. José J. de Olañeta Ed. Palma de Mallorca, 1999.
- LIQUORMAN, WAYNE: *Aceptación de Lo Que Es*. Gulaab Ed. Madrid, 2003.
- LOY, DAVID: *No-dualidad*. Ed. Kairós. Barcelona, 2000.
- LUCILLE, FRANCIS: *Flores del Silencio*. Ed. Vía Directa. Valencia, 2005.
- MARTÍN, CONSUELO: *Conciencia y Realidad*. Ed. Trotta. Madrid, 1998.
- MARTÍN, CONSUELO: *El arte de la contemplación*. Gaia Ed. Madrid, 2007.
- MARTÍN, CONSUELO: *El silencio creador*. Mandala Ed. Madrid, 1991.
- MARTÍN, CONSUELO: *La realización directa del Ser*. Ed. Hastinapura. Buenos Aires, 1989.
- MARTÍN, CONSUELO: *La revolución del silencio*. Gaia Ed. Madrid, 2002.
- MARTÍN, CONSUELO: *La vida como inspiración*. Ed. Obelisco. Barcelona, 1997.
- MARTÍN, CONSUELO: *Meditaciones sobre la verdad última*. Ed. Dilema. Madrid, 2007.
- MARTÍN, CONSUELO: *Samkara*. Ed. Dilema. Madrid, 2005.
- MARTÍN, CONSUELO: *Sé una luz*. Ed. Dilema. Madrid, 2004.
- MARTÍN Y OTROS: *Revista Viveka*. Collado Villalba. Desde 1977.
- MASLOW, ABRAHAM: *El hombre autorrealizado*. Ed. Kairós. Barcelona, 1972.
- MERLO, VICENTE: *Las enseñanzas de Sri Aurobindo*. Ed. Kairós, 1998.

- MERLO, VICENTE: *Experiencia yóguica y antropología filosófica*. Fundación Sri Aurobindo. Barcelona, 1994.
- MERLO, VICENTE: *Siete ensayos sobre el hinduismo*. Fundación Sri Aurobindo. Barcelona, 1994.
- MERTON, THOMAS: *El zen y los pájaros del deseo*. Ed. Kairós. Barcelona, 1994.
- MERTON, THOMAS: *La experiencia interior*. Ed. Oniro. Barcelona, 2004.
- MORA, FERNANDO: *Las enseñanzas de Padmasambhava y el budismo tibetano*. Ed. Kairós. Barcelona, 1998.
- NARANJO, CLAUDIO: *La única búsqueda*. Ed. Sirio. Málaga, 1994.
- NARANJO, CLAUDIO: *Psicología de la meditación*. Ed. Estaciones. Buenos Aires, 1989.
- NISARGADATTA, SRI: *La medicina suprema*. Gulaab Ed. Madrid, 2000.
- NISARGADATTA, SRI: *Semillas de conciencia*. Ed. Sirio. Málaga, 1995.
- NISARGADATTA, SRI: *Yo soy Eso*. Ed. Sirio. Málaga, 1988.
- NISHITANI, KEIJI: *La religión y la nada*. Ed. Siruela. Madrid, 1999.
- NORBU, NAMKHAJ: *El cristal y la vía de la luz*. Ed. Kairós. Barcelona, 1996.
- NORBU, NAMKHAJ: *Dzogchen. El estado de autoperfección*. Ed. La Llave. Vitoria, 2002.
- ÑOSHUL KEMPO Y SURYA DAS: *La Gran Perfección Natural*. Ed. Dharma. Novelda, 1996.
- OSBORNE, ARTHUR: *Las enseñanzas de Bhagavan Sri Ramana Maharshi*. Ed. Kier. Buenos Aires, 1978.
- OSBORNE, ARTHUR: *Selecciones de Ramana Maharshi*. Ed. Kier. Buenos Aires, 1973.
- OSHO: *El libro de la nada*. Neo Person. Madrid, 1997.
- OSHO: *La experiencia tántrica*. Gaia Ed. Madrid, 1998.
- OSHO: *Meditación: la primera y última libertad*. Gaia Ed. Madrid, 1995.
- PÁNIKER, SALVADOR: *Aproximación al origen*. Ed. Kairós. Barcelona, 1982.
- PÁNIKER, SALVADOR: *Filosofía y mística*. Ed. Anagrama. Barcelona, 1992.
- PANIKKAR, RAIMON: *De la mística*. Ed. Herder. Barcelona, 2005.
- PANIKKAR, RAIMON: *El silencio del Buddha*. Ed. Siruela. Madrid, 1996.
- PANIKKAR, RAIMON: *La intuición cosmoteándrica*. Ed. Trotta. Madrid, 1999.
- PANIKKAR, RAIMON: *La plenitud del hombre*. Ed. Siruela. Madrid, 1999.
- PANIKKAR, RAIMON: *La Trinidad y la experiencia religiosa*. Ed. Obelisco. Barcelona, 1989.
- PARSONS, TONY: *Lo que es*. Gaia Ed. Madrid, 2003.
- PEAT, F. DAVID: *Sincronicidad*. Ed. Kairós. Barcelona, 1988.
- PLA, ROBERTO: *Káriká y comentarios a la Mândúkyopanishada*. Ed. Sirio. Málaga, 1987.
- PLA, ROBERTO: *Tratado de la Unidad*. Luis Cárcamo Ed. Madrid, 1979.
- POWELL, ROBERT: *Zen y realidad*. Ed. Yug. México D. F., 1978.
- RACIONERO, LUIS: *Oriente y Occidente*. Ed. Anagrama. Barcelona, 1983.
- RAJNEESH, SHREE: *Sólo un cielo* (2 tomos). Col. Tantra. Barcelona, 1979.
- RAMANA MAHARSHI: *Enseñanzas espirituales*. Ed. Kairós. Barcelona, 1983.
- RAMANA MAHARSHI: *Pláticas con Sri Ramana Maharshi*. Ed. Kier. Buenos Aires, 1993.
- RAPHAEL: *La esencia del Vedanta*. Ed. Kairós. Barcelona, 1997.
- RAPHAEL: *Upanisads*. Edaf. Madrid, 1993.
- REEVES Y OTROS: *La sincronicidad*. Gedisa Ed. Barcelona, 1993.
- REGUERA, ISIDORO: *Objetos de melancolía (Jacob Böhme)*. Ed. Libertarias. Madrid, 1985.
- ROMÁN LÓPEZ, M^a TERESA: *Enseñanzas espirituales de la India*. Oberón. Madrid, 2001.
- RUSSELL, PETER: *Ciencia, conciencia y luz*. Ed. Kairós. Barcelona, 2001.
- RUSSELL, PETER: *El agujero blanco en el tiempo*. Gaia Ed. Madrid, 1994.
- RUSSELL, PETER: *La tierra inteligente*. Gaia Ed. Madrid, 1993.
- SATPREM: *Sri Aurobindo o la aventura de la conciencia*. Ed. Obelisco. Barcelona, 1984.
- SEUNG-SAHN: *La Brújula del zen*. La Liebre de Marzo. Barcelona, 2002.
- SILESIO, ANGELO: *Peregrino querubínico*. José J. de Olañeta Ed. Palma de Mallorca, 1985.
- SINGH, JAIDEVA: *Los Siva Sutras*. Fundación Genesian. Sevilla, 2000.
- SOGYAL RIMPOCHÉ: *El libro tibetano de la vida y de la muerte*. Ed. Urano. Barcelona, 1999.
- SOLÉ-LERIS, AMADEO: *La meditación budista*. Ed. Martínez Roca. Barcelona, 1986.
- SUZUKI, DAISSETZ: *El ámbito del zen*. Ed. Kairós. Barcelona, 1981.
- SUZUKI, DAISSETZ: *Ensayos sobre budismo Zen* (3 tomos). Ed. Kier. Buenos Aires, 1975.

- SUZUKI, DAISSETZ: *Vivir el Zen*. Ed. Kairós. Barcelona, 1995.
- SUZUKI, SHUNRYU: *Mente Zen, mente de principiante*. Ed. Estaciones. Buenos Aires, 1987.
- TART, CHARLES: *Psicologías transpersonales* (2 tomos). Ed. Paidós. Buenos Aires, 1979.
- TAULER, JUAN: *Obras*. U. P. S. y F. U. E. Eds. Madrid, 1984.
- THAKAR, VIMALA: *La bendición de estar vivo*. Ed. Kier. Buenos Aires, 1989.
- THAKAR, VIMALA: *Perlas del Himalaya*. Ed. Kier. Buenos Aires, 1992.
- TOLLE, ECKHART: *El poder del ahora*. Gaia Ed. Madrid, 2001.
- TOLLE, ECKHART: *El silencio habla*. Gaia Ed. Madrid, 2004.
- TOLLE, ECKHART: *Un nuevo mundo, ahora*. Ed. Grijalbo. Barcelona, 2006.
- TRIPTA, NITYA: *Discursos espirituales de Atmananda Krishna Menon*. Ed. Vía Directa. Valencia, 2007.
- TRUNGPA, CHÖGYAM: *El mito de la libertad*. Ed. Kairós. Barcelona, 1998.
- TRUNGPA, CHÖGYAM: *Más allá del materialismo espiritual*. Ed. Troquel. Buenos Aires, 1998.
- UEDA, SHIZUTERU: *Zen y filosofía*. Ed. Herder. Barcelona, 2004.
- VARELA, THOMPSON Y ROSCH: *De cuerpo presente*. Gedisa Ed. Barcelona, 1997.
- VAUGHAN, FRANCES: *El arco interno*. Ed. Kairós. Barcelona, 1991.
- VAUGHAN, FRANCES: *Sombras de lo sagrado*. Gaia Ed. Madrid, 1997.
- VEGA, AMADOR: *Zen, mística y abstracción*. Ed. Trotta. Madrid, 2002.
- VERNON, ANDREW: *Tú eres Él*. Ed. Vía Directa. Valencia, 2006.
- VISSER, FRANK: *Ken Wilber*. Ed. Kairós. Barcelona, 2004.
- WALKER Y OTROS: *La voz del silencio*. Ed. Paulinas. Madrid, 1993.
- WALSH, VAUGHAN Y OTROS: *Más allá del ego*. Ed. Kairós. Barcelona, 1982.
- WALSH, VAUGHAN Y OTROS: *Trascender el ego*. Ed. Kairós. Barcelona, 1994.
- WANGYAL RIMPOCHE, TENZIN: *Maravillas de la mente natural*. Ed. Pax México. México D. F., 2004.
- WASHBURN, MICHAEL: *El ego y el Fundamento Dinámico*. Ed. Kairós. Barcelona, 1997.
- WATTS, ALAN: *El libro del tabú*. Ed. Kairós. Barcelona, 1972.
- WATTS, ALAN: *El futuro del éxtasis*. Ed. Kairós. Barcelona, 1990.
- WATTS, ALAN: *Esto es Eso*. Ed. Kairós. Barcelona, 1992.
- WATTS, ALAN: *Mito y ritual en el cristianismo*. Ed. Kairós. Barcelona, 1998.
- WATTS, ALAN: *Psicoterapia del Este, psicoterapia del Oeste*. Ed. Kairós. Barcelona, 1979.
- WEBER, RENÉE: *Diálogos con científicos y sabios*. Los libros de la liebre de Marzo. Barcelona, 1990.
- WEI WU WEI: *El décimo hombre*. Ed. La Llave. Vitoria, 2006.
- WEI WU WEI: *El resto es esclavitud*. Ed. La Llave. Vitoria, 2006.
- WEI WU WEI: *Escritos póstumos*. Ed. La Llave. Vitoria, 2006.
- WEI WU WEI: *Secreto abierto*. Ed. La Llave. Vitoria, 2005.
- WHITE Y OTROS: *Qué es la iluminación*. Ed. Kairós. Barcelona, 1989.
- WILBER, KEN: *El espectro de la conciencia*. Ed. Kairós. Barcelona, 1990.
- WILBER, KEN: *La conciencia sin fronteras*. Ed. Kairós. Barcelona, 1984.
- WILBER, KEN: *El proyecto Atman*. Ed. Kairós. Barcelona, 1989.
- WILBER, KEN: *Después del Edén*. Ed. Kairós. Barcelona, 1995.
- WILBER, KEN: *La pura conciencia de Ser*. Ed. Kairós. Barcelona, 2006.
- WILBER, KEN: *Los tres ojos del conocimiento*. Ed. Kairós. Barcelona, 1991.
- WILBER, KEN: *Sexo, ecología, espiritualidad* (2 tomos). Gaia Ed. Madrid, 1996-1997.
- WILBER, KEN: *Breve historia de todas las cosas*. Ed. Kairós. Barcelona, 1997.
- WILBER, KEN: *El ojo del espíritu*. Ed. Kairós. Barcelona, 1998.
- WILBER, KEN: *Diario*. Ed. Kairós. Barcelona, 2000.
- WILBER, KEN: *Una visión integral de la psicología*. Alama. México D. F., 2000.
- WOODHOUSE, MARK: *Más allá del dualismo y del materialismo*. En *¿Vida después de la muerte?* Ed. Kairós. Barcelona, 1993.
- WOODHOUSE, MARK: *La conciencia y el monismo de la energía*. En *Más allá del cerebro*. Ed. Kairós. Barcelona, 2003.

ÍNDICE.**Introducción.****Primera parte: ¿Qué es esto?****A. UNA PERSPECTIVA EVOLUTIVA.**

Un nuevo universo.

La clave evolutiva.

Una solución armónica.

Planteamiento de la hipótesis.

Comprobación de la hipótesis.

Una pauta en la gran cadena del Ser.

Una escala infinita de reflejos.

B. ACERCA DE LAS FORMAS DUALES.

Una aproximación a lo no dual.

Más allá del materialismo y el espiritualismo.

La energía-conciencia.

El arquetipo trinitario.

El juego de Shakti y Shiva.

Potencialización, actualización e integración.

Indicios de una fuente común.

C. ACERCA DEL VACÍO.

Sobre el vacío superficial.

Sobre el vacío profundo.

Sobre el vacío integral.

D. ACERCA DEL VACÍO Y LAS FORMAS.

Entre el uno y los muchos.

El vacío y la forma.

Samsara es nirvana.

Divinidad, Dios, mundo.

El tiempo, el instante y la atemporalidad.

Sobre el origen.

Un dinamismo integral.

Segunda parte: ¿Quién soy yo?**A. ACERCA DE NADIE.**

Una apariencia de objetos y sujetos.

El Sí mismo infinito y el yo fenoménico.

Sobre la identificación.

La gran ilusión.

El yo es una idea.

Sufrimiento y liberación.

¿Atman o anatman?

Sólo Dios.

B. ACERCA DEL EGO.

Sobre el proceso del yo aparente.

¿Dónde está el cielo?

¿Dinámico-dialéctico o estructural-jerárquico?

De la muerte y el renacimiento.

El eterno presente.

Tercera parte: Y ahora, ¿qué?**A. ACERCA DE UN CAMINO SIN DISTANCIA.**

¿Qué hacer?

Un viaje hacia dentro.

La búsqueda del yo.

Sobre el discernimiento y el desapego.

Una atención sin intención.

De la resistencia al abandono.

El último testigo.

B. ACERCA DE LA VIDA INTEGRAL.

El observador es lo observado.

Siendo nada, soy todo.

La vivencia integral.

El sabio no dual.

En este preciso instante.

Una creatividad sin fin.

Bibliografía.