



La no-dualidad de Oriente a Occidente y la mente inmadura

Por Jac O'Keeffe

Hasta el siglo pasado, el marco teórico del Vedanta Advaita (teoría de la no-dualidad) se conservó y presentó principalmente dentro de las enseñanzas espirituales esotéricas de la India. Tradicionalmente, estas enseñanzas no-duales no se impartían libremente. Era habitual un aprendizaje de doce años de servicio a un maestro espiritual o gurú, tras el cual el gurú determinaba si el estudiante estaba maduro para ser introducido en la perspectiva no-dual. Aunque esto pueda parecer extremo en la actual era de la libertad de información, la práctica contenía su propia sabiduría.

Las indicaciones de la no-dualidad son de poca utilidad para la mente inmadura y, en la mayoría de los casos, tienen un efecto adverso y, de hecho, retrasan la maduración espiritual. Es esencial trabajar desde el nivel de consciencia en el que uno se ha estabilizado. Los rasgos distintivos de un buscador inmaduro incluyen querer eludir el desarrollo adecuado del ego para evitar enfrentarse a los aspectos sombríos de la psique y carecer de la capacidad de percibir dónde se encuentra en el camino progresivo. Por ejemplo, cuando se les dice que «tú eres Dios», o que «no hay nada que hacer», o que «tú no existes», etc., se aferran a estos conceptos y los superponen a creencias personales no examinadas sobre la separación.

En el Vedanta Advaita, no hay apoyo para el buscador inmaduro y cuando surge la resistencia a lo que es presentado por el maestro, el ego se defiende de todas las formas posibles. Así se crea una nueva forma de sufrimiento—la evasión o

baipás espiritual—mediante la cual las enseñanzas espirituales se utilizan para eludir los problemas del ego. Irónicamente, esta estrategia ha surgido como un contrapeso dualista a la disponibilidad contemporánea y global de enseñanzas y perspectivas no-dualistas. Los buscadores inmaduros, sin conocimiento de las sutilezas de la mente, descartan como locura lo que no comprenden. Las enseñanzas y acciones del maestro se interpretan de manera perversa y se producen malentendidos. Los conceptos se aplican de manera inadecuada y se proyectan sobre el maestro. Esto se debe a un sutil mecanismo de autodefensa y, al defenderse, el ego del buscador se fortalece. Todo esto se debe simplemente a que la mente aún no se ha vuelto lo suficientemente hacia el interior. Una mente inmadura busca soluciones externas, una mente madura escucha en su interior.

Todo en el mundo fenoménico tiene su lugar, al igual que cada indicador de lo que está más allá de la mente es útil en su momento. La maduración de la mente continúa indefinidamente hasta que se disuelven todas las creencias sobre la separación. El discernimiento para saber cuándo utilizar eficazmente y cuándo abandonar las prácticas espirituales no está disponible en la mente inmadura. En consecuencia, ciertas técnicas espirituales, como la auto-indagación, no pueden «funcionar» hasta que el buscador esté maduro. En ausencia del modelo tradicional de maestro-alumno o gurú-discípulo, el buscador debe guiar por sí mismo su evolución espiritual.

Los buscadores inmaduros también suelen buscar un maestro espiritual en busca de amor y aceptación. Sin embargo, al carecer de la suficiente conciencia de sí mismos, no reconocen esta motivación, por lo que su falta innata de amor propio se perpetúa. Inevitablemente, encuentran razones para rechazar más tarde al maestro, ya que una mente inmadura siempre exige conclusiones—sobre sí misma y sobre su maestro— en un esfuerzo por validar y defender el frágil ego. Las polaridades dualistas de lo correcto y lo incorrecto, lo real y lo falso, se manifiestan con toda su fuerza mientras el concepto del «yo» busque su base en opiniones personales, a menudo mal informadas. Saltando con frecuencia de un maestro a otro, estos buscadores no pueden comprender ni las enseñanzas ni al maestro debido a su sustrato de inmadurez.

En la India, la teoría de la no-dualidad se alberga dentro del hinduismo. La oración, el yoga, el servicio, el cultivo de la devoción y la práctica de buenas obras no se consideran en modo alguno opuestos a la realización última de la Verdad. Todos los niveles de maduración tienen cabida dentro de este sistema unificado. Cuando la mente aún no está preparada para responder a los indicadores no-duales, entonces estas prácticas espirituales tienen su lugar. Actualmente, hay tal abundancia de opciones en Occidente que no se ve claramente que cada práctica espiritual meritoria prepara en última instancia a la mente para su propia disolución. Como cada práctica tiene su lugar en el esquema mayor de las cosas, es importante participar en la práctica espiritual con el objetivo último en mente. Por ejemplo, explorar vidas pasadas puede reforzar el sentido del «yo» o disolverlo.

Dejemos que el enfoque central sea la superación de la falsa identificación con el organismo cuerpo-mente. En todo esto, la opción sabia es seguir lo que tiene sentido internamente y no buscar una explicación conceptual meramente atractiva para la mente. Permite que tu práctica espiritual sea guiada no por el deseo, sino por un sentido intuitivo de que hay un refinamiento o purificación de la mente inherente en ella. Cualquier cosa que reduzca el sentido del «yo» personal, cualquier cosa que reduzca la identificación con el pensamiento, es sin duda una práctica útil. Toda esta actividad acabará por agotarse. Es importante que esta maduración se desarrolle de forma natural, ya que el abandono orgánico de la práctica espiritual solo se produce cuando la mente está lo suficientemente madura para que se afiance la actitud de no-dualidad.

En todo esto, no se puede evitar la paradoja de que la realización de la Verdad no depende de ninguna práctica espiritual ni de la madurez de la mente. La danza del camino progresivo tiene lugar en el tiempo y el espacio, que en sí mismos son producto del pensamiento erróneo y la identificación equivocada. Este malentendido da lugar a la idea de un «yo» personal, un individuo imaginario que intenta reducirse a sí mismo para recordar quién es. La reducción del «yo» no está, de hecho, directamente relacionada con la visión de la Verdad, sino que es simplemente la actividad que ocurre a medida que se debilita la ilusión de la vida. Reconocer la falsedad del «yo» personal, junto con dejar de creer en su existencia, revela la Verdad.

En las enseñanzas espirituales tanto orientales como occidentales, el camino directo es adecuado para aquellos que tienen una mente madura y, por lo tanto, están preparados para trascender el pensamiento dualista. Muchos buscadores occidentales han afirmado que seguir el camino directo les impide desenvolverse eficazmente en su vida cotidiana y que el contexto de apoyo de un ashram les proporcionaría un entorno adecuado. En raras ocasiones esto es cierto, pero normalmente el miedo y la evitación de lo desconocido sustentan esta excusa. El miedo acecha en el hecho de que el camino directo no tiene en cuenta el «yo» personal. Independientemente de la práctica que se defienda, el camino directo no ofrece ningún resultado ni conclusión: en el mejor de los casos, puede describirse como una técnica que destruye la idea de que hay alguien que la utiliza. Dicho de otro modo, se recomienda no prestar atención a la mente, como si se tuviera tolerancia cero con la aparición del mundo ilusorio. De ahí la importancia del silencio. Cualquier movimiento del «yo» personal simplemente respalda la idea de que hay un «yo» que, en última instancia, busca la Verdad. La no-dualidad enfatiza (y el camino directo revela) que nunca hubo un «yo», que la idea misma de que algo exista es falsa. No hay nada de sustancia o autenticidad en lo que parece real.

La mente inmadura interpreta esta sugerencia (no prestes atención a la mente, como si tuvieras tolerancia cero hacia la apariencia del mundo ilusorio) como una práctica de tener una actitud de tolerancia cero, y esto a su vez refuerza la idea de un «yo» que hace algo para obtener algo mejor. Por lo tanto, se puede

decir que la práctica espiritual puede ayudar a disolver el «yo», pero sin una comprensión adecuada, también puede perpetuarlo. Por lo tanto, es prudente participar en la práctica espiritual siendo conscientes de que por sí sola no puede conducir al reconocimiento de la Verdad. Y, sin embargo, fenomenológicamente tiene un gran valor reducir la identificación con los pensamientos y, por lo tanto, disminuir las creencias en la dualidad. Deja que la práctica espiritual continúe hasta que se vea como un acontecimiento en la consciencia y que tú no eres quien practica. Cuando no hay apego a la práctica espiritual, este cambio puede producirse. Que se vea que todo sucede por sí mismo, y que no hay individuos haciendo nada de esto.

Para aquellos que se sienten atraídos directamente por la experiencia de la perspectiva no-dual (en contraposición a las creencias/ideas sobre ella), hay que tener en cuenta que en este marco no existe un contexto formal que permita la maduración de la mente. Hay que reconocer que tanto las prácticas espirituales como las religiosas tienen su lugar a la hora de permitir que cada buscador responda de manera óptima a una atracción interna, y que depende de los buscadores encontrar su propia manera de comprometerse con las enseñanzas impartidas de esta manera. Del mismo modo, la no-dualidad debe considerarse como una disposición de la mente. No es apropiada para su aplicación a los asuntos mundanos, por lo que la sabiduría para tratar tales asuntos debe desarrollarse de forma independiente. Este enfoque madura el intelecto hasta el punto de ser capaz de ceder a una perspectiva no-dual, y es tu responsabilidad descubrir lo que funciona para ti.

A pesar de todo esto, ¿cómo podrías imaginar estar separado del Ser? Ser lo que eres no requiere ningún esfuerzo, porque siempre eres aquello que está por encima y más allá de todos los conceptos. No puedes ser otra cosa que eso. Sin embargo, mientras te imagines que eres otra cosa que lo que eres, la búsqueda espiritual tiene su lugar. Para saber lo que eres, debe haber dos yoes para que uno conozca al otro. La búsqueda de la Verdad no termina con el hallazgo fenomenológico de la verdad: no se gana nada nuevo en la auto-realización. Lo único que ocurre es el abandono completo del enredo con el pensamiento.

Por lo tanto, lo que se denomina ignorancia (en un contexto espiritual) no es más que el intento insatisfactorio de identificar el Ser con lo que no es el Ser. Tu intelecto, y aquel que sufre por el deseo de encontrar la Verdad, debe darse cuenta de que lo único que se puede conocer es lo que no eres. En este conocimiento, todo lo que se presenta como realidad fenomenológica queda al descubierto al ver que esto no puede ser lo que eres. Los apegos a la falsa personalidad individual deben desaparecer. Lo que queda no puede ser conocido por la misma facultad que te ha traído hasta aquí. El intelecto solo puede operar en el contexto del sujeto y el objeto.

Dentro de esta dicotomía, debe haber algo que conocer o comprender y un individuo separado con algo que ganar al adquirir este conocimiento. Deja de lado

todas las ideas sobre la iluminación y mantén el sentido de la orientación que surge de este objetivo. Ver más allá del condicionamiento cultural occidental, orientado a objetivos y tareas, marca un cambio de una mente inmadura a una madura. Deja que surja la suavidad en lugar de la búsqueda ansiosa y codiciosa de la herramienta altamente sofisticada que es la mente. Desarrolla la sabiduría para saber cuándo usarla y cuándo dejarla. Cualquier cosa que pueda ser conocida no puede ser lo que tú eres. Lo que eres es anterior a todas las explicaciones e indicaciones dualistas. El Ser está dentro de la experiencia directa de todos, pero no como uno imagina que es. En ausencia de todos los fenómenos, la imaginación y el intelecto no tienen cabida. El Ser sólo es como es. Sea cual sea tu contexto cultural o tus inclinaciones espirituales, sé honesto contigo mismo y da los pasos que sean apropiados para ti porque tienen sentido para ti, ya sea que parezcan racionales o irracionales.

No pienses en esto ni intentes descifrarlo. No es comprensible a ningún nivel más profundo que la teoría intelectual. La mente no puede comprender más allá de esto porque, para hacerlo, el intelecto requiere un objeto de percepción para su activación en el pensamiento. Comprende y acepta el papel y los límites de la mente inquisitiva. Es una herramienta que sirve bien en el camino progresivo de cualquier cultura. Cuando cesa la identificación con el cuerpo y el pensamiento, se comprende que la Verdad nunca se pierde ni se encuentra y lo que realmente eres simplemente se revela por sí mismo.



Jac O'Keeffe experimentó un despertar interior espontáneo en 1997. Su tercer ojo se abrió y su vida cambió radicalmente. Dejó una exitosa carrera como pionera en políticas artísticas comunitarias a nivel nacional en Irlanda para comenzar una práctica de sanación sustancial, que progresó hasta convertirse en retiros residenciales que exploraban las causas espirituales que sustentan la depresión clínica. En 2003, cerró su consulta, abandonó su estilo de vida occidental y finalmente se mudó a la India. La intensa práctica espiritual la llevó a un período de dos años sin pensamientos. Desarrolló sabiduría espiritual y ahora Jac guía a otros en sus enseñanzas y publicaciones para trascender las perspectivas duales y no duales, y prepara a maestros espirituales para la liberación. / [Mas info](#)

Fuente: [Science & Nonduality](#)