

ADHYATMA UPANISHAD

... Este Upanishad es un encuentro directo con lo espiritual. No contiene siddhants -doctrinas. Solamente contiene la experiencia de los siddhas, de aquellos que han alcanzado su plenitud... [...] Por esto digo que en este Upanishad no se hallamos el placer del que da consejo o guía; más bien, hay un gran dolor, porque lo que el sabio de este Upanishad está dando, lo da tras haberlo conocido; comparte algo muy íntimo, interno.

(Osho: Finger Pointing to the Moon)

INVOCACIÓN

AUM,
¡Que el Sol nos dé su bendición!
¡Que Varuna, dios del agua, nos dé subbendición!
¡Que Aryama, Indra, Brihaspati y Vishnu,
nos den su bendición!

Mis respetos a Brahma, la Realidad Absoluta.
¡Oh Vayu, dios del aire, te presento mis respetos especialmente a ti
porque tú eres Brahma manifestado!
Debería llamarte solamente "el Brahma manifiesto";
debería llamarte también *satyam* -la Verdad-; debería llamarte también *rit-* la ley.

¡Que ellos me protejan!
¡Que protejan al que habla!
¡Que me protejan a mí!
¡Que protejan al que habla!
AUM
Paz, paz, paz

En la cavidad del corazón,
situado dentro del cuerpo,
vive un no-nacido eterno.

La tierra es su cuerpo; mora dentro de la tierra pero la tierra no le conoce.
El agua es su cuerpo; mora dentro del agua pero el agua no le conoce.
La luz es su cuerpo; mora dentro de la luz pero la luz no le conoce.
El aire es su cuerpo; mora dentro del aire pero el aire no le conoce.
El cielo es su cuerpo; mora dentro del cielo pero el cielo no le conoce.
La mente es su cuerpo; mora dentro de la mente pero la mente no le conoce.
El intelecto es su cuerpo; mora dentro del intelecto pero el intelecto no le conoce.
El ego es su cuerpo; mora dentro del ego pero el ego no le conoce.
La mente que razona es su cuerpo; mora dentro de la mente que razona pero la mente que razona no le conoce.
Lo inmanifestado es su cuerpo; mora dentro de lo inmanifestado pero lo inmanifestado no le conoce.
Lo indestructible es su cuerpo; mora dentro de lo indestructible pero lo indestructible no le conoce.
La muerte es su cuerpo; mora dentro de la muerte pero la muerte no le conoce.

Es el yo más interior de todos esos elementos,
no tiene pecados,
y es el único y divino Dios Narayana,
el sustentador de todos los seres humanos.

El cuerpo, los sentidos... etc... carecen de alma
y la sensación de ser yo su poseedor respecto a ellos,

es *adhyas* -ilusión.
Por eso, una persona inteligente debería desembarazarse de dicha ilusión
mediante su fidelidad a Brahma,
la Realidad Absoluta.

Conociéndose a sí mismo como *sakshi pratyagatma*,
-la interior alma presenciadora del propio intelecto y de todas sus manifestaciones-
y asumiendo el ánimo de que "Yo soy Eso",
deja de reclamar -como "mío"- la posesión de todas las cosas.

Habiendo dejado de seguir la sociedad,
deja de seguir también al cuerpo.
Habiendo dejado de seguir la escrituras,
abandona también la ilusión del alma.

Arraigándose en su propia alma
y utilizando diversas técnicas,
mediante el escuchar y la propia experiencia,
el *yogui* llega a conocerse a sí mismo como el alma de todo
y su mente es aniquilada.

Sin conceder ninguna oportunidad al sueño,
ni a las charlas sociales, ni a los objetos de los sentidos
-sonidos, formas, sabores, olores, o sensaciones táctiles-,
y sin olvidarse nunca del alma,
contempla el alma en tu interior.

Este cuerpo está constituido por las excreciones de tu padre y de tu madre
y se encuentra repleto de secreciones y carne.
por eso, alejándote de él como de un *chandal* -el intocable más bajo-
y convirtiéndote en Brahma -la Absoluta Realidad-
siéntete realizado.

¡Oh buscador de la Verdad!

Al conocer la unidad del alma con el alma suprema,
análogamente a la unidad del *ghatakash* -el cielo dentro de un bote-
y del *mahakash* -el cielo sin un bote-,
sin dividirte,
permanece siempre en paz.

Convirtiéndote en el auto-iluminado, auto-generado,
sustentador de todas las cosas y del alma humana,
Brahman,
la Absoluta Realidad,
deshazte de tu sensación corporal y también de la sensación del cuerpo universal
como si fueran contenedores de excreta.

Convirtiendo el sentido de ego que ha controlado
el cuerpo,
en el Yo eternamente consciente y dichoso,
abandona el cuerpo burdo y sé tan sólo tu solitaria alma inmortal.

¡Oh, inocente!

De la misma manera que un ciudadano puede verse
reflejado en un espejo,

Yo soy
Brahma,
la Absoluta Realidad,
en la cual se ve el reflejo de este mundo.
sabiendo esto, ¡oh sin pecado!
siéntete pleno.

Solamente una persona
libre de las ataduras del ego
alcanza su auténtica naturaleza.
Por lo tanto, volviéndote inmaculadamente claro
como la luna llena,

uno se vuelve auto-luminoso y alcanza la dicha eterna.

Al cesar el sentido de "hacer", desaparecen todas las ansiedades.

Al cesar toda ansiedad, cesan todos los deseos.
La desaparición de todo deseo es la emancipación,
y a eso se le llama "*jivanmukti*",
la liberación mientras en vida.

Contemplándolo todo, en cualquier dirección,
como Brahma,
la Absoluta Realidad,
al madurar ese sentimiento, todo deseo cesa.
Nunca seas negligente en tu fidelidad a Brahma,
la Absoluta Realidad,
porque ésa es la única muerte.
Así lo dicen aquellos que se hallan firmemente establecidos en Brahma.

El alga cuando es apartada,
no pierde un sólo instante en cubrir el agua de nuevo.
De la misma manera,
si un sabio se aparta de su fidelidad a Brahma,
aunque sea por sólo un instante,
la ilusión le cubre de inmediato.

Aquél que ha alcanzado en vida la unidad con Brahma,
la Absoluta Realidad,
seguirá así incluso después de haber dejado el cuerpo.
por lo tanto, ¡oh inocente!,
habiendo despertado,
vacíate de toda elección en la dualidad.

Cuando uno contempla el alma no-dual
mediante el *nirvikalpa samadhi*,
-el despertar sin elección-
ése es el momento en que el nudo de la ignorancia
residente en el corazón
se disuelve por completo.

Consolidando la ausencia de ego,
abandonando toda sensación de "yo", etc...
existe siendo indiferente a ellos
como con las vasijas y ropas, etc...
Todos los títulos
-desde Brahma, el dios creador, hasta la piedra-
son falsos.
por lo tanto, afincado solamente en el alma,
contempla tu propia alma en todo.

Yo soy Brahma, el creador.
Yo soy Vishnu, el sustentador.
Yo soy Shiva, el destructor.
Yo soy Indra, el señor de todos los dioses.
Yo soy el universo y lo soy todo.
No hay nada más que Yo.

El espejismo de los objetos sobre la propia alma,
es una superimposición.
Al abandonarla,
uno es uno mismo: el perfecto, no-dual e inmóvil
Brahma,
la Absoluta Realidad.

El mundo que aparece como distinto del alma,
es casi falso.

¿Dónde se encuentra la división en una entidad pura, sin forma y sin órganos?
El alma consciente es libre
de la nociones de veedor, visión y visto, etc...
Es inmune a ello y es totalmente pleno como el océano
en la época del Diluvio.

De la misma manera que la oscuridad se disuelve con la luz,
la causa de toda ilusión se disuelve en la Absoluta Realidad sin parangón
y sin órgano alguno.

¿Dónde se encuentra entonces la división?

La Realidad Suprema es única;
¿cómo puede contener división alguna?
El estado de *sushupti*
-el sueño profundo, sin sueños-
es dichoso.
¿Quién ha visto en él división alguna?

La raíz de esta división es la mente.
Si no hay mente, no hay división.
Por lo tanto,
concentra tu mente en la consciencia universal
la cual es tu propio interior.

sabiendo que tú eres el alma perpetuamente dichosa, regocíjate siempre en esa dicha,
dentro y fuera de propia alma.

El fruto del desapego es el conocimiento;
el fruto del conocimiento, es la relajación.
La paz que desciende al experimentar
la propia dicha
es el fruto mismo de la relajación.
Si cada uno de los anteriormente mencionados
no llegan sucediendo al anterior,
has de saber que el anterior no ha fructificado.
La abstención de los objetos sensorios
es en sí mismo,
el contento supremo y la dicha incomparable.

Aquél que posee el atributo de ser la personificación de maya -la ilusión-,
aquél que es el origen del universo,
aquél que posee las características de omniscencia, etc..
y es la encarnación de lo indirecto, de la multiplicidad y de la verdad, etc
es conocido con la palabra "*tat*" - "Eso"

Aquél que parece sostener el "yo" como experiencia
y como palabra,
y aquél que es experienciado como separado de la consciencia,
es conocido con la palabra "*tvam*" - "Tú"

Existen dos atributos: *maya* -ilusión- para el alma universal;
y *avidya* -ignorancia- para el alma encarnada.
Al abandonarlos a ambos, lo que resta es lo perpetuamente cierto,
el consciente y dichoso ParaBrahma,
la Realidad Suprema y Última.

De esta manera,
mediante frases como "*Tat tvamasi*" -Eso eres tú-
indagar en significados tales como "la unidad de *jiva* -el alma encarnada- y Brahma, la Absoluta
Realidad",
es *sravana* - la escucha.
E indagar, de manera razonable, en el significado
de todo lo escuchado, es *manam* -la contemplación.

Al establecer tu mente
en el indubitable significado alcanzado mediante esa escucha y contemplación,
y sintonizar con ello, es *nididhyasan* -la asimilación.

Dejando de lado al meditador y a la meditación respectivamente,
cuando aquello sobre lo que se medita, la meta,
permanece como único objetivo y la mente
se aquietta como la llama de una lámpara en una habitación sin brisa alguna,
eso se llama *samadhi* -la Iluminación.

Durante el *samadhi*,
los objetos de la experiencia no se encuentran separados del alma,
de ahí que no sean experimentados.
Pero esas gloriosas experiencias del buscador que ha salido del *samadhi*,
son inferidas mediante los recuerdos de la mente.

En este mundo sin principio,
se acumulan millones y millones de *karmas* -acciones-impresiones.
Todos ellos son destruidos por este *samadhi*
y el puro *dharma* -la propia naturaleza de uno- emerge.

Los que conocen el yoga lo llaman *Dharmamegha samadhi*
-la nube del dharma-
porque precipita, como una nube, mil y una corrientes del néctar del dharma.
En este *samadhi*,
la red de deseos se disuelve por completo
mientras que los matojos de *karmas* acumulados llamados "virtud y pecado" son arrancados de raíz.

Al principio,
esta frase ilimitada: *Tat tvamasi*- Eso eres tú-, siendo cierta,
es sólo realizada de forma indirecta.
Luego,
el conocimiento directo -como un fruto de *myrobalan* mantenido sobre la propia mano-
nace.

Cuando no surge ningún deseo hacia los objetos dignos de ser disfrutados,
reconoce esto como el desapego último.
Cuando ningún sentimiento de "yo" surge,
reconócelo como el conocimiento último.
Cuando los deseos ya disueltos no surgen de nuevo,
eso es la relajación última,
y un buscador así -un *sthitpragya*-,
estable en su sabiduría, permanece siempre en la dicha.

Aquél cuyo Yo se halla absorto siempre en Brahma, la Realidad Suprema,
permanece sin deseos e inmóvil.
Cuando, purificadas por su unidad con Brahma y sumergidas en este único arrebataamiento,
las actividades de la mente no eligen y permanecen solamente como consciencia,
entonces eso es denominado *pragya* -sabiduría.
Aquél que siempre posee esa *pragya* es llamado *jivanmukta*, el que se ha liberado en vida.

Aquél que no tiene sentimiento de "yo" referido a su cuerpo y a sus sentidos,
ni sentido de "yo" para cualquier otra cosa,
es un *jivanmukta*,
el liberado en vida.

Aquél que no conoce diferencia alguna a través del intelecto, entre *jiva* -el alma encarnada- y Brahman , o
entre Brahma y la naturaleza, la creación, es llamado *jivanmukta*,
el liberado en vida.

Respetado por los buenos
o insultado por los perversos,
aquél que permanece siempre ecuánime
es llamado *jivanmukta*.

Para aquél que ha conocido la esencia de brahma,
este mundo ha dejado de ser igual que antes.
Si no fuera así, no ha conocido aún el estado de ser de Brahma
y es aún un extrovertido.

Mientras se experimente felicidad, etc...
eso se denomina *prarabdha* -acumulación de acciones e impresiones pasadas-
porque los frutos surgen siempre de las acciones del pasado.

No hay fruto si no hay acción.
De la misma manera que la actividad soñadora cesa al despertar,
de forma análoga,
las acciones pasadas acumuladas durante miles de millones de eones
se disuelven instantáneamente cuando uno descubre "Yo soy Brahma".

Conociéndose a sí mismo
como desaparegado e indiferente igual que el cielo,
el yogui no se apega en absoluto a ninguna acción futura.
De la misma manera que el cielo presente en una botella conteniendo licor
no resulta afectado por el olor del licor,
el alma permanece inalterada ante cualquier suceso
a pesar de estar presente en todos ellos.

Al igual que una flecha lanzada no puede detenerse antes de dar en el objetivo,
las acciones realizadas antes de la Iluminación
no dejarán de dar frutos después de que uno se ilumine.
Una flecha disparada al considerar a un animal, un tigre,
no puede detenerse a medio camino si descubrimos después que el animal era una vaca.
La flecha dará en el blanco con toda su fuerza.
Análogamente las acciones ya realizadas dan fruto incluso después de que la Iluminación suceda.

El que comprende su propia inmortalidad y eterna juventud
permanece uno con el alma
y no guarda relación alguna con los frutos de sus pasadas acciones.

El *karma* -las acciones del pasado-
fructifica solamente cuando tenemos la sensación de pertenencia respecto a nuestro cuerpo.
No es deseable tener nunca el sentimiento de que "este es mi cuerpo".
De esta manera, abandonando el sentimiento de posesión de un cuerpo
uno se deshace de los frutos de las acciones pasadas.

Esta falacia -este es mi cuerpo- es la causa
que genera en la imaginación la idea de las acciones pasadas.
¿Cómo puede ser verdad
algo que es impuesto o imaginado sobre una falacia?

¿De dónde puede surgir algo, si eso, en primer lugar, no es real?
¿Cómo puede destruirse aquello que nunca ha nacido?
¿Cómo puede lo irreal poseer acciones pasadas?

La sensación de propiedad del cuerpo
es el resultado de nuestra ignorancia
y resulta destruida por completo con la Iluminación.
¿Cómo entonces subsiste el cuerpo?
Para satisfacer esta duda del ignorante,
las escrituras atribuyen -exteriormente-
la pervivencia del cuerpo a las pasadas acciones.

No es para explicárselo a los que saben,
sino para satisfacer al ignorante,
que las escrituras dicen: "El cuerpo...etc.. es una realidad",
y también que existe el karma acumulado, las acciones del pasado.

Realmente no existe nada más que el Uno y no-dual Brahma,

el cual es perfecto, sin principio ni final,
inconmensurable, inalterable,
morada de la dicha, morada de la consciencia,
morada de la verdad,
eterno, indestructible, omnipresente, uniforme,
total, infinito, multidireccional,
imposible de ser perdido o hallado,
sin sostén alguno, independiente,
sin atributos,
inmóvil, sutil, sin elección, inmaculado, indefinible,
trascendiendo mente y habla,
verdaderamente rico,
auto-evidente, puro, consciente
y distinto a todo lo conocido.

Así, sabiendo por propia experiencia que el alma es indivisible,
sé bendito y mora en gozo perpetuo en el alma inalterable.

Escuchando estas enseñanzas del maestro,
el discípulo alcanza la Iluminación y empieza a decir:
"Ahora mismo veía el mundo. ¿Adónde se ha ido?
¿Quién se lo ha llevado?
¿En qué se ha disuelto?
¡Qué gran sorpresa! ¿Acaso no existe?
En este gran océano de Brahma, lleno del néctar de infinita dicha,
¿a qué he de renunciar ahora y que me he de llevar?
¿Qué hay ahora de distinto y qué hay ahora de extraordinario?
No veo nada, no oigo nada,
no sé nada,
porque siempre me encuentro en mi dichosa alma y soy mi propia naturaleza.
Estoy libre, sin cuerpo, sin género;
soy dios mismo;
soy el silencio absoluto;
soy infinito; lo soy todo; soy el más anciano; no soy el que "hace", ni soy el que sufre;
soy inextinguible e inalterable,
soy la morada del puro conocimiento;
estoy solo y soy la bondad eterna.

Esta sabiduría fue entregada por el maestro Apantanaram; Apantanaram se la entregó a Brahma; Brahma se la pasó a Ghorangiras; Ghorangiras se la entregó a Raikva; Raikva se la entregó a Rama; y Rama se la entregó a todos los seres vivientes.
Este es el mensaje del nirvana, la enseñanza y disciplina de los Vedas.
Así termina este Upanishad.