



Advaita Vedanta o la naturaleza no dual de la realidad

Por José Manuel Martínez Sánchez | 22 de julio de 2023

El yo es la fuente de todos los pensamientos y la fuente, por tanto, de todo sufrimiento. Todo sufrimiento viene de pensar desde un Yo (que genera la dualidad yo-tú, yo-objeto, yo y el mundo...) Y todo sufrimiento viene de un pensamiento. Si no hubiera mente no habría yo. Si no hubiera yo no habría pensamiento. O dicho de otra manera, si no hubiera pensamiento no habría yo. La mente, el pensamiento, puede servir para encontrar la fuente del no pensamiento. O como indicó Ramana Maharshi : «cuando la mente permanece en el corazón el yo desaparece».

El corazón se funde en la sensación de Ser sin mente, sin pensamiento, sin dualidad. Una sensación sin forma de la eseadad misma.

El corazón es la fuente que precede al pensamiento Yo Soy. En el *advaita* (no dualidad) se apunta a la sensación de Ser (que es antes del pensamiento Yo) como el regreso a la fuente de todo, de donde todo surge, es decir, antes de la construcción mental del mundo egoico cuando aparece el pensamiento Yo soy. Yo soy esto, aquello. Quiero esto, proyecto aquello... Una vez que empieza el mecanismo egoico empieza el sufrimiento, antes o después. Pero no se trata de negar algo que funciona solo agregado a un cuerpo dotado de un cerebro, un pensamiento y unos condicionamientos heredados que nos han convertido en lo que somos.

Solamente se trata de reconocer, o de comprender, dónde está la verdad, donde está la esencia, donde está la paz. E incluso estando esa comprensión allí el yo aparentemente funciona solo pero el sufrimiento deja de ser real, pues lo real reconoce lo que es y no lo que no es. Este reconocimiento se convierte en una inercia propiciada por la comprensión. Es decir, no hay que esforzarse en llegar ahí, ya se está ahí. ¿Dónde? Digámoslo en el lenguaje de Ramana Maharshi: en el Corazón.

Se está en la comprensión de la naturaleza real de uno que es antes o más allá de Yo. Más allá del pensamiento. El pensamiento apunta a lo Absoluto, diría Nisargadatta , pero no es lo Absoluto. Lo Absoluto, el *Parabraman*, no puede nombrarse, pero lo impregna todo en la comprensión.

Explicarlo es tarea casi imposible y la mente fácilmente encontrará dudas, preguntas, comparaciones, identificaciones... Esta comprensión depende de la gracia, depende de una especie de rayo de luz que te permite vivenciar este Absoluto que de otro modo sería sólo ardua teoría inaprensible. A Nisargadatta se lo preguntaban de mil maneras distintas y él respondía de mil maneras distintas y la mayoría de las veces no veía avances en quien preguntaba. Porque con frecuencia se intenta entender desde la identificación con el Yo, con lo que el yo puede ganar, con lo que se sabe, con lo que se cree... Y él

precisamente te invitaba a abandonar todo eso, todo el conocimiento.... pues donde hay conocimiento hay Yo. Es como un laberinto donde solo hay salida cuando no hay más preguntas, cuando se reconoce que la salida es callarse. La verdad es en el silencio. Sin palabras. Desde ahí es más fácil transitar el desierto. No se trata de responder a la verdad, sino de encontrarla. La verdad es lo Absoluto y somos eso.

La mente es insaciable, siempre quiere nuevas formas, nuevas presentaciones de la verdad, nuevas respuestas. Pero realmente toda la teoría del *Avaita Vedanta*, de la ciencia del conocimiento último de la no dualidad, puede resumirse en una o dos charlas de Ramana o de Nisargadatta. No es necesario mucho más. E indagar dentro de uno con esas herramientas. Indagar hasta encontrar esa comprensión que te apacigüe. Si buscas la paz, que es la recompensa de la verdad, ha de haber una convicción por encontrarla. Y esa convicción, esa entrega a la búsqueda de la verdad facilita la llegada. Si esa entrega es pasajera, o lo único que quiere es satisfacer a un ego insatisfecho, será vana. Esta entrega solicita abandonar la creencia del Ego. Es la única condición. No hay medias tintas. No es abandonar al Ego. Eso es imposible. Es abandonar la creencia en Él. Por eso comencé aludiendo a la entrega al Corazón que es sin yo. El yo no es el enemigo. No es una lucha. Se trata de paz, no de lucha. El yo es una quimera, simplemente. No ha dicho otra cosa distinta el vedanta, el yoga, el Tao, el budismo... Pero siempre encontramos una manera de darle crédito incluso en el camino espiritual al ego.

Es como una paradoja, vivir inmersos en una biografía y recibir la noticia de que es ilusoria. ¿Y cómo convivir con ello? Tratar de borrar esa biografía puede suponer el intento de escribir otra... creando una especie de ego espiritual. Pero lo que somos está más allá de toda esa película. Podemos vivir la película como queramos, podemos pensar que nuestros actos dejan karma, que hay reencarnación, que encontraremos la iluminación y todas esas cosas... Y cuando llega la comprensión la película continúa. Pero uno sabe que la película del ego, incluido el karma del ego, no tiene que ver con la verdad. Es tan sencillo como eso. Todo lo que pertenece al Yo es del Yo. Todo lo que pertenece al mundo es del mundo. Por eso Jesús dijo: «mi reino no es de este mundo».

La comprensión de lo Absoluto es más allá de Yo. Es sin yo. «Más allá de nacimiento y muerte es mi verdadero estado», dijo Nisargadatta. Este paréntesis, este sueño, tiene un trasfondo, que es mi verdadero estado. No podría saber esto si no estuviera ahí presente ahora lo que Soy. Lo que soy antes de que llegue el pensamiento Yo Soy. Paradójicamente lo conozco a través de percibir la sensación de Ser. Desde esa sensación pura puede indagar más allá de los agregados que conforman el ego biográfico. La sensación de Ser pura apunta a ese estado sin estado donde no hay ningún yo y, por tanto, ningún pensamiento ni sufrimiento, ni deseo, ni escasez ni siquiera abundancia... Ni lleno ni vacío, ni todo ni nada, ni esto ni aquello. Mi-

rar aquello que precede incluso a la sensación de Ser, donde, como en el sueño profundo, no hay rastro de ningún yo, mundo, conciencia, pensamiento o sensación.

Toda conceptualización, que se basa en dualidades, complicaría el asunto. El lenguaje siempre complica el asunto. La no dualidad debería explicarse en silencio. Al menos, su comprensión se desvela en el silencio pues es ahí donde no hay fronteras de lenguaje. Pero la indagación, el *atma vichara*, propio del *advaita vedanta*, del *jñana yoga*, necesita del lenguaje hasta conseguir liberarse de él, necesita del camino hasta borrar sus límites, necesita del esfuerzo hasta hallar el descanso, necesita del discípulo y el maestro hasta convertirse en uno, necesita del deseo profundo de liberarse hasta comprender que no hay liberación ninguna que alcanzar, solamente reposar en nuestra verdadera naturaleza.

La liberación es finalmente ver nuestro verdadero rostro sin rostro, nuestra forma sin forma. Todas las palabras en el *jñana yoga* tienen la finalidad de perder su significado. Te están diciendo que el yo no significa nada. Que no puedes traducir el significado de lo que Eres por mucho que lo intentes. Solamente has de ir a la experiencia de lo que Eres cuando no hay Alguien que pregunte. Cuando no hay Alguien.

© José Manuel Martínez Sánchez, 2023

www.lasletrasdelaire.com

© NODUALIDAD.info