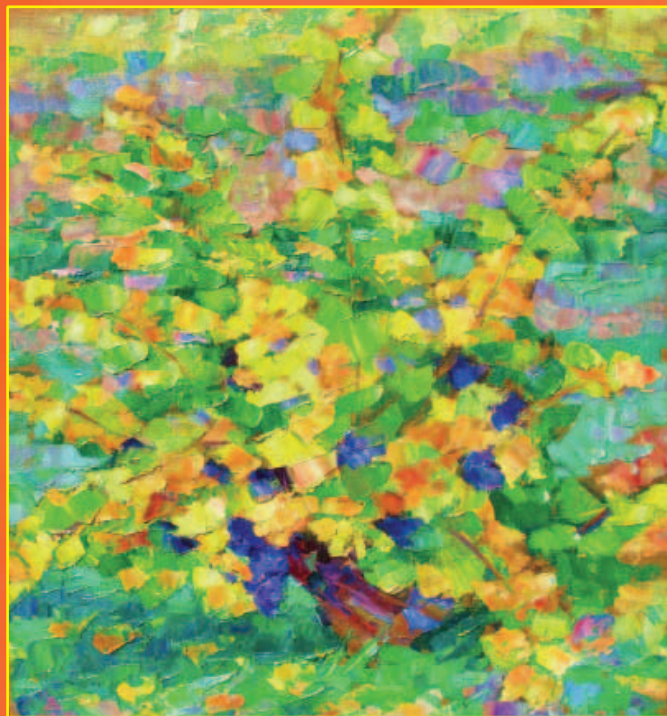


LA PARADOJA DIVINA



*Teoría y práctica de los estados
de conciencia y la meditación*

Sesha



LA PARADOJA DIVINA

*Teoría y práctica de los estados de conciencia
y la meditación*

SESHA



Editado por
Asociación Filosófica Vedanta Advaita Seshha
www.vedantaadvaita.com

Título original: *La paradoja divina*

Ilustración de portada: Nikolai Senin

© Sesha, 2012

De esta edición:

© Asociación Filosófica Vedanta Advaita Sesha

Avda. Julian Gaiarre 58 B – 4º B

48004 BILBAO (España)

E-mail: direccion@vedantaadvaita.com

www.vedantaadvaita.com

Segunda edición: Abril de 2012

Depósito Legal: M. 1.890-2002

ISBN: 84-8445-038-4

Impreso en España por Imprenta Pagés – Inglés (Girona)

Todos los derechos están reservados por el autor. Se prohíbe, entre otros, cualquier comercialización, explotación, reproducción, transformación, distribución o divulgación sin la autorización previa y expresa del autor. No obstante, esta obra podrá divulgarse libremente siempre y cuando no exista ánimo de lucro.

Todos somos transmisores de un
conocimiento que nos supera.

KCHATRYA

Agradecimientos



A Nikolay Senin, amigo y pintor en cuyo arte se inspiró la portada del libro.

A Montse Torné, cuya paciencia y cariño fue fundamental en la revisión de los textos.

A mis estudiantes de todos los países, para quienes este libro es su razón de ser.

A Thalís y Nico, cuyas almas constantemente me inspiran y quienes viven en mi corazón más allá de cualquier distancia y tiempo.

Índice



Introducción.....	17
Prólogo.....	19

PRIMERA PARTE LA TEORÍA DE LA MEDITACIÓN

CAPÍTULO 1

La naturaleza esencial del Presente y de la franja

Pasado-Futuro

Consideraciones previas	23
El Presente.....	24
Los acontecimientos que fluyen en el Presente	27
Diálogo 1	28
Los acontecimientos que se Sucedieron y se Sucederán	
Los acontecimientos que se Sucedieron	33
Los acontecimientos que se Sucederán.....	35
Diálogo 2	37

CAPÍTULO II

Los estados de conciencia asociados al Presente

Consideraciones previas	45
La naturaleza de la Conciencia	45

CAPÍTULO 3

La naturaleza de los cuatro Limitantes

La naturaleza de los Limitantes	53
El Limitante Espacial.....	54
El Sujeto y el Objeto.....	55
Diálogo 3	58
Particularidad y Totalidad.....	65
La percepción Particular	67
Diálogo 4	71
La percepción Total.....	76
Diálogo 5	78
El Limitante de Frontera	81
Tabla 1: Limitantes espacial y de Frontera	83
Tabla 2: Ejemplos de intersección entre los Limitantes Espacial y de Frontera	85
El <i>Sujeto</i> "dentro" y el <i>Sujeto</i> "fuera"	85
Figura 1: <i>Sujeto</i> "dentro" - <i>Objetos</i> "fuera"	89
El <i>Sujeto</i> "dentro".....	92
Diálogo 6	93
El <i>Sujeto</i> "fuera"	99
Diálogo 7	101
El Limitante de Causalidad	103
Tabla 3: Estados de conciencia según la intersección de los limitantes Espacial, de Fronteras y Causal	107
Apetencia de Fruto	108
Diálogo 8	109
Sentido de Pertenencia.....	112
Diálogo 9	113
El Limitante Interpretativo	116
Diálogo 10	117
Resumen.....	121
Tabla 4: Estados de conciencia	121
Tabla 5: Simetría de Frontera.....	122
Tabla 6: Simetría Espacial	122
Tabla 7: Simetría Causal	123
Tabla 8: Simetría Interpretativa.....	124

Intersección de los Limitantes.....	124
Tabla 9: Intersección de conciencia de Pensamiento por la intersección de Limitante de Frontera y Espacial.....	125
Tabla 10: Intersección de conciencia de Pensamiento por la intersección de Limitante de Frontera, Espacial y Causal	125
Tabla 11: Intersección de conciencia de Pensamiento por la intersección de Limitante de Frontera, Espacial, Causal e Interpretativo.....	126

SEGUNDA PARTE

LA MEDITACIÓN PRÁCTICA

CAPÍTULO 4

Estados de conciencia asociados al Presente

Introducción.....	129
Estado de Observación	
La Observación Interior	131
La Observación Exterior	135
Diálogo 11	139
Estado de Concentración	
De la Observación a la Concentración	143
La Concentración Interior.....	146
Diálogo 12	150
La Concentración Exterior.....	161
Diálogo 13	168
Estado de Meditación	
De la Concentración a la Meditación	175
Diálogo 14	177

CAPÍTULO 5

La naturaleza de la Dualidad y la No-dualidad

El yo y el no-yo.....	181
La naturaleza de la Dualidad.....	183
Diálogo 15	185
La naturaleza de la No-dualidad.....	188

No-dualidad <i>versus</i> Dualidad	191
Diálogo 16	212
No-dualidad en la Concentración <i>versus</i>	
No-dualidad en la Meditación	224
Diálogo 17	234

CAPÍTULO 6

Los cuatro Limitantes

Consideraciones previas	239
Limitante de Frontera	239
Limitante Temporal	241
Limitante Espacial	243
Limitante Interpretativo	244

CAPÍTULO 7

Los Estados de Conciencia

Conciencia y Mente	249
Estado de Sueño	
Condición de Frontera: "Dentro" y "Fuera"	251
Estado de Pensamiento	
Condición de Frontera: "Dentro" y "Fuera"	253
Estado de Observación	
Condición de Frontera: "Dentro"	255
Condición de Frontera: "Fuera"	257
Estado de Concentración	
Condición de Frontera: "Dentro"	260
Condición de Frontera: "Fuera"	263
Estado de Meditación	
Condición de Frontera: "Dentro"	266
Condición de Frontera: "Fuera"	269

CAPÍTULO 8

La Meditación Interior

Consideraciones previas	273
Estado de Sueño y de Pensamiento	276
Estado de Observación Interior	279
Estado de Concentración Interior	283
Estado de Meditación	286

TERCERA PARTE

LAS CUATRO PARADOJAS

CAPÍTULO 9

Las cuatro paradojas

Consideraciones previas	291
Paradoja de Frontera	291
Paradoja Causal.....	294
Paradoja Espacial	297
Paradoja Interpretativa.....	301

ANEXOS

Anexo 1: Estados de conciencia e identidad asociada a cada Estado	307
Anexo 2: Resumen de las cuatro simetrías asociadas a la Mente	307

Introducción



El presente libro, más que un texto de lectura, es un instrumento de estudio. Está fundamentado en el conocimiento, reflexión y vivencias de la filosofía *Vedanta Advaita* e intenta resumir la naturaleza de los diferentes estados de conciencia.

Desde nuestra perspectiva, el ser humano es un manojito de retazos cognitivos que solo tienen en común el hecho de ser conscientes. Sin embargo, la naturaleza de la entidad consciente en cada uno de los retazos de percepción es un misterio. La forma diferente de interpretar diariamente el mundo onírico y vigílico es una prueba de la distancia entre cada uno de los agentes activos de la percepción.

El estudio profundo de los diferentes estados de conciencia, a la luz del *Vedanta*, provee de interesantes conclusiones: La mente es un simple órgano de conocimiento alimentado por la inteligencia de la Conciencia; la existencia de múltiples identidades cognitivas que asumen sentido de propiedad al acto de la cognición, cuando realmente no difieren de los pensamientos de los que intentan apropiarse; el "yo" es un agente minúsculo, momentáneo, variable e ilusorio; la Conciencia es una entidad ilimitada con el brillo permanente del Saber, cuya esencia No-dual sostiene en todo momento la cognición realizada

en cualquier estado de conciencia; la naturaleza del Presente, como ente temporal, posee idéntica naturaleza a la Conciencia No-dual: el Presente es Conciencia, la Conciencia es Presente.

A través de lo expuesto a lo largo de la obra, se intentará explicar la suma de razones por las cuales afirmamos que la Conciencia es una realidad independiente de cualquier agente individual, esto es, que reconoce como reales todos los contenidos del universo y como no-diferentes unos de otros.

Para explicar la naturaleza No-dual de la Conciencia se ha partido de los cánones tradicionales expuestos por el sistema *Vedanta Advaita*, intentando profundizar en cada uno de los pasos que operan entre la actividad mental dual y la realidad cognitiva No-dual.

Se ha escogido el estudio de la práctica Meditativa y los estados de conciencia intermediarios como elementos de apoyo sobre los que se desarrollarán los diferentes estados de conciencia.

La descripción de la génesis de cada uno de los estados de conciencia es inédita. Por ello, es aconsejable al lector una lectura pausada, donde cada concepto quede suficientemente claro antes de pasar al siguiente.

Soy consciente de la dificultad que presenta la comprensión de ciertas ideas descritas aquí, puesto que para su total entendimiento es necesaria una experiencia interior clara y poseer una mente habituada al silencio.

Sin embargo, espero que la constante reflexión intelectual y la práctica de la Meditación, bajo los cánones propuestos por el *Vedanta*, sean útiles a todos aquellos seres sedientos de claridad interior y, en especial, a todos mis queridos estudiantes que, a lo largo de tantos años, han sido partícipes de la maravillosa tarea de investigar el Arcano Supremo, el Testigo Final de toda cognición, el *Atman*, agente silencioso que campa libre en el universo entero.

Sesha, Agosto 12 del 2001
Santander (España)

Prólogo



Desde siempre el ser humano se pregunta respecto a su génesis y a la del universo. Incontables dudas lo asaltan cuando indaga las probables causas de sí mismo o de aquello que supone es su creador. La humanidad entera, a través de cada uno de sus esporádicos espectadores, ha reflexionado sobre el dilema fundamental de la existencia: el hecho mismo de "ser" y "existir".

Solo unos pocos han podido encontrar la respuesta. Al parecer, las explicaciones respecto a la magnitud de lo hallado no calman la sed de saber de la totalidad del género humano. Al contrario, las explicaciones de "filósofos" o "sabios" de algunas culturas parecen en ocasiones antagónicas, a tal punto que, en vez de complementarse, muchas veces se oponen.

Las múltiples interpretaciones del simple y sencillo hecho de "ser" y "existir" se realizan desde tantos y tan variados puntos de vista que yacemos confusos ante la complejidad de tantas explicaciones parciales.

Hemos intentado desde siempre entender el origen de nuestro universo; sin embargo, la respuesta ha sido esquiva. Es por esto que nos conformamos intentando explicar cómo funciona y, para ello, nuestro intelecto ha creado múltiples disciplinas involucradas en el proceso del entendimiento.

Matemáticas, física, psicología, filosofía, arte, y cientos de disciplinas más, conforman la inmensa gama de posibilidades mediante las cuales es posible interpretar el universo.

Vivimos en una maraña de islas conceptuales. En ocasiones, entre islas se tienden puentes; otras veces, se crean infranqueables muros. No es de extrañar entonces el olvido de los valores universales y la falta de compromiso para con ellos. ¿Qué necesidad hay de sostenerlos cuando se apoyan en el inestable mundo de las necesidades personales o de grupo? El mundo agonizará mientras no exista una interpretación adecuada y universal respecto a la esencia de "ser" y "existir".

El *Vedanta Advaita* no intenta prevalecer sobre ningún sistema de pensamiento; tan solo aporta una descripción teórica y la conjuga con una apreciación práctica en donde se experimenta la identidad del individuo con lo Absoluto. El *Vedanta* no requiere de fe ni de ritual especial; su única herramienta es la certeza de la naturaleza infinita de la conciencia humana.

Sesha, Septiembre 7 del 2001
Sao Paulo (Brasil)

PRIMERA PARTE

**LA TEORÍA
DE LA MEDITACIÓN**

Capítulo 1



Naturaleza del presente y de la franja pasado-futuro

CONSIDERACIONES PREVIAS

Existen variadas formas de indagar la naturaleza de la realidad. El *Vedanta*, entre todas las opciones posibles, escoge el término No-dualidad como sostén de su metafísica más profunda. El término No-dualidad no se refiere a una modificación de la apreciación Monista, en la que impera una única realidad resultado de la fusión de todos los entes existentes en su causa primigenia. Tampoco se asocia al concepto Dualidad, donde la base real de todo lo creado permanece apartada de su creador.

La idea de la No-dualidad, cumbre del pensamiento humano, no ha de confundirse ni entremezclarse con posibles ideas sustitutas que en ningún momento logran explicarla de forma correcta. La No-dualidad se resiste a cualquier comparación y se diferencia de todo atributo conocido por la mente.

La No-dualidad será profundamente analizada en un capítulo posterior¹ de una forma pedagógica diferente a

1 Véase Segunda Parte, Capítulo 5, página 188.

como la tradición la suele explicar. Se procederá inicialmente a estudiar la naturaleza de la realidad No-dual incluyendo un término más cotidiano que sirva a nuestros propósitos: el concepto denominado Presente². El Presente es una realidad lo suficientemente cercana a la razón para usarla de lazarillo en el posterior estudio de la metafísica oriental No-dual más profunda.

Es innegable la realidad y la experiencia del Presente en cada cual. Gracias al Presente la vida conquista momentos únicos. El Presente es portador de una antorcha que ilumina cada instante; su fuego aviva la mente, el cuerpo y los sentidos de quienes asisten al maravilloso teatro de la vida.

Debido a que la meta final del *Vedanta* es el entendimiento y la experimentación viva de la naturaleza No-dual, se iniciará primeramente el estudio de la naturaleza del Presente para, sustentados en éste, incluir otro orden de ideas superiores.

Con el fin de iniciar el estudio de la naturaleza No-dual, se comenzará por diferenciar la naturaleza del Presente y la de los *acontecimientos que se suceden* en el Presente.

EL PRESENTE

El mundo, según la cotidiana perspectiva humana, está conformado de innumerables entes con características y calidades propias. Cada uno goza de atributos específicos que lo hacen único. Se agrupan entes por familias o géneros, en razón de sus características químicas o propiedades físicas, etcétera. Los atributos de todos los entes partícipes del universo son tan variados que, al poseer tal cantidad de características, aportan un sesgo único que los diferencia de los

2 Denominaremos "Presente" al entorno temporal donde la realidad universal existe por sí misma. El "Presente" está sosteniendo todos los acontecimientos que se suceden en "el aquí y el ahora", es decir, el Presente es sinónimo de "el aquí y del ahora", donde fluyen todos los acontecimientos que se suceden.

demás. La conclusión del razonamiento empírico es simple: el universo está constituido de infinitas condiciones de vida, cada una con matices propios. Cada ente, gracias a sus condiciones propias, se diferencia de cualquier otro en toda región donde la vida orgánica e inorgánica tiene sustento.

Es innegable, al razonamiento dialéctico, que la vida transcurre paralelamente en todos los órdenes de existencia. Unos a otros se acoplan para gestar la dinámica multidimensional de la vida. Sin embargo, ¿es posible concluir que cada ente difiere de cualquier otro? El entendimiento pragmático responde afirmativamente: sí; cada *Objeto*, cada ente constitutivo del mundo difiere de otro según se estudie como parte, grupo o familia. Así, entonces, un árbol difiere de la montaña donde crece, de las nubes que la cubren y de las estrellas situadas más allá de nuestro cercano firmamento. Sin embargo, el *Vedanta*, a la vista del más puro razonamiento metafísico, opina lo contrario: ¡tanto árbol, montaña, nube y estrellas son idénticas, siempre lo han sido, lo son ahora y siempre seguirán siéndolo!

¡Qué extraño panorama tan contrario al sentido común ofrece el *Vedanta*! Pero aún hay más. El ser humano reconoce que los acontecimientos se desenvuelven bajo la temporalidad denominada Presente. El Presente siempre otorga la maravillosa cualidad de presencia a los contenidos que nacen, se desarrollan y mueren. Se concluye que los acontecimientos florecen en un instante del Presente, posteriormente mueren y dan paso a otros sucesos, y así giran todos indefinidamente conformando la dinámica rueda de la existencia. Esta es la cadena de la vida, compuesta por innumerables eslabones-acontecimientos. Nuevamente el *Vedanta* realiza otra afirmación contraria al sentido común racional: ¡Tanto los variados acontecimientos que conforman el universo como el Presente en que se desenvuelven son idénticos!

Qué extraña paradoja se plantea, la paradoja metafísica por excelencia: el universo no es lo que vemos, ni somos lo que creemos que somos; el verdadero universo es una corriente de Existencia, Conciencia y Bienaventuranza indiferenciada, cuya esencia primaria es la identidad de todo lo existente. ¿Cómo los mortales pueden equivocarse en tal alta medida al apreciar e interpretar el teatro de la vida?

El objetivo final del presente libro es ahondar en esta última pregunta. El fin esencial del *Vedanta* es mostrar en forma ordenada las ideas que soportan la afirmación: el individuo es idéntico a la realidad No-dual, a lo Absoluto³. A su vez, el *Vedanta* aporta el mecanismo práctico que permite su experimentación.

El Presente posee, para afrontar el estudio de la naturaleza No-dual, condiciones inigualables que ningún otro contenido cercano al análisis racional posee. El Presente sirve de cimiento al edificio intelectual que intenta descifrar la esencia primaria de la existencia humana.

El Presente es en sí mismo continuo, es decir, no se aprecia en él alternatividad de su condición natural. El Presente es el escenario donde se sostienen los innumerables acontecimientos *que se suceden*. Lo que *se sucede* a cada momento ocurre siempre en un Presente irrepetible.

El Presente se asimila a la temporalidad que se suele denominar como "el aquí y el ahora". Cada *acontecimiento que se está sucediendo* florece en el Presente. La cognición de cualquier *Objeto* del Presente se realiza sin esfuerzo volitivo⁴ por parte del *Sujeto*⁵. El "yo" no requiere esfuerzo para

3 En sánscrito: Jiva *Brahman Aika*.

4 El acto de "saber" no requiere del "esfuerzo" de quien conoce. El "saber" es un acto auténtico, independiente de cualquier condición psíquica, e inclusive del ente mismo denominado Sujeto.

5 A lo largo del texto se denominará Sujeto a la unidad epistemológica; yo (también "yo" o yoidad) a la unidad individualizante; ego a la unidad psicológica.

percibir el Presente, la mente lo atrapa espontáneamente, pues sin necesidad de ser evocado aparece por sí mismo.

El Presente posee magia. Ilumina como real todo contenido que en él emerge y ofrece a los contenidos experimentados un brillo de existencia que ninguna otra circunstancia en la naturaleza puede otorgar. Cada instante de Presente contiene todas las cosas que existen; ello hace que su poder sea incalculable.

El Presente no posee límite alguno, no existe manera de delimitarlo; inclusive no existe manera de circunscribirlo. Su simpleza y complejidad se conjugan en el hecho de no necesitar definirse para experimentarlo.

El Presente fluye continuamente por doquier y participan de su condición tanto las montañas como los animales, e inclusive las lejanas estrellas. No se fragmenta, su uniformidad es evidente. A nadie prefiere, su condición se reparte homogéneamente entre todos los *acontecimientos* que arropa.

La condición del Presente es indefinible. No hay *Objeto* alguno a través del cual sea posible entender su naturaleza íntima. Ni la comparación ni la inferencia ni la relación con otro ente cualquiera sirven como punto de referencia para entender su naturaleza.

El Presente es la base sobre el cual fluyen todos los *acontecimientos que se están sucediendo*. Desde la miope óptica mental, ambos se notan diferentes: Presente y *acontecimientos que se suceden*. Inicialmente se profundizará sobre esta dualidad existencial para posteriormente, a lo largo de la presente obra, concluir la falsedad de la diferenciación.

LOS ACONTECIMIENTOS QUE FLUYEN EN EL PRESENTE

Los *acontecimientos que se suceden* fluyen en "el aquí y el ahora", y se diferencian aparentemente del Presente donde aparecen existiendo. La razón es simple: mientras

los *acontecimientos que se suceden* en un Presente cualquiera son innumerables —por no decir infinitos—, es decir, se suceden todos ellos en diferente sitio o lugar, el Presente en donde fluyen es siempre el mismo. Por ejemplo, son incontables los acontecimientos que simultáneamente *se suceden* aquí y en otros lugares del planeta, o en otros planetas. Cada acontecimiento es diferente, pero todos fluyen simultáneamente en el mismo Presente.

Los *acontecimientos que se suceden* aparecen existiendo como reales a nuestra condición psicológica y física de espacio y tiempo. Se advierten reales gracias a la condición primaria de existencia y consciencia que posee el propio *Sujeto* que los percibe.

El conocimiento claro de la naturaleza de los *acontecimientos que se suceden* es importante en el momento de indagar la razón de existir del hombre y del universo y, aunque parecieran de una simpleza insignificante, para el *Vedanta* son la llave maestra para entender el porqué de la génesis de cuanto es posible conocer.

Ha de diferenciarse la naturaleza de los *acontecimientos que se suceden* respecto de los "acontecimientos que se han sucedido" y de los "acontecimientos que se sucederán". Se intentará a lo largo de la disquisición que se plantea abordar cada uno de ellos en el momento oportuno.

DIÁLOGO 1⁶

El *Presente* y los acontecimientos
que se suceden en el *Presente*

Sesha: (*Dirigiéndose a uno de los estudiantes reunidos*).
Experimente su alrededor, observe los múltiples

6 Los diálogos numerados son parte de la transcripción previamente revisada por el autor y realizada en un seminario referente al tema del presente libro, dictado el mes de Diciembre de 1998 en el monasterio de Angosto, en Álava (España).

entes que componen este instante. Sus cinco sentidos sirven de puente con el mundo externo. Todos se reconocen gracias a que la mente los interpreta. La condición excepcional que impulsa en usted el "conocimiento" y "autoconocimiento" de los contenidos internos o externos, se denomina conciencia⁷.

Estudiante: Soy capaz de observar el mundo, y al conocerlo me reconozco a mí mismo conociéndolo.

S: Los sentidos son sus instrumentos de enlace con el mundo. La mente se asocia a los contenidos externos, tal como una isla extiende cinco diferentes puentes para enlazar el mundo más allá del foso que la rodea. Si, en cambio, logra voluntariamente desconectar los sentidos, será testigo mudo de su mundo interior y podrá conocer también sus propios contenidos interiores.

E: Es claro, puedo conocer el mundo y tener consciencia de hacerlo; en su defecto, me es posible tener consciencia de mis propios contenidos internos y ser consciente de hacerlo.

S: Exactamente. En ambos casos la naturaleza de la Conciencia aflora como un "Saber y un Saber que se sabe". Note cómo, espontáneamente y sin esfuerzo alguno, es consciente del mundo que aflora durante este instante en la sala que lo acoge a usted y a sus compañeros. ¿Es necesario algún tipo de esfuerzo volitivo para conocerme o reconocerse, mientras sus sentidos se posan en mí o en su mundo interior durante este Presente?

7 Para el *Vedanta*, la Conciencia no es un ente constitutivo de la mente; la Conciencia es un ente No-dual. Aparece como conciencia egoica (*Chidaabasa*) a causa del reflejo sobre el limitante (*Upadhi*) del órgano intelectual (*Budhi*). La Conciencia, ya sea en su aspecto No-dual o individual, no es un agregado ni una modificación mental. El acto puro de la Conciencia como "capacidad cognitiva", procede de su naturaleza intrínseca y esencial. La mente, como estructura, es tan solo memoria relacionada por el sentido de "provecho" y "pertenencia". La mente se fundamenta en el acto del "razonamiento"; la Conciencia en el acto de "Saber y Saber que sabe".

E: No, ningún esfuerzo. Usted y los demás compañeros, junto con los Objetos de esta sala, son "conocidos" sin ningún esfuerzo de mi parte. Puedo simultáneamente reconocerme como "conocedor" de lo "conocido".

S: Si le pidiera recordar mi vestimenta el día de ayer, ¿se esforzaría en hacerlo?

E: No sería necesario un gran esfuerzo, por lo que puedo sin problema alguno describir gran parte de su vestimenta.

S: ¿El esfuerzo realizado por evocar cualquier condición del pasado es superior al hecho de situarse "ahora" en la sala y conocerme? En otras palabras: ¿Requiere menor esfuerzo psíquico, recordarme o reconocerme en la sala "aquí y ahora"?

E: Para reconocerlo "aquí y ahora" en el Presente, no requiero esfuerzo psicológico por "conocerlo" ni "conocerme".

S: En este instante ocurren mil acontecimientos en el salón. El sol recrea múltiples juegos de sombras en el ambiente, mientras la luz es filtrada por las ramas de los árboles externos a la sala. La respiración de cada uno de los asistentes crea un tenue fluir de aire. El calor que expiden nuestros cuerpos se aúna elevando la temperatura ambiente. Cada una de nuestras células advierte cambio, nacimiento y muerte, y así mil sucesos más.

La suma de todos y cada uno de los *acontecimientos que se suceden* conforman la realidad física de la sala. Todos se diferencian y, sin embargo, acontecen en el Presente. El Presente es el punto de encuentro de todo *lo que sucede*. Es "el aquí y el ahora" donde giran las mil ruedas que mueven la vida. El Presente siempre permanece incólume ante el *acontecimiento* que en él opera. En diferentes ciudades de este país y en ciudades de otros países están ocurriendo infinidad de sucesos; lo común a todos

es el Presente. Todos los *acontecimientos que se suceden* convergen en un mismo instante.

El Presente se asemeja metafóricamente al espacio. Todo cuerpo posee un volumen que ocupa un espacio, aunque el volumen de un cuerpo puede ser trasladado de un lugar a otro sin que el espacio se modifique por ello. De similar forma, el Presente es incólume, inamovible, mientras en él reposan los *acontecimientos que se suceden*. El Presente es no-diferenciado, los acontecimientos que fluyen en él son múltiples.

¿Es clara la diferencia entre el Presente y los *acontecimientos que se suceden* en él? ¿Qué característica resalta en los *Objetos*, mientras fluyen en el Presente?

E: *Diferenciar el Presente de lo que fluye en él es fácil, pues se asemeja a diferenciar el espacio de los volúmenes que lo ocupan. Sin embargo, no logro distinguir en los acontecimientos una característica única a causa de su fluir en el Presente.*

S: El *Vedanta* afirma que tres son las características esenciales de cualquier *Objeto* que fluye en el Presente: Seidad, Conciencia y Bienaventuranza⁸. Esto es: Existencia, Conciencia y Bienaventuranza Absolutas.

Cada uno de los *Objetos* a nuestro alrededor denota "existencia". En todos el brillo del "existir" es común. La condición primaria de todo ente es la "existencia", todo lo demás es posterior.

Adicionalmente, es posible "conocer" el ambiente que nos rodea y, por ende, ser conscientes de él. Gracias al brillo propio del "conocimiento" podemos entrar en contacto e interpretar las diferentes realidades existentes. Para el *Vedanta*, Ser y Conciencia -o dicho de otra manera: "Existencia" y "Conocimiento o Conciencia"- son una y la misma cosa.

8 En sánscrito: *Sat, Chit y Ananda*.

La tendencia a la agrupación natural de todo en todo se denomina "Bienaventuranza". Es gracias a la capacidad integradora, a la tendencia natural de agrupación, que finalmente convergen "Existiendo" y "Conociendo" en forma No-dual todos los entes. Para el *Vedanta*, Ser, Conciencia y Bienaventuranza son una y la misma cosa.

Desde antaño, los sabios orientales, observadores del mundo que nos rodea y de la naturaleza propia interior, describieron en forma clara tres estados posibles de conciencia⁹ en que pueden ser interpretados cognitivamente los *acontecimientos que se suceden*.

Los antiguos videntes de la esencia de las cosas, lograron encontrar una tercera y magistral forma de interpretar teórica y empíricamente el mundo que indagaban. La llave maestra que abre la puerta y da acceso a los secretos que la naturaleza guarda son las tres modalidades de acontecimientos existentes: los *acontecimientos que se suceden*, propios del Presente; los "acontecimientos sucedidos", propios del pasado; los "acontecimientos que sucederán", propios del futuro. Así entonces, es necesario profundizar en el estudio de la naturaleza de las tres diversas modalidades de acontecimientos que pueden ser experimentados.

Para el *Vedanta*, los únicos acontecimientos realmente importantes por experimentar son los que *se suceden*, los que forman parte "del aquí y el ahora", los que fluyen en el Presente. Por ello el *Vedanta* no es prolija en interpretaciones psicológicas respecto a la mente y a la conducta humana en el pasado o en el futuro, pues la raíz que la fundamenta es meramente metafísica: busca dar una explicación teórica y práctica al hecho de la identificación entre el individuo y lo Absoluto¹⁰.

9 Observación, Concentración y Meditación.

10 Véase nota 3.

LOS ACONTECIMIENTOS QUE SE SUCEDIERON Y SE SUCEDERÁN

LOS ACONTECIMIENTOS QUE SE SUCEDIERON

Todo acontecimiento que ha *sucedido* alguna vez fue parte de un Presente. Cualquier evento experimentado en alguna ocasión fluyó como parte de "un aquí y un ahora". ¿Qué hace que un acontecimiento del Presente se transforme en pasado? ¿Qué condición propia del ser humano convierte un hecho que *acontece* en uno "acontecido"?

La respuesta ha de hallarse en el instrumento mental, específicamente en la actividad de la memoria que, al atrapar el acontecimiento y circunscribirlo a una región definible e interpretable con "nombre" y "forma", lo transforma en pasado. La actividad principal de la memoria es evitar que un suceso experimentado sea olvidado.

La universalidad de contenidos que emergen en el Presente, en un instante cualquiera, es infinita. La mente, mediante el mecanismo de la memoria, delimita una región cualquiera de la universalidad que emerge, diferenciando la región no delimitada de la delimitada. Así, entonces, la nueva región de información limitada, cuya naturaleza esencial es memoria, goza de la caracterización de "nombre" y "forma"¹¹ como atributos primarios de diferenciación y realidad.

Todo juicio emitido por la mente va asociado necesariamente a "nombre" y "forma". "Nombre" y "forma", genera una frontera entre el conjunto universo propio del Presente y la información escogida que hace parte del pasado. El simple hecho de definir mediante "nombre" y "forma" cualquier *acontecimiento* que fluye en el Presente hace que la región delimitada se diferencie del resto de la totalidad que fluye. Gracias a esta circunstancia, el *acontecimiento que fluye en el Presente* no diferenciado puede ser fijado

11 En sánscrito: *Nama* y *Rupa*.

en forma de memoria y ser circunscrito a una región con "nombre" y "forma", para posteriormente ser evocado a voluntad por el individuo.

El Presente muere en el mismo instante en que se define y se delimita mentalmente la región universal de contenidos indiferenciados que fluyen en el "aquí y el ahora". Mientras no exista frontera alguna, es decir, mientras no sea interpretado mediante "nombre" y "forma" cualquier *acontecimiento que está sucediéndose* en el Presente, sigue formando parte de la misma totalidad no-diferente cuyo sostén es el Presente. El pasado es Presente retenido mediante "nombre" y "forma".

Para ser evocado cualquier evento previamente experimentado, debe necesariamente ser trasladado a la esfera de cognición del Presente. El pasado no puede ser experimentado desde su propia naturaleza, no posee cognición propia. El pasado no tiene sostén en sí mismo. A causa de esta circunstancia, los acontecimientos reales y válidos son los que se *suceden* en el Presente, y de él dependen para ser conocidos e interpretados. El hecho que un *Sujeto* cualquiera experimente como real la no-totalidad del Presente que fluye y asuma como real una región delimitada de *acontecimientos que están sucediéndose* se denomina, en el *Vedanta*, *Maya* o ilusión.

“Los que carecen de Discernimiento espiritual creen que Yo, el Inmanifestado, tengo manifestación en forma visible, pero lo creen porque no conocen Mi naturaleza suprema, imperecedera y excelérrima”

“Por la ilusión de los pares de opuestos, *joh Bharata*!, que brota de la atracción y repulsión, toda criatura peregrina por el universo enteramente alucinada”¹²

12 *Bhagavad Guita* VII, 24 y 27. Annie Besant, editorial *Hastinapura*, Buenos Aires, 1987.

“Aunque indiviso, entre todos los seres está distribuido AQUEL que es el sostenedor de todos los seres. Él los engendra y Él los absorbe”¹³

LOS ACONTECIMIENTOS QUE SE SUCEDERÁN

"Nombre" y "forma", no es el único límite que establece diferenciación entre los eventos que aparecen en el Presente. Existe una segunda condición limítrofe enraizada también en la mente: "yoidad" y "provecho". El sentido "egoico" produce un limitante de diferenciación que genera la aparición de la dualidad *Objeto* y *Sujeto*. El "acto de provecho" proyecta al *Sujeto* como ente virtual lleno de futuro.

Es válido interpretar el nacimiento de fronteras impuestas al Presente mediante la interpretación mental de "nombre" y "forma". Sin embargo, existe otra manera de delimitar el Presente, esto es, asociándolo a una región temporal Pasado-Futuro.

La frontera temporal Pasado-Futuro surge gracias a que el *Sujeto* induce sentido de diferenciación del *Objeto* respecto al *Sujeto*, a causa del sentido de "yoidad" y "provecho" con el que realiza la acción que fluye en el Presente. En esta modalidad de frontera temporal, denominada "Causalidad"¹⁴, el *suceso* experimentado crea una impronta, un engrama dual de "nombre" y "forma" que planea como deseo virtual que alguna vez existirá¹⁵. Esa potencialidad de vida se convertirá, en el momento que madure, en un acto asociado al futuro, en un acontecimiento que emergerá espontáneamente asociado a un "aquí y ahora".

13 Ídem, B.G. XIII, 16.

14 Las cuatro barreras de diferenciación que inducen dualidad a la realidad No-dual del Presente son los límites de Fronteras, Causalidad, Espacialidad e Interpretativo. Estos cuatro sentidos de limitancia se estudiarán en el capítulo III.

15 El conjunto de acciones Causales realizadas por un *Sujeto* cualquiera conforma el *Agami Karma*. Esta modalidad de *karma* cosechará los frutos en otras vidas.

La actividad de "provecho" implica la interpretación intencionada por parte del *Sujeto* de la acción que aparece espontáneamente en el ámbito del Presente. Realizar la acción por "el resultado de la acción" enlaza el acontecimiento con el futuro potencial que algún día madurará en forma de "aquí y ahora". El "provecho" lleva consigo de manera implícita una intencionalidad. Todo *Sujeto* crea fronteras de cognición cuando experimenta con sentido de provecho la acción que realiza. Por tal razón, el *Sujeto*, a causa de la actividad de "provecho", crea una región de diferenciación temporal entre el fluir universal de *acontecimientos* indiferenciados.

Todo acontecimiento que acontecerá en el futuro tiene huellas en el pasado. No existe futuro independiente de pasado. Intentar cambiar el futuro implicaría transformar el pasado. No existe un "acontecimiento que sucederá" libre de historia, pues necesariamente ha sido causado por un *Sujeto* que busca "provecho" o "apetencia de fruto" en la acción. La raíz del futuro no está en el Presente sino en el pasado. La impronta "egoica" con la que se experimenta un *suceso que acontece*, asociado al "provecho" con el que se lo experimenta, genera un encadenamiento entre acto y consecuencia; dicho encadenamiento se denomina *Karma*.

La libertad propia del individuo no reside en su capacidad de cambiar los sucesos futuros que, de por sí y pese a su malestar o negación, un día acontecerán. La verdadera libertad interior implica evitar, mediante la realización de acciones diestras, el encadenamiento en el futuro de la universalidad de hechos que ahora *acontecen* en el Presente, de tal forma que al realizarlas no exista "apetencia de fruto" ni "actividad egoísta".

Se denomina *dharma* cuando la acción y el acto de saber se realizan al unísono y de forma correcta; la acción se realiza por sí misma sin que intervenga el *Sujeto* (en el

Presente el ego es inexistente). La ausencia de *Sujeto* no implica inercia (no incurrir en la realización de la acción) en la acción. Jamás se niega la realización de la acción, ni tampoco se induce su incorrecto cumplimiento. Tan solo se impulsa al individuo a que actúe llevado sin una meta, sin que su mente se traslade momentáneamente al futuro mientras ejecuta la acción; a que actúe sin sentido egoico, y con ello realice la acción por la acción y no por su consecuencia.

“Ni me afectan las obras ni apetezco su fruto. Quien así me conoce no está ligado a la acción”¹⁶

“Quien ve la inacción en la acción y la acción en la inacción es sabio entre los hombres, y en armonía permanece mientras ejecuta toda acción”¹⁷

“Inapetente al fruto de las obras y siempre satisfecho, de nada se ampara, no haciendo cosa alguna aunque todas las haga”¹⁸

DIÁLOGO 2

*Los acontecimientos que
“se sucedieron” y “se sucederán”*

Sesha: (*Dirigiéndose nuevamente a un estudiante*). Anteriormente concluimos la diferencia del Presente respecto a los *acontecimientos* que fluyen en él.

Estudiante: *Efectivamente.*

S: Usted logra, mediante el uso de los sentidos extender su campo de cognición hacia el mundo externo. Puede reconocer, por ejemplo, lo que ocurre en este salón. Los *acontecimientos que aquí se suceden* fluyen formando parte del Presente que usted experimenta. Además, no hace esfuerzo alguno para conocerlos.

16 Ídem, B. G., IV, 14.

17 Ídem, B. G., IV, 18.

18 Ídem, B. G., IV, 20.

Usted es ahora mismo observador consciente de innumerables eventos, mientras simultáneamente es consciente de sí mismo.

E: Sí, me es claro.

S: Mientras se mantenga en la actitud de ser perceptor impasible de lo que acontece, es decir, mientras no induzca interpretación mental de lo conocido, no tendrá otra opción que ser parte del indiferenciado mundo que "fluye" en el Presente. Si permanece atento a los acontecimientos que van apareciendo de manera espontánea, todo su sistema permanece como observador no limitante de esos hechos. ¿Puede acaso usted permanecer en esta actitud libre de esfuerzo, manteniendo su sistema de conocimiento como simple observador, sin crear interpretación mental de "nombre" y "forma"?

E: Lo intento. Continuamente aparecen pensamientos que enturbian mi mente y, a través de los cuales, obligatoriamente interpreto el mundo que aparece frente a mí. Es extraño: cuanto más busco estar atento a los acontecimientos que fluyen en el Presente, sin delimitarlos mediante "nombre" y "forma", más pensamientos aparecen. A medida que pasa el tiempo noto cómo la mente se recrea con imágenes de realidades diferentes a las que están ocurriendo. ¡Esto es terrible, la mente es una vorágine de ideas pretéritas o futuras que se eslabonan en todo momento ocultando el real acontecer que sucede!

S: Interiormente, ¿aparecen imágenes o también sonidos? Note si las imágenes interiores, con las cuales se recrea, son parte del Presente que está aconteciendo.

E: También surgen sonidos. Me oigo hablar, digo palabras en mi interior, inclusive por momentos canto, me lleno de silencio y luego de bulla. Fundamentalmente son imágenes y sonidos interiores que nacen de mi mente e impiden

momentáneamente reconocer lo que se sucede en el Presente interior. Este mundo que nace sin que yo desee darle vida, existe solo en mi mente. La memoria aparece una y otra vez ante mí en completo desorden. Lo que percibo no son sucesos del Presente, todos ellos son parte de un pasado que no controlo o proyecciones de un futuro incierto.

S: ¿Dónde nacen todos los acontecimientos que no hacen parte del Presente?

E: *Pues de mí, de mi mente. Es mi mente quien los recupera de la región de memoria asociada al pasado.*

S: ¿Qué inteligencia dirige que en usted nazca un tipo especial de recuerdo, sea sonido o imagen? ¿O simplemente ocurre ello al azar?

E: *Ha de haber alguien o algo que dirija de manera inteligente el proceso de recordar, pues de no ser así aparecerían imágenes o sonidos de cualquier momento de mi vida o, incluso, podrían aparecer cosas completamente olvidadas. Sin embargo, no conozco la razón ni el mecanismo por el cual los recuerdos crean prioridades o secuencias específicas de aparición.*

S: ¿De qué parte de su mente afloran imágenes y sonidos?

E: *Supongo que de la actividad denominada memoria.*

S: ¿Supone?

E: *Es que no lo sé con seguridad.*

S: Mientras está ocupado evocando, los acontecimientos que fluyen en su Presente se ausentan a tal punto que su apreciación se diluye momentáneamente. ¿Entiende mi afirmación? ¿Reconoce su impotencia y su imposibilidad de experimentar el fluir de los contenidos propios del Presente a causa de la evocación voluntaria o involuntaria de los contenidos de su memoria?

E: *Sí, lo reconozco. ¡Simplemente no puedo hacer algo por evitarlo!*

S: Usted es la muestra típica de cómo puede el Presente desconocerse, ocultado por el propio caos de la mente. Su mente está ocupada continuamente en todo tipo de evocaciones incontroladas. Permanece en tal desorden que le es más fácil advertir la apreciación del pasado que la presencia natural del Presente. Aparte de evocar contenidos, ¿nota cualquier otra condición que limite el fluir espontáneo de los sucesos que fluyen en el Presente?

E: *No. Aparte de los recuerdos no reconozco ninguna otra condición que impida a los contenidos que se suceden hacer parte continua del Presente.*

S: ¿Qué observa ahora?

E: *A usted y al ambiente cercano que le rodea.*

S: Describa el ambiente cercano que me rodea.

E: *Suelo de madera, techos altos, ventanas amplias y cortinas blancas...*

S: Escoja cualquier elemento que haya definido y especifíquelo.

E: *Definiré el suelo: parece madera de pino, es de color claro, tiene muchos nudos y está colocada en pequeños rectángulos de variadas dimensiones.*

S: Siempre define un elemento usando otros. A una parte del ambiente intenta definirlo como suelo hecho de madera. A su vez, la madera la asocia con el pino. Si le pidiera definir a qué se refiere con madera de pino, usaría nuevos vocablos que a su vez se definirían con otros nuevos; así hasta conformar un círculo vicioso. ¿Sabe qué es común a todos los vocablos con los que intenta definir aquello que percibe y que interpreta con su mente?

E: *¡Que existen!*

S: Eso se sobreentiende. Asumimos de hecho que usted, el ambiente y yo existimos y podemos ser

conocidos. Aparte de las apreciaciones mencionadas, ¿qué otras son comunes a todo lo dicho?

E: No lo sé.

S: Lo común a cualquier *Objeto* conocido es "nombre" y "forma". Basta que usted interprete mentalmente y defina cualquier *Objeto* que resida en el Presente para que le sea asignado "nombre" y "forma". Interpretar los contenidos existentes en el Presente definiéndolos mentalmente mediante conceptos ya aprendidos -como madera, nudos, pino, etcétera- crea de inmediato una franja o región delimitada de realidad que, aunque forma parte del Presente indiferenciado, se advierte diferenciada.

La memoria no solamente fija información; además, provee la posibilidad de evocarla. Esta doble faceta de la memoria disecciona el Presente y convierte el *acontecimiento que se está sucediendo* en *acontecimiento sucedido*. Aparte de "nombre" y "forma", ¿reconoce algún otro hecho que sea universal a la percepción del ambiente que le rodea?

E: No, no encuentro otro acto generalizado común a todo acontecimiento.

S: ¿Usted me observa?

E: Por supuesto.

S: ¿Quién me observa?

E: Yo, yo lo observo.

S: ¿A quién observa?

E: A usted.

S: ¿Quién define cada uno de los conceptos del ambiente que me rodea?

E: Yo. ¡Ah, entiendo! A toda percepción le es común no solamente "nombre" y "forma", sino también el Sujeto que conoce y el Objeto conocido. La apreciación dual de Sujeto y Objeto es

común a toda definición mental, a todo juicio que se realice de cualquier entidad del universo que nos rodea.

S: Efectivamente; pero el *Sujeto*, como tal, no es un ente aislado. El *Sujeto* es la sensación de apropiación de todos los contenidos mentales.

E: *No entendí la afirmación respecto al Sujeto como sentido de apropiación de los contenidos mentales. ¿De cuáles contenidos mentales?*

S: De los contenidos que conforman la memoria. El ego es la sensación de localización y apropiación de los contenidos residentes en la memoria. No existe un *Sujeto* independiente de cualquier contenido; por ejemplo: tristeza, alegría, deseo, inquietud, etcétera. El Presente se fracciona mediante "nombre" y "forma", o mediante *Sujeto* y *Objeto*. El fraccionamiento "Causal" del Presente produce la franja Pasado-Futuro.

La diferenciación de *Objeto* y *Sujeto* crea la sensación psicológica de separatividad, de distancia, de espacio. Por ello la sensación espacial es común a todos los entes que interpretan mentalmente el mundo tal y como usted lo hace.

¿Reconoce otro factor que induzca diferenciación a su Presente?

E: *Según el orden de ideas previo, creo que el Futuro, entendido como el "provecho" que dimana de la acción que está sucediéndose, crea un nuevo factor de limitancia entre la realidad No-dual y la apreciación dual.*

S: Así como el fuego induce, al mismo tiempo y por su propia naturaleza, calor y brillo, así también, por causalidad respecto al pasado, emerge el futuro. El *Sujeto*, al experimentar el mundo, induce sensación de "provecho" por la acción que ejecuta; así entonces, el "fruto por la acción" proyecta el aún

inexistente futuro. Este futuro, que goza de poseer naturaleza virtual, algún día se convertirá en *acontecimiento que se está sucediendo*, para ser nuevamente experimentado con "nombre" y "forma". Ello, sumado a la diferenciación "Espacial" proveniente del distanciamiento entre *Sujeto* y *Objeto*, hacen de la experiencia de la vida un ciclo sin fin, un círculo vicioso que origina la reiterada condición de nacimiento y muerte de los seres sometidos al Karma¹⁹.

E: Pero, ¿cómo se rompe la cadena de causa y efecto kármico? ¿Qué sentido tiene la vida cuando ella misma se convierte en el obstáculo a la propia libertad?

S: ¿Quién está encadenado?

E: Yo.

S: Percíbase sin conceptualización alguna de "nombre" y "forma", sin sensación de ser ni *Sujeto* ni *Objeto* encadenado, y notará cómo su "yo" es tan inexistente y falto de sentido de realidad como la misma pregunta que formula. Reconózcase como experimentador del Presente, permanezca allí sin esfuerzo egoico y concluirá que el "yo" posee idéntica realidad a la del hijo de una mujer estéril. Usted cree que su "yo" existe, pues supone que un día no lo hará y el terror a dejar de "ser algo" lo proyecta hacia la equivocada apreciación de que usted necesitará existir en un futuro próximo.

19 El ciclo ininterrumpido de nacimiento y muerte a causa del acontecer kármico se denomina *Samsara*.

Capítulo 2



Los estados de conciencia asociados al presente

CONSIDERACIONES PREVIAS

De los acontecimientos que sucedieron, *suceden* y se sucederán, el *Vedanta* estudia con prioridad los asociados al Presente, es decir, los *acontecimientos que se suceden*.

Existen tres estados de conciencia asociados al Presente que acontece: Observación, Concentración y Meditación. Estos tres estados de conciencia se diferencian gracias a la actividad de los cuatro limitantes residentes en la mente. A continuación se estudiarán los estados de conciencia asociados al Presente, y en el siguiente capítulo serán estudiados los cuatro limitantes de la mente.

LA NATURALEZA DE LA CONCIENCIA

El estudio de la Conciencia reviste fundamental importancia en el *Vedanta*, a tal punto que se define al Absoluto No-dual²⁰ como *Pragnamanbrahman*²¹. El sistema *Vedanta* se

²⁰ El término sánscrito que define a la Realidad Única con el atributo de ser un ente Absoluto y No-dual se denomina *Brahman*.

²¹ Una de las cuatro *Mahavakyas* o grandes sentencias: *Brahman* es Conocimiento, es Conciencia.

atreve a definir la Conciencia desde una perspectiva nunca antes estudiada por Occidente.

Para el *Vedanta*, la Conciencia, en su modalidad No-dual, posee implícitas dos condiciones fundamentales: ilumina el acto del Saber y, simultáneamente, atestigua al conocedor mientras éste sabe. La Conciencia se define, entonces, como el acto de Saber y Saber que se Sabe²².

Desde la perspectiva del *Vedanta* la Conciencia posee una naturaleza No-dual, mientras que Occidente identifica la Conciencia como una función personal manifiesta en el brillo intelectual de la actividad mental.

Mientras el *Vedanta* asocia la génesis de la Conciencia con la realidad No-dual, Occidente la asocia a una expresión en la esfera mental, individual, encajonándola como receptora del Saber o del reconocimiento de un "yo", el cual puede ser experimentado por introspección²³.

Para el *Vedanta* la mente no es la fuente de cognición, ni tampoco la validez de la cognición depende de su verificación científica. La mente opera de la misma forma en que lo hacen los sentidos físicos. La mente junto con los sentidos son instrumentos de cognición, mas no son quienes alumbran el acto del Saber ni el de Saberse.

El conocer no es un atributo influido por el potencial carácter inconsciente de la conciencia; la validación del saber, por coincidencia de un grupo o colectivo de individuos, tampoco resuelve el misterio de cómo se produce el acto cognitivo.

22 La Conciencia No-dual se caracteriza por que el acto cognitivo de Saber - como Evidenciación -, y el Saber que se sabe - como Autoevidencia -. En la cognición No-dual los factores de Evidencia y Autoevidencia son simultáneos, totales e indiferenciados.

23 La conciencia individual se caracteriza porque el acto cognitivo de Saber y Saber que se sabe son secuenciales y diferenciados; es decir, Evidencia y Autoevidencia, aunque son simultáneas, no son totales, pues a medida que se gana en Autoevidencia se pierde capacidad de Evidenciación, y viceversa.

Los sistemas que interpretan el saber individual no se resienten ante el hecho de certificar que el universo exha-la existencia. Todo existe, desde los minúsculos granos de arena a los inmensos soles y estrellas. Existe el aire, el espacio. El acto de Ser como sinónimo al hecho de existir, nunca se pone en tela de juicio. Es más: se asimila el existir a planos diversos, donde se subdivide en categorías el universo: físico, energético, mental, etcétera.

Mientras se asevera que todas las cosas existen, se asume lo conocido dependiendo de la relación de igualdad matemática "mente=conciencia", de un abstracto "inconsciente", de un ámbito "colectivo" o de la "verificación" científica de la cognición.

Para el *Vedanta*, el acto de Existir es idéntico al hecho de Saber. Ser (como sinónimo de existir) y Saber (como sinónimo de Conciencia) son idénticos. De la misma forma que el acto de existir fluye por doquier, como el espacio, así la Conciencia²⁴, como acto de Saber, fluye sin límite alguno.

Debido a la innegable actividad de la mente y a su imposibilidad de permanecer en el Presente, existen cinco modalidades en que ella, la mente, puede aparentemente delimitar el ilimitado campo de la Conciencia No-dual.

Saber implica atestiguar la existencia de "algo". Cuando se afirma "conozco", simplemente se comprueba mentalmente la existencia de un contenido al cual se asimila naturaleza de realidad. Para comprobar la validez de lo conocido se esgrimen una serie de reglas o cánones necesarios de verificación. Sin el claro concurso de estas reglas el conocimiento no es válido y pasa al rango de imaginación o fantasía.

24 Denotaremos en el texto Conciencia (iniciando con mayúscula), por asociación al concepto No-dualidad; y conciencia (iniciando con minúscula), por asociación a la idea de individualidad.

Los innumerables contenidos que pueden ser potencialmente conocidos en el mundo interior o exterior²⁵, pueden interpretarse cognitivamente a la luz de cánones definidos. Sin embargo, las reglas gracias a las cuales puede comprobarse la validez de lo conocido varían dependiendo de la modalidad del estado de conciencia que se encuentre activo. Dependiendo de las reglas a través de las cuales se validan los contenidos existentes en uno de los cinco posibles estados de conciencia, la realidad de lo conocido llega a ser válida; pero la interpretación correcta de un evento puede no cobrar los mismos visos de realidad en los otros restantes cuatro estados de conciencia.

Así, entonces, se conforman mundos con diferentes interpretaciones de realidad de los contenidos allí experimentados respecto a los restantes cuatro estados de conciencia. Las conclusiones de los contenidos experimentados, respecto a los mismos eventos en otro estado de conciencia, pueden ser completamente divergentes, pero a la vez cada uno en su propio estado puede ser completamente válido. Cada uno de los cinco estados de conciencia y todo lo que en ella fluye son totalmente reales. Los cinco estados posibles de conocimiento que poseen reglas independientes de cognición son: Sueño, Pensamiento, Observación, Concentración y Meditación.

Note por ejemplo como, mientras duermes, la apreciación moral puede ser completamente antagónica a la que mantiene en vigilia. De igual manera, la atracción gravitatoria que opera en los cuerpos con masa puede en sueños ser voluntariamente obviada, creando una realidad vivaz imposible de realizar en el estado de vigilia.

El espacio total ocupado por una casa posee varios ambientes diferentes los unos de los otros: cocina, sala,

²⁵ "Interior" o "exterior", respecto a la frontera impuesta por los cinco órganos de los sentidos.

comedor, habitaciones de descanso, patio, etcétera. Metafóricamente hablando, el espacio total de la casa se asimila a la Conciencia No-dual, y cada uno de los espacios limitados por las paredes corresponde a estados de conciencia diferenciados. Tanto el *espacio* total como el *espacio* de cada una de las habitaciones son en esencia, similares. Así, la Conciencia No-dual es idéntica a la conciencia individual que alienta cada uno de los cinco estados de conciencia. A su vez, los contenidos que conforman cada zona de la casa son diferentes: los baños poseen puntos de agua y luz; las habitaciones de descanso poseen camas, lámparas, ventanas; en la cocina una mesa grande, horno, estufa, etcétera. En cada uno de los cinco estados de conciencia es posible diferenciar múltiples realidades que a la luz de otros estados conciencia son imposibles de conocer o son vistos simplemente como irreales o inexistentes.

Ni aun el *Sujeto*²⁶ que conoce en cada uno de los cinco estados de conciencia es el mismo. Cada *Sujeto* reconoce como válida la particular forma de realidad que su capacidad interpretativa mental ofrece, según los cánones establecidos en su peculiar forma de cognición. De tal manera, el *Sujeto* que conoce en Sueños no es el mismo, ni actúa bajo un comportamiento idéntico, al del estado de Pensamiento u Observación que ocurre en la vigilia.

El Presente posee una naturaleza similar a la de la Conciencia: es No-dual. El Presente reviste una condición idéntica a la de la Conciencia gracias a que el Presente es en sí mismo Conciencia y la Conciencia en sí misma es Presente.

Cuando un *Sujeto* percibe continuamente y sin causalidad²⁷ los diferentes acontecimientos que conforman la

26 El *Sujeto* del estado Onírico es evidentemente diferente al que Piensa, Observa, se Concentra o Medita, pues interpreta, tal como los demás lo hacen, los contenidos de sus respectivos estados de conciencia de una forma peculiar.

27 El *Sujeto* conoce contenidos que no generan causalidad, es decir, no se relacionan *kármicamente* entre ellos para crear potencialidad temporal de Futuro.

temporalidad denominada pasado²⁸, entonces el *Sujeto* se advierte en el estado de conciencia denominado Sueño.

Cuando un *Sujeto* percibe continuamente y con causalidad²⁹ los diferentes acontecimientos Particulares o Totales que conforman el pasado, entonces se advierte que el *Sujeto* es parte del estado de conciencia denominado: Pensamiento.

Cuando un *Sujeto* percibe momentáneamente los diferentes acontecimientos que fluyen en el Presente, entonces el *Sujeto* del estado reconoce la experiencia como una realidad asociada al estado de Observación.

Cuando el *acontecer que se sucede* en el Presente es percibido por la Conciencia misma, que la advierte como contenido No-dual en Forma excluyente³⁰, el estado de conciencia asociado a esta experiencia se denomina Concentración.

Y finalmente, cuando de manera continua y sin esfuerzo alguno de permanecer en el Presente, se perciben todos los contenidos *que se suceden* como idénticos, mientras la Conciencia los advierte en forma No-dual incluyente³¹, la Conciencia advierte la realidad del estado denominado Meditación. Es ahora cuando Conciencia, Seidad y Presente se convierten en una única e idéntica realidad.

En el ejemplo anterior, las paredes crean un espacio de diferenciación en forma de cocina, habitación, etcétera. Basta retirar el limitante, metafóricamente la pared, es decir, el acto interpretativo mental, y ambos espacios se reconocen que han sido, son y serán siempre idénticos.

La Conciencia, dependiendo de su asociación con la caracterización del limitante mental, puede iluminar el

28 La naturaleza de los limitantes se estudiará en el capítulo siguiente.

29 Esto es, el *Sujeto* conoce contenidos que generan causalidad, es decir, se relacionan *kármicamente* entre ellos.

30 Los contenidos No-duales excluyentes se estudiarán en la Segunda Parte, Capítulo 4, página 129.

31 Los contenidos No-duales incluyentes se estudiarán en la Segunda Parte, Capítulo 4, página 175.

proceso cognitivo de un *Sujeto*, de un estado de conciencia o aparecer como realmente es: Conciencia No-dual.

Se estudiarán únicamente tres de los cinco estados: Observación, Concentración y Meditación. Todos ellos tienen en común, como contenidos que los conforman, *acontecimientos que se están sucediendo* en el Presente. En la segunda parte del libro se estudiará la descripción práctica de la Meditación, y se profundizará sobre la naturaleza del estado de Sueño y Pensamiento.

Capítulo 3



La naturaleza de los cuatro limitantes

LA NATURALEZA DE LOS LIMITANTES

No se advierte mentalmente la No-dualidad debido a que la mente, en sí misma, es un limitante. Cuando una gota de agua cae desde las alturas a un río, se captura la imagen de un objeto relativamente esférico con un tamaño insignificante. Es claro diferenciar a la gota, en su rauda caída, del espacio que la rodea. Igualmente se diferencia la gota respecto del inmenso río que corre más abajo. Sin embargo, y gracias a la gravedad que actúa sobre todos los cuerpos, ambos, río y gota, se funden en uno solo. Se reconoce entonces que la gota se ha hecho una con el río y el río uno con la gota. Nuestro río es excepcional, su cauce no posee contornos extraños y en ninguna parte se advierte obstáculo alguno al paso del agua. El flujo de agua del arquetípico río es completamente laminar y por lo tanto es imposible notar movimiento alguno en su superficie. Parece un inmenso cristal traslucido y sin movimiento.

Es posible advertir y diferenciar el río de las playas que se hacen a su paso. Se observa con claridad que el río

posee un cauce; más allá todo es arena. El límite del río es la playa; el límite de la playa es el río. Ahora pasa algo extraordinario: aparece la mar. Mientras el día es tranquilo y no sopla el viento, todo el caudal, convertido en un inmenso cristal que permanece en quietud, desemboca en la mar. El río se ha hecho uno con la mar, la mar se ha hecho una con el río.

¿Dónde está la gota? ¿Dónde está el río? ¡Ninguno de ellos existe ahora! Son mar y nada más que mar. Basta retirar el limitante de forma esférica, y adoptar el fluir laminar con que se desplaza el agua respecto a la playa, para que la gota sea parte indiferenciada del río. Basta retirar el flujo laminar del río, y adoptar el distante horizonte como límite, para convertir el río en mar. De igual manera, basta retirar los cuatro limitantes que circunscriben la experiencia mental del ser humano para que éste reconozca su ilimitada esencia No-dual.

A continuación se procederá a explicar cada uno de los cuatro entes que aparentemente³² limitan la "indiferenciada" naturaleza No-dual.

EL LIMITANTE ESPACIAL

Los *Objetos* que conforman el universo se pueden diferenciar los unos de los otros gracias a la distancia que entre ellos opera. Se presupone como axioma que todo *Objeto* ocupa un lugar en el espacio y que el mismo espacio no puede ser compartido simultáneamente por ningún otro *Objeto*.

En el plano físico es posible denotar de forma práctica el límite espacial relacionándolo con la distancia, con la medida. A su vez, en el nivel psíquico, el límite espacial puede ser interpretado por la conformación de los entes: *Sujeto*

32 Aparentemente, tal como una esfera de agua delimita el espacio que la rodea respecto al espacio interno de la gota. De la misma manera, la mente induce sentido de yoidad, delimitando el indiferenciado Presente y ofreciendo una estructura dual de cognición.

y *Objeto*. Al conocimiento se lo define como la capacidad del *Sujeto* de aprehender un *Objeto*. ¿Por qué es necesario el conocimiento? Debido a la presunción de diferenciación que existe entre ambos. *Objeto* y *Sujeto* se encuentran en los extremos, el poder de conocimiento actúa entre ellos como puente. Según sea la manera de relacionar *Sujeto* y *Objeto*, ya sea "con" o "sin" distancia, se favorece la apreciación de contenidos Particulares o Totales.

A continuación se profundizará sobre la expresión primaria de diferenciación espacial: *Sujeto* y *Objeto*. Posteriormente analizaremos las tres posibles formas de relación espacial existente entre cualquier *Objeto* y cualquier *Sujeto*: Particular, Total y No-dual.

EL SUJETO Y EL OBJETO

La más primaria diferenciación cognitiva que se puede realizar del universo que se observa es particionarlo en forma de *Sujeto* y *Objetos*. La unión del *Sujeto*, como potencial ente de percepción, y del *Objeto* como potencial contenido a ser percibido, constituye las dos primarias formas del espectro cognitivo.

El *Sujeto* tiene la capacidad de diferenciarse de cualquier otro *Sujeto*, y relaciona, de acuerdo a sus propios procesos internos, las representaciones externas u *Objetos*. El *Sujeto* es la expresión mínima cognoscitiva³³. El *Sujeto* es activo y se evidencia a sí mismo por introspección.

La Conciencia es la actividad gracias a la cual el *Sujeto* se evidencia cognitivamente a sí mismo y evidencia simultáneamente los *Objetos*, es decir, el acto de Saber y Saber que se Sabe.

33 No es posible aprehender contenido mental más pequeño que la fracción ideal denominada "yo" o "yoidad".

Desde la perspectiva psicológica, el *Sujeto* se representa como una conformación egoica, como un ente que tiene la capacidad de reconocimiento consciente de sí mismo en forma de "yo" o "yoidad".

El *Sujeto* puede identificarse como ente material, como ente energético y como ente mental o, en su defecto, como ente espiritual. Según sea el plano de identificación del *Sujeto* en cualquiera de los cuatro planos (físico, energético, mental o espiritual), advierte como partes a los demás entes de ese plano, gracias a que los reconoce como *Objetos* diferentes a él, relacionados por la distancia.

Particularizar implica notar distancia cognitiva entre *Sujeto* y *Objeto*, es decir, advertir, por ejemplo, distancia entre un árbol y quien lo observa, sean esos contenidos físicos o mentales.

A su vez, si el *Sujeto* no interpreta mentalmente distancia respecto a los *Objetos* que conoce y, por consiguiente, el puente de distancia entre *Objeto* y *Sujeto* desaparece, emerge entonces la condición de percepción Total. La modalidad de percepción Total ocurre cuando, por ejemplo, alguien se siente alegre y unifica sin distanciamiento la yoidad con la alegría.

El *Sujeto* tiene la capacidad de conocer cualquier otro ente externo a él en forma distanciada, es decir Particularizando la cognición o, en su defecto, puede fusionarse con un contenido interno o externo y convertir la cognición en una Totalidad cuya característica esencial es no advertir distancia entre *Objeto* y *Sujeto*.

Reconocerse como *Sujeto* es el acto cognitivo más simple y el que requiere menor esfuerzo psíquico. Intentar definir qué modalidad de *Sujeto* somos sí requiere de esfuerzo psíquico; mas el acto mismo de ser y saber que somos un yo, un *Sujeto*, no advierte confusión ni esfuerzo excesivo.

El hecho de percibirse siendo y sabiendo que se es "yo", es algo tan rotundamente simple que no se advierte posibilidad que exista algo previo a ello, pues de ser así, la aparente unidad psíquica quedaría a la deriva y dependiente de aquello previo.

He aquí el gran dilema del conocimiento del *Sujeto* y del Ser: nos reconocemos siempre como suma o adición de características. Presumimos que "somos" la integración de variadas cualidades primarias y fundamentales, como género, ciudadanía, profesión, intereses, anhelos, etcétera; pero ¿existe un *Sujeto* que no requiera experimentarse como "parte de algo" y esté desvestido de todo calificativo mental?

La actividad propia e innata del *Sujeto* es el dinamismo del existir y para ello requiere experimentar todo un conglomerado de entes externos a él. Todos los entes externos, cualesquiera que sean, sin importar su modalidad de naturaleza, son definidos como *Objetos*.

El *Sujeto*, inmerso en su espontánea capacidad de ser y conocer, dotada gracias a su asociación con la conciencia, interactúa y se identifica con todo tipo de *Objetos* para crear la multiplicidad de vida.

Los *Objetos* pueden poseer una naturaleza material o ideal. El *Sujeto* se interpreta como ente material o ideal, pero antes de formalizarse o idealizarse ya existe previamente su naturaleza consciente. Reconocerse o interpretarse como la suma de entes ideales o materiales provee una modalidad de conocimiento, pero no es el conocimiento de Sí mismo. El conocimiento de Sí mismo se advierte exclusivamente cuando la valoración del *Sujeto* se realiza antes de cualquier suma o catalogación ideal o material, en un plano que denominaremos Conciencia No-dual³⁴.

Ser *Sujeto* es permanecer como uno ante los múltiples *Objetos* existentes. Los *Objetos* son miles y variados, de

34 En sánscrito: *Kutasta Chaitania*.

innumerables características y categorías; el *Sujeto* es uno, pues permanece aparentemente estable ante la multiplicidad de *Objetos* que le rodean³⁵.

El Sujeto se asocia a los Objetos con o sin distancia, creando una modalidad alternante Particular o Total, respectivamente.

DIÁLOGO 3

El sujeto y el objeto

Sesha: Todos los aquí reunidos tenemos conciencia individual de existir y, a la vez, de reconocer el entorno en el que nos desenvolvemos. Se intentará aclarar los conceptos de *Sujeto* y *Objeto*, los cuales nos servirán posteriormente para otorgar sentido a otras ideas aún más complejas. (*Dirigiéndose nuevamente a un estudiante.*) ¿Cuál es su nombre?

Estudiante: Luis.

S: ¿Desde cuándo, desde qué edad recuerda llamarse así?

E: No lo sé, no había pensado en ello, pero ahora que usted pregunta, diría que desde muy niño, alrededor de los cinco o seis años.

S: ¿Y antes de esa edad?

E: La asociación respecto al nombre con el que me identifico tiene que ver con mi capacidad de recuerdo. Al no tener memoria previa no encuentro relación con el nombre que desde siempre asignaron mis padres.

S: Cuando intenta indagar el inicio de su nombre advierte múltiples recuerdos, y cada uno de los fragmentos evocados es completamente diferente al siguiente.

En todos y cada uno de los fragmentos hay siempre algo en común: usted, un *Sujeto* sin calificativo alguno y sin caracterización alguna, asociado a

35 Ser *Sujeto* es lograr permanecer como uno ante los múltiples contenidos internos (memoria) y externos (el mundo).

cientos de potenciales *Objetos* con los cuales se identifica. De todas las experiencias que recordó en los inicios de su infancia, ninguno de ellos es conocido bajo la simpleza de ser tan solo un *Sujeto*, no. En cambio, sí le es dado verse como: Luis, niño, alegre, en el campo, con la familia, etcétera.

El *Sujeto* existe única y exclusivamente gracias a la diferenciación que él mismo produce al reconocerse como estable, existente y conocedor de su entorno y de los *Objetos* que lo constituyen. Si usted se advierte siendo un ente, un *Sujeto*, necesariamente se define solo y gracias al universo circundante, interno o externo, de *Objetos*. Por lo tanto, *Objetos* y *Sujeto* son necesariamente coexistentes; uno sin el otro no puede existir.

Usted se advierte como Luis gracias a que asocia su memoria con la representación sonora que todos los demás entes externos producen al pronunciar las letras de su nombre. El refuerzo constante que día a día escucha del vocablo Luis acaba por habituarlo a identificarse con su nombre. Existe como *Sujeto* gracias a los infinitos *Objetos* de los cuales ninguno es usted, pero que lo califican y lo cuantifican.

Experimentarse *Sujeto* permite aseverar que, por ejemplo, está frente a mí, que dialogamos, que estoy de pie mientras usted permanece sentado. La unidad cognitiva primaria y estable que se sabe existiendo, conociendo y relacionándose constantemente con todos los *Objetos* externos, se denomina *Sujeto*.

Usted es *Sujeto* de todos los *Objetos* que reconoce y, además, puede ser *Sujeto* de conocimiento de sí mismo, mas, ¿quién es usted ante la ausencia de *Objetos* internos o externos a conocer?

E: Entiendo que siempre soy algo, alguien, que está en un lugar, que tiene necesidades. Ahora ni nunca me sitúo sin dejar de sentirme siendo algo, si es a lo que usted se refiere.

S: Exactamente. ¿Podría usted seguir siendo *Sujeto* mientras no exista *Objeto* alguno, "dentro" o "fuera" de usted mismo?

E: No lo sé. Por lo que enseña creo que es posible, pero no tengo experiencia de esa opción. Sin embargo, creo que el acto mismo del conocimiento implica, de por sí, la dualidad Objeto-Sujeto.

S: Por ahora, en esta parte de la charla, no profundizaremos sobre la parte final de su respuesta, pero sí, sí es posible existir sin referencia alguna, interna ni externa, de *Objetos*. Estos son los terrenos de otros estados interiores que analizaremos más adelante y que tienen que ver con el concepto de la No-dualidad.

Ahora indagaremos sobre otra característica del *Sujeto*: ¿Cuál es el ente externo a usted más estable de todos los que potencialmente puede percibir en este momento?

E: El más estable... el que menos cambia... ¡la montaña que se observa por la ventana atrás de usted!

S: Y dentro de unas horas, ¿qué pasará con ella, con sus formas y su colorido cuando llegue la noche?

E: Ella seguirá ahí.

S: ¿Y usted podrá apreciarla tal como ahora?

E: No, pero allí seguirá.

S: Estoy de acuerdo con usted en que la montaña seguirá allí, aunque la oscuridad de la noche no permita verla. Pero si algún compañero suyo que no conoce este sitio llegara en la noche, sin las condiciones de luminosidad actuales, ¿podría atestiguar su afirmación de manera similar?

E: Evidentemente no.

S: Entienda, no le he preguntado a la montaña qué es más estable, se lo he preguntado a usted. Presupone que las montañas son perennes por asociación a la historia que de ellas usted reconoce, pero si aconteciera un cataclismo ahora mismo, ella simplemente no perduraría. ¿Qué, en cambio, sí permanecería aún después del cataclismo?

E: *¡Ah, entiendo! Mi capacidad de ser yo mismo ante cualquier evento externo es más estable que la misma montaña.*

S: Efectivamente, su apreciación aparentemente continua de ser *Sujeto* es siempre más permanente que cualquier otra circunstancia externa. Indagando ahora respecto a cualquier otro contenido interno, ¿cuál es más estable?

E: *No sé... ser yo...*

S: ¿Simplemente ser "yo"? ¿A qué se refiere con "simplemente ser yo"?

E: *Pues... yo, ¡existir como un yo... como un Sujeto!*

S: Su apreciación de "ser yo" es tan solo un concepto, el concepto "yo". ¿Qué o quién hay atrás del lazarillo conceptual del "yo"?

E: *No lo sé, no lo sé... tal vez hay vacío, silencio, eternidad...*

S: El primer vestigio de cognición mental asociado a la conciencia humana se denomina: "yo", el acto individual que emerge simultáneamente al conocerse como *Sujeto*. Mientras permanece es absolutamente estable y tiene la capacidad de identificarse con cualquier modalidad de conceptualización interna o externa de *Objetos*. El universo de contenidos internos y externos muda, cambia momento tras momento. Sentirse *Sujeto* estable de dicho cambio rasga el universo, dividiéndolo en usted y el resto de lo que no es usted. ¿Le es claro?

E: *Sí, me es claro.*

S: De todos los Luises que conforman su memoria, ¿cuál es el que más recuerda, el que más le gusta?

E: *¿De todos los Luises...? No entiendo*

S: En sus recuerdos hay un Luis niño jugueteando por las calles de algún barrio, haciendo travesuras en compañía de otros amigos. También hay un Luis sentado en algún pupitre de la secundaria, recibiendo clases de un profesor al que adoraba. Posiblemente hay un Luis muy diferente en su manera de pensar, sentir y ver el mundo, que corteja alguna chica por quien en la noche no puede dormir. Así como estos tres, hay un Luis que muda en su particular forma de ser cada tanto. ¿Cuál de todos ellos es el más grato a su recuerdo?

E: *Lógicamente el que corteja a la chica (risas).*

S: Y de ese Luis, ¿qué queda de él? ¿Qué perdura de lo que sentía hacia aquella chica por la que hubo simpatía? ¿Acaso aquel Luis es el mismo de ahora?

E: *No, no es el mismo.*

S: ¿Pero acaso no era usted el mismo?

E: *¡Sí, era yo! Sigo siendo yo.*

S: ¿Y qué perdura idéntico de aquella época hasta ahora?

E: *Perdura el acto del "yo", mi identidad. Sé que no soy el mismo, al igual que no lo es ninguno de los que aquí nos acompañan; todos hemos cambiado más o menos en el transcurso de la vida. Aunque somos los mismos, no lo somos.*

S: Intente entonces percibir su "yo" sin atributos, y note si él perdura.

E: *Y, ¿cómo verme sin atributos? Para situarme, debe haber por lo menos un sentido de localización asociado a un Objeto interno o externo.*

S: Estoy de acuerdo con usted, pero, como notará, cualquier atributo es inestable, tal como la montaña del ejemplo o sus propios recuerdos. Intente observarse

sin atributos, sin calificativos. ¿Qué experimenta si intenta hacerlo?

E: No sé, es extraña la sensación. Hay algo insondable en ello...

S: Usted, al igual que la mayoría de las personas, presupone la existencia de un "yo" dotado del atributo de la conciencia, razón suficiente para distinguirlo como permanente. Nada más falso que ello. El *Sujeto* existe exclusivamente en contraposición a un *Objeto* cualquiera, ya sea de naturaleza interna o externa. Confunde la Conciencia con los contenidos que Ella ilumina. El sentido personal del "yo" no es más que la apreciación de pertenencia de los contenidos mentales, y se diferencia de los demás en ser previo a cualquier otro contenido existente en la mente.

Su "yo" tiene idéntica realidad a cualquiera de los variados "yoes" existentes en cualquiera de sus sueños. Cuando el *Sujeto* se sitúa en la temporalidad del Presente, más allá de la conceptualización de cualquier *Objeto* que *está sucediéndose*, mora en forma de Conciencia No-dual, es decir, como entidad existente sin asociación alguna de "nombre" ni de "forma". Esa es la Real e Inmutable naturaleza del ser humano. El límite primario que condena su existencia a los miserables lazos del dolor se denomina egoísmo o sentido de ser *Sujeto*.

El ser humano intenta, a través de todas las fases de su vida, reconocerse a sí mismo. A lo largo de la vida, y cuando es tan solo un niño, explora el mundo con inocencia. Mientras es pequeño, sin notar de sí mismo la identidad de ser *Sujeto* con la fuerza que sí lo hace el adulto, reacciona de manera espontánea ante el entorno. No es consciente de sus

necesidades primarias; tan solo come, duerme, se recrea, aprende, etcétera.

A medida que el niño se desarrolla con los años, experimenta conscientemente el gusto, el placer y el dolor que el mundo le ofrece. Entonces aprende a catalogar todo tipo de sensaciones y de *Objetos* que las producen. A cada una le otorga un "nombre" y le asigna una "forma". Fija la experiencia medianamente la memoria. Empieza a reaccionar de acuerdo a sus contenidos previos, asumiendo que el mundo es nuevo, sin notar que él mismo es tan solo una continua proyección modelada de su propia historia.

Existe afán para que el ser humano se socialice y aprenda rápidamente las herramientas necesarias para subsistir en el mundo; a ello le denominan educación. Se enseña al niño que debe fijar la información y aprovecharla para el futuro. Se intenta afirmar su sentido de pertenencia y predominancia induciéndole a operar mediante metas. La educación practicada de esta manera se parece a las flores que en los invernaderos se obtienen mediante productos químicos. La necesidad del lucro hace crecer plantas con flores de hermosos colores, pero en el camino han perdido el aroma. La tierra donde se sembraron acaba pútrida e inservible, y quienes cuidaron su crecimiento deben guardarse de no intoxicarse con aquello que riegan para "embellecerla".

De esta forma se afianza de manera errónea y a destiempo el sentido de predominancia egoico. No se da tiempo a la mente de los niños para desarrollar estratos que les permitan aprender a vivir de forma empírica el acto práctico del "estar aquí y ahora", de fluir en el Presente. La ausencia de espontaneidad se pierde en casas donde los padres no tienen

herramientas suficientes ni criterios para entender, y a su vez enseñar, la importancia y la validez de los *acontecimientos que se suceden* en el Presente. Los maestros, en los colegios, no poseen tiempo para enseñar a contemplar el mundo donde viven, pues adolecen del saber contemplar; el vértigo de la enseñanza requiere cumplir con un estricto orden académico.

¿Dónde está el antiguo *Sujeto* que experimentaba por "reacción espontánea" y, sin dilema de "fijar" su vivencia ideal o formal, logró reconocer uno, dos o más idiomas en algo más de un año? ¿Dónde está ese "pequeño" *Sujeto* que observaba cada cosa que le rodeaba como si fuera la primera vez que la veía, y su mundo interior se enriquecía con la simpleza, la inocencia y el juego? ¿En qué instante se perdió la capacidad de ver al mundo sin pasado y se restringió a la suma de incontables hechos históricos?

Al parecer, crecer y educar implica el afianzamiento de ser *Sujeto* hacia unas condiciones no muy claras.

PARTICULARIDAD Y TOTALIDAD

Sujeto y *Objeto* son los elementos primarios de la cognición y están interrelacionados gracias al poder de la Conciencia. En la práctica, el *Sujeto* está constituido por quien conoce; y el *Objeto*, por lo conocido. Sin embargo, según sean las condiciones entre *Sujeto* y *Objeto*, puede resultar una de dos opciones: que entre *Sujeto* y *Objeto* exista distanciamiento espacial o que entre ambos no lo haya.

Cuando se observa a lo lejos un contenido externo cualquiera, por ejemplo una montaña, es posible reconocer con claridad que se encuentra situada a la distancia. Podemos incluso medir el espacio que nos separa con algún

tipo de aproximación, ya sea en metros o en kilómetros. Se afirma entonces que la montaña es un *Objeto* externo al *Sujeto*, entre quienes media una franja de espacialidad.

También es posible observar la misma montaña y notar, ya sea por la novedad o por la intensidad de la percepción asociada al interés, que la distancia, se reduce por momentos impidiendo la aparición de dicha distancia originando la fusión de *Sujeto* como del *Objeto*. Un caso más claro puede ser el hecho de sentirse triste o alegre. En el mundo interior la tristeza y la alegría se reconocen como una unidad en la que hay momentánea fusión, sin distinción de espacialidad psíquica entre el *Sujeto* como yoidad y el *Objeto* en forma de tristeza o alegría.

Existe una percepción Particular cuando entre *Sujeto* y *Objeto* existe momentáneamente distanciamiento espacial. Se denomina percepción Total cuando *Sujeto* y *Objeto* se encuentran momentáneamente fusionados.

Normalmente, en los individuos es común la percepción Total asociada a los contenidos interiores y es Particular cuando se relaciona al mundo externo. Sin embargo, a la luz del *Vedanta*, la correcta cognición ha de ser justamente al revés de lo que normalmente opera en el ser humano, es decir, ha de ser Total en el mundo exterior y Particular en el interior. El *Sujeto* debería todo el tiempo conocer cualquier *Objeto* del mundo externo sin sensación de distanciamiento, y el mundo interno debería aprehenderse en todo momento con sensación de distanciamiento.

Sujeto y *Objeto* son la base del delimitante "Espacial", pero sus expresiones prácticas -Totalidad y Particularidad- son las que se advierten más fácilmente en el proceso de la cognición. Por esa razón se estudiarán a continuación en forma separada.

La percepción particular

Una percepción Particular es una región cualquiera de información, delimitada³⁶ en forma de Presente o Pasado, que puede ser observada con distancia por un *Sujeto*. Toda percepción Particular es relativa³⁷, cambiante y no puede permanecer por siempre con idénticas fronteras³⁸. A su vez, toda percepción Particular tiene partes; no existe un contenido distanciado con límites estables, firmes y definidos.

Toda apreciación Particular tiene infinitos elementos, y cualquier asociación entre ellos puede ser también conocida como una nueva Particularidad. Un ejemplo Particular cualquiera puede ser la percepción a la distancia de la playa. Una playa está conformada de infinitos elementos: arena, mar, bañistas, restaurantes, calles, vendedores, calor, etcétera. Son infinitas las partes de cada apreciación Particular. A su vez, la arena o la mar, reconocidas también como entes Particulares, es decir, percibidas a la distancia, conforman entes que pueden, si se mantiene la distancia respecto al perceptor, conformar nuevas Particularidades: las dunas, cada grano de silicio, una ola, las burbujas, etcétera.

Un contenido Particular cualquiera no solamente aparece por sustracción de partes sino también por adición. Por ejemplo, la parte denominada playa más la parte edificios puede conformar otra Particularidad denominada zona turística, siempre y cuando el *Sujeto* conozca con sentido de distanciamiento.

Ninguna percepción Particular es estable ni continua. Es decir, la cognición Particular, al ser una representación física y mental distanciada del *Sujeto* que conoce, no posee

36 Un *Objeto* cualquiera, interior o exterior, es una región delimitada de Presente o pasado. También lo es una parte de este *Objeto* o una parte de una parte.

37 Es relativa, pues los límites, las fronteras que la diferencian de cualquier otro contenido Particular, son cambiantes.

38 Una frontera delimita un *Objeto* de aquello que no es el *Objeto*.

Realidad por sí misma. Volviendo al ejemplo: la playa debe su génesis, entre otras causas, al movimiento de las placas tectónicas, y éstas a la presión del magma dentro de la tierra. No existe ninguna cognición Particular que permanezca siempre siendo la misma. Al estar su naturaleza circunscrita a tiempo y espacio, se reconoce que todos los contenidos Particulares son relativos. En el ejemplo, la misma playa cambiará necesariamente y, con los años o siglos, podrá ser parte de un frondoso valle o de un árido desierto. Un contenido conocido en forma Particular, cualquiera que se escoja, no existe por sí mismo ni podrá siempre permanecer siendo el mismo.

Todo borde, todo límite de cualquier contenido conocido en forma Particular posee incertidumbre. Se perciben los contenidos como un "algo" limitado y estable debido a que los instrumentos de cognición no poseen precisión absoluta. Siempre existe un rango de incertidumbre respecto al límite entre una apreciación Particular y otra. Entre contenidos Particulares existen umbrales, mas no realidades. ¡Son tan insignificantes los umbrales que bordean las cosas que asumimos están perfectamente delimitadas y, por lo tanto, diferenciadas!

Toda cognición Particular es percibida con distancia por un *Sujeto*. El *Sujeto* es capaz de conocer con distancia el *Objeto*. El *Sujeto* y todos los contenidos Particulares externos a él conforman la totalidad del universo.

El ritmo vertiginoso y cíclico con que el *Sujeto* reconoce en forma Particular el mundo que le rodea, hace que el universo se vea como la suma de innumerables entes. Cada uno se diferencia de otro mediante los atributos de "nombre" y "forma"³⁹. Así, se erigen regiones aparentemente diferenciadas del fluir homogéneo No-dual del Presente.

39 En el presente capítulo se estudiará que la apreciación dual nace a causa de la delimitación "Espacial" constituida por Totalidad y Particularidad, la delimitación de "Fronteras" constituida por la apreciación "dentro" y

Una percepción Particular goza, de manera intrínseca, de poder diferenciarse de cualquier otra. Entre todas conforman el abanico universal de la percepción. Una apreciación Particular es tal, gracias a que el *Sujeto* reconoce con distancia cualquier modalidad de *Objetos*.

El *Sujeto*, mientras permanece distanciado, define a cada instante el mundo que le rodea. Nunca descansa de interpretar bajo los atributos de "nombre" y "forma" los *Objetos* o circunstancias que encuentra en el día a día. Ello hace que el ser humano esté cansado de pensar. Piensa a toda hora y en todo momento. Cuando no define el Presente, entonces evoca acontecimientos previos lanzándose al pasado o, en su defecto, se proyecta a los inexistentes acontecimientos que algún día sucederán en un potencial futuro. El ser humano no solo sufre de hambre, también sufre de descontrol mental, pues su mente se precipita a cada instante en el abismo de los juicios, en su sed egoica, en la meta futura.

Intente dejar por un momento, por un solo instante, de percibir su entorno sin definirlo. Obsérvelo sin juzgarlo. Note como, a pesar de su interés por hacerlo, el caos prima: juicio tras juicio, pensamiento tras pensamiento, la mente se convierte en un remolino de arenas movedizas donde el *Sujeto* pierde su centro y acaba sumergido en el inexistente mundo del pasado o del futuro.

Observe momentáneamente la simpleza del entorno. Note que al percibirlo pasa de uno a otro *Objeto* que lo compone y construye. Así, el cuadro de su percepción se conforma por decenas, cientos o miles de limitados entes, todos distanciados de quien les conoce.

"fuera", la delimitación "Causal" originada por la relación Pasado-Futuro y la delimitación "Interpretativa" generada por la dualidad "nombre" y "forma". Genéricamente, a las cuatro delimitaciones se las denota como "nombre" y "forma".

¿Qué tienen todos ellos en común? Poseen asociados un "nombre" y una "forma", están inmersos en espacio y tiempo. Todos son cognoscibles, esto es, el *Sujeto* tiene consciencia de reconocer que son un contenido que fluye sosteniéndose en el Presente. Siempre que la mente reconoce mediante una percepción Particular existe distanciamiento entre *Sujeto* y *Objeto*. Pueden existir secuencialmente múltiples percepciones Particulares, pero cualquiera de ellas debe incluir como mínimo siempre un *Sujeto* y, por supuesto, la respectiva distancia respecto al *Objeto*.

Por lo tanto, el mundo cotidiano puede ser conocido, según las apreciaciones previas, como la suma de múltiples o infinitas cogniciones Particulares. Ellas se relacionan, se transforman y, en el mágico rol de la vida, crean innumerables paisajes del mundo físico, energético y mental.

Un contenido Particular puede ser diseccionado en cualquiera de sus múltiples componentes. ¿En qué difieren? Básicamente en "nombre" y "forma". Por ejemplo, un zapato puede diferenciarse en tantas partes como se desee: suela, cordones, puntera, etcétera. A su vez, la suela se compone de horma, cuero, lengüeta, etcétera. De cada uno de los elementos que componen otro es posible nuevamente encontrar partes. ¿Qué tienen en común todas ellas? Existen, son Cognoscibles y Relacionables, y además, poseen atributo de "nombre" y "forma".

En conclusión: ningún contenido Particular puede definirse por sí mismo. Toda percepción Particular es reconocida con distancia por un *Sujeto* y definida necesariamente mediante "nombre" y "forma". Esto permite definir otras características adicionales: los entes percibidos de forma Particular son inestables y discontinuos, es decir, las fronteras que acotan los contenidos que hacen parte de un campo cualquiera de cognición cambian inexorablemente.

DIÁLOGO 4*La percepción particular*

Sesha: (*Dirigiéndose nuevamente a un estudiante*) ¿Observe la ropa que llevo puesta? Defínala.

Estudiante: *Veo unas zapatillas deportivas oscuras, pantalones deportivos, al parecer de algodón color azul, y una chaqueta amplia, también de algodón, color rojo.*

S: Muy bien, ha definido tres entes asociados a mi vestimenta: zapatillas y pantalón deportivo, junto con una chaqueta de algodón, ¿es correcto?

E: *Sí, es correcto.*

S: ¿Dónde están los *Objetos* que acaba de mencionar?

E: *¡Están al frente mío, usted los lleva puestos!*

S: ¿Y qué hay entre usted y los *Objetos* que ha definido?

E: *Entre ambos, ellos y yo, ¡no hay nada!*

S: Es decir, entre ambos, usted y los *Objetos* definidos, hay un *no Objeto*.

E: ¿Un *no Objeto*?

S: Por supuesto. De no ser así, entre ambos, usted y yo, habría otro contenido al que podría definir con "nombre" y "forma".

E: *¡Pero está el espacio entre ambos!*

S: ¿Dónde está?

E: *¡Aquí, entre usted y yo!*

S: Yo no lo veo. ¿Qué forma o color ve usted que tenga?

E: *¡No, no tiene forma ni color!*

S: Entonces tal vez pueda decirme ¿a qué sabe o cómo se oye el espacio?

E: *¡No tiene sabor ni olor y tampoco textura!*

S: ¿Entonces es un *no Objeto*!

E: *¡Existe! ¡No lo puedo apresar con los sentidos pero mi mente sabe que existe!*

S: ¿Cómo sabe su mente que existe? ¿No podría ser otra patraña como la que sus sentidos producen?

E: *Porque está aquí, entre usted y yo. De no ser así, entre usted y yo no habría distancia.*

S: ¡Ah! Eso es. Usted nota distanciamiento, pues reconoce como distintos al que percibe y lo percibido; sin distancia eso no ocurriría. ¡Usted no reconoce el espacio; simplemente, cuando observa mi vestimenta, se reconoce intrínsecamente diferente de lo que conoce, e interpreta esa dualidad a través de un espacio no definible! Es decir, al espacio lo reconoce como un *no Objeto*. Se denomina percepción Particular cuando al conocer, no importa qué, observe el mundo con distanciamiento entre *Sujeto y Objeto*. En cambio, cuando conozca sin distancia, es decir, no aprese mentalmente espacialidad entre usted y un contenido cualquiera, entonces a esa manera específica de percibir se denomina Totalidad.

E: *Es cierto. Noto las zapatillas y los demás contenidos diferentes a mí. Al reconocerlos como diferentes a mí, sitúo mentalmente el concepto espacio y de esa manera doy consistencia a la percepción.*

S: Respecto a mi vestimenta, es claro que una percepción Particular se relaciona con las zapatillas, otra con el pantalón y una última con la chaqueta. En usted cada apreciación compone un mundo independiente; las tres conforman la percepción Particular denominada "vestimenta".

Reconozca que la percepción hecha, como *Sujeto* de cada *Objeto*, se sucede intermitentemente. Ninguno de los *Objetos* prima continuamente sobre los demás. Su mente discurre con distancia de uno a otro *Objeto* y, mientras hace eso, los define continuamente emitiendo juicios de "nombre" y "forma".

Usted, como *Sujeto*, es testigo que el universo posee infinitos atributos. Así como le he pedido que observara mi indumentaria, puede observar a la distancia cualquier otro *Objeto*.

E: Sí, me es claro.

S: Además, todos los contenidos Particulares incluidos en su campo de percepción fluyen en "el aquí y el ahora". Todos son parte del Presente que acontece. Son parte de los *acontecimientos que están sucediéndose*. No le he pedido que describa lo que imagina, sino que defina lo que espontáneamente aparece en su sentido visual.

E: Efectivamente, los tres Objetos definidos -zapatillas, pantalón y chaqueta- son parte del Presente que acontece.

S: Escoja una cualquiera de las apreciaciones Particulares anteriormente definidas.

E: La chaqueta roja de algodón.

S: Para usted, como *Sujeto*, la chaqueta es una cognición Particular gracias a que es un *Objeto* de límites definidos reconocidos con distancia. La chaqueta goza del atributo, junto con los demás *Objetos* existentes, de conformar su universo de percepción.

Defina los componentes de la chaqueta.

E: Es roja, tiene una cremallera hasta el pecho, manga larga, resorte en su parte inferior. Posee un logotipo de marca a la altura del corazón, y el color en general es uniforme.

S: La percepción Particular escogida está compuesta por variados contenidos. ¿Cuántas más podrían ser las partes que constituyen el ente escogido?

E: Podrían ser cientos, miles. Cada átomo que la constituye y cada parte de cada átomo. Serían prácticamente infinitas las partes que conforman cada parte de la chaqueta.

S: Si tomara la cremallera, el logotipo o el resorte, ¿cuántas más podrían ser las partes que constituyen la nueva percepción Particular?

E: ¡Igualmente serían miles o infinitas las nuevas partes!

S: ¿Cada una de esas nuevas partes podría reconocerse como un nuevo contenido Particular?

E: Sí, efectivamente.

S: Cada cognición Particular aparece con fronteras claramente definidas y, sin embargo, está compuesta por infinitas partes. A su vez, cada uno de los contenidos que aparecen emergen con fronteras claramente definidas por el *Sujeto*, y nuevamente cada una de ellas están compuestas por infinitas partes.

La chaqueta, como cognición Particular, está constituida por infinitas partes. Una de ellas, la cremallera, tiene a su vez innumerables partes y cualidades: es de plástico, corta, oscura, diente grueso, bien terminada, etcétera. La apreciación Particular "plástico" tiene a su vez infinitas partes. Así, cada vez nos adentramos más en mundos más pequeños.

¿Nota cómo cada parte de cada parte es cognoscible gracias a que el *Sujeto* la percibe con distancia y la delimita mediante "nombre" y "forma"?

E: Sí, me es claro.

S: ¿Y entre Particularidades, qué hay?

E: No le entiendo...

S: Hemos concluido que "nombre" y "forma" delimitan cada contenido de una apreciación Particular. ¿Qué hay entre contenidos?, es decir, ¿qué hay entre cada "nombre" y cada "forma"?

E: Otro "nombre" y otra "forma"...

S: ¿Entre dos contenidos de una apreciación Particular qué hay?

E: No lo sé.

S: Entienda: si cada cognición Particular fuera estable, debería haber algo real entre ellas. Pero debido a su inestabilidad o irrealidad, cada parte de una cognición Particular es una aproximación de "algo", pero en sí misma no es más que un concepto mental. Las cosas que se ven en el mundo son conceptos, mas no son realidades existentes por sí mismas.

E: Me perdí, no entiendo.

S: Todo ente constitutivo de una cognición Particular es tan solo un concepto. Toda apreciación Particular es una momentánea y aparente delimitación del ilimitado e infinito Presente. El *Sujeto*, al intentar definir los *Objetos que están sucediéndose*, crea su propia y personal sensación de diferenciación: "esto y aquello", "yo y el mundo". El universo perceptible e interpretable mentalmente es una apariencia fundada en "nombre" y "forma", sin embargo, posee el maravilloso embrujo de parecer infinito, pues lo constituyen infinitas partes, pero cada una de ellas existe distanciada de otras, y cada una a su vez se define por conceptos. En la mente, mientras el *Sujeto* se distancie de los *Objetos*, el universo se aprecia como suma de contenidos Particulares

E: Entiendo lo que dice pero me cuesta repetirlo. Algo en mí sabe que eso es así, sin embargo, la razón de ser y entenderlo, está más allá de mis posibilidades mentales.

S: ¡Qué maravillosa paradoja!: el universo experimentado como una cognición Particular es tan solo un concepto más; sin embargo, es infinito, infinito en constituyentes. Todo campo cognitivo de información tiene la maravillosa característica de ser infinito en constituyentes. De esta manera, sea cual sea la frontera establecida, el número de contenidos incluidos es innumerable; en la práctica, infinitos.

Igual ocurre con una fracción cualquiera del mismo campo o de otro campo cognitivo.

E: Y, ¿por qué el universo se muestra a nuestros ojos como una realidad tan viva, si cada uno de sus componentes en verdad no existe?

S: Se equivoca, los componentes del universo no se diluyen en la percepción No-dual; simplemente, el universo por entero es consciente que todos sus contenidos son no-diferentes. Lo único verdaderamente real asociado al universo mentalmente interpretable es la triple cualidad de Existir, ser Cognoscible y Relacionable. Más allá de eso el universo es tan solo "nombre" y "forma".

La percepción total

La percepción Total es una región cualquiera delimitada de información cognitiva en la que existe momentánea fusión de *Sujeto* y *Objeto*. Toda Totalidad es relativa, cambiante, no puede permanecer siempre con identidad propia. No existe una Totalidad estable con límites definidos.

La Totalidad posee como característica esencial la ausencia de distancia perceptiva entre *Sujeto* y *Objeto*. Mientras entre Particularidades existe sentido espacial o de distancia, entre Totalidades no la hay. Por ejemplo, cuando un individuo afirma estar alegre por alguna razón, la cognición está representada por una Totalidad, es decir, el momentáneo campo de cognición presenta la fusión del contenido "alegría" más el contenido "individuo", dando como resultado: jovialidad, simpatía, exaltación.

Una Totalidad es tal siempre y cuando haya fusión entre el contenido denominado *Sujeto* más cualquier otro contenido denominado *Objeto*. Cuando dos contenidos-*Objeto* se fusionan pueden transformarse en una nueva Particularidad si hay presencia de distancia en la cogni-

ción, o en una nueva Totalidad si permanece la fusión. De igual manera, una Totalidad puede transformarse en otra Totalidad con límites diferentes o convertirse en una nueva Particularidad. El sesgo de distancia entre *Sujeto* y *Objeto* puede cambiar "sin previo aviso".

Los diversos acontecimientos de la vida pueden presentarse al *Sujeto* como Particulares o Totales. Existe una tercera condición de realidad: el evento No-dual. Hay estados de conciencia en el que predominan realidades Particulares o Totales; sin embargo, existen estados de conciencia en los que opera exclusivamente el evento No-dual.

Mientras los estados de Conciencia de Sueño, Pensamiento y Observación son portadores de acontecimientos Particulares y Totales, los estados de Concentración y Meditación son portadores exclusivos del acontecer No-dual⁴⁰.

Nuestro interés se funda básicamente en cómo convertir la percepción de un contenido Particular o de una percepción Total en una realidad No-dual.

Cualquier ente Total es cambiante y puede transformarse en otro ente Total. La única realidad invariable es la que hace parte del acontecer No-dual. La dificultad del entendimiento de la realidad No-dual se debe a la imposibilidad del ser humano en sostener estados de conciencia cuyas condiciones de cognición permitan emerger la No-dualidad. Evidentemente, sí es posible convertir una apreciación Particular o Total en una realidad No-dual. Realmente, todo ente existente en el universo goza de la posibilidad de ser partícipe de apreciarse como una percepción Particular, Total o No-dual.

40 Los cinco estados de conciencia se detallarán en la segunda parte del presente libro: La Práctica de la Meditación.

DIÁLOGO 5

La percepción total

Sesha: (*Dirigiéndose a un estudiante*) ¿Me observa?

Estudiante: *Sí, lo veo.*

S: Mientras lo hace ¿se nota uno o múltiple?

E: *Mientras lo veo soy yo; me siento como una unidad que conoce, que lo conoce.*

S: Es claro que para observar no se siente múltiple, pues de hacerlo no podría conocerme. Su capacidad de ser *Sujeto* estriba en poder ser uno ante la multiplicidad de lo que conoce⁴¹.

E: *Entiendo. Me siento a mí mismo como un yo, como un ente conocedor en la medida en que soy "inalterable" e "invariable", una unidad ante lo conocido.*

S: Sin embargo, aun sintiéndose usted "inalterable" o "invariable" ante mí, puede observar mi vestimenta, mi cuerpo o a mí mismo como un todo que forma parte de la sala de conferencias.

E: *Efectivamente: soy yo, me siento como una unidad y, simultáneamente, puedo observarlo y atestiguar el lugar dónde se encuentra y reconocer cómo está vestido.*

S: ¿Nota distancia entre usted y lo que percibe visualmente?

E: *Sí, por supuesto. Me encuentro en un extremo de la percepción y usted en el otro.*

S: Muy bien, mientras así conoce, interpreta al mundo externo que *está sucediéndose* como suma de contenidos. El ente denominado *Sujeto* más el ente

41 "Las formas (es decir, los objetos de percepción) aparecen como varias debido a las distinciones como azul, amarillo, denso, sutil, corto, largo, etcétera. El ojo, en cambio, percibe estas modificaciones, pero él mismo permanece uno e invariable"

"Ciertas características del ojo, como la ceguera, agudeza o falta de agudeza, pueden ser conocidas por la mente porque ella es una "unidad". Esto también se aplica a cualquier cosa que es percibida en el oído, la piel, etcétera" *Drg Drsya Viveka, slokas II y III. Sankaracharya*, traducido por Swami Nikhilananda.

denominado "vestimenta", o el contenido *Sujeto* más el contenido "sala de conferencias", son algunas de las innumerables percepciones Particulares que puede tomar del universo que le rodea.

La característica fundamental del mundo, en su acepción Particular, es el sentido de distancia espacial cuando advierte "nombre" y "forma".

Intente detallar cualquier parte de mi vestimenta; escoja la sección que desee.

E: Muy bien.

S: ¿Qué ha escogido de mi vestimenta?

E: El cuello de su camisa.

S: ¿Logra detallarla con precisión? ¿Qué observa?

E: Sí. Noto su color, tamaño...

S: Mientras así hace, ¿reconoce distancia entre usted y el cuello que denota con tanto detalle?

E: No, no noto distancia. Pero ahora que usted me lo dice, sí advierto distancia. Es extraño: mientras observaba con detenimiento no había distancia; sin embargo, ahora sí la hay.

S: Cuando entre dos contenidos cognitivos (uno de ellos obligatoriamente Sujeto) existe distancia, el mundo se advierte como innumerables partes distanciadas por el sentido "espacial". En cambio, cuando entre dos contenidos cognitivos (uno de ellos obligatoriamente como Sujeto) no existe momentáneo sentido de "distancia", el universo de percepción se integra obviando la separación entre ambos. He aquí la cognición denominada Total.

Usted no advierte la pérdida de "distancia" o de "sentido espacial", pero el universo que está conociendo, *que está aconteciendo*, rota, gira cíclicamente entre ser experimentado como Particular o Total.

E: Entiendo. Mientras se advierte "espacio" en la cognición entre Sujeto y Objeto, los contenidos se comportan como

Particularidades; mientras no hay apreciación de "especialidad" entre Sujeto y Objeto los contenidos se experimentan como Totalidades.

S: Efectivamente. ¿Cómo ocurre eso?

E: *Nunca me lo había preguntado. Sin saber cómo ni por qué, emerge un mundo con o sin distancia, donde los Objetos son experimentados fuera de mí o como parte de mí mismo. ¡Es sumamente extraño!*

S: Y en ese movimiento rotatorio, ¿dónde puede advertir la firmeza de su yoidad?

E: *No hay manera de afirmar que soy algo estable cuando la cognición, y a mí mismo incluida en ella, es tan variable, tan cambiante.*

S: ¿Alguna vez, mientras leía un libro, fue testigo de no apreciar distancia entre él y usted?

E: *Sí por supuesto; en muchas ocasiones. No sé cómo opera, pero de un momento a otro el libro, la revista o el periódico toman un matiz de realidad diferente, pues desaparece la distancia entre el libro y yo mismo.*

S: ¿Dónde está usted como yoidad mientras eso ocurre?

E: *¿Dónde? Supongo leyendo...*

S: ¿Alguna vez se ha reconocido con yoidad cuando sin distancia lee un texto?

E: *No, nunca.*

S: Sin embargo, ¿entiende lo que lee?

E: *¡Por supuesto!*

S: ¿Y quién entiende, si en usted no hay sentido de localización egoica, mientras lee sin distancia?

E: *No puedo contestarle.*

S: Cuando usted Totaliza la percepción del mundo exterior, el campo de cognición se unifica de tal manera que es imposible diferenciarlo. Por lo tanto, y para que no exista diferenciación en la cognición, el *Sujeto* ha de desaparecer momentáneamente. He

aquí otra maravillosa paradoja: solo hay *Sujeto* en la experimentación del mundo externo cuando la percepción se Particulariza; solo hay *Sujeto* en la experimentación del mundo interno cuando la percepción de la memoria se Totaliza⁴².

EL LIMITANTE DE FRONTERA

Todo *Objeto* o *Sujeto* que forma parte del universo posee una frontera que lo delimita de cualquier otro ente. De no existir la frontera, los constituyentes gozarían de identidad entre sí.

Las fronteras denotan que el contenido tiene un límite. Al contenido, ya circunscrito y diferenciado por un *Sujeto*, le es asignado mentalmente "nombre" y "forma". Al expresar el vocablo -casa, parque, asiento, niño, cielo, nubes, etcétera- se avala la existencia de múltiples condiciones de vida; y cada una de ellas ha de poseer su propia identidad, razón por la cual debe existir necesariamente una barrera que permita distinguir y diferenciar uno de otro ente. La condición de diferenciación que acontece "en el aquí y el ahora", entre uno y otro constituyente, crea sentido de diferenciación en el Presente, denominado limitante de Frontera.

Se retomará el ejemplo de una simple gota de agua que cae rauda en dirección del lecho de un río. La Frontera de la gota permite diferenciarla del espacio externo que no es definible como gota. A lo que no es gota de agua es viable llamarlo espacio, valle, flores, árboles, etcétera, o cualquier otra expresión que denote una realidad individual diferente.

Ahora la gota ha hecho contacto con la superficie del río. Antes de caer era lícito afirmar su existencia e identidad como gota de agua; sin embargo, al caer al río, la

42 Esta afirmación ha de ser profundamente reflexionada, pues es la llave maestra que permite dar un orden y, por lo tanto, sistematizar la actividad mental mientras se sucede la práctica de Meditación.

frontera de la gota no está presente. Es posible interpretar la aparición de una nueva frontera, un nuevo límite a la gota que ahora hace parte del río: el cauce.

Esto permite concluir que todo ente, absolutamente todo contenido que pueda ser interpretado bajo la apreciación de "nombre" y "forma", posee una frontera que lo diferencia de cualquier otro contenido. En el ejemplo, se reemplazó la frontera esférica de la gota por una nueva Frontera asociada a muchas gotas: río, cauce, superficie, etcétera.

Toda Frontera es cambiante, inestable, discontinua. No existe Frontera permanente. Una Frontera puede expandirse e incluir muchos entes en uno; por ejemplo: el cuerpo humano, bóveda celeste, árbol, etcétera. Puede existir una frontera tan amplia o tan reducida como se desee. Desde aquello que diferencia una galaxia respecto de otra hasta la delimitación de un pequeño átomo respecto de otro. Las Fronteras son compartidas por aquellos entes a quienes limita. Es decir, entre el dedo y su uña debe existir una Frontera que diferencie un ente del otro; la Frontera no puede ser exclusivamente de uno de ellos.

El limitante de Frontera, asociado al limitante Espacial, crea las condiciones "dentro" y "fuera", es decir, sitúa un *Objeto* "dentro" o "fuera" de una Frontera y a un *Sujeto*, "dentro o fuera" de una Frontera. Una de las Fronteras más característica del ser humano, en el entorno de la percepción, es la condición sensoria. Todo contenido externo experimentado a través de los cinco órganos sensorios físicos define el mundo como "fuera". A su vez, todo contenido interno experimentado sin que medien los cinco órganos sensorios hace parte del mundo de "dentro".

El limitante de Frontera, generador de "dentro" y "fuera", relacionado con el limitante Espacial y su condición representativa Particular y Total, imprimen una naturaleza muy interesante a la cognición: permite percibir una

apreciación Particular "dentro" o "fuera" de la frontera sensoria, o reconoce una cognición Total "dentro" o también "fuera" de dicha frontera.

Teniendo como ejemplo la condición Particular, es posible que un *Sujeto* distanciado (Particularizado) conozca un *Objeto* del mundo exterior, como es el caso de reconocer a la distancia una fruta colgada de un árbol. También es posible encontrar una condición de distanciamiento (Particularización) entre *Objeto* y *Sujeto* "dentro", como ocurre al observar a la "distancia interior" un pensamiento o una emoción.

Tomando como ejemplo la condición Total, es posible que un *Sujeto* se fusione (Totalizado) con un *Objeto* del mundo exterior ("fuera", más allá de la frontera sensoria), como ocurre al estar concentrado leyendo un libro. Sin embargo, también es viable encontrar una condición de fusión (Totalización) entre *Objeto* y *Sujeto* "dentro", tal como es el caso de imaginar o fantasear.

TABLA 1

	Limitante Espacial	Limitante de Frontera
Condición de Simetría	Particularidad	"dentro"
	Totalidad	"fuera"

La **Tabla 1** muestra los Limitantes Espacial y de Frontera, asociados a una condición de simetría que provoca diferenciación⁴³ mental respecto a la naturaleza No-dual del Presente. Todo sistema dual de información posee, como característica innata, simetría entre los componentes del campo. La cognición, como sistema cerrado de conocimiento, también genera simetría entre sus componentes según sean los limitantes Espacial y de Fronteras que delimiten el campo de cognición.

⁴³ "Diferenciación" aparente, pues así como el espacio de una casa no está realmente diferenciado por las paredes internas, de la misma manera la No-dualidad, en forma de Presente, jamás se disecciona por cualquiera de los limitantes.

Para explicar de manera resumida lo planteado hasta ahora respecto de los limitantes Espacial y de Frontera, y las diversas modalidades de cognición que provocan, apréciase la tabla 1.

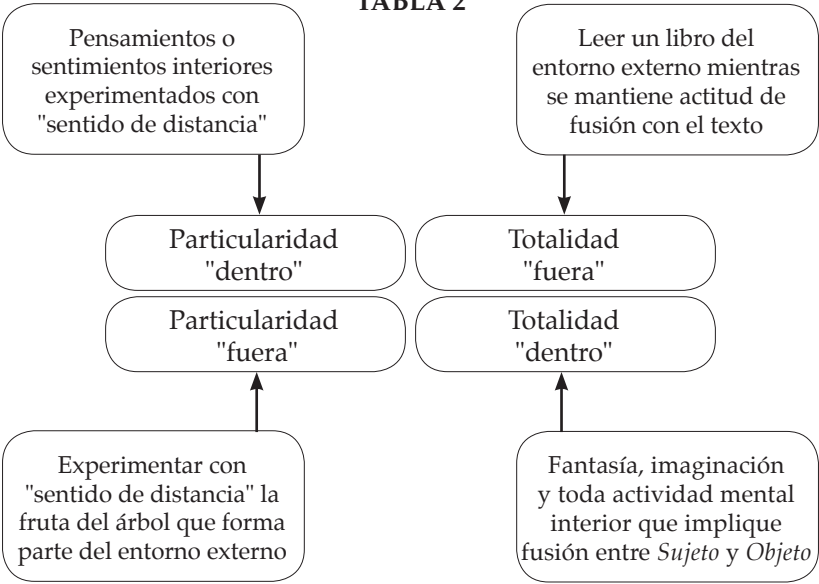
La conclusión de integrar la condición de limitancia Espacial con la de Fronteras, es la aparición de variadas modalidades de cognición de contenidos Particulares o Totales en el mundo interno (interno a la Frontera sensoria) y del mundo externo (externo a la Frontera sensoria). Para explicar las múltiples formas de cognición que aparecen por la intersección de los limitantes Espacial y de Frontera, analícese la tabla 2.

La Frontera es tan solo un concepto, al igual que lo son las ideas de Parte o Todo. El universo que interpretamos mentalmente posee la misma condición de quien lo interpreta: es tan solo un concepto; la mente crea conceptualmente los limitantes y reconoce la diferenciación generada asumiendo tácitamente que dicha diferenciación es real. Basta que cese la conceptualización que acontece en la mente para que la realidad advierta otra forma de conocer y las fronteras asuman un nuevo cambio que involucre a todos los contenidos que allí se agrupan. La percepción del universo cambia a cada instante, según varíen las condiciones de cognición.

¡Qué maravilloso engaño: se crea la película de la vida, y al proyectarla se sufre por suponerla real!

La Tabla 2 muestra algunos ejemplos de las diversas formas de cognición que acontecen cuando los limitantes Espacial y de Fronteras se interceptan.

TABLA 2



EL SUJETO “DENTRO” Y EL SUJETO “FUERA”

Estar "dentro" y estar "fuera" es una práctica que pareciera ser común y de la cual no se necesita aclaración; sin embargo, no es así. Es sumamente importante diferenciar los mundos que aparecen cuando el *Sujeto* experimenta a los *Objetos* como "dentro" o "fuera", pues cada uno implica cánones especiales de cognición que modelan una forma de *Sujeto* y de *Objeto* y, por lo tanto, del universo cognoscible.

Todo individuo tiene la capacidad innata de reconocer su propio mundo y su entorno constituido de *Objetos* externos a él. Los clasifica, cataloga, interpreta y al final los aprehende. A este conjunto de funciones se denomina conocimiento.

El *Vedanta* asume la realidad como No-dual, esto es: tanto *Sujeto* como *Objeto* han sido, son y serán siempre no-diferentes en cualquier estado de conciencia experimentado. Sin embargo, ¿cómo explicar la conciencia individual y el sesgo de diferenciación que acompaña a la cognición?

Son los límites generados por la mente quienes hacen ver como real la inexistente dualidad. Según opere la mente asociada al limitante Espacial, el *Sujeto* se Particulariza o Totaliza, esto es, cobra o no distancia de aquello que conoce. Sin embargo, a causa del limitante de Frontera, la mente asume que tanto *Sujeto* como *Objeto* poseen un borde, una barrera que los delimita en múltiples maneras al definir "nombre" y "forma".

En ocasiones se obsequian como regalo ciertas muñecas cuyo interior contiene otra más y, a la vez, en cada una de las interiores se guarda espacio interior para otra nueva que, a su vez, contiene otra más pequeña, y así sucesivamente. De igual manera opera el límite de Frontera. Todo contenido conocido hace parte de otro que lo contiene o del cual es parte. Se denomina universo al ente físico más grande que se conoce y en el cual están incluidos todos los contenidos existentes. Se reconoce el acto de ser *Sujeto* como la condición asociada a la cognición con Frontera más reducida que puede existir⁴⁴.

Cuando el *Sujeto* asume como límite de la realidad física su propia frontera sensoria, todo aquello que conoce mediante los sentidos lo sitúa "fuera" de su propio límite sensorio. En cambio, si el *Sujeto* asume como límite de realidad su frontera sensoria y experimenta los contenidos conocidos sin el requerimiento de los sentidos físicos, entonces lo conocido hace parte de "dentro".

Los limitantes Espacial y de Fronteras originan la aparición de cuatro modalidades de cognición: Particularidad "dentro", Particularidad "fuera", Totalidad "dentro" y Totalidad "fuera" (véase tabla 2). Estas cuatro condiciones de cognición generan a su vez cuatro estados de conciencia, cada uno de ellos con reglas y cánones propios de cognición. Es posible, por ejemplo, traer de la memoria un

44 Véase nota 33.

recuerdo en forma de edificio (Totalidad "dentro"), pasar de allí con la velocidad de la mente a apreciar con distancia parte del mundo externo, como la fachada de una construcción (Particularizar "fuera"), y así sucesivamente con cualquiera de las potenciales condiciones de cognición en cada uno de los estados de conciencia. Sin embargo, mientras el edificio imaginario puede crecer, cambiar inmediatamente de color, etcétera, la construcción externa parece inamovible a los ojos. Las condiciones de cognición poseen ciertas reglas que operan o no en otro estado de conciencia. Así, entonces, la validez de lo conocido puede ser real o relativa, según sean las reglas y el estado de conciencia que se encuentre activo.

Para describir los diversos estados de conciencia que emergen en el ser humano durante la práctica de la Meditación, asumiremos de manera tácita la frontera sensoria como delimitante entre el *Sujeto* que conoce y el mundo a conocer⁴⁵. A su vez, utilizaremos la palabra "dentro", desde este momento y hasta el final del presente libro, para determinar los contenidos internos que pueden ser conocidos sin requerimiento de los cinco órganos sensorios⁴⁶. De tal manera, los contenidos materiales situados "fuera" se reconocen mediante los sentidos físicos los contenidos localizados "dentro" se reconocen sin la necesidad de los cinco sentidos físicos. El delimitante generado por los

45 La frontera son los cinco sentidos. Definimos entonces como mundo externo o "fuera" todo aquello que puede conocerse gracias a la intermediación sensoria, y mundo interno o "dentro" todo aquello que puede ser conocido sin el requerimiento sensorial, tal como es el caso de los mundos ideales. Esta definición de la frontera sensoria se usará de ayuda para definir la naturaleza de los diferentes estados de conciencia.

46 Es supremamente importante tener en cuenta estas dos afirmaciones: La frontera sensoria y "dentro" aquel campo en donde es posible conocer sin que medien los sentidos. Para entender el funcionamiento de la mente en cada uno de los diversos estados de conciencia es menester definir ciertos patrones que sirvan como punto de referencia en la construcción de ideas cada vez más complejas.

órganos sensorios produce la frontera fundamental sobre la cual estudiaremos la mente humana mientras se intenta sistematizar el proceso de la Meditación.

Si el *Sujeto* percibe el mundo de "fuera", le es necesario exteriorizarse al mundo externo mediante la utilización de los sentidos físicos como instrumentos de percepción. A su vez, si el *Sujeto* percibe "dentro", usa la mente y los múltiples contenidos que conforman la memoria como base de la cognición.

Cuando se realiza la práctica de la Meditación pueden emerger a lo largo de la práctica, uno tras otro, varios estados de conciencia. Estudiaremos básicamente diez de ellos, los cuales pueden ser resumidos en cinco estados de conciencia⁴⁷ que, a causa de la simetría que ocurre en cualquier campo cerrado de la cognición, tienen representación en cualquiera de los otros cinco estados de conciencia simétricos.

Se definirá mundo interno o "dentro" (interno a la frontera sensoria) al conjunto de contenidos ideales⁴⁸ que pueden ser conocidos sin que medien los órganos sensorios, esto es, todos los constitutivos de la memoria a corto y largo plazo sumados a las diversas funciones ideales propias de la mente.

Se definirá como mundo externo o "fuera" (externo a la frontera sensoria) al conjunto de contenidos⁴⁹ que pueden ser conocidos exclusivamente a través de los órganos sensorios.

Si el practicante de la Meditación está firmemente situado "dentro", posee una apreciación muy intensa del mundo interior asociada a una frontera que le impide contactar el mundo externo. Reconocerá exclusivamente contenidos internos

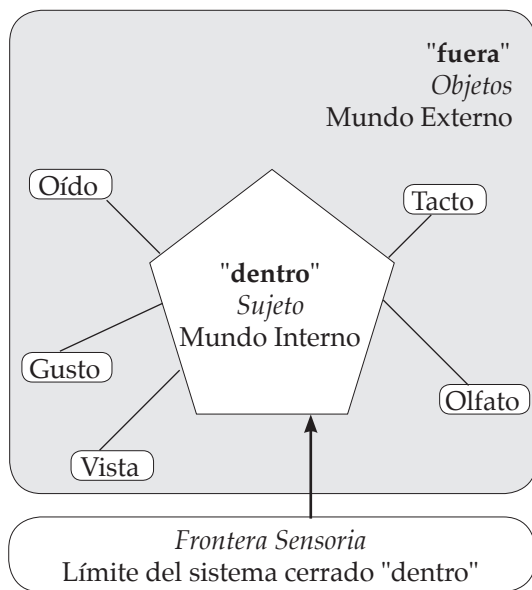
47 Se puede incluso llegar a estudiar 12 o 14 estados de conciencia o más, o también los cuatro más representativos para el *Vedanta*: Sueño, Vigilia, Causal y No-dual. Todos ellos, sean la cantidad que fuere, pueden desarrollarse intelectivamente de forma similar sin que en ningún momento se pierda la esencia de la enseñanza *Vedanta*, al igual que, según la potencia de un telescopio, es posible pormenorizar más la naturaleza del cielo estrellado que se estudie.

48 Particulares o Totales.

49 Particulares o Totales.

asociados a su sistema interno cerrado, por lo que el mundo externo pasará desapercibido. Cualquier contenido de "fuera", cualquier contenido que pueda ser detectado (mientras se realiza la práctica meditativa interior) por los sentidos físicos, como frío, dolor, ruido, hambre, etcétera, son un obstáculo en la consecución de la realidad Meditativa interior.

FIGURA 1
Sujeto "dentro" – Objeto "fuera"



La **Figura 1** denota el sistema cerrado que incluye al *Sujeto*, situado "dentro", y los *Objetos* que componen el Mundo Externo, situado "fuera". La Frontera Sensoria induce diferenciación.

"Fuera" están los *Objetos* externos: un mundo que fluye en el Presente, en forma de innumerables contenidos, detectados por cualquiera de los cinco órganos de los sentidos. "Dentro" están los *Objetos* internos, que también fluyen en el Presente y son detectados únicamente por la mente: un mundo con incontables atributos ideales.

Así entonces, los contenidos externos logran apreciarse gracias a los sentidos que sirven de intermediarios a la mente. Los *Objetos* externos se apresan gracias a las cinco variantes posibles que los sentidos físicos proveen: tacto, oído, vista, gusto y olfato.

Se perciben "dentro" los *Objetos* cuando momentáneamente el *Sujeto* se asocia conscientemente a su memoria y relega momentáneamente los sentidos físicos. Tal es el caso de estar ensimismado en cualquier historia fantástica mientras la vista, por ejemplo, no reconoce las diferencias de forma y color externas.

Mientras el *Sujeto* percibe "fuera" a través de cualquiera de los cinco sentidos físicos, la mente interpreta la información proveniente de ellos. Cuando se está "dentro", el mundo del *Sujeto* se circunscribe a su memoria; en este caso la mente interpreta y recrea sus propios contenidos. El límite entre "dentro" y "fuera" se funda en la sensación virtual de localización que los sentidos proveen al perceptor.

Al conducir un coche se usa fundamentalmente la vista para reconocer la multitud de *Objetos* externos alrededor. En ocasiones se reacciona con el tacto, situando uno u otro pie en los pedales para frenar o acelerar. En múltiples ocasiones la atención desvaría alejándose de la carretera. Momentáneamente el conductor se engloba resumiéndose en alguna parte de su memoria. Mientras el conductor, agente de la cognición, hace uso de los sentidos, está "fuera" y, mientras se desconecta de ellos asociándose a los contenidos de la memoria, está "dentro".

En la práctica de la Meditación, los sentidos crean los límites virtuales mediante los cuales diferenciamos el mundo externo del interno. A causa del limitante de Frontera, el mundo externo es exterior a la frontera sensorial, el mundo interno es interior a la frontera sensorial.

El modo de actuar, la forma de vida de cualquier individuo que busca el encuentro con la realidad interior, varía dependiendo de si el *Sujeto* está momentáneamente experimentando el mundo de "dentro" o de "fuera". Los cánones mediante los cuales es posible reconocer la esencia primaria, real y No-dual del ser humano cambian dependiendo en qué lugar se sitúe el observador del mundo respecto a los contenidos observados.

Son dos mundos diferentes: el *Sujeto* experimentando contenidos "dentro" y el *Sujeto* experimentando eventos "fuera". Por ello se plantean dos caminos aparentemente diferentes como mecanismos de reencuentro interior: El *Gnana Yoga* y el *Karma Yoga*; es decir, la vía del descubrimiento de sí mismo mediante el claro Discernimiento Interior y el camino de la Acción Recta. Ambos llevan al buscador a la meta suprema; sin embargo el camino lo hacen mediante senderos diferentes: el mundo interno y el mundo externo.

“Según te dije antes, ¡oh tú, de corazón puro!, hay en este mundo un camino con dos senderos: el del *Yoga* por el conocimiento, o sea el de los *Sankhyas*, y el del *Yoga* por la acción, que es el de los yoguis”⁵⁰

“Los niños, no los sabios, hablan con discrepancia del *Sankhya* y del *Yoga*. Quien está verdaderamente afianzado en uno u otro cosecha el fruto de ambos”⁵¹

“El lugar a que llegan los *Sankhyas* también lo alcanzan los yoguis. Aquel ve quien ve que uno solo son el *Sankhya* y el *Yoga*”⁵²

Uno de los problemas más comunes y que generan mayor disociación mental en el buscador sincero de sí mismo, estriba en el error de intentar apresar el mundo interior siguiendo los parámetros que deben utilizarse para

50 Ídem, B. G. III, 3.

51 Ídem, B. G. V, 4.

52 Ídem, B. G. V, 5.

reconocer el mundo exterior. La actitud del *Sujeto* cuando percibe el universo externo situado "fuera", en el que los sentidos se encuentran activos, requiere ser necesariamente Totalizante. Cuando el *Sujeto* se encuentra "dentro" debe aprehender el mundo de forma Particularizante, pues los sentidos físicos están momentáneamente inactivos.

El *sujeto* "dentro"

El *Sujeto* es una entidad ideal, los órganos sensorios son materiales. El *Sujeto* "dentro"⁵³ debe reconocerse únicamente como testigo de sí mismo. El *Sujeto* "fuera" debe atrapar el mundo mediante los órganos sensorios e interpretarlo sin presencia de yoidad. ¡No le es necesario al "yo" entender, basta que la Conciencia conozca!⁵⁴

Sentirse como *Sujeto* estando "dentro", es la forma más común en la que el ser humano actúa mientras opera en estado de vigilia asociado al mundo externo. El ser humano se siente como ente limitado y diferenciado del mundo externo a causa de la identificación de la conciencia individual con el cuerpo físico y con los sentidos. Asociarse conscientemente al cuerpo y a los sentidos le implica, al *Sujeto*, diferenciarse respecto al ambiente externo que los sentidos reconocen. ¿Qué delimita al *Sujeto* y su organismo físico respecto al mundo externo? La frontera sensoria. Estar "dentro" es permanecer recluido en la frontera sensoria, estar "fuera" es proyectarse y conocer más allá de la frontera sensoria.

La conciencia individual puede también identificarse con los contenidos psíquicos y mentales. Así, el *Sujeto*, estando "dentro", se reconoce identificado a su propia historia y a su memoria.

53 Hablamos, lógicamente, de la práctica interior Meditativa.

54 He aquí la esencia de la práctica Meditativa. Entender esta afirmación es entender la esencia de la Meditación.

DIÁLOGO 6

El sujeto "dentro"

Sesha: Nos encontramos en un gran salón de conferencias. No se requiere imaginarlo, razón por la cual sabemos que *acontece aquí y ahora*. Emerge sin causalidad asociada a nosotros, es decir, los *acontecimientos* "fluyen" por su propia historia, no como en sueños o en la imaginación, en donde la causa del universo existente subyace en nuestra mente. Nuestro salón es un mundo de infinitos constituyentes que, sumados al *Sujeto* que lo percibe, hacen de él nuestro universo de cognición. Todo lo que *aquí acontece* es parte de nuestro Presente común. Cada cual se sitúa en un lugar de la sala. (*Dirigiéndose nuevamente a un estudiante*) ¿Cuál es su localización respecto al salón de conferencias?

Estudiante: Me encuentro aproximadamente a mitad de la sala, exactamente frente a usted.

S: Es su localización física aproximada. ¿Cuáles son sus propios límites físicos?

E: Mi límite físico es el cuerpo físico.

S: Eso es perfectamente claro, es obvio. Implica que su cuerpo físico independiza y diferencia su propio espacio al de cualquier otro ente.

E: Por supuesto.

S: Es decir, todos nosotros y los demás *Objetos* físicos conformamos la realidad de su mundo físico externo.

E: Exactamente.

S: Le es fácil diferenciar su realidad física y sus propios límites físicos, pero ¿reconoce con igual facilidad sus propios límites psíquicos?

E: ¿Mis límites psíquicos? No entiendo.

S: Usted se reconoce a sí mismo como un ente conformado por mente y cuerpo. Ha situado previamente y sin duda sus límites físicos. Ahora le pido que intente situarse a sí mismo como ente psíquico y encontrar sus límites. ¿Acaso usted tiene ego?

E: *Sí, me siento a mí mismo. ¡Soy!, soy yo.*

S: Espacialmente, ¿dónde sitúa su "yoidad"?

E: *¡En todo mi cuerpo!*

S: Entonces ¿es capaz de percibir todo su cuerpo al tiempo como una unidad?

E: *No sé, no lo había planteado anteriormente...*

S: Vamos ¡inténtelo! Trate de reconocer con el tacto todo su cuerpo a un mismo tiempo.

E: *(Instantes después) Me sitúo en cada parte a intervalos secuenciales..., pero todo el cuerpo al mismo tiempo, me es imposible.*

S: Sin embargo, usted se siente a sí mismo como una unidad corporal.

E: *Efectivamente.*

S: ¿Qué partes logra reconocer de manera secuencial mientras se observa?

E: *Mi cabeza, el tronco, los brazos, las piernas...*

S: Muy bien. A cada una de las partes las nota como una unidad diferente de las otras. No debe inventarlas, ellas son; cada una de las partes que ha definido "están aquí y ahora", *acontecen* en el Presente. Intente ahora reconocer cualquiera de ellas completamente a un mismo tiempo; tome por ejemplo los brazos.

E: *(Instantes después). Ocurre igual, percibo las partes como secuencias pero no como una unidad. Aparecen innumerables contenidos: hombro, antebrazo, codo, mano, muñeca, dedos..., pero es imposible apresarlos a todos como la unidad "brazo".*

S: Hace un momento su brazo era una unidad, un único constituyente completamente definido, tal como ahora lo afirma de su codo, manos o cualquier otra parte.

E: *Sí; pero cuando intento indagar cada una de ellas como un todo, mi mente inmediatamente se diversifica.*

S: Está bien, pruebe entonces escoger, por ejemplo, la mano. Intente experimentarla como una unidad ausente de partes.

E: *(Instantes después). Nuevamente es imposible. No entiendo cómo, pero al intentar conocer mi mano como un todo, una unidad, inmediatamente se diversifica, se pluraliza la percepción; ahora son dedos, palma, uñas, etcétera.*

S: Tal vez si lo intenta con algo más pequeño, por ejemplo un dedo.

E: *(Instantes después). Es idéntico. Experimento uñas, falanges, huesos..., en fin, es de nunca acabar. Hace un instante la mano era un todo, una unidad. Sin embargo, cuando intento definirla, concienciarla completamente, reconozco partes. Además, cada nueva unidad que deseo concienciar se convierte inmediatamente en innumerables partes. ¡Es de locos!*

S: Hace un momento afirmó que su límite corporal era totalmente definido respecto a sus demás compañeros y respecto a la sala de conferencias. ¿Cree usted que puede afirmar eso nuevamente?

E: *No puedo reconocerme a mí mismo como límite definido y estable; no sé que encontraría al indagar fuera de mí.*

S: Por ello afirma el *Vedanta* que los *Objetos*, incluso el *Sujeto*, son meros conceptos con apropiación de "nombre" y "forma", sin límites estables ni definidos. Simplemente son conceptos que se asocian mediante otros conceptos. La mente reconoce el universo como un "algo definido" por una única razón: la apreciación que de él hace en forma de barrido momentáneo

de "nombre" y "forma" entre contenidos que asumen fronteras preestablecidas en la memoria.

¿Desde qué lugar de usted me percibe?

E: Desde mí, desde mi propio cuerpo.

S: ¿Su yoidad ocupa todo el cuerpo o una parte?

E: No, mi ego no ocupa lugar alguno, pero reconoce como propia cualquier parte del cuerpo.

S: Tan solo note cómo, al buscar sus propios límites psíquicos, recurre a la memoria para intentar definirlos.

Mientras su unidad psíquica explora el acto de ser *Sujeto*, los sentidos físicos tienden a desconectarse. La memoria se convierte en la única fuente interpretativa de la información. Se reconoce como un *Sujeto* situado "dentro", en sí mismo. Cuando el mundo externo emerge nuevamente, lo reconoce "fuera" de usted, manifiesto en miles de entes diferentes, asociados cada uno a su propia frontera que lo delimita de otro. ¡Entienda!: ser *Sujeto* es previo a saber que tiene un cuerpo.

La multiplicidad nace de interpretarse mentalmente a sí mismo "dentro" de una frontera sensoria o por la identificación de entes externos con contenidos previos residentes en la memoria. Cada contenido mental posee una frontera que lo diferencia de cualquier otro contenido mental.

Obsérveme. Note mi presencia. ¿Desde qué lugar de usted me percibe?

E: Desde dentro de mí.

S: ¿En qué lugar de usted opera el acto de conocerme?

E: No sé; está en mí, tal vez en mi cabeza.

S: Obsérveme. ¿Desde qué lugar es capaz de notar los sentimientos que lo conectan a este sitio, a sus compañeros o a mí? ¿Acaso desde el mismo lugar de la cabeza?

E: No, claramente no. Lo noto más en el resto del cuerpo, en el pecho, el abdomen...

S: Su yoidad realmente asume una actividad un tanto extraña. Es capaz de situarlo en la cabeza y hacerle notar que desde allí "usted me conoce". Es también capaz de situarlo en otra parte del cuerpo y hacerle afirmar que es centro de "sentir".

Ahora obsérveme sin sentirse localizado mientras lo hace.

E: No le entiendo muy bien.

S: Obsérveme sin notar que lo hace con la vista. Escúcheme sin localizarse en el oído. ¡Vamos, inténtelo!

E: No puedo, me es imposible.

S: Es esclavo de su propia localización respecto a una parte de su cuerpo, de su psique o de sus sentidos. ¿Acaso no entiende que sin esta localización su "yo" no existiría? Su yoidad no es un "algo" que tenga realidad independiente de otro "algo". Su "yo" es tan solo el sentido mental de propiedad, de pertenencia, con el que experimenta el mundo interno o externo. Mientras perdure la frontera de yoidad existe la doble posibilidad de ver un mundo externo al *Sujeto* "fuera", y otro interno o "dentro" de él; la frontera es el ámbito virtual sensorio.

El mundo físico, asociado a la práctica Meditativa, está determinado por la frontera sensoria. La frontera psíquica más reducida se denomina "yo". La yoidad es aquello que lo reconoce siendo, respecto a lo que usted considera que no es. En la práctica Meditativa interesa discriminar la barrera psíquica y no la sensoria. Por ello, se define como mundo interior o "dentro" aquel que no puede ser apresado mediante los sentidos sino solo a través de

la mente y, como externo o "fuera" el que se reconoce mediante los sentidos. ¿Entiende?

E: La frontera sensoria me es clara, pues reconozco la actividad sensoria y es fácil determinar dónde empieza mi cuerpo, es decir, dónde termina. Sin embargo, la frontera psíquica me cuesta entenderla. ¿Cómo es posible encontrar una entidad denominada "yo" carente de atributos? Reconocer, por ejemplo, que soy feliz o estoy triste es fácil, pero el "yo" y su frontera son difíciles de localizar.

S: Entiendo su dilema. Desde su nacimiento le han asegurado que posee nacionalidad, apellido y nombre que lo identifican. A medida que creció le enseñaron a reconocerse a sí mismo con atributos propios. Ahora le pido que se vea a sí mismo libre de ellos y, por supuesto, le es prácticamente imposible. La vida misma, tal como la lleva, lo ha educado a que si golpea su cuerpo le duela a usted y no a otro. Si tiene hambre, la sacia al comer usted y no el vecino. Su frontera física es reconocible gracias a la vida misma.

Sin embargo, jamás le han dicho que usted "es", simplemente "es". Lo atiborran de anhelos, deseos y metas, haciéndole ver que sin su logro usted "no es". ¿Acaso alguna vez en la vida se ha tomado el trabajo de actuar sin ánimo de fruto o sin sentirse actor de lo que hace, realizando la acción por la acción y no por su consecuencia? ¿Se ha despojado alguna vez del fardo de "nombre" y "forma" intentado vislumbrarse libre de atributos?

En estos años de enseñanza se ha intentado delinear la posibilidad de ver el mundo y a sí mismos idénticos. Sin fantasear, sin recurrir a externas observancias o disciplinas insólitas. Basta tan solo, en la práctica interior, entender que el *Sujeto* mismo existe solamente asociado a otro concepto mental.

"Soy", es el primer vestigio de dualidad que existe. Intente reconocerse a sí mismo como "Soy" sin esfuerzo psíquico alguno y notará el océano insondable que murmura como trasfondo.

Ser "yo" no es gran cosa, pero permite diferenciarnos de lo que aparentemente no somos. Cuando afirma: soy feliz está aseverando que usted es feliz. Al parecer la felicidad va y viene, sin embargo usted atestigüa su nacimiento y muerte. La frontera a la que me refiero es tan virtual como la frontera física en el momento de diferenciar el tronco del brazo o el brazo de la mano o la mano de los dedos.

E: Es clara la dificultad de apresar con total definición una frontera física o psicológica.

S: Para situarlo lo mejor posible, ha de saber que si experimenta exclusivamente su mundo mental está "dentro", dentro de la barrera sensoria. Si experimenta cualquier contenido usando los sentidos físicos, entonces está percibiendo los contenidos externos, de "fuera".

El Sujeto "fuera"

Cuando el *Sujeto* se proyecta más allá del límite virtual sensorio y contacta con los *Objetos* externos, puede afirmar, como *Sujeto* consciente, que conoce el ambiente denominado "fuera".

En la vigilia existe una intermitente percepción de *Objetos* externos e internos. Se pasa vertiginosamente de conocer el mundo externo al interno, de "fuera" hacia "dentro".

El *Sujeto* ve los contenidos del universo externo diferentes de él mismo; se reconoce coexistiendo con ellos, pero los diferencia como ajenos. He aquí la imposibilidad de encontrar, por parte de un *Sujeto*, un acto consciente e integrador

que provea de unidad completa al universo entero. El universo jamás podrá experimentarse como una unidad vista por el *Sujeto* pues, mientras exista sentido de yoidad, habrá necesariamente diferenciación entre quien ve y lo visto.

Cuando el *Sujeto* se proyecta "fuera" y Totaliza la percepción, es decir, cuando experimenta el mundo externo sin distancia, rápidamente se encamina a la realización de la No-dualidad. De igual manera, si el *Sujeto* introspectado se sitúa "dentro" y Particulariza la percepción, es decir, experimenta sus propios contenidos mentales con distancia, rápidamente se encamina a la experimentación de la No-dualidad.

Es posible interpretar la realidad de "fuera", del universo externo, Particularizando o Totalizando, es decir, conociendo con o sin sentido de distancia entre *Sujeto* y *Objeto*.

Particularizar "fuera" es la manera más común pero más errónea de experimentar el mundo. Los *Objetos* aparecen en la distancia, más allá de la propia frontera sensoria física, cada uno a cierta distancia de otro y de quien percibe. Sin embargo, esta manera de conocer es incorrecta, pues el mundo se convierte en la suma de innumerables contenidos duales.

Totalizar "fuera" es aparentemente más complejo, más difícil. Implica experimentar el mundo externo sin crear distancia entre *Sujeto* y *Objeto*. Basta un comentario con sorpresa: "¿Cómo manchó ese bello vestido que trae puesto?" Inmediatamente y casi con dolor se flexiona con rapidez. La vista busca afanosamente el sitio del daño. Mientras esto ocurre, el *Sujeto* no vislumbra distancia entre él y el vestido. Basta fusionarse, deshacer toda distancia con aquello que se percibe, para Totalizar la percepción. Pasados unos segundos emerge el sentido de distanciamiento entre quien observa y la mancha en el vestido. Ahora la percepción pasó a ser un contenido Particular.

Totalizar "fuera" es la forma correcta de percibir el mundo. Cuando ocurre, el contenido psicológico denominado yoidad se desvanece en los contenidos que percibe. Existe fusión con el entorno solamente si el *Sujeto* se ha disuelto momentáneamente en el campo de cognición, si ya no ocupa un sitio, un lugar, respecto al *Objeto* que conoce. La forma más común de Totalizar "fuera" continuamente se denomina concentración psicológica. Cuando ello ocurre es posible leer un libro, ver una película o hacer cualquier actividad sin que exista momentáneamente apreciación de *Sujeto*. La concentración psicológica, a la que hacemos referencia como ejemplo, no es exactamente la Concentración *Vedanta* que se logra en algún momento de la práctica interior. La Concentración *Vedanta* requiere de Evidencia y Autoevidencia simultánea, total y no diferenciada⁵⁵.

Cuando el *Sujeto* está "fuera" y la percepción se Totaliza, los *Objetos* externos se integran produciendo unificación de todo el campo de cognición. Estar "fuera" implica contactar con el mundo externo a través de los sentidos sin procesar identificación egoica, de pertenencia o de localización respecto a ellos.

DIÁLOGO 7

El sujeto "fuera"

Sesha: ¿Queda claro que sus sentidos físicos reconocen la delimitación del campo de percepción que ocupan los contenidos del mundo físico externo?

Estudiante: Sí, es claro.

S: El *Sujeto*, mientras está "fuera", suele localizarse como parte del mundo externo. Los sentidos físicos del

55 Véase nota 22.

agente diferencian el espacio ocupado por el *Sujeto* del espacio ocupado por lo que no es *Sujeto*.

E: Soy consciente de mí mismo en mí mismo. Me localizo en todo ambiente respecto a aquello que creo soy, ya sea físico o mental.

S: Eso es lógico. ¿Ha notado que la sensación de ser *Sujeto* se advierte como un hecho constante? ¿Recuerda algún momento de su vida realmente feliz?

E: Sí, por supuesto.

S: Recuerda cómo la euforia propia del estado expandida sus límites personales.

E: Tal vez se refiere a que la exaltación del momento me hacía sentir más cerca de todas las cosas; es como rozar personas, animales y todo objeto animado o inanimado.

S: Efectivamente. Intente recordar ahora un momento álgido y doloroso. ¿Cómo son los límites que la propia identidad egoica maneja en ese momento respecto al mundo?

E: En verdad es muy diferente la experiencia de la alegría a la tristeza. Mientras estoy feliz pareciera perderme en todas las cosas; cuando en cambio he vivido la tristeza, parezco encerrado en un sitio interior donde el mundo pareciera más distante que nunca y la barrera que me relaciona con él fuese más fuerte e impenetrable.

S: Estando triste y encerrado en sí mismo ¿el mundo externo desaparece?

E: No, por supuesto que no. Simplemente, el dolor me distancia psicológicamente de todas las cosas, pero ello no desdice la realidad del mundo externo.

S: ¿Cuál es la barrera que, mientras surge el dolor, lo separa a usted del mundo y que, cuando aparece la alegría, pareciera no existir?

E: No había pensado en ello.

S: En ambos casos usted existe como un "yo" que experimenta las sensaciones.

E: Sí, por supuesto.

S: Haga memoria de cuando era plenamente feliz. ¿La frontera entre usted y el mundo existe? ¿Es sólida?

E: No, no es sólida. No puedo afirmar que es inexistente, pero no, no es sólida.

S: Cuando en su mente ronda la tristeza, ¿es sólida la frontera psicológica que lo distancia del mundo?

E: Si, es mucho más sólida.

S: En cambio una gran alegría exalta e impide la identificación del *Sujeto* consigo mismo o con cualquier otro contenido interno. La ausencia de identificación egoica momentánea lanza al *Sujeto* "fuera" de la frontera sensoria, donde se Totaliza la percepción. La alegría lo proyecta, situándolo en una esfera de realidad externa a sus propios sentidos. No es que usted, como ente egoico, salga de sí mismo y vaya a otro lugar, no; simplemente la frontera varía, el *Sujeto* se ve proyectado a través de los sentidos y más allá de ellos. El campo de cognición crece, incluyéndolo a usted y a los *Objetos*; en ese instante la distancia del conocedor respecto a cualquier contenido del campo tiende a ser nula.

El dolor genera un sesgo de identificación con el mundo interior, lo localiza y afianza respecto a la experiencia aflictiva creando una brecha de distancia entre usted y el mundo que le rodea. Así entonces, Particulariza la percepción, está "fuera", los *Objetos* aparecen a la distancia.

EL LIMITANTE DE CAUSALIDAD

La temporalidad es un limitante aparente de la No-dualidad. Crea una tendencia a la permanencia de los contenidos que vienen desde el pasado y se mantienen hasta el futuro. Diariamente, al despertar, se reconocen los muros de la habitación tal como antes de dormir. La estructura del edificio es similar, los árboles parecen ser los mismos de ayer y de la semana pasada. Se supone que estos contenidos

y la gran mayoría de otros, mantendrán similares características en el futuro: una hora, un mes, un año, etcétera.

Un limitante es tal, en la medida que diferencia la naturaleza del Presente como ente No-dual. El segmento Pasado-Futuro lo hace, creando noción de diferenciación entre los contenidos radicados en cada uno de los tiempos.

Los contenidos situados en la franja Pasado-Futuro se caracterizan porque sus fronteras son aproximadamente similares a medida que pasa el tiempo. El posible cambio que tengan no suele crear conflictos excesivos al perceptor. Nadie entra en crisis por notar como una nube se condensa en gotas de agua y luego pasa a lluvia. Han de ser cambios excesivamente evidentes para que el individuo reaccione; por ejemplo, un accidente, el cumpleaños, etcétera. Pero aún así, con el tiempo asumimos que aquel contenido de ayer hoy cambió.

Es innegable la existencia de *Sujeto* y *Objetos*. Pueden experimentarse cognitivamente con o sin distancia y convertirlos en Particularidades o Totalidades⁵⁶. A su vez, cualquier contenido es parte de otro o suma de varios, creando una frontera que diferencia una u otra opción⁵⁷. Sin embargo, cualquier contenido experimentado puede proyectarse en el tiempo creando sentido de Causalidad, es decir, tendencia a la permanencia de las fronteras⁵⁸.

El tiempo es un limitante. La apreciación física temporal no es más que el producto de la interpretación dual de la mente respecto a los contenidos materiales inmersos en la franja Pasado-Futuro. ¿Dónde está la apreciación espacial y temporal del universo material mientras se duerme

56 Una primera característica de diferenciar "aparentemente" el Presente No-dual se denomina Limitante Espacial.

57 Una segunda característica de diferenciar "aparentemente" el Presente No-dual se denomina Limitante de Frontera.

58 Una tercera característica de diferenciar "aparentemente" el Presente No-dual se denomina Limitante de Causalidad.

o se fantasea? Notamos que los *Objetos* y el mismo *Sujeto* reaparecen luego del lapso de tiempo. ¿Y ello es suficiente motivo para aseverar que realmente existen? ¿Acaso se podría afirmar que el universo existe entre lapso y lapso de sueño o de fantasía, y que sueño o fantasía son reales?

¿Cómo es posible que un contenido dual, cuya naturaleza esencial es inexistente, tal como confundir una serpiente con una soga, pueda permanecer en el tiempo con fronteras aparentemente estables? La respuesta está en la mente del perceptor. La mente imprime un sesgo de diferenciación en forma de Causalidad, y marca a los contenidos experimentados en el pasado con ciertas características que podrán reconocerse como similares en la franja temporal asociada al futuro.

Los antiguos maestros orientales denominaron desde antaño a la naturaleza limitante Causal con el nombre de *Karma*.

El *Karma* sostiene las fronteras Causales de los contenidos duales del pasado y los proyecta como unidades aparentemente estables al futuro. Por ello, para que un contenido *que está aconteciendo* en el Presente se convierta en pasado y pueda ser proyectado al futuro, requiere inducir sobre ellos "apetencia de fruto" y sentido de "pertenencia". A su vez, la única modalidad de cognición donde esto no puede darse es en la percepción asociada al Presente.

Otra conclusión interesante es el hecho de que, ningún *acontecimiento que está sucediéndose* en el Presente es susceptible de ser futurizado mientras no sea limitado en forma de pasado. Es decir, en los estados de conciencia asociados al acto del Presente no se crea *Karma* y por ende no existe futurización. No existe pasado sin futuro y no existe futuro sin pasado. Ambos son la cara de la misma moneda.

Para que exista futuro es necesario detener el fluir No-dual del Presente convirtiéndolo en pasado, esto es, fijar las experiencias en forma de memoria. La condición de

evocación propia de la mente es utilizada cuando la región percibida "de aquí y ahora" intenta interpretarse, y el fluir no-diferenciado del Presente se fractura al sobreimponerse el "nombre" y la "forma" previamente fijada.

La mente y sus condiciones innatas de limitancia son los propulsores de la dualidad. El mundo Particular y Total, "dentro" y "fuera", Causal y Acausal, existe solamente en la mente del perceptor. Más allá de la mente el universo siempre ha sido, es y será no-diferente, No-dual, Absoluto, Eterno, Invariable e Incorruptible. El universo es, en esencia, Existencia, Conciencia y Bienaventuranza Absolutas.

La conciencia individual podrá, según las condiciones de limitancia con las que se identifique el *Sujeto*, reconocer alternativamente cualquiera de los múltiples y potenciales estados de conciencia asociados al pasado: el estado de Sueño o el estado de Pensamiento. La conciencia individual podrá también disolverse y emerger alternativamente entre los estados duales y No-duales sin que exista un riguroso orden. Podrá aparecer la Concentración y deslizarse al Sueño. Podrá aparecer la Meditación e instantes después emerger el estado de Pensamiento.

Toda experiencia cognitiva del ser humano se ubica en uno de los estados de conciencia enumerados en la tabla 3. Cada estado posee su propia realidad cognitiva y sus propios cánones de funcionamiento. Entre dos estados de conciencia consecutivos cualquiera existen umbrales de realidad⁵⁹, mas no existen fronteras perceptibles entre ellos. Los estados de conciencia son: Sueño, Pensamiento, Observación, Concentración y Meditación, cada uno con su propia simetría⁶⁰ "dentro" o "fuera", es decir, asociados a contenidos ideales internos o contenidos reales externos.

⁵⁹ Los Umbrales de la Mente han sido tratados en EL ETERNO PRESENTE, Sesha, Grial Editores, 1998, Bogotá.

⁶⁰ El concepto de simetría⁶⁰ es cercano al usado en la Física Cuántica; sin embargo, es analizado en profundidad en LOS CAMPOS DE COGNICIÓN, libro escrito por Sesha.

TABLA 3: Estados de conciencia según la intersección de los limitantes Espacial, de Fronteras y Causal

Espacial	Frontera	Causal	Estado de Conciencia asociado a la cognición y ejemplo
Total	"dentro"	Causal	Pensamiento Interior: Experimentar en el mundo Interior, y sin distancia, pensamientos o sensaciones situados en la franja Pasado-Futuro, mientras el <i>Sujeto</i> opera en vigilia
Particular	"fuera"	Causal	Pensamiento Exterior: Experimentar el mundo Exterior, y con distancia, pensamientos situados en la franja Pasado-Futuro, mientras el <i>Sujeto</i> opera en vigilia
Particular	"dentro"	Acausal	Observación Interior: Experimentar en el mundo Interior, y con distancia, contenidos situados en el Presente, mientras el <i>Exín</i> opera en vigilia
Total	"fuera"	Acausal	Observación Exterior: Experimentar en el mundo Exterior, y sin distancia, contenidos situados en el Presente, mientras el <i>Exín</i> opera en vigilia
Particular	"dentro"	Acausal	Concentración Interior: Experimentar en el mundo Interior contenidos No-duales mientras el <i>Saksim</i> excluye los restantes contenidos más allá de la frontera de cognición
Total	"fuera"	Acausal	Concentración Exterior: Experimentar en el mundo Exterior contenidos No-duales, mientras el <i>Saksim</i> excluye los restantes contenidos más allá de la frontera de cognición
Particular	"dentro"	Acausal	Meditación Interior: El <i>Atman</i> experimenta la ilimitada realidad No-dual. "Dentro" y "Fuera" no existen para el testigo del estado
Total	"fuera"	Acausal	Meditación Exterior: El <i>Atman</i> experimenta la ilimitada realidad No-dual. "Dentro" y "Fuera" no existen para el testigo del estad
Total	"dentro"	Acausal	Estado de Sueño: El testigo experimenta en el mundo Interior contenidos sin relación de causa-efecto con otros estados de conciencia que acontecen en estado onírico

La **Tabla 3** muestra los cinco estados de conciencia -Sueño, Pensamiento, Observación, Concentración y Meditación- como resultado de la intersección de los limitantes de Espacialidad, Frontera y Causalidad. A su vez, muestra ejemplos de las diversas modalidades de cognición que operan en el campo de cognición cerrado asociado a *Ishvara*⁶¹. Los cuadros rellenos con sombra denotan ausencia de realidad del limitante para el agente que experimenta en ese estado de conciencia. El *Saksim* que se Concentra no reconoce en su mundo el sentido de una cognición Particular o Total. De igual manera el *Atman*, mientras opera en Meditación, no reconoce el sentido de Particularidad, Totalidad, ni de "dentro" o "fuera", Presente o franja Pasado-Futuro.

APETENCIA DE FRUTO

Todo *Sujeto* tiende a realizar acciones con el fin de preservar su identidad individual. Fracciona el Presente situando los *Objetos* en la franja Pasado-Futuro, deformando la cognición en Total o Particular, o situando los contenidos "dentro" o "fuera" de una frontera sensoria.

Cuando el *Sujeto* se relaciona con un *Objeto* suele proyectarlo o proyectarse en el tiempo utilizando el sentido de provecho que otorga la búsqueda de una meta. Cada cual asegura su futuro preparándose en alguna disciplina intelectual, trabaja en una empresa que le reporta la Satisfacción de sus necesidades a corto, medio o largo plazo, observando un deporte de competición a la espera que gane su equipo preferido, etcétera.

Siempre, en todo momento y situación, hay de forma abierta o de forma velada un deseo que impulsa a obtener el fruto de la acción que se realiza. El sentido de proyección futurista que se implanta a la acción en el mismo instante de desear su fruto, crea la franja de Causalidad entre pasado y futuro.

Es imposible encontrar un evento futuro sin historia, sin raíz en el pasado. Todos los eventos experimentados

61 Todos los estados serán estudiados en la Segunda Parte: LA MEDITACIÓN PRÁCTICA.

que poseen raíz en un pasado tienen una naturaleza Causal. En cambio, los eventos que no tienen raíz en un pasado poseen una naturaleza No-Causal.

A modo de ejemplo sitúe un evento cualquiera de un sueño. Lo que allí ocurre tiene raíz en la vigilia, mas no en el estado onírico. Por tal razón, los eventos propios del estado de conciencia del sueño no generan Causalidad en vigilia. A su vez, cualquier evento del estado de conciencia de vigilia tiene siempre raíz en otro suceso pasado también de vigilia, es decir, en un estado de similar condición. Como conclusión se podrá afirmar que en el estado onírico no existe la posibilidad de generar *Karma*, mientras que en el estado de vigilia sí.

DIÁLOGO 8

Apetencia de fruto

Sesha: (*Dirigiéndose nuevamente a un estudiante*). Hace un momento estudiamos la naturaleza de los limitantes Espacial y de Frontera. Ahora intentaremos profundizar en el limitante de Causalidad.

Estudiante: *Efectivamente.*

S: ¿Son claros los conceptos Particularidad y Totalidad?

E: *Sí. Tienen que ver con la representación espacial gracias a la cual Sujeto y Objeto se experimentan con o sin distancia.*

S: Correcto. ¿Son claros los conceptos "dentro" y "fuera"?

E: *Sí. Tienen que ver con aquellos contenidos ideales o reales conocidos gracias a la intermediación sensoria o a su ausencia.*

S: Debido a la frontera sensoria existe una apreciación de diferenciación de *Sujeto y Objeto*. Las fronteras conforman un campo cerrado de cognición que incluye, en un momento cualquiera de la cognición, innumerables contenidos Particulares o Totales situados "dentro" o "fuera" de la frontera sensoria.

E: Sí, es claro.

S: ¿Y respecto al limitante de Causalidad?

E: Por lo que entiendo, genera sentido de continuidad temporal a los contenidos asociados a la Frontera.

S: Correcto. ¿Qué entiende usted por apetencia de fruto?

E: Realizar una acción buscando el provecho futuro que pueda obtener con ella. A ello se le denomina karma.

S: ¿Alguna vez ha realizado alguna acción sin provecho, sin apetencia de fruto?

E: Alguna vez... sí... sin darme cuenta (risas).

S: Realizar la acción con apetencia de fruto, implica crear *karma*, generar Causalidad, inducir un nexo entre el acto realizado y su posterior consecuencia.

E: Efectivamente, pero realizar sin provecho la acción es muy difícil. Siempre hay un porqué, siempre hay una razón por la cual actúo.

S: Mientras duermes y sueñas, ¿realizas acciones?

E: Evidentemente.

S: ¿Actúa con apetencia de fruto?

E: Por supuesto.

S: ¿Y crea *karma*?

E: Pues..., por lo que ha dicho anteriormente, no.

S: ¿Cómo puede ser realizada una acción idéntica con apetencia de fruto en dos estados diferentes, vigilia y sueño, y que en uno de los estados de conciencia se cree *karma* y en otro no?

E: ¡Qué pregunta! Tal vez porque vigilia y sueño son diferentes.

S: ¿Diferentes?

E: Sí. Una cosa es estar despierto y otra dormido.

S: Pero si es el mismo *Sujeto*, la misma yoidad en uno u otro estado, ¿habría diferencia?

*E: No, por lógica no la habría. Pero no hay salida, pues efectivamente no hay *karma* en sueños. De haberlo, cada noche continuaríamos con la secuencialidad del día anterior.*

Por experiencia sé que eso no ocurre, por lo menos a mí. Sin embargo, el karma nace por el sentido de provecho con que se realiza la acción. Si hay provecho en ambos debería haber karma en ambos.

S: ¿Y cuál es la salida?

E: No la sé.

S: ¿Qué tal si el *Sujeto* no fuera el mismo en vigilia y sueño?

E: Entonces el "yo" sería diferente en la vigilia que en el sueño y cambiaría con cada pensamiento. Emergería y moriría con cada pensamiento, como lo hace una ola del mar. No tendría continuidad.

S: ¿Quién da vida al "yo" del sueño?

E: ¡El "yo" de vigilia!

S: Su yoidad de vigilia imagina su "yo onírico". ¿Qué realidad, qué continuidad puede tener un "yo" con semejante simiente?

E: Ninguna.

S: ¿Quién da vida a la yoidad de vigilia?

E: No lo sé.

S: ¿Quién provee de realidad a una serpiente mientras lo que realmente observa es una sogá? ¿Quién da vida a la yoidad de vigilia?

E: La yoidad de vigilia tampoco existe, es tan solo la aparente creencia dual de *Sujeto* y *Objeto* delimitado por fronteras que tienden a permanecer por Causalidad.

S: Lo que un "Sujeto onírico" experimenta no puede crear Causalidad, pues él no es causa, es solo consecuencia. Si usted compra en un supermercado mientras duerme, no podrá encontrar la nevera llena al despertar. El comprador no posee en su naturaleza esencial la capacidad de producir consecuencias. La vida del *Sujeto* y la de todos los *Objetos* oníricos son reales mientras se los experimenta, pero al despertar mueren y no dejan huella en el futuro.

Tanto *Sujeto* como *Objeto* oníricos se parecen a los fotogramas de una película de cine: la velocidad del proyector monta cada recuadro y al ser reflejados en pantalla simulan continuidad, realidad.

SENTIDO DE PERTENENCIA

Todo *Sujeto* usa la acción para afirmarse a sí mismo. El hecho de sentirse "hacedor de la acción" delimita el constante fluir de los *acontecimientos que se están sucediendo* y los circunscribe en forma de conceptos mentales.

Apresar la acción y delimitarla agregándole sentido de pertenencia detiene el fluir del "aquí y el ahora" y convierte el Presente que *acontece* en pasado. Cuando observa el mundo y lo interpreta mentalmente en innumerables partes, en realidad no ve el mundo; simplemente está evocando contenidos previos, uno tras otro, bajo condiciones de cognición similares a cuando las fijó por primera vez. Por ello su mundo, su historia, su yoidad, no entra en conflicto, no se deshace, no se disuelve mientras recuerda.

Creer que el *Sujeto* conoce implica convertir al Presente en pasado. Basta que existan las condiciones necesarias de cognición, como es el sentido de pertenencia o yoidad, e instantáneamente se crea una franja de causalidad Pasado-Futuro, es decir, se genera *karma*. Cuando el *Sujeto* que actúa es una idea de otro *Sujeto*, tal como ocurre en sueños no se favorece las condiciones de cognición necesarias para crear la franja de Causalidad Pasado-Futuro y, por lo tanto, no hay nexo entre quien hace, lo hecho y el resultado futuro de la acción; es decir, no se genera *karma*.

DIÁLOGO 9

Sentido de pertenencia

Sesha: Alguna vez ha logrado, mientras observa una película de cine, sumergirse totalmente y permanecer absorto en la pantalla.

Estudiante: *Sí, alguna vez. Es una sensación extraña, pues mientras perdura hay cognición pero no se aprecia indicio de yoidad. Momentáneamente, el Sujeto se funde en el campo cognitivo; en este caso, en la pantalla de cine.*

S: Así es. Cuando practica un deporte, trabaja o lee un libro, en cualquier condición de vida, suele ocurrir la disgregación momentánea del ente egoico. Sin ser testigo de ello el *Sujeto* se diluye, es decir, no se localiza a sí mismo como parte activa de la cognición. En esos casos excepcionales no existe yoidad y, por lo tanto, el campo cognitivo no reconoce sentido de egoencia. Sin embargo, es necesario diferenciarlo de la afirmación: “No me di cuenta mientras realizaba la acción, pues estaba distraído en algún otro pensamiento”. Se asume la dilución egoica como válida cuando está únicamente asociada con un *acontecimiento que está sucediéndose* en el Presente. La distracción no excusa la acción ni la inacción, ni obvia la responsabilidad sobre otro hecho diferente al que sí debería estarse realizando. Por ejemplo, dar marcha atrás con el coche y golpear un transeúnte no es excusable por afirmar: “me distraje un momento, no fui yo intencionalmente”. Lógicamente, la intención de hacer daño no existe; sin embargo, aducir ausencia de yoidad en ese momento es absurdo. Simplemente, la mente vagaba por otro mundo, asociada a otro estado de conciencia, razón por la cual es imposible atestiguar al mismo tiempo dos eventos de estados de conciencia diferentes.

Otro caso muy diferente es hacer daño voluntariamente. El hecho mismo de que exista un acto volitivo implica presencia de yoidad. No existe acto volitivo exento de yoidad. Cuando la acción forma parte del Presente y es susceptible de realizarse sin yoidad, no existe entonces nexo entre la acción y su consecuencia; por lo tanto, la acción realizada no genera *karma*. No hay nexo, pues no existe *Sujeto* alguno que realice la acción. En sueños, por ejemplo, la acción realizada no deja huella de pasado ni huella de futuro. La acción realizada en el Presente tampoco activa la franja de Pasado-Futuro, por lo tanto tampoco allí se genera *karma*.

E: Al distraerme, suelo hacer cosas de las que no soy consciente. ¿Hay sentido de pertenencia?

S: Entienda: distraerse implica simplemente estar momentáneamente en otro estado de conciencia. En ese otro estado de conciencia aparece un *Sujeto* con características asociadas a esa realidad, más no es el *Sujeto* del estado previo de conciencia. Si está distraído, la mente vaga por la memoria hacia el pasado o se encuentra experimentando un contenido del Presente.

Experimentar un contenido en el Presente, no ajustado a oportunidad de lugar y tiempo, implica no poseer suficiente discernimiento para diferenciar una percepción válida que *acontece* de una errónea. Como ejemplo, es normal estar atento mientras da marcha atrás al conducir para evitar chocar con algo. Sin embargo, se distrae y la atención se dirige a otro sitio a causa del grito de un familiar desde dentro de la casa. Pierde la continuidad de la conducción y se accidenta. Grito, conducir y marcha atrás son simultáneas en un Presente *que acontece*; sin embargo, es necesario aprender a discernir lo

real de lo ilusorio, lo válido de lo erróneo. Los sistemas físicos y mentales de quien actúa en el Presente deben aprender a controlar que las acciones nazcan y mueran en oportunidad de lugar y tiempo, sin que se interponga otra de por medio.

Cuando los sistemas cognitivos actúan en el Presente de manera correcta, el ejecutor de la acción, el *Sujeto*, desaparece como por arte de magia. La acción, mientras no hay yoidad, aún se realiza, pero con menor esfuerzo y mayor eficiencia.

E: Al no existir Sujeto, ¿quién realiza la acción?, pues la acción posteriormente es verificable como acontecida.

S: La acción se verifica posteriormente como realizada en un plano de conciencia asociado a un *Sujeto* que posee naturaleza similar a la del plano en donde ocurre la acción inicial. Si quien verifica la acción lograra permanecer en el acto de fluir sin yoidad, notaría que el universo no se aprecia en partes, razón por la cual su pregunta carece de sentido.

E: ¿Puede ser otra persona quien posteriormente verifique como válido lo acontecido?

S: Cualquier individuo que avale como acontecida una acción que fluye en la franja Pasado-Futuro demuestra que forma parte de una realidad dual, en donde él, como *Sujeto*, es una fracción de las infinitas posibles partes que fluyen en la franja.

E: ¿Cómo dos individuos pueden interpretar el mundo de manera tan opuesta y, sin embargo, asumir que lo real es su propia percepción?

S: Es la paradoja divina, que nos muestra la relatividad de todo lo existente. Mientras exista dualidad de cualquier tipo, el universo y quien lo conoce están sujetos a relacionarse en el mundo como Totalidad o Particularidad; a reconocerse siendo parte de algo

situado "dentro" o "fuera" de una Frontera; a crear Causalidad o no, respecto a la acción que se realiza.

E: ¿Cómo puedo verificar como correcta o incorrecta una acción si no existe testigo de ella?

S: Cuando certifique empíricamente que el universo posee identidad No-dual, cerciorará que no existe espacio para intercalar otras realidades. Vivenciará la continuidad del Presente, certificará que quien conoce no es usted; quien realmente Conoce es lo Conocido, es decir, la Conciencia en su atributo No-dual.

¿Quién conoce mientras lee concentrado un libro?

E: No lo sé. Mientras leo, tan solo leo.

S: ¿Mientras lee, hay consciencia de lectura?

E: ¡Por supuesto!

S: ¿Quién es consciente del acto de leer mientras se concentra?

E: ¡Yo!

S: ¿Y dónde sitúa su yoidad mientras está concentrado leyendo?

E: No lo sé, no lo sé...

S: La Conciencia No-dual atestigua el universo entero sin apreciación alguna de tiempo o espacio. Todo lo sabe, todo lo entiende, mientras así opera es, a la vez y simultáneamente, testigo y lo atestiguado.

EL LIMITANTE INTERPRETATIVO

Todo *Sujeto* conoce *Objetos*. Conocer implica afianzar un puente entre realidades. El brillo de la Conciencia produce conocimiento. Interpretar implica pensar; conocer implica Conciencia. Interpretar lo conocido requiere de un instrumento mental. Para el *Vedanta* pensar y conocer son dos cosas distintas; quien realmente conoce no es la mente, es la Conciencia. La mente es un instrumento de interpretación de lo conocido, pero no es quien conoce. Es posible conocer sin que medie el instrumento interpretativo mental.

Cuando se afirma que en el Presente las cosas son un "algo" con atributo de "nombre" y "forma", se pierde noción de la naturaleza No-dual del "aquí y del ahora" y, en su defecto, se proyecta en la esfera de la conciencia individual una región delimitada que hace parte de la memoria, del pasado. Ocultar la naturaleza No-dual del Presente, mientras se advierte como real una región dual de cognición, se denomina *Maya*, ilusión.

El limitante Interpretativo, gracias a la operatividad de la mente, vela la realidad No-dual y proyecta una ilusión que induce el nacimiento de la conciencia individual y del mundo dual; ambos se advierten como reales. El Presente queda relegado a multiplicidad de *Sujetos* y *Objetos* que se experimentan con o sin distancia, formando parte "dentro" o "fuera" de una frontera, con raíz en el pasado y evolucionando hacia el futuro.

La dualidad posee una cuádruple naturaleza esencial, es decir, es el resultado de la intersección de cuatro modalidades de limitantes: Espacial, Fronteras, Causalidad e Interpretativo. Los limitantes originan innumerables estados de conciencia.

DIÁLOGO 10

Limitante interpretativo

Sesha: (*Dirigiéndose a un estudiante*). Es posible imaginar perros que hablan, montañas que saltan. Inclusive hay quienes mientras duermen vuelan y son capaces de hacer acrobacias que violan las leyes de la física.

Estudiante: *Efectivamente, es posible imaginar toda suerte de situaciones tal como ocurren en los dibujos animados. Es posible con la mente realizar cualquier acto o llevar a cabo cualquier proyecto. La mente es un maravilloso instrumento*

que simula cualquier condición y aviva lo inexistente, mostrándolo como cercano, posible y realizable.

S: Es cierto. La mente posee el don de ofrecer a nuestra vista innumerables maneras de percibir la realidad. Puede tergiversar, acomodar, aumentar, disminuir y, pese a todo lo conocido, evocado o imaginado, dota de realidad lo que momentáneamente su mundo cobija.

E: *He soñado en ocasiones con mundos que jamás he visto, y he realizado actos que nunca imaginaría fuera capaz de hacer.*

S: ¡Qué extraño poder tiene la mente!

E: *¿Cuál es la esencia de su poder?*

S: El verdadero poder de la mente consiste en proyectar un mundo dual e inexistente que parece real. Mientras así opera, la mente oculta simultáneamente su verdadera naturaleza No-dual, que ha subsistido, subsiste y subsistirá por siempre.

E: *¿Cómo hace eso la mente, cómo puede "tomarnos el pelo" de esa manera?*

S: Realmente nunca lo ha hecho. El mundo que usted atestigua bajo su apreciación egoica no existe. El universo, como entidad diferenciada, existe solamente en su mente. Más allá de la mente existe otra forma de experimentar el universo. Usted podría aseverar contra viento y marea que, efectivamente, las montañas, el cielo y sus compañeros son diferentes entre ellos. La lógica más simple y el sentido común más primario de cualquiera de sus compañeros también lo confirma. Sin embargo, esa apreciación es falsa. Tan solo perciben continuamente toda variante de "nombres" y "formas". "Nombres" y "formas" danzan como fantasmas en la noche, creando la inexistente sensación de vida que ya no poseen. Vuestro mundo y vuestra percepción son erróneos. Nada en vuestra percepción puede asegurar que lo conocido no cambie. La vorágine de impermanencia planea sobre todas las cosas de este universo dual. Aun así, quien lo percibe cree que, junto

con el universo, son reales. Se considera real al universo tan solo por el hecho de atestiguarlo mentalmente.

Conocer no es diferenciar un "nombre" de otro, ni una "forma" de otra. El real Saber implica conocer al perceptor final de la percepción. ¡Qué importa conocer un "nombre" o diferenciar una "forma" de otra! Lo realmente importante, lo único válido de saber, lo que asegura la libertad final, es reconocer al perceptor final, conocer a quien realmente conoce, aquel que siempre es, que jamás cambia, que no posee parte alguna. Más tenue que el átomo y cuyo brillo refulege más que mil soles juntos: ¡He aquí la Sabiduría!

Su gran error consiste en suponer que la mente es quien conoce. Mientras duerme, todos los contenidos experimentados hacen parte del sueño. Al despertar, supone que efectivamente su yoidad durmió. Mientras piensa en vigilia, asume que la yoidad recuerda. Mientras observa el mundo, presume que la yoidad aprende, entiende. ¡Qué craso error! Usted no conoce, usted no existe; usted cree que aprende, imagina que existe. Asume que existe porque reconoce un mundo externo que no es usted. ¿Dónde finaliza en usted su yoidad y dónde empieza el mundo que observa?

La mente es un inmenso calidoscopio que multiplica las inexistentes fronteras de los *Objetos* asumiendo que son reales. Sin embargo, nada, absolutamente nada de lo que usted conoce es realmente así. El mundo que usted conoce es precario de realidad. No ve realidades; detecta "nombres" y "formas", que simulan ser realidades que cambian en el tiempo y en el espacio, diferenciadas por fronteras inestables.

Basta sostener la ausencia de interpretación mental para entender lo que digo. Para que evidencie la majestuosidad de quien realmente conoce, basta que por un momento detenga la alocada carrera de sugerir "nombre" y "forma" a lo conocido. Déjese envolver por "Aquello" que ronda en todas partes, por "Aquello" que Sabe, que

no tiene "forma" y a Quien no se le puede asignar "nombre". ¿Cuál es la apreciación más inteligente que el *Vedanta* ha entregado a Occidente? La No-dualidad. El concepto de No-dualidad es la idea más profunda, maravillosa e inmensa que ha dado la humanidad. Es el gran regalo de Oriente para Occidente y el mundo.

E: ¿Siempre hay "nombre" y "forma" asociado a la actividad mental! ¿Cómo, pues, desactivar "nombre" y "forma" para con ello desactivar la mente?

S: La mente y su yoidad son tan reales como una montaña mientras se la sueña, pero tan volubles como el mismo acto del despertar y la disolución inmediata de la montaña. La salida, por supuesto, no es imaginar a la montaña inexistente o asumir que es necesario despertar, pues ambas opciones implican actividad mental. La solución ha sido expuesta magistralmente por los grandes *Gnanis*⁶² que lograron la verdad final: es necesario reconocer a la Conciencia como perceptora final y, para ello, es necesario indagar la naturaleza de la percepción hasta encontrar "Aquello" que no es conocido por nadie más, el perceptor final de la percepción: *Brahman*⁶³. Pregúntese: ¿quién conoce sin ser conocido por otro *Sujeto*?

E: Parece tan fácil...

S: Lo es: sitúese atento al Presente, no interprete el mundo, llénese de sí mismo. Permita que la naturaleza obre. Ser maestro en Meditación es ser maestro en el arte del no-esfuerzo. El fundamento de la práctica de la Meditación es actuar sin esfuerzo mental al indagar la naturaleza de lo percibido, a tal punto que ni aún el pensamiento de "soy" emerja a la superficie de la mente.

62 Conocedor de *Brahman*, de la realidad No-dual, cuya mente se ha deshecho de todo vestigio de dualidad.

63 El proceso de indagación del "yo", que lleva paso a paso al conocimiento del perceptor final, se denomina en sánscrito, *Atma Vichara*.

RESUMEN

Con este resumen se intentará aclarar los cuatro limitantes estudiados previamente. La razón del estudio de los limitantes estriba en que, gracias a ellos, es posible sistematizar los diferentes estados de conciencia que la mente humana es capaz de experimentar, y se puede situar la práctica de la Meditación en un ambiente veraz, lejos de la experimentación absurda y fantasiosa.

La naturaleza abstracta de los contenidos mentales es un inconveniente a su sistematización. A causa de la ausencia de sistematización, la práctica Meditativa suele ser confusa y las técnicas difieren.

Según lo visto en la tabla 3, la intersección de los cuatro limitantes (Frontera, Espacial, Causal e Interpretativo) genera cinco estados diferentes de conciencia y sus respectivas simetrías.

TABLA 4.
Estados de conciencia

Meditación
Concentración
Observación
Pensamiento
Sueño

La **Tabla 4** muestra los cinco estados de conciencia que operan en los practicantes de la Meditación. La mente, cuando conoce, puede situarse entre los estados de Sueño a Concentración. El sentido de diferenciación que opera en la mente, en estado de Meditación, es inexistente.

Ahora se resumirán las simetrías del limitante de Frontera asociadas a los cinco estados de conciencia:

TABLA 5. *Simetría de frontera*
Limitante de Frontera

Estados de conciencia	Simetría de Frontera	
	Simetría 1	Simetría 2
Meditación	Sin simetría	Sin simetría
Concentración	"dentro"	"fuera"
Observación	"dentro"	"fuera"
Pensamiento	"dentro"	"fuera"
Sueño	"dentro"	"fuera"

En la **tabla 5** están representados los cinco estados de conciencia y su respectiva simetría de Frontera (el análisis de cada estado debe realizarse desde el estado mismo que se analiza, y no desde otro diferente a él). En el caso de los practicantes de la Meditación, la frontera que diferencia "dentro" y "fuera" son los cinco órganos de los sentidos. El *Sujeto* experimenta "dentro", cuando percibe el mundo interno sin utilizar los órganos de los sentidos; esto es, el *Sujeto* conoce exclusivamente los contenidos de la memoria. El *Sujeto* experimenta "fuera" cuando reconoce el mundo externo a través de los órganos sensorios.

Ahora se resumirá la simetría del limitante Espacial asociada a los cinco estados de conciencia:

TABLA 6. *Simetría espacial*
Limitante Espacial

Estados de conciencia	Simetría Espacial	
	Simetría 1	Simetría 2
Meditación	Sin simetría	Sin simetría
Concentración	Sin simetría	Sin simetría
Observación	Particular	Total
Pensamiento	"Particular"	"Total"
Sueño	"Particular"	"Total"

En la **tabla 6** están representados los cinco estados de conciencia y su respectiva simetría Espacial. En el caso de la práctica de la Meditación y Concentración, la relación de contenidos que diferencia la percepción Particular de la Total se establece por la espacialidad entre *Sujeto* y *Objeto*. La percepción es Particular cuando el *Sujeto* conoce con sentido de distancia un *Objeto*; la percepción es Total cuando el *Sujeto* reconoce sin distancia un *Objeto*.

Ahora se resumirá la simetría del limitante Causal asociada a los cinco estados de conciencia:

TABLA 7. *Simetría causal*
Limitante Causal

Estados de Conciencia	Simetría Causal	
	Simetría 1	Simetría 2
Meditación	Sin	Sin
Concentración	Sin	Sin
Observación	Sin	Sin
Pensamiento	Acausal	Causal
Sueño	Acausal	Causal

En la **tabla 7** están representados los cinco estados de conciencia y su respectiva simetría Causal (el análisis de cada estado debe realizarse desde el estado mismo que se analiza, y no desde otro diferente a él). En el caso de la práctica de la Meditación, Concentración y Observación asociadas al Presente no existe simetría, debido a la presencia de *Sujeto* y *Objeto* en el campo cognitivo. Mientras existe sueño el *Sujeto* se reconoce "hacedor" de actos, pero ellos no tienen repercusión en otros estados como sí ocurre en el estado de Pensamiento, donde los actos del *Sujeto* repercuten en el estado de Sueño.

Ahora se resumirá la simetría del limitante Interpretativo asociada a los cinco estados de conciencia:

TABLA 8. *Simetría interpretativa*
Limitante Interpretativo

Estados de Conciencia	Simetría Interpretativa	
	Simetría 1	Simetría 2
Meditación	Sin	Sin
Concentración	Real	No real
Observación	Real	No real
Pensamiento	Real	No real
Sueño	Real	No real

En la tabla 8 están representados los cinco estados de conciencia y su respectiva simetría Interpretativa. En el caso de la práctica de la Meditación no existe simetría, pues no existe trazo alguno de mente en el que ella pueda reflejarse a sí misma. Los demás estados de conciencia se experimentan como reales mientras operan, e inexistentes cuando se advierte otro diferente.

INTERSECCIÓN DE LOS LIMITANTES

Para hacer más entendible la naturaleza de los limitantes, se interceptará el estado de conciencia de Pensamiento con el limitante de Fronteras y el limitante Espacial. La fusión de todos los limitantes crea varias modalidades de cognición, es decir, diversos modos de conocer, diversos estados de conciencia en los que un agente de cognición puede conocer consecutivamente. Como ejemplo se utilizará el estado de conciencia Pensamiento (véase sombreado tabla 4), la simetría del estado de Frontera (véase sombreado tabla 5), la simetría del limitante Espacial (véase sombreado tabla 6), la simetría del limitante Causal (véase sombreado tabla 7) y la simetría del limitante Interpretativo (véase sombreado tabla 8).

TABLA 9. *Estado de conciencia de pensamiento*
Intersección Frontera y Espacial

Estado de conciencia	Limitante de Frontera		Limitante Espacial	
	Simetría 1	Simetría 2	Simetría 1	Simetría 2
Pensamiento	"dentro"	"fuera"	Particular	Total

La **tabla 9** relaciona e integra el estado de conciencia de Pensamiento, junto con la simetría 1, "dentro", y la simetría 2, Total. El resultado es una modalidad de cognición asociada al estado de Pensamiento (modalidad de acontecimientos que hacen parte de la memoria), interna a los sentidos ("dentro"), donde los contenidos mentales se perciben sin distancia del *Sujeto* (Total).

El ejemplo ofrece como resultado una modalidad de cognición asociado al estado de conciencia de Pensamiento donde el individuo está sumergido en su memoria y los contenidos evocados se integran en quien los conoce. Tal es el caso de recordar, por ejemplo, los detalles de un bello paisaje, las facciones de un rostro, etcétera.

Si se intercepta el limitante de Causalidad al ejemplo anterior, tendríamos los siguientes elementos:

TABLA 10. *Estado de conciencia de pensamiento*
Intersección de Frontera, Espacial y Causal

Estado de Conciencia	Simetría de		
	Frontera	Espacial	Causal
Pensamiento	"dentro"	Particular	1. <i>Akarma</i> (Presente)
			2. <i>Karma</i> (Pasado-Futuro)

La **Tabla 10** relaciona e integra el estado de conciencia de Pensamiento junto con la simetría "dentro", la simetría Particular y la simetría Causal (relaciona la acción con la franja Pasado-Futuro). En este

caso, el perceptor contempla con regocijo el bello paisaje que evoca y siente que la imagen evocada es de su propiedad, o simplemente desea fijarla en forma de recuerdo. Al Particularizar, el *Sujeto* experimenta distancia mental respecto al contenido experimentado, pero el perceptor y lo percibido son de naturaleza mental asociada al pasado. Existe causalidad de eventos y el *Sujeto*, por ejemplo, tiene el poder mediante la voluntad de futurizar el contenido gracias al deseo de memorizar el paisaje o desear volver a visitarlo en algún otro momento.

TABLA 11. *Estado de conciencia de pensamiento*
Intersección de los limitantes: ESPACIAL "Total", de FRONTERA "dentro", CAUSAL "kármico", e INTERPRETATIVO

Estado de Conciencia	Simetría de			
	Frontera	Espacial	Causal	Interpretativa
Pensamiento	"dentro"	Total	Karma P - F	Real
				No real

Tabla 11. El limitante de Interpretación genera apreciación de realidad a lo experimentado. El limitante Interpretativo oculta la realidad No-dual y proyecta⁶⁴ contenidos aparentemente reales. Los contenidos son conocidos por un *Sujeto* que posee sentido de realidad y está constituido por "nombre" y "forma". Todos los limitantes pueden resumirse en "nombre" y "forma". (P-F = franja Pasado-Futuro)

El limitante Interpretativo sirve de contenedor a los restantes tres limitantes, dota de realidad a cualquier forma de limitancia en él contenida. "Nombre" y "forma" resumen la naturaleza del acto de cognición realizado por un *Sujeto*.

El limitante Interpretativo se asimila al espacio, ambiente en el cual los volúmenes duales cobran realidad. Mientras "nombre" y "forma" sean susceptibles de ser apresados por la mente, el ser humano permanecerá en el ascensor que lo lleva consecutivamente de uno a otro estado de conciencia, hasta que por fin, aquietando la fluctuación mental, impida la disociación dual que generan los limitantes.

64 En sánscrito *Avarana* y *Vikshepa Shakti*, los dos poderes de *Maya*, la ilusión: Velar la realidad y Proyectar una irrealidad.

SEGUNDA PARTE

**LA MEDITACIÓN
PRÁCTICA**

Capítulo 4



Estados de conciencia asociados al presente

INTRODUCCIÓN

La naturaleza interior y abstracta de la práctica meditativa es un obstáculo a su sistematización. El estudio de la naturaleza de los cuatro limitantes permite organizar, de manera clara, las diferentes fases en que incurre el proceso Meditativo.

La teoría más conocida respecto a la sistematización de la mente y aceptada en gran parte por el *Vedanta*, fue en su momento desarrollada por el sistema *Samkhya*⁶⁵ mediante su gran exponente *Patanjali*⁶⁶.

¿Qué es la Meditación y cuáles son sus características fundamentales? ¿Cuáles los estadios previos que acontecen antes de lograrla?

Para responder las preguntas es menester entender la naturaleza de los cuatro limitantes. Son conceptos que poseen la capacidad de relacionar mentalmente las ideas más abstractas que existen y asociarlas a los conceptos más elementales y concretos de la práctica Meditativa.

65 Cuarto de los "seis puntos de vista" ortodoxos de la tradición Hindú.

66 Primer estudioso profundo de la naturaleza de la mente. Sus conclusiones hacen parte del conocido texto *Yoga Sutras*, base del sistema *Raja Yoga*.

La No-dualidad ha de entenderse como elemento esencial del *Vedanta*. *Brahman*, o esencia Absoluta No-dual, es el sostén de cualquier apreciación intelectual. *Brahman*, desde la perspectiva de la Conciencia, toma el nombre de Conciencia Pura o Conciencia No-dual.

La No-dualidad no puede ser conocida por un tercero ajeno a Ella misma, pues su naturaleza esencial es no-diferenciación. La No-dualidad se conoce a Sí misma, se revela a Sí misma. Nadie puede dar testimonio de Ella, excepto Ella misma.

La dualidad es el resultado del juego interrelacionado de cuatro aparentes limitantes. Los limitantes tienen como fin mostrar la multiplicidad que opera en la mente, impidiendo la apreciación de la identidad de los contenidos asociados. La dualidad dota de límites a cada una de sus partes, y otorga apariencia de continuidad y estabilidad al conjunto universal de contenidos.

La dualidad opera exclusivamente en la mente. Más allá de la cognición dual, allende la mente, existe otro mundo, poco conocido por la gran mayoría de los mortales, cuya esencia es Seidad, Conciencia y Bienaventuranza Absolutas. Nadie puede atestiguar mentalmente la No-dualidad. Jamás ha existido ni existirá un *Sujeto* que logre circunscribir la experiencia interior de la No-dualidad en forma de recuerdo, ni atesorarla en forma de memoria.

Se usarán los limitantes de Fronteras, Espacial, Causalidad e Interpretación para mostrar un camino ordenado de la práctica Meditativa. Así mismo, se abordará el concepto de No-dualidad como sinónimo de Presente. Se estudiarán los estados de conciencia producidos por la interrelación de los cuatro limitantes asociados a la temporalidad del Presente. Como resultado, se obtienen tres estados de conciencia: Observación, Concentración y Meditación, y sus respectivas simetrías.

ESTADO DE OBSERVACIÓN

LA OBSERVACIÓN INTERIOR

De acuerdo al limitante de Frontera, la práctica de la Observación interior se realiza asociada a los contenidos situados "dentro". "Dentro" existen emociones, pensamientos, sentimientos. "Dentro" hay dos tipos de contenidos: los asociados a la franja Causal Pasado-Futuro y a la realidad No-dual del Presente.

La Observación interior solamente advierte como válidos los contenidos interiores que hacen parte del "aquí y del ahora". En cambio, los estados de Sueño y Pensamiento, advierten como válidos los contenidos interiores que fluyen en la franja Pasado-Futuro.

Observar interiormente implica, entre otras cosas, apresar contenidos *que están aconteciendo* no detectados por los cinco sentidos físicos.

Cualquier contenido percibido mediante los sentidos físicos impide la correcta práctica de Observación interior, y debe evitarse. Por ejemplo: detectar cualquier parte del cuerpo, ruidos, voces, observar luminosidad o sombras con la vista, etcétera.

El mundo que emerge en la Observación interior es totalmente ideal y *está aconteciendo*; cualquier apreciación sensoria externa es errónea y debe evitarse.

Pero ¿qué implica un mundo ideal que está aconteciendo?

Implica que los contenidos interiores han de representarse a la cognición como Particulares. Esto es: todo contenido mental que sea experimentado en el mundo interior debe permanecer con distancia respecto al *Sujeto* que lo conoce; es decir, el *Sujeto* debe atestiguar que él no es el *Objeto* conocido. En caso de Totalizar la percepción interior, emerge otro estado de conciencia: el estado de Pensamiento. Allí el *Sujeto* se atestigua unificado con el *Objeto*, asumiendo sus características.

En resumen: quien opte por la Observación interior como trampolín a la posterior experiencia No-dual, ha de desconectar primero los sentidos físicos, posteriormente descubrir el único contenido válido ideal interior que *está aconteciendo* (ser únicamente *Sujeto* en forma de *Exín*⁶⁷) y mantener a la distancia cualquier contenido que emerja. El contenido más común, más continuo, más primario de todos los posibles contenidos mentales que *se están sucediendo* es el acto de conocer como un testigo, como un yo, como un *Exín*. La unidad primaria epistemológica del estado de Pensamiento se denomina *Sujeto*. La unidad epistemológica del estado de Observación se denomina *Exín*. Experimentar ser perceptor a la distancia de *Objetos* internos implica, respecto al limitante Espacial, ser un *Exín* que Particulariza la cognición.

Una mente poco trabajada en la disciplina interior logra, de manera intermitente, experimentar el sentido de distancia. Se sitúa momentáneamente a distancia de sus pensamientos y luego, sin control, se sumerge inevitablemente en ellos; así una y otra vez. Pasa cíclicamente de la franja Pasado-Futuro Total al Presente interior Particular. La momentaneidad de permanencia en la franja de cognición Particular asociada al Presente es una característica importante del estado de Observación.

En conclusión: han de desconectarse inicialmente los sentidos; es necesario Particularizar la percepción y reconocer al *Exín* como agente cognitivo⁶⁸ que *acontece* en el

67 *Exín*, denota el acto cognitivo donde el *Sujeto* se funde con el *Objeto* en un campo cualquiera de cognición. Lo componen las preposiciones latinas EX e IN, que asociadas indican fusión de lo interior con lo exterior. *Exín* conoce como una unidad carente de historia que permanece difuminada en un campo de cognición. Con la experiencia de la Observación, el *Sujeto*, como agente de la cognición, es reemplazado por el *Exín*, identidad de cognición diferente al *Sujeto*, que emerge en el nuevo estado y es testigo de lo que allí se conoce.

68 Ser *Sujeto* no es el único contenido válido, pues posteriormente aún él se diluirá en el siguiente estado de conciencia; simplemente, es el contenido más común de todos los existentes en la mente.

mundo interior. Un *Sujeto* situado en el mundo interior que Totalice, es lanzado automáticamente a la memoria; en cambio el *Exín*⁶⁹, asociado al Presente en el mundo interior, automáticamente se distancia de los contenidos mentales, es decir, se Particulariza.

¿Qué se percibe en la Observación interior?

Hay innumerables posibilidades de cognición. Cualquier *Objeto* mental conocido, situado a la distancia de quien lo observa mientras esté en el Presente, implica ser participe de la Observación interior.

¿Cuál es la Observación interior más profunda?

Aquella en la cual el contenido, experimentado a la distancia, es amorfo⁷⁰, indiferenciado⁷¹ y homogéneo⁷². Esta modalidad de Observación interior se denomina "Observación final". Quien así observa se denomina "Sujeto final" o *Exín*. Al contenido observado le denominamos "Objeto final".

¿Cómo se logra saltar desde allí a la Concentración interior?

El estado de conciencia siguiente por alcanzar se denomina Concentración interior. Para lograrlo, es necesario que el *Exín* aprenda a observarse a sí mismo excluyendo cualquier otra opción de percepción. El sentido de localización respecto a cualquier contenido interior, incluso del "Objeto final", debe extinguirse. En la "Observación final" es necesario que el *Exín* aprenda a volcarse sobre sí mismo, perdiendo la referencia del "Objeto final". La referencia cognitiva del *Exín*, como identidad que conoce, ha de ser el único *Objeto* de conocimiento en todo el campo cognitivo.

Lo único válido para llegar a la Concentración interior es conocer al *Saksim* en la Observación interior; al *Exín* mismo. Cuando es posible mantener este nivel de cognición -el

69 El *Exín* es el *Sujeto* de la Observación.

70 Sin forma. Allí es imposible atestiguar los límites del contenido, excepto el que lo diferencia con el *Exín*, que lo percibe.

71 Sin diferencia, es decir, es imposible atestiguar dualidad en lo percibido.

72 Todo el campo de cognición conocido posee la misma característica.

Exín conociéndose como *Exín*- la referencia cognitiva del *Exín* ¡desaparece! y da paso al *Saksim*, identidad propia del estado de Concentración.

El *Exín* firmemente afianzado en la percepción de sí mismo se "desdobla mágicamente" en "Sujeto y Objeto" de la Concentración. Allí el nuevo "Sujeto" y el nuevo "Objeto" se relacionan como no-diferentes, como no-duales, y adoptan, al igual que el *Exín*, el poder de la Conciencia, la fuerza del Conocer. A dicha identidad consciente del estado de Concentración se le denomina *Saksim*.

Convierta la práctica en hacer que perdure el reconocimiento del *Exín* sobre cualquier otro contenido interior. La permanencia del *Exín* induce la cognición a nuevo nivel de realidad asociada a la Concentración interior.

¿Qué hacer para lograr la Concentración interior?

Nada, absolutamente nada. Tan solo permanecer atento a lo que *está sucediendo*. No intente definir, comparar, relacionar ni inferir *lo que sucede* respecto a otro contenido ya sucedido. El universo dual es una ilusión avivada por el fuego de la mente; desactive la fluctuación mental y la dualidad desaparecerá. Entonces aquello que siempre conoce será testigo de la realidad No-dual, sin tiempo ni espacio, sin causalidad, sin inicio ni fin.

¿Qué diferencia existe entre la Observación interior y la Concentración interior?

La única diferencia radica en la intermitencia y nivel del "esfuerzo psicológico" de la percepción. En la Observación interior existe mayor esfuerzo psicológico, es decir, mayor nivel de identificación *Sujeto y Objeto* y menor permanencia en el Presente. Igual circunstancia ocurre entre la Observación y la Concentración externa.

LA OBSERVACIÓN EXTERIOR

Observar exteriormente implica apresar contenidos externos situados "fuera", que son detectados únicamente por intermediación de los sentidos físicos. La Observación exterior reconoce exclusivamente contenidos materiales que *están sucediendo*: las formas y colores que el ojo reconoce, la gama de vibración sonora que el oído capta, el matiz de olor propio de la sensibilidad olfativa, etcétera. Cualquier otro contenido no percibido mediante los sentidos físicos impide la correcta práctica de la Observación exterior, y deben evitarse, por ejemplo, la evocación de los contenidos ideales propios de la franja Pasado-Futuro.

El mundo que emerge en la Observación exterior es totalmente material y *está aconteciendo*. Es necesario aprender a observar el mundo como si estuviera en actitud de aprendizaje, de novedad, de descubrimiento, sin interponer catalogación o atributo mental a lo percibido, tal como lo hacen los niños: solo observan, no interpretan.

Pero ¿qué implica un mundo material que está aconteciendo?

Todo contenido externo experimentado debe fusionarse con el *Sujeto* que lo conoce. El *Sujeto*, como entidad diferenciada, debe desaparecer momentáneamente⁷³ y dar paso a la cognición Totalizada.

En caso de Particularizar la percepción externa, emerge otro estado de conciencia: el estado de Pensamiento. Allí, el *Sujeto* se distancia y cataloga el *Objeto* asumiendo independencia de él. Es la manera más común de percepción humana mientras se experimenta "afuera". Cuando el individuo mantiene distancia y observa, cree que está conociendo el mundo, cuando en el fondo tan solo lo observa y lo recuerda, pues su mente no contempla sino que asigna constantemente "nombre" y "forma" a lo percibido.

73 Mientras opera la Observación exterior.

En resumen: quien opte por la Observación exterior como trampolín para lograr la posterior experiencia No-dual, ha de activar los sentidos físicos y desconectar el sentido egoico. No debe interpretar mentalmente lo que conoce ni interpretar mentalmente sus contenidos interiores; ha de descubrir que los únicos contenidos válidos por conocer forman parte del mundo exterior que *está aconteciendo*: edificios, montañas, cuerpos físicos de toda índole, etcétera. Los contenidos más comunes que pueblan el mundo externo deben ser percibidos con los sentidos físicos. La unidad primaria, en el ámbito epistemológico de la Observación exterior, se denomina *Exín*. La unificación de *Sujeto* y *Objetos* mientras se está "fuera" Totalizando da nacimiento a una nueva unidad cognitiva denominada *Exín*.

Una mente común logra la unificación de manera intermitente. Se sitúa sin distancia respecto a los *Objetos* externos y, al instante siguiente, otra vez aparece con distancia. Pasa cíclicamente de la franja Pasado-Futuro Particularizante al Presente Totalizante. La momentánea permanencia en la franja Totalizante del Presente, es una característica fundamental del estado de Observación exterior.

La intermitencia de la franja Pasado-Futuro, como acto de Particularización, se intercepta con el limitante de Causalidad; y cada vez que el individuo se sumerge en su memoria e interpreta como real el mundo de "nombres" y "formas" que presencia, crea encadenamiento de futuro y genera *karma*.

En conclusión: se ha de desconectar inicialmente el sentido egoico y todos los contenidos asociados a la memoria. Simultáneamente, es necesario Totalizar la percepción y reconocer la fusión de *Sujeto* y *Objeto*, en forma de *Exín*, como único ente válido que conoce lo que *acontece* mientras se percibe el mundo exterior.

¿Qué se percibe en la Observación exterior?

Hay innumerables posibilidades de cognición. La Observación exterior ocurre cuando cualquier *Objeto* material que *está aconteciendo* es experimentado a través de los sentidos físicos y es conocido sin apreciación de distancia entre quien observa y lo observado. A medida que el observador logra detallar un *Objeto* cualquiera, proyectándose y acercándose cada vez más a él, la distancia entre *Sujeto* y *Objeto* disminuye. En el momento mismo de ausencia de distancia, el sentido de ser *Sujeto*, es decir, de localizarse respecto a lo conocido, se diluye instantáneamente. Por lo tanto, en la Observación exterior no existe quien atestigüe la cognición; es el mismo campo de cognición quien conoce en forma de *Exín*.

¿Cuál es la Observación exterior más profunda?

Aquella en la cual el contenido experimentado es más vivo, más cercano, situación que ocurre mientras se experimenta ausencia egoica en la percepción. Es similar a la sorpresa total que propina algo nuevo; por ejemplo: conocer un hermoso paisaje nunca antes visto o reconocer alguien a quien se estima mucho y hace tiempo no se ve.

¿Al no haber yoidad, quién conoce?

En la Observación exterior la conciencia conoce sin requerir del sentido egoico. Sugerimos anteriormente definir al *Exín*, como el momentáneo ente unificado de *Sujeto* y *Objeto* Totalizado que conoce "fuera". La región de conciencia asociada al campo de cognición establecido por los sentidos es quien conoce.

¿Cómo se logra saltar a la Concentración?

El estado de conciencia siguiente por alcanzar se denomina Concentración exterior. Para lograrla es necesario la ausencia de auto identidad. Es necesario ver el mundo sin sentir la localización propia de quien ve y sin reconocer distancia de lo visto. Es necesario oír proyectándose por el espacio hacia la fuente del sonido; así con los sentidos restantes.

Debe deslumbrarse, sorprenderse por lo percibido. De esa manera, y sin saber cómo, se proyectará "afuera" de los sentidos mientras se funde con lo conocido. Observará sin reconocer al ojo como intermediario; olerá sin reconocer la nariz como intermediaria; así con los sentidos restantes. Poco a poco el sentido de ausencia de yoidad será más continuo. Podrá estar "fuera", deslizándose por los *Objetos* externos con tal sutileza y suavidad que todos los contenidos externos cobran una tridimensionalidad inusual: parecen ser vistos desde todas partes.

El *Exín* firmemente afianzado en la percepción del mundo exterior se "desdobla mágicamente" en "Sujeto y Objeto" de la Concentración. Allí, el nuevo "Sujeto" y el nuevo "Objeto" se relacionan como no-diferentes, como no-duales, y adoptan, al igual que el *Exín*, el poder de la Conciencia, la fuerza del Conocer. A dicha identidad consciente del estado de Concentración exterior se le denomina *Saksim*.

¿Qué hacer para lograr la Concentración exterior desde la Observación exterior?

Nada; absolutamente nada. Tan solo permanecer atento a lo que *está sucediendo*. No intente definir, comparar, relacionar ni inferir *lo que sucede* con otro contenido ya sucedido. El universo dual es una ilusión avivada exclusivamente por el fuego de la mente. Mientras observa el mundo externo en forma Totalizada, desactive la fluctuación mental mediante la ausencia de interpretación de la percepción. La dualidad desaparecerá; entonces, aquello que siempre conoce será testigo de la realidad No-dual, sin tiempo ni espacio, sin causalidad, sin inicio ni fin.

Podrá hablar, moverse, comer, trabajar, pero ante toda acción podrá aseverar que no hay quien se mueva, camine, coma o trabaje. Hay acción pero no hay actor; todo se hace

por sí mismo. La inercia del *Prarabda Karma*⁷⁴ es suficiente para impulsar la dinámica que *está sucediéndose*.

¿Qué diferencia la Observación exterior y la Concentración exterior?

La única diferencia radica en la intermitencia en que la mente se sitúa en el Presente. En la Observación exterior la mente se mantiene fugazmente en la franja temporal asociada al Presente; en la Concentración exterior permanece, es continua.

Suele costar mucho a una mente distraída permanecer "fuera" de forma Totalizante, es decir, sin distancia respecto a los acontecimientos que *están sucediéndose* en el mundo externo. Por hábito, regresa la mente rápidamente al estado Particularizante de la percepción. Allí emergen el estado de Pensamiento o, en su defecto, el estado de Sueño.

DIÁLOGO 11

Observación interior y exterior

Sesha: (*Dirigiéndose a un estudiante*). Desde siempre hemos hablado, para explicar la práctica meditativa, de cinco estados de conciencia.

Estudiante: *Así es.*

S: Según sean las condiciones de cognición asociadas al observador y lo observado, emerge cada uno de los cinco estados de conciencia. Las condiciones primarias de cognición que posibilitan la aparición de cualquier estado de conciencia se han definido como limitantes de Espacio, Frontera, Causalidad e Interpretativo.

E: *Efectivamente.*

S: Cualquiera de las cuatro condiciones limitantes existe únicamente en la mente. Allí inducen todas las

⁷⁴ Una de las tres modalidades de *Karma*. *Prarabda* corresponde al *Karma* que opera desde el momento de la fecundación hasta la muerte. Posee dos modalidades: individual y colectivo. *Prarabda Karma* conforma los cinco *Koshas* o envolturas que conforman al ser humano, y establece los parámetros del entorno donde se desarrollará la vida del individuo.

posibles gradaciones de la realidad dual. La continuidad del Presente se asocia a la naturaleza No-dual. Los limitantes existen solamente en la franja mental, pues más allá de ella lo único existente es la naturaleza No-dual.

E: La mente es un transformador que, mientras opera, oculta la naturaleza No-dual y proyecta como real la aparente dualidad.

S: Sí, tal como el símil de la cuerda y la serpiente.

E: ¿Cómo puede existir todo el universo exclusivamente en la mente de quien lo observa?

S: La interpretación personal del universo es propia de la mente; la de todos juntos es propia de *Ishvara*. Por ello, cuando se logre la liberación, aquellos seres humanos circunscritos a la esfera mental, seguirán interpretando el mundo regidos por la naturaleza *kármica* que *Ishvara* controla.

Al igual que, mientras duerme, el mundo de vigilia que ha dejado atrás sigue rigiéndose por similares reglas. Al experimentar la No-dualidad reconocerá que el universo dual es inexistente, pero la dualidad de quienes no están libres, no afectará la condición de No-dualidad impuesta ahora en sus sistemas cognitivos.

E: ¡Entonces, todos los estados de conciencia son válidos!

S: ¿Acaso alguna vez he dicho lo contrario?

E: No, no, simplemente era un comentario...

S: La importancia radica en diferenciar aquellos contenidos cuyo trasfondo es la franja Pasado-Futuro respecto a aquellos cuyo trasfondo es el constante Presente. Tanto los estados de Sueño y Pensamiento son parte del primero; la Observación, Concentración y Meditación, del segundo.

E: ¿Qué impulsa la existencia de tan variados estados?

S: La confluencia en la mente de los cuatro limitantes. De los cinco estados de conciencia estudiaremos solamente tres, pues tienen en común que su trasfondo es el continuo Presente.

E: *Es decir, Observación, Concentración y Meditación. ¿Acaso la No-dualidad no es sostén de los dos restantes estados de conciencia?*

S: La No-dualidad es el único substrato real de cuanto existe; sin embargo, en los estados de Pensamientos y Sueño la dualidad cognitiva prima en cada acto, pues son la ilusión de la ilusión.

E: *¿La ilusión de la ilusión?*

S: La conciencia individual es la primera "sombra viva" que refulge gracias a la aparición de la dualidad. Los contenidos de los estados de Sueño y Pensamiento son creaciones del yo, "sombra que produce sombras", dualidad "dualizada". La Concentración y Meditación tienen como base la No-dualidad

E: *¿Qué estado de conciencia es más común al ser humano actualmente?*

S: La gran mayoría de seres humanos pasa la tercera parte del día durmiendo, el tiempo restante la mente está ocupada Pensando y, por momentos fugaces, Observan el mundo interior o exterior.

E: *Sin embargo, no notamos el paso de un estado a otro...*

S: Los umbrales entre los estados de Sueño, Observación y Pensamiento son imperceptibles. Las personas suelen no diferenciar entre Observar y Pensar, e incluso hay quienes confunden Dormir con Pensar.

E: *El panorama que plantea no es muy halagüeño.*

S: ¿Reconoce con claridad el estado de Observación?

E: *Sí.*

S: ¿Entiende que la Observación se produce tanto "dentro" como "fuera"?

E: Me es clara la existencia de contenidos externos que los sentidos físicos pueden apreciar, e internos cuya naturaleza es ideal.

S: ¿Entiende que es Particularizar o Totalizar mientras Observa?

E: Entiendo que ser Sujeto de cognición es un acto indivisible, no es posible particionarlo. A su vez, el Sujeto puede o no diferenciarse de cualquier contenido que perciba. Al fusionarse con el contenido se Totaliza; al diferenciarse del contenido, mientras conoce, se Particulariza.

S: Si realmente entiende lo dicho podrá testificar que mientras Observa "dentro" es necesario Particularizar, pero mientras Observa "fuera" es imprescindible Totalizar. De no hacerse esto, la No-dualidad jamás podrá revelarse. ¿Es para usted clara la naturaleza del Presente?

E: Sí. Tiene que ver con todos aquellos acontecimientos que están sucediéndose; el pasado y el futuro se relacionan con acontecimientos sucedidos o que sucederán.

S: Bien. Mientras momentáneamente se sitúe en vigilia en el Presente, es decir, si está "dentro" Particularizando o "fuera" Totalizando, será testigo de un mundo que se aprecia bajo los cánones del estado de conciencia denominado Observación. Mientras opere en la momentánea franja No-dual asociada al Presente no creará causalidad. Cuando el ciclo de cognición circule por la franja Pasado-Futuro creará *karma*, habrá causalidad del acto que realiza, pues hay un "yo" que cree que hace y que apetece el fruto de la acción que realiza.

E: Cuando no estoy "dentro" Particularizando, ni "fuera" Totalizando, ¿qué ocurre?

S: Si hay yoidad de algún tipo, la realidad conocida hace parte del estado de Sueño o Pensamiento; si no hay yoidad alguna en la cognición, se encuentra en Concentración o Meditación. No hay más posibilidades.

E: ¿Hay niveles en la Observación?

S: Infinitos, según lo que encuentre "fuera" o "dentro". Según el nivel de Particularización o Totalización que realice su mente, experimentará el mundo bajo cánones únicos en virtud de la relación de los cuatro limitantes.

El estado final de la Observación interior se denomina Observación Pura, pues el *Sujeto* de la Observación, el *Exín*, es una partícula adimensional, y el mundo interno, en forma de *Objeto*, es otra partícula. Ambas se distancian, se diferencian, pero son homogéneas y amorfas.

Me gustaría aclarar rápidamente, aunque pueda parecer repetitivo, dos elementos que usted recordó y que son esencialmente la base del estado de Observación.

Primero: Los *acontecimientos que se suceden* son la suma de sucesos que aparecen "en el aquí y el ahora". Emergen sin esfuerzo alguno de nadie. Tienen en común el hecho de permanecer todos en el Presente que fluye.

Segundo: La idea del Presente. Un ambiente uniforme, ilimitado, sin causa, que otorga la cualidad de existencia a todo aquello que cobija.

ESTADO DE CONCENTRACIÓN

DE LA OBSERVACIÓN A LA CONCENTRACIÓN

En el aparte anterior se analizó que la Observación puede presentarse en forma externa o interna, dependiendo de si los órganos de los sentidos están o no activos⁷⁵.

La Observación interior correctamente realizada tiende de manera natural y espontánea a Particularizar la cognición,

⁷⁵ Es decir, a causa del limitante de Frontera.

es decir, crea espacialidad en el mundo interior, crea sentido de distancia del conocedor respecto a lo conocido.

Particularizar la percepción, en la Observación interior, aumenta el sentido de Autoevidencia del *Exín* y disminuye el sentido de Evidenciación de los contenidos. A medida que aumenta la Autoevidencia disminuye la Evidenciación, y viceversa.

Particularizar la cognición, en la Observación interior, implica que prepondera cada vez más la naturaleza de quien conoce respecto a lo conocido, hasta el punto en que en la cognición se aprecia exclusivamente el *Exín* observando al *Objeto* final.

La Observación exterior correctamente realizada tiende de manera natural y espontánea a Totalizar la percepción, es decir, inhibe el sentido de distancia, de espacialidad, fusionando el conocedor con lo conocido.

Totalizar la percepción, en la Observación exterior, implica la disminución del sentido de Autoevidencia del *Sujeto* y el aumento del sentido de Evidenciación de los contenidos. A medida que disminuye la Autoevidencia aumenta la Evidenciación, y viceversa.

Totalizar la cognición, en la Observación exterior, implica que prepondera cada vez más la naturaleza del *Objeto* respecto a la del *Exín*, hasta el punto en que la cognición pierde la apreciación de yoidad, quedando en la cognición únicamente lo observado.

La Observación interior lleva paulatinamente al aumento de Autoevidencia, mientras que la Observación exterior lleva la cognición al aumento de Evidenciación.

El estado de Concentración es la primera y más maravillosa prueba de que la Conciencia es un ente No-dual de similar naturaleza que el Presente. Cuando el individuo opera en el estado de Concentración, la mente adopta la forma de *Sujeto-Objeto* a la que denominamos *Saksim*,

creando un ambiente excepcional donde emerge una nueva realidad consciente unificada que copa la totalidad del campo cognitivo. Allí no hay *Sujeto* que reconozca *Objetos*; allí existe únicamente la unidad no-diferenciada de *Objeto-Sujeto*. Es el estado de Concentración quien conoce, pues la Conciencia nunca dependió de un *Sujeto*. La Conciencia es independiente de la mente; es Autoluminosa, siempre Permanente y No-dual.

El acto de la Concentración no se logra por voluntad propia. Ningún *Sujeto* puede, por voluntad propia, dejar de ser *Sujeto*, de la misma forma que no existe un individuo que mantenga su actividad egoica mientras ingresa al Sueño; si está atento a dormirse no puede lograrlo.

Desde antaño se ha hablado en Oriente sobre el tema de la Concentración. La palabra sánscrita que define esta especial asociación de la Conciencia con la mente se denomina *Dharana*.

¿Cuáles son las bases de la Observación interior y exterior?

En la Observación interior el agente de cognición inunda todo el campo de cognición; en la Observación exterior el agente se funde en el *Objeto* de cognición.

¿Y más allá, qué modalidad de cognición hay?

En el estado de Observación interior o exterior toda cognición está asociada al *Exín*. La siguiente modalidad de cognición se relaciona con otro estado de conciencia: la Concentración. En la Concentración la conciencia no actúa como impulso de ser testigo o atestiguar sino que el *Saksim* a la vez es testigo y a la vez atestigua ambas situaciones totales y simultáneas⁷⁶.

La Concentración es el estado de conciencia donde simultáneamente, de manera total y sin diferenciación, se presenta Evidencia-Autoevidencia de manera excluyente⁷⁷.

⁷⁶ Tener capacidad de ser testigo y atestiguar es sinónimo de Autoevidencia y Evidencia, respectivamente.

⁷⁷ Véase nota 22.

He aquí una gran diferencia entre los modelos epistemológicos que proponen Occidente y Oriente. Para Occidente, la concentración es un estado de focalización de la atención donde el *Sujeto* evidencia, con capacidad de unificación, un *Objeto*; para Oriente es el acto de Evidencia y Autoevidencia simultáneo, total e indiferenciado que reconoce la ausencia de *Sujeto* y *Objeto* diferenciados.

¿Cómo se logra la Concentración interior o exterior?

No debe entenderse la obtención de la Concentración como un logro del *Sujeto*. Es más: la Concentración emerge en el mismo instante en que el *Sujeto* se diluye o el universo diferenciado de *Objetos* se deshace. El *Saksim*, al igual que los *Objetos*, es realmente indiferenciado. Basta retirar mentalmente el sentido de dicotomía entre Evidencia y Autoevidencia para que la Conciencia asuma el control de la cognición bajo nuevos cánones, bajo nuevos parámetros. Es menester sostener la Observación continua, y la Concentración aflora espontáneamente. Basta la aparición del más mínimo sentido de Evidencia o Autoevidencia diferenciados para perder el estado de Concentración e inducir un nuevo estado de conciencia asociado a nuevos parámetros de cognición.

LA CONCENTRACIÓN INTERIOR

La Concentración Interior es un acto excluyente⁷⁸ de Evidencia-Autoevidencia simultánea, total e indiferenciada, en el que la Conciencia conoce sin intermediario egoico el campo cognitivo asociado al mundo interior.

78 Tal como se verá más adelante, el carácter excluyente e incluyente de Evidencia-Autoevidencia diferencian el acto de la Concentración de la Meditación. En la Concentración, la Conciencia conoce y se reconoce simultáneamente, pero no se conoce ni reconoce más allá de los límites establecidos por el campo de cognición actuante; la Meditación, en cambio, conoce y reconoce el campo de cognición ilimitado propio de la Conciencia No-dual.

Mientras los órganos de los sentidos están completamente desconectados, la Conciencia se reconoce a Sí misma como conocedora y a Sí misma como único *Objeto* de cognición, es decir, es Evidente-Autoevidente.

El limitante de Frontera, que incide en la apreciación de "dentro" y "fuera", delimita una frontera no localizada por el conglomerado interior unificado de conciencia, tal como observar la oscuridad de la bóveda celeste, donde es imposible localizar una frontera final. La frontera evidentemente existe, pues de no ser esto así la experiencia de la práctica interior sería Meditativa; sin embargo, la Conciencia no reconoce, aunque sí existe, diferenciación ni límite en todo el campo de cognición.

El limitante Espacial no opera en el campo de cognición, pues el sentido de *Sujeto* y *Objeto*, como caracterizaciones de lo conocido, no existe. Hablar de percepción Total o Particular ya no viene al caso, pues no hay posibilidad de ninguna secuencia cíclica entre ellas mientras opera la Concentración.

El limitante Causal tampoco opera, pues la actividad de la Conciencia, como acto de saber, no es proyectada mediante la aparición de una conciencia individual. La apreciación de Presente es siempre continua, ininterrumpida, impidiendo que haya nexos entre la franja Pasado-Futuro. En conclusión: no hay generación de *karma* mientras opera la Concentración interior.

El limitante Interpretativo aún permanece, pues el estado se reconoce como real aunque su naturaleza verdadera es ilusoria. Es posible entender que el limitante Interpretativo todavía perdura en la Concentración debido a que existe un estado posterior experimentable, denominado Meditación, que atestigua la libertad total en la cognición. "Nombre" y "forma", en la Concentración, se asemeja a la velada interpretación mental de un recuerdo olvidado

que cuesta evocar, o es parecido al "aroma" que deja un sueño importante imposible de evocar.

Pese a que algunos limitantes están inactivos y otros apenas se vislumbran, la vivacidad de la cognición es más alta que cualquiera de los otros posibles estados. No existe en otro estado de conciencia inferior⁷⁹, experiencia alguna que logre emular la fuerza, maravilla e intensidad de lo conocido en la Concentración interior.

¡Qué mayor placer puede existir que conocer sin la yoidad como intermediaria!

La Concentración interior es un universo con miles de matices, cada uno de ellos de acuerdo al nivel de dilución de la naturaleza mental. Los diversos matices de Evidencia-Autoevidencia que pueden acontecer son acompañados, mientras opere la Concentración interior, de cánones de cognición similares: ausencia de límites de Causalidad y Espacialidad, y vislumbre de límites de Frontera e Interpretación.

El campo cognitivo de la Concentración interior es completamente homogéneo, indiferenciado y amorfo. Quien conoce es lo conocido; es Evidente-Autoevidente, es decir, el que conoce es a la vez lo conocido. No existe representación mental del contenido, no hay asomo de preguntas, el universo interior es calmo pero activo, vacío pero lleno, todo en él unificado y sin vestigio de dualidad en el campo de cognición representado.

En la Concentración interior la cognición se sitúa suavemente sobre el contenido que arropa el Presente, tal como una mariposa se posa sobre la hoja de un árbol sin moverla. El más mínimo esfuerzo de localización del *Sujeto*, el más mínimo esfuerzo de reconocimiento egoico, impide la aparición de la Concentración interior.

⁷⁹ El término inferior no intenta mostrar los cinco estados de conciencia como categorías de estados superiores unos respecto a otros; ha de entenderse inferior, aquel estado donde prima mayor actividad de los cuatro limitantes: Espacial, de Frontera, Causal e Interpretativo.

Sin embargo, aún existe un limitante que impide al estado de Concentración interior, transformarse en estado de Meditación interior: todo el espectro de acceso no voluntario a la memoria; aquello que el individuo aún no reconoce que ha sido o que algún día será.

¿Cómo es posible entender un estado dónde no existe yoidad?

¡Es inentendible! ¡No hay quien pueda entenderlo! Basta el gozo mismo del saber. ¡Qué importa quién sabe! ¿Acaso quien ama con locura se preocupa por entender la razón de por qué lo hace? No; simplemente se entrega a la experiencia del amor. La yoidad no es quien conoce; es tan solo un pensamiento más, es el pensamiento de pertenencia, de propiedad, asociado a cualquier actividad mental.

¿Al no haber ego, cómo se regresa de la Concentración interior?

El *Prarabda Karma* actúa como un lastre que tarde o temprano disocia el acto Evidencia-Autoevidencia en un acto diferenciado de Evidencia y Autoevidencia. Mientras exista la mente es imposible lograr simultaneidad total de Evidencia y Autoevidencia.

¿Qué se requiere para profundizar en la Concentración interior?

Nada. Mientras opera la Concentración no hay quien opte por una meta. El estado mismo se resuelve en Meditación si los limitantes de Frontera e Interpretativos se diluyen. Nadie hace nada, no hay quién haga algo. Mientras la Concentración interior sigue su curso, la agrupación de contenidos externos a la Frontera permanecen desconocidos; cuando el limitante de Frontera se desvertebra, "fuera" y "dentro" se disocia para dar paso a la Meditación.

La experiencia de la Concentración interior marca un hito en la apreciación de lo que es el ser humano. ¡Qué maravillosa experiencia ofrece la naturaleza al permitir saber que es la Conciencia quien conoce, y no el aislado *Sujeto*! El brillo que emerge del estado de Concentración es tan intenso y refulge con tal maravilla que es imposible

negar su naturaleza. Aunque no pueda explicarse posteriormente de forma clara lo acontecido, nunca se pierde el encanto y el misterio de lo allí ocurrido. El Presente y su magia ofrecen un nuevo espectáculo: la apreciación de un universo vivo en el que todas sus partes son no diferenciadas, es decir, No-duales.

DIÁLOGO 12

La concentración interior

Sesha: *(Dirigiéndose a un estudiante).* ¿Entiende qué es Evidenciar?

Estudiante: *Es el acto de conocer algo. Evidenciar es saber que algo está fuera de mí, que existe; es hacer patente y manifestar la certeza cognitiva de algún contenido externo.*

S: ¿Y Autoevidenciar?

E: *Es reconocer que soy, que conozco. Mientras Evidencio reconozco el mundo ajeno a mí; mientras Autoevidencio me reconozco a mí mismo.*

S: Evidenciar y Autoevidenciar permiten conocer el mundo y conocernos como parte de él. Para usted, conocer o conocerse es algo tan natural que se da por sobrentendido.

E: *Efectivamente.*

S: Observe el mundo a su alrededor y a la vez intente observarse haciéndolo. Note como pasa intermitentemente de Evidenciar a Autoevidenciar, y viceversa.

E: *(Después de unos momentos).* Sí, es cierto; *paso alternativamente de un acto de conocer a otro de conocerme, y así sucesivamente.*

S: ¿Podría simultáneamente conocer mientras se conoce, o lo que es lo mismo, Evidenciar mientras Autoevidencia?

E: *Jamás había pensado en ello... intentaré hacerlo. (Luego de unos segundos).* ¡Es imposible! *Mientras intento cono-*

*cerme no puedo a la vez conocer un Objeto ajeno a mí.
¡Simultáneamente es difícil, no es posible lograrlo!*

S: Por esa razón usted ve el mundo diversificado. Toda cognición es dual puesto que su mente, en sí, ya está dualizada. El mismo universo que usted conoce ahora puede experimentarse de variadas formas, según sea la modalidad de los cuatro limitantes que imperen momentáneamente en su mente. El mundo que usted conoce es muy primario y quien lo conoce también lo es.

El ojo es capaz de diferenciar cierta gama de frecuencias del espectro electromagnético. Más allá de aquellas que los sistemas visuales pueden conocer, el mundo, en colores y formas, es un misterio. De la misma manera, la cognición dual de su percepción acoge una minúscula parte de la realidad consciente que es posible conocer.

Asume que lo conocido es real, pues los medios con que cuenta para validar dicha información son idénticos en quienes, asegura usted, califican o deniegan lo percibido.

En consecuencia, su apreciación de la realidad es un vago destello de la inmensa gama de posibles realidades que la Conciencia No-dual ilumina. Afir-mar, por ejemplo, que el sueño es inexistente mientras ahora está despierto es una verdad a medias, pues, ¿dónde estaba la realidad de la vigilia mientras dormía?

E: *El mundo de vigilia nunca dejó de existir.*

S: ¿Usted era consciente de ello mientras dormía?

E: *No, mientras dormía era consciente de la realidad onírica.*

El sueño es real mientras se sueña, ¡pero el mundo vigílico nunca dejó de existir!

S: Para usted sí. El mundo lo atestigua únicamente usted; el mundo llena su esfera de cognición y solo el dueño de la esfera es capaz de reconocer lo que conoce. Los demás, el resto de personas, pueden permanecer despiertos mientras usted duerme; ellos le verán acostado en un sofá o en la cama, pero usted no oirá lo que ellos afirman. Mientras duerme puede ser testigo de un viaje, un paisaje, una discusión, etcétera, y lo percibirá con el mismo grado de realidad de quienes afirman verlo acostado con los ojos cerrados e inmóvil. La realidad de lo conocido es subjetiva al estado de conciencia que se presenta, en función de la interacción momentánea de los cuatro limitantes. La realidad que emerge en cada estado de conciencia es innegable, pero, desde otro estado de conciencia, lo previamente conocido puede ser absurdo, inmoral, irrelevante, erróneo, inexistente e, inclusive, fantasioso⁸⁰.

E: La mente opera como un ascensor asociado a los diferentes estados de conciencia y, dependiendo en qué piso esté, deposita al pasajero. Cada piso tiene su propio diseño, planta arquitectónica y personajes que allí viven. Es posible pasar de un piso a otro según las condiciones de interrelación de los limitantes descritos previamente.

S: Así es. Los diferentes universos que conoce tienen en común el hecho de que existe un conocedor y *Objetos*. Equívocamente usted asume que hay un único

80 Esta es una razón más por la cual el *Vedanta* asume la existencia de un Dios creador de la dualidad, al que denomina *Ishvara*. Al ser todos los estados duales de conciencia aparentemente reales, debe existir una inteligencia que ordenadamente mantenga el resto de estados mientras el conocedor está en uno de ellos; ha de existir una causa que proyecte ilusoriamente los múltiples estados de conciencia y les permita nacer y morir sin que se vea mezclado y enturbiado en ellos, tal como el titiritero, al ofrecer un espectáculo, hace que los niños crean la historia, mientras él sabe que es ilusoria. Así, *Ishvara* controla *Maya*, la ilusión, pero no está afectado por Ella.

Sujeto y múltiples *Objetos*. Intermitentemente se cree Autoevidente y al instante siguiente Evidente de aquello que no es usted, y lo denomina *Objeto*. Así pasa cíclicamente de uno a otro estado, acompañando por una vorágine de percepciones que no logra entender con claridad. Sin embargo, cree que todas ellas tienen en común la yoidad: ¡qué error craso! Su "yo" es el sentido de posesión y localización presente en cualquier actividad dual de la mente.

En cambio, existe una maravillosa modalidad de cognición sustentada en el hecho de que, simultáneamente, la Conciencia opera completamente Evidente y a la vez completamente Autoevidente. Bajo esta modalidad de cognición la yoidad desaparece y da paso a la percepción de un nuevo universo con cánones excepcionales.

E: ¿Cuáles?

S: No existe apreciación de tiempo ni espacio, lo que conlleva a la anulación del sentido de diferenciación de los *Objetos*. El estado de conciencia conoce sin intermediación de un foco egoico. Se conoce sin proceso discursivo racional; la cognición es inmediata, tal como ocurre en el acto intuitivo.

E: ¿Qué requisitos ha de tener esta modalidad de cognición a la que denomina Concentración?

S: Es indispensable entender que la Concentración puede presentarse de dos formas: interna y externa. El limitante de Frontera, que segmenta una región cerrada de cognición, hace que el universo sea siempre simétrico a una frontera. Es posible Evidenciar-Autoevidenciar contenidos "dentro" (ideales), o "fuera" (sensorios). La Concentración interior, conformada por contenidos ideales, requiere que los

sentidos hayan sido previamente desconectados y no exista apreciación de yoidad.

E: Pero... ¿cómo hacerlo...?

S: De igual manera que un cuerpo orgánico sin vida tiende a descomponerse en sus elementos primigenios que lo conforman, así la mente tiende a diluir sus fronteras de manera espontánea cuando la cognición se realiza sin esfuerzo psicológico, sin yoidad. La ausencia de esfuerzo psicológico implica una cognición sin sentido de pertenencia o localización (yoidad) ni sentido de apetencia de fruto (futurización), es decir, realiza una percepción limpia asociada a los *acontecimientos que están sucediéndose en el Presente*.

E: ¿Qué se experimenta en la Concentración?

S: Tal como en vigilia o sueño, la Concentración posee innumerables maneras de experimentarse. La más común es reconocer que quien conoce, está en todas partes del campo de cognición pero, a la vez, no está en ninguna.

E: ¿Cómo saber si hay Concentración?

S: El "yo" nunca sabrá, pues en esa modalidad de cognición no existe yoidad. El estado de conciencia, como suma indiferenciado de contenidos, sí sabe, sí conoce. Recuerde: quien conoce es la Conciencia, y puede hacerlo a través de un "yo" que Evidencia bajo la apreciación de una conciencia individual o como un *Saksim* que Evidencia-Autoevidencia simultáneamente en un campo de cognición no-diferenciado excluyente⁸¹, de forma similar al sol, que puede iluminar la tierra por sí mismo o mediante otro agente externo a él, como la luna.

E: ¿Cómo emerge la Concentración?

81 La Evidencia y Autoevidencia propias de la Observación se caracterizan por aumentar o disminuir a medida que la otra disminuye o aumenta. A este fenómeno se le denomina "conservación de la cognición" y es estudiado en profundidad en LOS CAMPOS DE COGNICIÓN, Sesha.

S: Los sistemas mentales y físicos interpretan el inicio de la Concentración como un vahído, un leve mareo, un estar sin estar. También puede aparecer como una percepción interior homogénea tridimensional, esto es, una riqueza de cognición no diferenciada más viva que nunca, similar a la exaltación propia del placer generado por el deber cumplido. Cada cual puede interpretar el acceso a la Concentración de diversas maneras, sin embargo todos atestiguamos el acto de Evidencia-Autoevidencia como elemento primordial. Al instante siguiente del paso por la frontera al campo de cognición asociado a la Concentración, el "yo" se diluye en el campo de cognición.

Hemos advertido que todo proceso que conlleva a la experimentación de los estados de Observación y Concentración implica la apreciación de contenidos que hagan parte del Presente. De no ser así, es imposible, mediante contenidos "sucedidos" o que "sucederán", que el *Sujeto* logre la vivencia de los estados que en sánscrito se denominan *Pratyahara* y *Dharana*⁸², respectivamente.

E: *Lo que usted enseña tiene como base "el aquí y el ahora". La naturaleza del estado de Observación me es relativamente clara. En cuanto a la Concentración, hay varios elementos que se escapan a mi entendimiento. Me parece muy interesante cómo ambos estados, Observación y Concentración, tienen una contraparte "dentro" de la frontera sensoria y "fuera" de ella en el mundo externo.*

S: Es supremamente importante su aclaración final, pues gran parte de quienes practican autodisciplinas, y sin quererlo o por ignorancia, se confunden mezclando sistemas de control que operan exclusivamente en el

82 Concentración y Meditación.

mundo interior, llevándolas en el ejercicio del mundo exterior, y viceversa.

En verdad, cuesta expresar con palabras aquello que únicamente puede ser entendido por quien lo ha experimentado; sin embargo, comprenderlo por quien nunca lo ha vivido suele ser complejo. Teorizar es un caballo que cabalga lentamente respecto a la velocidad empírica de un jet.

¿Ha experimentado la Concentración interior?

E: En ocasiones observo mi mundo interior y por momentos todo desaparece, es decir, Objeto y conocedor se desvanecen sin saber dónde van, momentáneamente todo se diluye sin dejar huella.

S: Y mientras ello acontece, ¿qué experiencia hay?

E: No experimento nada. Posteriormente aparezco de nuevo como Sujeto, tal como ocurre al regresar de estar concentrado viendo televisión.

S: ¿Y cómo sabe usted, si no experimenta nada mientras está concentrado en la pantalla del televisor, que no se ha dormido momentáneamente?

E: No lo sé. Ambos estados se parecen, pero son muy diferentes.

S: ¿En qué se parecen y en qué difieren?

E: Se parecen en que mientras me concentro en la televisión no hay Sujeto, mas un instante después aparezco nuevamente como Sujeto. En qué difieren, no lo sé exactamente.

S: Usted está equivocado. Si tan solo ha logrado con su autodisciplina ese estado, no ha logrado mucho. Entre ello, ver televisión o leer un libro no hay gran diferencia. ¡Usted ha logrado un estado que brilla por la ausencia de auto reconocimiento, y asume que es Concentración interior! Si la disolución de contenidos se suma a la disolución del *Sujeto* y, adicionalmente, no existe auto reconocimiento de la experiencia, entonces

ha logrado apresar la concentración psicológica, más nunca la Concentración interior.

E: *¡Sin embargo, es un estado muy quieto, hay mucha paz!*

S: ¿Quién reconoce lo experimentado? ¿Hay experiencia de que el *Saksim* conozca?

E: *No, efectivamente no.*

S: Por ello afirmo que su logro no es un logro. Simplemente alcanzó un estado de concentración psicológica. Es muy importante el reconocimiento de lo que acontece en su mundo interior. ¿Ha sido testigo de la disolución momentánea de *Sujeto* y *Objeto* en alguna ocasión?

E: *Sí, también lo he experimentado.*

S: ¿Qué hizo para lograrlo?

E: *Realmente nada. Simplemente inicié con la observación de mi mundo interior. Noté cómo los contenidos, uno a uno, desaparecían a la distancia; de un momento a otro un inmenso telón sin límites lo cubría todo. Luego, simplemente Sujeto y telón desaparecen sin dejar rastro. Emerge entonces una "masa" que conoce sin "nombre" y sin "forma". Es la experiencia más maravillosa que nunca he vivido. Sin embargo, no la puedo entender a voluntad, es imposible traerla nuevamente a voluntad.*

S: ¿Había en esa experiencia algún vestigio de espectador, de *Sujeto*?

E: *No lo había.*

S: ¿Había algún vestigio de *Objeto*?

E: *Tampoco.*

S: ¿Existía acaso la más mínima apreciación sensorial que lo pusiese en contacto con el mundo externo?

E: *Extrañamente no la había. Me parece increíble..., pero no, no había apreciación sensoria.*

S: ¿Qué había entonces allí, en el mundo que experimentaba, si no existen partes ni espectador? ¿Existía la Conciencia?

E: Sí, de ello estoy seguro. No había manera de hacer un seguimiento de las partes, de los contenidos allí existentes, tal como lo hago ahora, pero sí, efectivamente existía cognición. Gracias a esa experiencia puedo entender cuando usted afirma: "es el estado quien conoce y es el estado el que se autorreconoce". Es una experiencia prácticamente imposible de entender a la luz de la vida cotidiana. Es de una simpleza única. Cualquier palabra que usted ha expresado, en todos los seminarios a los que he asistido, no es más que un pálido reflejo de lo que se vive. Ahora, si existe algo más y en orden superior bajo la forma de un estado de Meditación, no puedo imaginar lo que será. Y si aún, tal como usted lo expresa, todavía es posible la experiencia del Samadhi, no tengo más que reverenciar el glorioso instante en que pueda vivirlo.

Le soy sincero: con la experiencia que he vivido entiendo algunos apartes de libros que antes suponía entendía. Las palabras cobran otra dimensión cuando están acompañadas de la referencia empírica. Sin embargo, no anhele la experiencia trascendental del Samadhi. Ahora sé que no soy yo quien debe buscarla. Sé que llegará a mí cuando sea el tiempo y todos mis sistemas puedan soportar cargar con el disolverse del universo entero. Entiendo lo que dice respecto a la Concentración interior y su diferencia respecto a la concentración psicológica. No encuentro palabras más cercanas para expresarlo que las mismas que usted ha dicho. Durante muchos años busqué aquello que le diera sentido a mi camino interior y, la verdad, lo encontré en sus palabras y en lo que sus enseñanzas despertaron en mí. Siempre, desde que le conozco, ha dicho lo mismo año tras año, pero mientras no se está preparado, ni aún las más majestuosas enseñanzas son más que palabras hermosas explicando un mundo al que es imposible adentrarse.

Lo que más duele de todo esto es ver que, aquello vivido de forma tan magnánima, no puede ser experimentado a voluntad. Inclusive el anhelo de vivirlo se convierte en una brecha que lo aleja. Estando allí jamás volvería; el universo apresado y reconocido como No-dualidad excluyente de la Concentración interior, es el más maravilloso don que puede existir. Es una espera dolorosa, pero hay alegría: la alegría de saber que hay un norte que me llevará a un lugar real y sin fronteras. Alegría porque sé a ciencia cierta que no es una creación mental personal. Tal nivel de intensidad y de viveza en la Concentración no puede ser una locura. Nada de este mundo lo iguala, y es preferible en todo caso esa locura a ser cuerdo en este limitado mundo de dualidades.

S: La más intensa experiencia dual nunca jamás puede equipararse con la experiencia de la Concentración interior. La Concentración interior no consiste en focalizar un contenido mental, energético o físico. Ni la respiración, ni la luminosidad de ciertos pensamientos, ni los magníficos símbolos que emergen en la mente; nada de ello conduce a la disolución final. La vía correcta es la vivencia plena del Presente. Cualquier otro camino que procure la vivencia de la No-dualidad es erróneo, simplista y absurdo.

E: *¿Cómo la Observación "dentro" puede transformarse en Concentración interior?*

S: Inicialmente, aprenda a observar su mundo interior con la mente, y no con los sentidos. Cuando cierra los párpados es inicialmente agente del mundo exterior. Cuando observa la interioridad con su mente, nota con claridad que se encuentra en el centro de su propio universo y no en la periferia. Cuando advierte, por ejemplo, con el sentido visual la negritud que emerge en su percepción, puede notar

que es inestable, cambiante y requiere de esfuerzo para sostenerla. Cuando la mente observa la negritud, nota la quietud que aparece y la tranquilidad que reina en el nuevo ambiente experimentado. La ausencia de esfuerzo y la estabilidad son representativas del correcto camino que usted ha encontrado.

Cuando logre diferenciar la negritud que ofrece a su mente ambos mundos y pueda notar que desde la observación mental los contenidos mentales se disipan, entonces podrá atestiguar como el agente que conoce cobra cada vez mayor estabilidad y firmeza. El hecho de ser observador copa la mitad del mundo interior; la otra mitad la copa el ambiente homogéneo, amorfo e ilimitado que se abre ante usted.

Ahora bien, no se mantenga percibiendo la maravilla que abarca todo el espectro cognoscitivo del *Exín*. Siga adelante. Deje de lado lo que está frente a usted y tenga prioridad por quien conoce. Ya no importa "qué se conoce", ahora lo importante es "quién lo conoce". Reconozca al "conocedor", deje que él prepondere; entréguese voluntariamente a lo que allí acontece. Sea observador de sí mismo. Pronto verá diluirse la porción de *Exín* que antiguamente existía. Ahora la Conciencia conoce al *Objeto-Sujeto* que llena, como No-dualidad, la realidad de la percepción que acontece en el interior de su campo de cognición; ahora la identidad de los contenidos *Objeto-Sujeto* no diferenciados se denomina *Saksim*.

LA CONCENTRACIÓN EXTERIOR

La Concentración exterior es un acto excluyente⁸³ de Evidencia-Autoevidencia simultánea, total y no-diferenciada, en el que la Conciencia conoce el mundo exterior sin intermediario egoico, a través de los sentidos físicos. Mientras los órganos de los sentidos están conectados, la Conciencia se reconoce a Sí misma como conocedora y al mundo *que está aconteciendo* como *Objeto* de cognición, es decir, simultáneamente es Evidente-Autoevidente.

El limitante de Frontera, que incide en la apreciación de "dentro" y "fuera", delimita una región de cognición conformada por un conglomerado de contenidos que la conciencia asume como unificados, tal como ocurre al observar con sorpresa un nuevo y hermoso paisaje, en cuyo caso todo lo percibido es una única masa homogénea que fluye indiferenciada.

En la Concentración exterior, la región de cognición llena de contenidos no diferenciados aparece unificada y resulta imposible localizar fronteras entre cada uno de los *Objetos* de la composición. A su vez, la frontera que contiene la suma de todos los *Objetos* no se percibe, pero evidentemente existe, pues de no ser así la experiencia sería Meditativa. Sin embargo, la Conciencia no reconoce diferenciación ni límite en todo el campo de cognición.

El limitante Espacial no opera en el campo de cognición, pues no existe el sentido de *Sujeto* y *Objeto* como caracterización de lo conocido. Hablar de percepción Total o Particular ya no viene al caso, pues no hay posibilidad de ninguna secuencia cíclica entre ellas mientras opera la Concentración.

El limitante Causal tampoco opera, pues la actividad de la Conciencia, como acto de saber, no es proyectado mediante la aparición de una conciencia individual. La

83 Véase nota 78.

apreciación de Presente es siempre continua e ininterrumpida, impidiendo que haya nexos entre la franja Pasado-Futuro. En conclusión, no hay generación de *Karma* mientras opera la Concentración exterior. La realización de cualquier acción opera sin ejecutante egoico. La acción se realiza de forma perfecta y eficiente. No existe quien aprese la acción sintiéndose actor de ella, ni tampoco existe quien la relacione a un futuro que, mientras se realiza la acción, es impensable. No existe sentido de meta, ¡todo se hace sin que exista quien lo haga!

El limitante Interpretativo aún permanece, pues, aunque ilusorio por su naturaleza perecedera, el estado se conoce como real. Tan solo es posible entender que todavía perdura porque existe un estado posterior denominado Meditación, que atestigua la libertad total en la cognición.

Pese a que algunos limitantes están inactivos y otros apenas se vislumbran, la vivacidad de la cognición es más alta que en cualquiera de los otros posibles estados. No existe, en un estado de conciencia inferior⁸⁴, experiencia alguna que logre emular la fuerza, maravilla e intensidad de lo conocido en la Concentración exterior.

¿En la Concentración exterior, los Objetos son dinámicos o parecen pasivos?

Son completamente dinámicos. Es posible realizar cualquier acción -hablar, comer, trabajar, descansar, leer, etcétera- sin que medie pasividad. Alguien externo no podrá notar lo que sucede; solamente quien experimente la Concentración exterior puede "saborear" la nueva modalidad de percepción.

¿Los Objetos desaparecen?

¡Por supuesto que no! Los *Objetos* siguen allí, pero quien los observa no puede atestiguar diferencia entre uno y otro.

84 Véase nota 79.

El símil más apropiado es notar múltiples gotas de agua que, al juntarse, pierden la frontera que diferencia unas de otras.

¿Cómo puede realizarse la acción si es imposible atestiguar a los Objetos diferenciados unos de otros?

De igual manera a cuando se "concentra" mientras lee un libro, trabaja u observa una película de cine, el sentido de yoidad desaparece para dar paso a una cognición lógica, ordenada, clara, real y eficiente, de la cual no existe testigo egoico. La Conciencia puede conocer sin el requerimiento de la mente. Es más, la Conciencia es quien realmente conoce; es simultánea, total y Evidente-Autoevidente.

¿Cómo se ve el mundo?

La vivacidad de todas las cosas percibidas radica en que cada cosa se observa al mismo tiempo desde diferentes lugares. Todo percibe a todo. Esta es la magia de la Concentración: la Conciencia se conoce a Sí misma de manera indiferenciada, asociada a la región de cognición que los sentidos han definido.

¿Al cambiar de sentido, por ejemplo, de oído a vista, de vista a olfato, es menester iniciar nuevamente la Concentración exterior?

No, no es necesario. Una Concentración profunda, pues hay niveles, logra inclusive integrar varios sentidos de forma simultánea. La percepción propia de la Concentración es tan viva, tan intensa, tan única que, al regresar de ella y emerger nuevamente la yoidad, quien la experimentó no queda siendo el mismo, pues ha vislumbrado algo que muy pocos logran vivir: el cese del sentido egoico que da paso a una cognición dinámica más pura, más libre, completamente No-dual.

¿Qué se requiere para transformar la Observación exterior en Concentración exterior?

El *Exín* enmarcado en el acto de Evidencia total es reemplazado por Evidencia-Autoevidencia. Para favorecer el salto de estado, la mente debe permanecer sin esgrimir

atributos de "nombre" y "forma" sobre aquello que conoce; se debe aprender a permanecer en el acto de contemplar las cosas del mundo sin interpretarlas mentalmente.

Si no hay "yo", ¿qué sentido tiene actuar?

El "yo" no es quien actúa o deja de actuar. El "yo" cree que hace y deja de hacer. Quien realmente ejecuta la acción son las cualidades propias de la materia⁸⁵. La materia misma, impulsada por *Prarabda Karma*, crea el ambiente futuro donde las acciones emergerán espontáneamente. Hacer y ser actor para controlar la vida son las creencias erróneas que afloran de manera primaria al entremezclarse los limitantes. El sentido de yoidad es el más cotidiano sofisma dual que se experimenta.

Los cinco sentidos físicos representan la frontera, el límite o borde por el cual el ser humano se diferencia del entorno en donde se desenvuelve. La mente hace las veces de sentido interior, con la función esencial de interpretar la información proveniente de los sentidos o de los contenidos evocados de la memoria. Interiormente existe identificación con los contenidos mentales. Exteriormente existe identificación con cualquiera de los mundos que conforman el universo que nos rodea.

"Fuera" es la apropiación sensoria; "dentro" es parte de lo que soy idealmente. El límite entre ambos es el entorno sensorio. Cuando, por ejemplo aparece el sueño, los sentidos lentamente se repliegan entregando su propio espacio de existencia a los contenidos mentales. Así, entonces, la mente, conformada por los contenidos evocados, prevalece respecto al mundo externo. Al revés, cuando el *Sujeto* se identifica con el mundo externo, los sentidos sirven de intermediarios al brillo de los *Objetos* que el mundo posee.

Cuando un individuo logra exteriorizarse mediante cualquiera de los cinco sentidos, y el *Sujeto* que conoce se

85 *Guna Gunesha Vartante*: las cualidades revolucionan entre cualidades. B.G.

integra y se diluye en el *Objeto* conocido, la cognición no puede llamarse Particular ni Total; ahora deviene como No-dual.

Cuando *Sujeto* y *Objeto* se fusionan, crean una masa indiferenciada en donde ningún contenido sobresale; no hay apreciación de fronteras entre *Objetos*. Basta mantener la Observación externa, sin interpretar lo conocido mediante "nombre" y "forma", y la distancia entre contenidos se diluye dando paso a una nueva modalidad de cognición: la Concentración exterior.

Si cualquier individuo intentara percibir sin esfuerzo psicológico un *Objeto* cualquiera que *esté sucediéndose* externamente en el Presente, notará que *Objeto* y *Sujeto* tienden espontáneamente a unirse como dos fuerzas eléctricas contrarias.

Cuando se intenta percibir sin esfuerzo psicológico un *acontecimiento que se sucede* interiormente en el Presente, *Sujeto* y *Objeto* tienden a distanciarse espontáneamente, tal como lo hacen dos cargas eléctricas del mismo polo. Mientras "fuera", el mundo cognoscitivo tiende espontáneamente a asociarse e integrarse; cuando "dentro", tiende a separarse y disociarse.

Ambos mundos, "dentro" y "fuera", son idénticos pero simétricos, al igual de quién se mira al espejo y se nota idéntico a su imagen pero advierte que su reflejo es simétrico.

En la Concentración externa emerge una región de cognición de contenidos no diferenciados, denominados No-duales. La No-dualidad propia de la Concentración externa es una condición homogénea que cubre sin fronteras la percepción. No es el *Sujeto* quien conoce: es el estado de Concentración quien conoce. No es el *Sujeto* quien se reconoce conociendo: es el estado de Concentración quien se reconoce conociendo. Se advierte una nueva manera de conocer y reconocer el *Objeto* percibido y al *Sujeto* percceptor. Ambos se entremezclan, creando un nuevo nivel de

cognición: la realidad No-dual conocida mediante la identidad que conoce en el estado de Concentración: el *Saksim*.

He aquí una de las experiencias más maravillosas y exquisitas que pueda obtenerse sobre la tierra: experimentar de manera empírica el hecho de saber que es la Conciencia quien conoce y no el *Sujeto*; mente y Conciencia son diferentes, es posible conocer sin la necesaria mediación de un *Sujeto*.

No debe confundirse la Concentración externa con la concentración psicológica sobre un *Objeto* externo, al igual que no debe confundirse la Concentración interna con la concentración psicológica sobre un *Objeto* interno. La concentración psicológica implica la apreciación mental de un contenido de manera sostenida, de tal forma que el resto de potenciales elementos queden fuera de la órbita de percepción. Sin embargo, aunque hay conciencia de saber, no hay conciencia de reconocimiento de quién es el que sabe. En la Concentración interna o externa, el *Sujeto* se posa sobre un acontecimiento que fluye en el Presente de manera sostenida y sin esfuerzo psicológico. Aparece el acto de saber, propio de la Conciencia, sumado al hecho de auto reconocimiento; es decir: la Conciencia "Sabe", pero además "Sabe que Sabe"; la cognición se hace Evidente-Autoevidente.

Cuando un individuo se concentra psicológicamente, goza del acto de saber pero pierde el rasgo de reconocerse sabiendo mientras conoce. Ello a causa del mínimo esfuerzo de interés, gusto, necesidad, etcétera, que impera en el instante de concentrarse.

El erróneo entendimiento del acto de la Concentración y la Meditación, sumado a la deficiente claridad respecto a la diferenciación de la Concentración interior respecto a la psicológica, ha llevado a muchos buscadores sinceros de la realización interior a mantener prácticas inservibles,

que no permiten navegar correctamente en el océano de la mente. Hay quienes presuponen que la visualización, evocación, manejo de la respiración o cualquier otra actividad en la que impere una necesidad, un anhelo o una búsqueda mental sirven como trampolín a la experimentación de una realidad No-dual; sin embargo, esto no es así. El acto de reconocimiento del Sí mismo como *Atman*⁸⁶ es propio exclusivamente de la Conciencia No-dual. Por ello, mientras exista en la mente el más leve vestigio, la más mínima traza de egoencia, será imposible experimentar la Conciencia como realidad No-dual. No existen intermediarios entre las realidades duales y la No-dualidad. Cualquier práctica, cualquier *sadhana* antes descrita, tiene como finalidad conformar hábitos o contenidos mentales *sátvicos*⁸⁷, que dan seguridad a una mente que requiere ayuda en el conocimiento del Sí mismo. No existe una acción que conduzca a la sabiduría. La sabiduría es un acto de estricto Discernimiento Espiritual que provee la certeza de reconocerse como siempre Eterno, Infinito y Absoluto. Tal como *Sri Sankaracharya* lo enseñó magistralmente en uno los textos introductorios al *Vedanta Advaita*:

“Como el fuego es causa directa de la cocción, así el Conocimiento, y ninguna otra forma de disciplina, es causa directa de la Liberación. Porque la Liberación no puede ser obtenida sin Conocimiento”⁸⁸

La Concentración puede florecer asociada al mundo interno, caso en el cual el *Saksim* prescinde de los órganos sensorios, o, en su defecto, estar asociada al mundo externo, es decir, el

86 Sinónimo de *Brahman*: *Aiam Atma Brahman*, este *Atman* es *Brahman*. *Atman* se refiere a la apreciación No-dual, sostén de la conciencia individual.

87 Todo trabajo de disciplina interior, o *sadhana*, tiene como único objetivo transformar los hábitos mentales *rajásicos* (activos) o *tamásicos* (con tendencia a la inercia) en hábitos *sátvicos* (equilibrados).

88 *Atmabodha* 2, *Sri Sankaracharya*, Editorial *Hastinapura*, 1982.

Saksim requiere a los órganos sensorios como intermediarios del mundo externo. En ambas circunstancias la Conciencia ilumina el nuevo envase mental ahora transformado en *Sujeto-Objeto*. La No-dualidad excluyente es conocida por la Conciencia, pero a su vez, la Conciencia se reconoce en forma de *Saksim* como ente activo que conoce.

DIÁLOGO 13

La concentración exterior

Sesha: (Dirigiéndose a un estudiante del grupo). ¿Cuál es la principal característica del estado de Concentración?

Estudiante: *La momentánea permanencia en la franja del Presente, asociada a los acontecimientos que se están sucediendo.*

S: El rasgo que mayormente define la Concentración en cualquiera de sus modalidades, interna o externa, es la actividad de la Conciencia de forma Evidente-Autoevidente simultánea, total e indiferenciada.

E: *¿Simultánea, total, indiferenciada?*

S: En la franja Pasado-Futuro, la conciencia asociada a la mente asume el rol de ser proporcionalmente Evidente y Autoevidente, es decir, conocer el mundo externo y en parte auto conocerse como un "yo". En la continuidad de Presente, en forma de Concentración, mientras se experimentan los *acontecimientos que están sucediéndose*, la Conciencia asume el rol de ser simultánea, total, Evidente-Autoevidente. También le denominamos no-diferenciada, pues el *Sujeto* no se distingue del *Objeto* de conocimiento.

E: *¿Dónde queda el "yo"?*

S: ¿Quién hace la pregunta?

E: *Yo la hago.*

S: Para usted es fundamental ser "yo", pues construye la realidad de la existencia y de la cognición bajo

el supuesto de que el "yo" sabe y existe. Por esa razón busca en todas las cosas aquello que sostiene su manera de ser y saber. En Concentración no media pregunta alguna respecto al "yo". Mientras está Concentrado, la palabra "yo" posee la misma connotación que ahora "egur" o "riox".

E: ¿Qué significan "egur" y "riox"?

S: Son palabras inventadas, no existen. De igual forma, carece de sentido el término "yo" para quien permanece en Concentración. La idea "yo", al igual que cualquier otra idea, no despierta significación mental asociada a contenidos previos. La apreciación de cualquier contenido externo, mientras existe Concentración, es similar a un acto continuo de aprendizaje.

E: Y los Objetos, ¿qué pasa con ellos?

S: El matiz de diferenciación de los *Objetos*, propio de los estados de Observación, Pensamiento y Sueño, no se hace presente en la Concentración. Cuando usted se observa al espejo no se aprecia como suma de ojos, piel, cabeza, pestañas, cuello, etcétera. Cuando escucha su nombre pronunciado por un tercero no se asume a sí mismo como agregación de vocales y consonantes. De la misma manera, en Concentración, los *Objetos* permanecen, pero los límites que la mente arguye para diferenciar uno de otro, gracias al mecanismo de la evocación, comparación y definición mental, no se hacen presentes.

E: Es ver la mar como una totalidad y no como suma de innumerables gotas.

S: Mientras opera la Concentración externa, los *Objetos* cobran una tridimensionalidad excepcional gracias a que no existe un único sitio desde donde son observados. La Conciencia observa todos los *Objetos* desde todos los lugares del campo de cognición existente.

Esto mismo crea una sensación de viveza que no posee la percepción cotidiana de ningún otro contenido en otros estados de conciencia. El más simple *Objeto*, una cerilla, una pared, la franja de una nube, cobran intensidad inusual y se revelan formando parte indiferenciada del resto de la cognición.

E: Pero... ¿quién piensa, quién entiende las cosas que observa mediante los sentidos, quién cataloga la percepción y la organiza?

S: Todo ello no es necesario.

E: ¿No es necesario?

S: No, no es necesario. Usted no requiere de un proceso dialéctico para saber. El saber depende del saber mismo. Es más inteligente permitir que la Conciencia conozca sin interferir la operación introduciendo un "yo", pues el saber final es "más real", "más No-dual", es simultáneamente Saber y Saber que se Sabe. La Conciencia, operando desde esta perspectiva, fluye de manera eficiente y sin gasto psíquico. Ejecuta acciones, pero no se reconoce como propietaria de la acción; actúa, mas no se apropia de la meta a la que su acto le llevará. Actúa sin apetencia de fruto.

Identificamos al mundo como todo aquello que no somos. Diferenciamos claramente nuestro propio nivel de identificación respecto a cuerpo y mente. Nos asimilamos a una esfera delimitada por los sentidos, cuya superficie delimita "dentro" de ella y "fuera" de ella.

Con cierta práctica, y de forma relativamente sencilla, los sentidos pueden momentáneamente desconectarse a voluntad, uno a uno o varios a la vez. A la par, la mente puede permanecer a la caza de los contenidos que acontecen en el Presente. Si ello se logra, cualquier contenido existente en el mundo exterior, y de manera natural y espontánea,

perderá distancia respecto al perceptor. Esta experiencia revela la ausencia del *Sujeto* ante la permanencia de un mar de contenidos no diferenciados.

Los sentidos, como tentáculos, se adhieren al mundo externo con tal intensidad en el Presente que el mismo *Sujeto* pierde notoriedad, e incluso llega a diluirse en la masa de cognición.

E: Me es claro notar cómo los sentidos son el límite entre lo que soy y el mundo en donde me encuentro.

S: Para usted, el mundo es visto como innumerables partes que, al sumarse, crean la realidad que percibe. Ello le es natural a sus sistemas. Experimenta cientos, miles de partes, millones de ellas que conforman el juego dinámico de la vida.

E: Es cierto, así es. Supongo que para todos es así.

S: Supone mal. Su apreciación del mundo, afortunadamente no es compartida por todos los seres humanos. ¿Ha notado que cada contenido percibido está conformado a su vez por innumerables partes?

E: Es extraño, pero así es. Cada Objeto experimentado tiene cientos o miles de componentes. Un contenido tiene no solo miles, sino infinitas partes.

S: ¿Nota que, entre usted y cualquier contenido cognoscible, existe distanciamiento?

E: Entre usted y yo hay distancia, entre cualquier parte que lo conforma también hay distanciamiento. Me es claro en el ámbito físico; inclusive, respecto a las partes de mi cuerpo puedo notar distancia entre ellas.

S: En un extremo del espacio está usted como *Sujeto*, en el otro el *Objeto* a conocer. Hace un instante se afirmó que, cuando los sentidos se activan respecto al mundo y se experimenta la percepción sin esfuerzo psicológico, los *Objetos* allí contenidos tienden a acercarse al *Sujeto* que los conoce. ¿Por qué entonces

es permanente su sensación de distancia respecto a aquello que conoce, en vez de desaparecer?

E: En algún momento hablaba del esfuerzo psicológico con el que se realiza la percepción. ¿Podría esto ser la causa?

S: Efectivamente. Cuando reconocemos contenidos externos de forma Total, sin agregar el esfuerzo psicológico latente en la mente, entonces el *Sujeto* tiende a ser absorbido por el *Objeto* para conformar así una nueva identidad *Sujeto-Objeto*. Pero ello solo acontece cuando el contenido fluye en el Presente, cuando es un acto perteneciente al "aquí y el ahora", cuando es un *acontecimiento que está sucediéndose*.

E: La identidad Objeto-Sujeto, ¿es la suma de las cualidades del Objeto más la suma de cualidades del Sujeto?

S: No, en absoluto. La identidad *Objeto-Sujeto* no tiene nada que ver con sumar las cualidades propias del estado de Observación, Pensamiento o Sueño.

E: Intento hacerlo una y otra vez, pero... es imposible. No logro permanecer a la espera de la unificación con el Objeto que experimento.

S: Debe educar su mente mediante la práctica constante de la Meditación. Debe aprender a ver el mundo sin el constante calificativo de "nombre" y "forma". Entienda, no es cosa de querer, de desear. Es más, querer o desear impide radicalmente la unificación. ¿Cómo hace usted para concentrarse en un libro o en su propio trabajo?

E: No lo sé, simplemente ocurre.

S: ¿Y si intentara, mientras lee su libro, estar concentrado en él?

E: Muy seguramente tampoco me podría concentrar.

S: Existe un mecanismo que ayuda a disminuir la distancia entre contenidos externos y de allí saltar a la Concentración externa. Se trata de detallar. Escoja cualquier contenido e intente detallarlo. Vea cada

uno de los componentes del contenido. Observe, por ejemplo, una porción cualquiera del suelo en madera de pino. Note sus detalles, pase de uno a otro sin esforzarse, simplemente note minuciosamente el campo de cognición escogido. Cuando el contenido sea completamente copado por su atención, pase al siguiente detalle, y así sucesivamente. ¿Puede hacerlo?

E: Lo intento. Por momentos siento que el Objeto está más cerca, luego se distancia. Sí, noto que la distancia con el Objeto tiende a disminuir al detallarlo como usted dice.

S: El truco está en hacerlo sin esforzarse. No busque nada excepcional en el campo de cognición escogido; inclusive, hágalo sin importar definir el contenido que observa.

E: Es extraño. Por un momento no había distancia, era todo. No sé cómo decirlo, fue muy fugaz. Lo que sentí se parece en intensidad a lo experimentado alguna vez que caminaba por la montaña. Hubo un momento, en aquella ocasión, que me convertí en todo lo que me rodeaba. Esa vez fue excepcional. No me sentía caminando, era el camino. No veía bosque, era el bosque. Era consciente de todo, pero no podía localizarme en ningún sitio en especial. Soy consciente que existía y reconocía la existencia. Si eso es concentrarse, no alcanzo a imaginar lo que debe ser un estado de Meditación, e inclusive un Samadhi.

S: La Concentración externa tiene miles de niveles. Lo extraño de su experiencia es que, a cualquier punto donde sus sentidos se dirigieran, la percepción era no diferenciada. Si dirigía su vista a un árbol, el árbol era usted y usted era el árbol, y todo copaba por completo la percepción. De igual manera ocurre si se relaciona con otro sentido. El límite final de la Concentración exterior ocurre cuando los sentidos

se integran creando un universo muy intenso, pues la vista, el oído, el tacto y demás se unifican creando un nuevo campo de cognición No-dual carente de diferenciación entre *Sujeto* y *Objetos*.

E: ¿Cómo inducir que la mente conozca sin distancia los Objetos?

S: Cada día de su vida, cada instante en que sus sentidos estén desplegados al mundo, perciba con detalle y sin esfuerzo. Ningún contenido "del aquí y del ahora" requiere algo para aparecer; simplemente, emergen. El *Sujeto*, cuando conoce, tiene tres opciones: Particularizar, es decir, diferenciarse de lo *que acontece* y segmentar en partes lo percibido, viendo al universo como suma de *Objetos*; Totalizar, integrándose al *Objeto*; y, por último, experimentar integración de *Objeto-Sujeto*, es decir, experimentar la No-dualidad y reconocerse como no-limitado, siempre Existente y Absoluto.

E: No me es clara la diferencia entre Meditación y Concentración.

S: Para ingresar al terreno de la Concentración, en cualquiera de sus acepciones, interna o externa, es menester diluir conscientemente la sensación del "yo". El "yo" normalmente se asocia a su historia más cercana. Existen regiones de memoria aún inalcanzables por su anhelo consciente de recordar. Todo el bagaje de experiencia previa o todo anhelo de posterioridad también forma parte de su memoria. Ello también limita. Esa es la siguiente frontera a diluir para inducir la experiencia Meditativa.

ESTADO DE MEDITACIÓN

DE LA CONCENTRACIÓN A LA MEDITACIÓN

La Concentración se asemeja a un gas difundiéndose en una habitación cerrada. Las partículas se reparten de manera homogénea en todo el lugar. Así, el *Saksim* se diluye homogéneamente en todo el campo cognitivo confundiendo con los *Objetos*, haciéndose uno con ellos.

La Meditación se asemeja a un gas que escapa de la habitación y se difunde de manera homogénea en todo el planeta, y aún más, en el universo entero. Así, tanto el *Sujeto* como los *Objetos* se diluyen homogéneamente en la Conciencia No-dual.

Occidente no estudia la cognición sin sentido de yoidad, sin embargo no logra explicar cómo opera la ausencia momentánea de *Sujeto* que ocurre en la concentración psicológica.

Oriente, en cambio, asume la Conciencia como un ente No-dual cuya capacidad innata es el brillo del saber. La mente humana difracta, mediante los cuatro limitantes innatos en la mente, la naturaleza No-dual de la Conciencia, haciendo ver como real la multiplicidad dual, tal como se produce la diversificación en varios colores en un prisma al ser atravesado por la luz blanca. El prisma se asemeja a la mente y el halo de luz blanca a la Conciencia No-dual.

La Meditación es la modalidad de cognición donde la Conciencia No-dual se conoce a Sí misma, circunstancia que implica ausencia total de la dialéctica mental.

La Meditación advierte un estado de Conciencia en el cual Evidencia y Autoevidencia fluyen de forma simultánea, total e indiferenciada. La experiencia Meditativa no deja huella en la memoria, puesto que la memoria y todas las actividades mentales están momentáneamente diluidas. El acto de saber No-dual no requiere confirmarse mediante la rememoración, pues quien necesita certificar siempre

la validez de lo conocido es un *Sujeto*. La Meditación está libre de *Sujeto*, libre de *Objetos* diferenciados; allí *Objeto* y *Sujeto* han sido, son y serán por siempre no-diferentes⁸⁹.

El limitante de Frontera es inexistente, pues no existe sentido de frontera donde pueda situarse un *Sujeto* respecto a un *Objeto*, y viceversa. Un símil para entenderlo es el espacio. El espacio no puede ser delimitado por una pared, una galaxia o un *Objeto* cualquiera. Los volúmenes ocupan espacio, mas el espacio es independiente del volumen. La existencia de un volumen requiere del espacio, pero el espacio no depende para existir del volumen del cuerpo. El espacio interpenetra los volúmenes, es su causa, su sostén y, sin embargo, no se modifica por la presencia de ninguna corporeidad.

El limitante Espacial también es inexistente en la Meditación, pues no hay sentido de Particularización ni Totalización. Al no existir cognición diferenciada de *Sujeto* ni *Objeto*, es imposible asumir que el *Sujeto* se distancie de contenido alguno o se fusione con un *Objeto*.

El limitante de Causalidad no existe. La ausencia de yoidad impide la existencia de un *Sujeto* que se reconozca como ejecutor de una acción; además, la integración de pasado, Presente y futuro como una atemporalidad impide diferenciar Presente de futuro, evitando la aparición de una meta o futurización alguna mientras se actúa.

El limitante de Interpretación también cesa en la Meditación. La dualidad ha cedido el trono poseído desde antaño por la "yoidad". Los diversos estados de conciencia se resumen todos en la causa de todos ellos: la Conciencia No-dual. La recta cognición ha derivado de reconocer lo conocido vía mente a la cognición inmediata de todo simultáneamente en Sí Misma. Ahora, la Conciencia es

89 He aquí nuevamente la afirmación suprema que resume todo el *Vedanta*: *Jiva Brahman Aika*, el Individuo es Idéntico a lo Absoluto.

testigo de Sí misma. La recta cognición es la única manera de atestiguar que la serpiente es una falsa proyección de una soga sí existente⁹⁰.

La continua experiencia de la Meditación desemboca en el *Samadhi*, o posesión de Sí mismo. Si tuviésemos que adoptar definiciones mentales respecto a los atributos del *Samadhi*, afirmamos que es: Conciencia, Seidad y Bienaventuranza Absolutas.

DIÁLOGO 14

El estado de meditación

Sesha: La experiencia más sublime que puede tener un ser humano cualquiera es expandir su naturaleza cognitiva al acto de Evidencia-Autoevidencia simultánea, total e indiferenciada.

Estudiante: *Expandir la conciencia al infinito...*

S: No, la Conciencia no se expande.

E: *Gran cantidad de autores converge en el término "expansión de conciencia" como elemento que logra explicar ciertas experiencias no comunes a la cognición común.*

S: Es cierto. Sin embargo, la Conciencia nunca se expande ni se contrae.

E: *Entonces, cómo explicar la diversidad de experiencias cognitivas que el Vedanta enseña.*

S: Es simple. La diversidad es fruto de la diferenciación entre *Sujeto* y *Objeto*. Mientras exista uno u otro, cada cual ocupará su respectivo lugar en el universo cognitivo. Jamás se expande la Conciencia; simplemente, el limitante, la mente, asume fronteras variadas, pero la Conciencia siempre ha sido, es y será la misma, con idénticas características. Puede usted,

⁹⁰ La Serpiente y la Soga, es el típico ejemplo que intenta mostrar como la dualidad es una simple superposición ocurrida por la falta de conocimiento real de quien observa la Soga y, en cambio, apresada como real la falsedad de una Serpiente.

por ejemplo, acostarse en su cama, ya caída la noche, y tan solo notar la actividad de una mínima esfera de percepción, pues la oscuridad, la ausencia de ruidos y demás impide cualquier actividad sensorial. Sin embargo, a la mañana siguiente el día es más claro, la vista reconoce detalles de paredes, el oído atrapa sonos más lejanos. Al salir a trabajar, su vista topa con el cielo azul y las nubes que lo adornan, mientras que el ensordecedor rugido del tráfico ahora agobia. ¡Sería absurdo afirmar que el espacio se expande según sea el momento del día! Más lógico es reconocer que los sentidos, según sean las condiciones de percepción de quien conoce, apresan una realidad u otra de *Objetos* contenidos en el espacio, dependiendo de los límites sensorios impuestos.

E: ¿Y quién conoce a la Conciencia conociendo, cuando no hay dualidad Objeto-Sujeto y Evidencia-Autoevidencia son totales y simultáneas?

S: Usted realmente no entiende. Aprecia su propia realidad como válida tan solo por la asociación mental que tiene con su propia historia. No le pido que deje de percibir su cuerpo o el mundo que le rodea, no. Tampoco afirmo que su modalidad de percepción sea errónea, no. Simplemente, el mundo que usted reconoce es dual y, por lo tanto, diversificado, circunstancia que en esencia genera el conflicto de una representación cognitiva dual limitada. Percíbase a sí mismo o al mundo, pero no identifique lo que observa con la historia mental de lo que ve. Conozca sin historia, conozca los *acontecimientos que están sucediéndose* sin diferenciarlos ni compararlos con otros que alguna vez acontecieron o probablemente acontecerán. Cuando acalle la mente, pues es ella quien marca la pauta de diferencia y comparación,

verificará que no es ella quien conoce, sino que la Conciencia, gracias a su propia naturaleza iluminadora No-dual, imprime el fulgor propio del saber.

Lo extraño de este proceso es la sensación inicial de perder el modulable sentido de Autoevidencia y reemplazarlo por la continua fusión de Evidencia-Autoevidencia. El paso de uno a otro se sucede sin que nada ni nadie lo controle; simplemente acontece, sin que medie testigo alguno, tal como ocurre entre vigilia y sueño o sueño y vigilia. Cuando la mente anida en sí misma, emerge el silencio que origina el autocontrol y desaparece la relación entre Presente y la Franja Pasado-Futuro. En ese instante opera la disolución egoica y emerge la Conciencia No-dual.

E: ¿Cómo es Meditar?

S: ¿Alguna vez lo ha logrado?

E: No.

S: Meditar es el reconocimiento más claro de la grandeza del universo y del ser humano. ¿Alguna vez se ha enamorado locamente?

E: Sí, alguna vez.

S: Mientras ama, nota que los lazos entre los amantes lleva por momentos a sentir que son uno.

E: Sí, el amor es un sentimiento muy fuerte, tal vez el más intenso, el más maravilloso.

S: Si la fusión que el amor provoca entre los amantes es intensa. Intente proyectar lo que podría llegar a ser fusionarse con todos y cada uno de los contenidos constituyentes del universo y, mientras esto ocurre, afirmar que usted es Ello y Ello usted, tal como una gota de agua lo hace mientras es parte de la mar.

E: Debe ser una experiencia única.

S: Es la única experiencia que realmente tiene sentido, es la meta final de todo ser humano, es el néctar que

sacia toda pregunta y el silencio que ocupa la quietud del universo. No intente buscarla ni se obsesione por ella. Mate, incluso, todo anhelo de vivirla, pues es un deseo que necesariamente también debe erradicarse. Aprenda a reconocer qué es "Aquello" que interrelaciona toda cognición en cualquier estado de conciencia. Aprenda a distinguir el testigo silencioso que está antes, durante y después de toda cognición. Aprenda que "Aquello" es como los ojos: observan, pero no son vistos por quien ve.

Capítulo 5



La naturaleza de la dualidad y la no-dualidad

EL YO Y EL NO-YO⁹¹

Se denomina "yo" a la unidad individualizante. No existe nada más común a un *Sujeto* que el acto mismo de reconocerse conscientemente como parte diferenciada de un entorno. No existe la probable percepción de mitad o fracción de "yo". El acto primario mental que ilumina la conciencia individual es la yoidad. "Yo" es la primera apreciación que existe como base y sostén de todo ente. Ser "yo" es natural a la experiencia del ser humano, pues le permite identificarse diferente de lo que no es él. La "yoidad" ofrece asiento a la experiencia de existir, al ente primario y cognoscitivo denominado *Sujeto*, y a un ente primario psíquico llamado "ego".

"Ego", *Sujeto* y "yo" son apreciaciones similares pero diferentes. Cada una se refiere a un ambiente mental propio. "Ego" denota experiencia psíquica, emociones y sentimientos. Corresponde a la entidad primaria que siente y se emociona, se sensibiliza y experimenta pasión. "*Sujeto*" denota

91 Término que denominamos *Exín*. "No-yo" es sinónimo de *Exín*. Véase nota 67.

experiencia cognoscitiva, es la unidad fundamental sobre la cual se construye el acto epistemológico o proceso del conocer. No existe un *Sujeto* que se conozca en mitades ni a partes. "Yo" denota unidad consciente y advierte el estado fundamental, primario e indivisible de la existencia individual.

Tanto *Sujeto* como "yo" y "ego" poseen en común la cualidad de ser entes primarios a los cuales se adosan las innumerables características de los cientos y miles de contenidos físicos, energéticos, mentales y espirituales. El entendimiento forma parte del "*Sujeto*". La existencia de un "yo" -Luis, Pedro o María- denota individualidad. El "ego" se asocia al ente alegre, triste o enfermo que experimenta sentimientos, emociones y pasiones.

La "yoidad" es una unidad mental primaria consciente, se autorreconoce como *Sujeto* de cognición por "introspección" y se presenta conformada por toda suerte de contenidos psicológicos.

El "no-yo", el *Exín*, no es la negación de lo anterior. No basta anteceder "no" al yo de la premisa para transformar las afirmaciones en negaciones. El "no-yo" es la unidad primaria consciente, y opera mientras se conoce "fuera" en la modalidad de percepción Total. El "no-yo" se autorreconoce como *no-Sujeto* y se caracteriza por la ausencia de historia mientras interpreta el campo de cognición. El "no-yo" es la unidad del estado Total "fuera"⁹², es la identidad que opera cuando en el Presente se fusionan *Objeto* y *Sujeto*. Quien conoce en el estado Total "fuera" es la Conciencia asociada a un "no-yo". Cuando la Conciencia se asocia exclusivamente a Sí misma, entonces la apreciación de la realidad será completamente No-dual.

El "no-yo" es una parte del campo cognitivo que posee fronteras internas, pues de no ser así el estado Total deviene

92 La unidad que conoce asociada al limitante Espacial Particular "dentro" como al limitante Espacial total "fuera", se denomina *Exín*, un no-yo, es decir, una nueva forma de cognición asociada al estado de Observación.

como No-dual⁹³. Cuando la "yoidad" se diluye en un estado Total "fuera", gracias a la vivencia continua del Presente, conforma un nuevo campo de cognición cuyo único límite son sus contenidos instintivos más primarios.

Saltar a la vivencia de la experiencia No-dual implica no solamente la entrega consciente egoica, sino la desaparición del más mínimo trazo instintivo que puede operar en cualquiera de los más recónditos laberintos de la mente.

LA NATURALEZA DE LA DUALIDAD

Todos los entes que conforman el mundo poseen una característica intrínseca, natural, que origina dolor y conflicto: la Impermanencia. El cambio, la transformación de un *Objeto* en otro, lleva consigo una apreciación dinámica del universo que nos rodea. Desde las unidades atómicas hasta los grandes soles forman parte del movimiento, del cambio impuesto por la vida.

Todo contenido está estructurado en múltiples partes. Basta advertir, por ejemplo, una pared para notar que está compuesta de múltiples ingredientes: arena, cemento, pintura, etcétera. A su vez, cada nuevo elemento se compone por nuevas partes, y así sucesivamente. De tal manera que, al definir un *Objeto* cualquiera, se apropian las características de otros diversos contenidos que lo conforman. Ninguna parte de cualquier contenido será siempre idéntica en el ambiente de espacio y tiempo. Todas cambian, todas se transforman; es decir, sus fronteras varían.

Así, entonces, todo contenido está vacío puesto que ninguno existe independiente de las otras múltiples partes que lo componen. La tradición Budista es experta en el análisis de la realidad desde la perspectiva del vacío. La

93 He aquí la diferencia entre los estados de Observación, Concentración o Meditación.

afirmación "el universo está vacío" no es un mero nihilismo. En cambio, la interpretación nihilista occidental de tal afirmación no pasa de ser una aproximación ignorante que presume el vacío como ausencia de partes y, por ende, de Conciencia. Semejante acercamiento al estudio de la realidad es realmente simplista y verdaderamente inmadura. El Budismo, al igual que el *Vedanta*, reconoce otro orden de realidad, donde la interpretación del término vacío posee unas connotaciones mucho más amplias, más válidas, más inteligentes. Para Oriente, el vacío implica presencia de Conciencia sin asociación de *Sujeto* ni *Objetos*.

Cada contenido presente en el universo se relaciona con otros para conformar nuevos contenidos. Ello permite asociarlos, compararlos, etcétera. Inclusive, existe la modalidad de reconocer un nuevo contenido a partir de la negación de los atributos de otros. Por ejemplo, es posible identificar un *Objeto* sobre una mesa negando los nombres de los otros que le acompañen. Esta característica de definir los *Objetos*, o cualquiera de las partes que los conforman, por la suma de atributos que poseen o por negación de otros nos introduce a los terrenos del concepto Dualidad.

Dualidad implica que todos los entes constitutivos del universo se estructuran de innumerables partes. Ninguna parte se define a sí misma. Es importante hacer notar que no nos referimos a la palabra que define el contenido, tal como pared, suelo, techo, edificio o firmamento, sino al hecho de que cualquier constitutivo posee un "nombre". Sin embargo, no es el "nombre" quien define realmente la naturaleza esencial de las cosas, pues el "nombre" es tan solo una apreciación fonética que un idioma asigna a un contenido cualquiera. Afirmar que un contenido no se define a sí mismo -sin olvidar que no se refiere al elemento fonético asignado- implica que un ente, en sí mismo, no es "algo". "Nombre" y "forma" son meros accidentes en el acontecer

tempo-espacial. Ningún ente es "nombre" y ningún ente es "forma", puesto que "nombre" y "forma" son vacíos de realidad por sí mismos, son simplemente una convención, una representación inteligible de un *Objeto* cualquiera.

El término Dualidad se atribuye a todo *Objeto* que no se define a sí mismo, sino que es definido mediante otros contenidos. Un bosque, como tal, no es la palabra "bosque"; sin embargo, se lo define como suma de árboles, ríos, montañas, etcétera. A su vez, un árbol, como tal, no es en sí la palabra "árbol"; sin embargo, se lo define como suma de corteza, raíces, hojas, flores, etcétera; y así sucesivamente con cualquiera de las partes que definen cualquier *Objeto*, e inclusive algo similar acontece con el *Sujeto* mismo.

Duales son: la materia física y sus infinitas mezclas; la energía, e incluso los sentimientos y los pensamientos. Toda entidad cuyo substrato no se define en sí mismo es Dual. Todo *Objeto* es Dual, cambiante, transitorio; en suma: impermanente.

DIÁLOGO 15

La dualidad

Sesha: ¿Nota algún elemento de la sala que sobresalga a sus sentidos?

Estudiante: *Sí: la columna situada a mi lado.*

S: Descríbala.

E: *Es una columna de la estructura del edificio. Tiene unos cuarenta por cuarenta centímetros cuadrados de sección. Posee una altura de unos cuatro metros. Está enchapada en madera, presumiblemente de pino. Está compuesta por hormigón armado.*

S: Muy bien. Ha definido usted la columna mediante un variado número de componentes. Intente ahora definir uno de ellos: la "madera presumiblemente de pino".

E: Son listones unidos de unos dos metros de longitud por ocho o nueve centímetros de ancho. Tiene nudos y vetas. Está cubierta con un barniz transparente.

S: Anteriormente definió el Objeto "columna" gracias a varios elementos, uno de ellos el concepto "madera". Ahora define "madera" atribuyéndole características de longitud, ancho, barniz, nudos y otras más. Nuevamente aparecen partes. Si nuevamente define cualquiera de los constituyentes notará que se definen en función siempre de otros, lo que convierte el ejercicio en un círculo vicioso donde nunca hay fin y jamás hay comienzo.

E: Es imposible llegar a la definición final, puesto que aún ella posee cualidades que son definidas por otros Objetos. Es de nunca acabar.

S: ¿Qué Objeto no requiere ser definido mediante otro?

E: Ninguno. Todo Objeto conformado por partes o toda parte que conforma un Objeto requieren necesariamente algo externo a ellos que los defina.

S: Sin embargo, ninguna de las acepciones que usa para definir la columna de la sala es permanente en tiempo y espacio.

E: ¿Y las apreciaciones ideales?

S: Ni aún ellas. La apreciación de la belleza, la idea de número y otras entidades abstractas, por más arquetípicas que sean, no pueden resistirse a la interpretación personal que cada cultura milenaria aplica al mundo.

El mundo que usted interpreta con la mente goza primordialmente del atributo del cambio. El ser humano sufre a causa de ello. El dolor no es más que la impotencia egoica al cambio. El individuo es una hoja al viento en el tormentoso océano del movimiento al que se ve sometido y al que no puede controlar. Es innegable: esta suma de *Objetos* apresados

en forma de universo es realmente excepcional. La belleza inconmensurable que se obtiene al contemplar las grandes galaxias y constelaciones tan solo puede ser equiparada con la presencia de una flor o con la magia de la vida en cualquiera de sus órdenes.

Somos egoístas porque nos creemos diferentes. El ser humano se presume especial y único y, sin embargo, no controla a voluntad el proceso enzimático ni el crecimiento de su cabello. Se nace con la enfermedad del orgullo, y la errónea educación lo alienta a creer ser poseedor de cuerpo y mente. Y aunque el individuo crea ser centro del universo, su cuerpo y mente están sometidos al cambio y finalmente a la muerte.

Todo lo experimentado es parte de otras partes, o de su negación. Todo, absolutamente todo lo que es viable experimentar por cualquier ser humano puede interpretarse afirmativamente o negando dicha afirmación. Afirmación y negación son parte, como otras miles de dualidades que nuestro lenguaje utiliza.

El término Dualidad expresa la naturaleza cambiante, relativa, no definida por sí misma, de los entes constitutivos del universo. La Dualidad campea triunfadora como instrumento de la dialéctica. En ella se apoya la apreciación científica y, gracias a su inexpugnable hábitat, el dolor se pasea por el mundo acompañado en alternativos vaivenes de mano con la alegría. La Dualidad es el mecanismo base interpretativo de la mente; la apreciación binaria de los ordenadores se asimila al funcionamiento del cerebro. En nuestra mente y en nuestro universo no hay una sola cosa; como mínimo siempre hay dos. Quien ve la unidad, se adiciona a ella conformando una nueva Dualidad.

¿Conoce usted algún *Objeto* experimentado que sea sin partes, sin cambio, sin representación de "nombre" y "forma"?

E: *Tal vez..., ¿Dios?*

S: ¡Dios! ¿Tiene usted experiencia de Dios?

E: *No, no la tengo.*

S: Muy seguramente, cuando la tenga, podremos entendernos sin tener que hablar.

LA NATURALEZA DE LA NO-DUALIDAD

Ingresaré ahora en el estudio de los entes No-duales que, junto con las propiedades del limitante Espacial, explican de forma magistral la naturaleza esencial de la realidad.

Todo ente asociado al limitante Interpretativo de "nombre" y "forma" es Dual. Esto es, "cualquiera de ellos se definen no en función de sí mismos, sino en virtud de la suma de características de otros entes duales". Los entes duales pueden ser conocidos y analizados, según el *Vedanta*, gracias a cualquiera de los seis *pramanas*⁹⁴ ya establecidos y ampliamente estudiados por la tradición.

A su vez, el *Vedanta* reconoce la existencia de una tercera y última modalidad de realidad (independiente a Particularidad y Totalidad) asociada a los entes existentes: la No-dual. La No-dualidad es propia de los entes que "se

94 *Pramana*: instrumento de conocimiento válido; o formas válidas a través de las cuales opera el conocimiento.

Los seis *pramanas* son:

- 1 *Pratyaksha*: Percepción.
- 2 *Anumana*: Inferencia.
- 3 *Upamana*: Comparación.
- 4 *Artapatti*: Presunción.
- 5 *Anupalabdhi*: No aprehensión.
- 6 *Sabda*: Testimonio verbal.

Para profundizar la teoría epistemológica del sistema *Vedanta*, véase el magistral trabajo *Métodos de Conocimiento*, por Swami Satprakashananda. Advaita Asharama 5 Delhi Entally Road, Calcuta.

definen a sí mismos". La No-dualidad es uno de los conceptos más complejos y a la vez más simples que el pensamiento humano ha gestado. Nace como idea primaria que permite explicar la esencia metafísica del universo entero.

La No-dualidad se asimila a todas aquellas cosas que "existen" sin ser "algo"⁹⁵. Nuestra apreciación del mundo requiere que todo ente "sea algo", es decir, posea atributo de "nombre y forma". Sin embargo, los entes No-duales existen sin requerir asociación mental de "nombre" y "forma", situación que implica, para su reconocimiento, de la ausencia de interpretación mental que normalmente se asocia a los entes duales. La No-dualidad no requiere de los conceptos *Objeto* ni *Sujeto*, propios de la apreciación Particular y Total.

Hay quienes se entregan a una forma especial de divinidad y asimilan en ella la razón de ser de todas las cosas. El epíteto de Dios, *Ishvara*, Alá, Motor inmóvil, Logos, etcétera, se entremezcla para servir de lazarillo en el tormentoso mar de la búsqueda de lo Superior. A diferencia de la mayoría de los sistemas de pensamiento metafísico, el *Vedanta* sustenta la génesis de la existencia en la idea de la No-dualidad.

No-dual es lo Eterno, el Infinito, lo Absoluto, el Ser, la Conciencia, la Bienaventuranza, el Presente, el Saber, el Amor, *Brahman*, *Atman* y todas aquellas condiciones de la existencia que no puedan ser definidas por comparación, relación o negación de otros entes.

“Indestructible es Aquel que todo lo penetra. Nada ni nadie puede aniquilar a este imperecedero Ser [*Atman*]”⁹⁶

“Porque [*Atman*] nunca tuvo principio ni tendrá fin, ni habiendo sido cesará jamás de ser. Es nonato, perpetuo, eterno, y no muere cuando muere el cuerpo”⁹⁷

95 "Algo", se refiere a cualquier contenido referido al limitante Interpretativo, es decir, debe poseer "nombre" y "forma".

96 Idem, B.G., II-17.

97 Idem, B.G., II-20.

“Arma alguna puede herirle, ni fuego abrasarle, ni agua humedecerle, ni viento orearle”⁹⁸

“Invisible, inescrutable e inmutable. Si así lo reconoces [a *Atman*], no has de afligirte”⁹⁹

El *Vedanta* no es un sistema de pensamiento que se asimile a una descripción religiosa panteísta, dualista o monista. La esencia primaria y fundamental del *Vedanta* no puede asociarse a muchas, a dos, ni a una única divinidad. No son el número, la cantidad ni la cualidad los entornos predominantes que demarcan la naturaleza No-dual. La No-dualidad se resiste a toda comparación, a toda relación, y jamás puede definirse como negación de una realidad dual.

La No-dualidad se reconoce a sí misma en el mismo momento donde el *Sujeto* logra sostenerse en el Presente que está fluyendo. Cuando el individuo permanece en el *acontecimiento que está sucediéndose*, cuando se afirma sin esfuerzo alguno en "el aquí y el ahora", reconoce la identidad entre el *acontecimiento que se sucede* y el Presente donde *acontece*. La ausencia total de localización psicológica del *Sujeto* permite la aparición de la realidad No-dual. La única condición para que un estado Particular o Total se disgregue en uno No-dual, es la ininterrumpida apreciación de Presente. El estado No-dual es estable por excelencia, impera en él la permanencia, es siempre el mismo, no cambia, siempre fue, es y será idéntico a Sí mismo; solo se conoce a Sí mismo, solo se experimenta a Sí mismo.

El estado No-dual incluyente de la Meditación supera en intensidad, realidad y fuerza la realidad que opera en cualquier modalidad de cognición. Los estados de Sueño, Pensamiento, Observación y Concentración son meros espejismos, son simples sombras ante el brillo de eternidad propia del

98 Idem, B.G., II-23.

99 Idem, B.G., II-25.

estado No-dual. La No-dualidad es Presente puro, sin la más mínima traza de "yoidad" y sin el más mínimo vestigio del "yo que alguna vez fue" ni del "yo que alguna vez quisiera ser".

La No-dualidad es conocida y experimentada exclusivamente gracias al proceso de Meditación o, en su defecto, mediante la vivencia del *Samadhi*.

NO-DUALIDAD *VERSUS* DUALIDAD

Los procesos de la cognición pueden ser explicados gracias a la inclusión del limitante Espacial y a las tres modalidades de relación entre *Sujeto* y *Objeto*.

La independencia entre entes duales propone de base la diferenciación entre *Objeto* y *Sujeto* y, por ende, la aparición del acto cognitivo Particular.

La integración producida en el estado Total, mientras se está "fuera", da como resultado la fusión entre *Objeto* y *Sujeto* y origina la homogeneidad de *Sujeto-Objeto*.

A su vez, la integración producida en el estado Particular mientras se está "dentro" da como resultado la separación entre *Objeto* y *Sujeto* y origina distanciamiento entre *Sujeto* y *Objeto*.

A su vez, existe un estado de plena, total y absoluta no-diferenciación entre *Sujeto* y todos los *Objetos* que acontecen en un campo de cognición, es decir, la interpretación No-dual.

El *Vedanta* acepta la existencia de *Objetos* duales y de percepciones Totales y Particulares. Sin embargo, sostiene que la raíz de su existencia no proviene de ellos mismos, sino de la esencia No-dual de la cual participan. Entre dualidad y No-dualidad existen una serie de apreciaciones que es importante tener en cuenta:

1. La No-dualidad no es lo opuesto a la dualidad, y viceversa; tampoco son complementarios.

La interpretación mental del universo es netamente dual. Todo ente a nuestro alrededor puede ser calificado. Todo *Objeto* posee la cualidad intrínseca de "nombre" y "forma" asociada al plano formal o ideal. El mundo es representado por la mente como un gigantesco rompecabezas donde cada *Objeto* posee una naturaleza independiente de cualquier otro *Objeto*.

Hechos cotidianos, experiencias comunes y realizaciones prácticas del *Sujeto* son actos que incluyen el reconocimiento que otorga la Conciencia, cuya esencia permite integrar la información mental proveniente de los sentidos y la memoria. La conclusión de la percepción es que cualquier acto que realice o conozca el *Sujeto* puede representarse como una cognición dual. La Conciencia no posee en su naturaleza un atributo opuesto mediante el cual pueda ser definida. Asignar el término inconciencia como atributo opuesto de la conciencia es un error. Estimar que la Conciencia puede momentáneamente sustraerse a la inconciencia es falso. Basta inducir en la mente de cualquier *Sujeto* un estado hipnótico para denotar que la cognición propia de cualquier experiencia previa siempre está potencialmente activa. Olvidar una experiencia no implica su inexistencia ni, menos aún, implica la ausencia momentánea de conciencia en el momento de fijarla al nivel de la memoria. El acto mismo de la Conciencia es propio de la entidad No-dual. No existe *Sujeto* alguno que "conozca" la Conciencia. La Conciencia se conoce a Sí misma. La Conciencia siempre está presente, no se segmenta, no es cualificable ni cuantificable, no posee bordes ni límites. Simplemente Es; se define a Sí misma.

De igual forma ocurre con el acto del Presente. Todos los acontecimientos transcurren en el acto temporal denominado Presente. Sería igualmente falso, como se ha visto anteriormente respecto a la Conciencia, admitir que

la realidad opuesta al Presente puede llamarse pasado o futuro. No existe un término que se contraponga a la idea de Presente. Tampoco es viable definir al Presente como la ausencia de pasado o como la ausencia de futuro, pues ninguna de las negaciones logra denotar la naturaleza real del Presente. Es más: al pasado, para mostrarlo real, es necesario trasladarlo al "fluir" del Presente. El Presente denota una caracterización de realidad que no puede ser comparada, negada ni asociada al pasado o al futuro. No existe la realidad de futuro que sí ofrece el Presente. No existe *Sujeto* alguno que conozca el Presente. Definir el Presente es convertirlo en pasado, es limitarlo a algo que fue. La mente transforma el Presente en memoria para así denominarlo pasado. Por ello, el Presente únicamente puede ser conocido por Él mismo en su propio ambiente. Al igual que la Conciencia, el Presente es un ente No-dual. No se subdivide, pues cualquier acto de futuro o de pasado requiere de un Presente siempre estable en el cual existir. El Presente, además, tampoco es cualificable ni cuantificable, no posee bordes o límites, inicio o final. Simplemente Es, se define a Sí mismo.

Tanto la Conciencia como el Presente no poseen contrapartes que los complementen. Su naturaleza No-dual excluye tal posibilidad. Los *Objetos* conocidos no son contrarios a la Conciencia que los conoce. Los entes que fluyen en el Presente tampoco se oponen ni se complementan respecto al Presente mismo. El universo cognitivo no es la suma de Conciencia y *Objetos*, pues el Saber propio de la Conciencia es independiente de cualquier *Objeto*. Los *Objetos* flotan como entes virtuales en el mar del Saber propio de la Conciencia y en el océano de realidad propia del Presente. Los *Objetos* son como olas o burbujas: son momentáneos conceptos que no existen por ellos mismos. La mar o el océano son su causa y nunca han dejado ni dejarán

de ser agua, aunque momentáneamente sean percibidos como olas o burbujas. Tampoco burbuja u ola se oponen a mar; tampoco se complementan la una a la otra. Ola y mar son símiles que se asocian a la naturaleza momentánea de un *Sujeto* que desea "retener" la experiencia canalizada por los sentidos y "asociarla" como propia mediante un "yo" que cree que conoce en el Presente. Ola y burbuja son simples modificaciones del agua misma que conforma el océano. Ola y burbuja son meras apreciaciones cambiantes, puntuales y momentáneas.

Ola y burbuja son diferentes desde la perspectiva del *Sujeto*, mientras éste se encuentre inmerso en el mundo de las dualidades. Ola y burbuja pueden experimentarse sin distancia tal como ocurre en la cognición Total. Además, si el *Sujeto* las percibe continuamente como parte del Presente, estando "fuera", sin definir las ni interpretarlas mentalmente, ola y burbujas se aprecian no-diferentes bajo la óptica No-dual.

2. No-dualidad y dualidad coexisten, siendo la No-dualidad base y sostén de la dualidad.

Se ha advertido previamente la naturaleza No-dual de la Conciencia y del Presente. Para el *Vedanta* ambas realidades son no comparables a característica de *Objeto* alguno e imposibles de ser definidos por oposición de conceptos ni síntesis dialéctica.

El *Vedanta* no plantea una diferenciación metafísica entre los entes individuales —cuya naturaleza y funcionamiento mental es eminentemente dual— y la entidad No-dual. Occidente, en su formación teológica, intenta demostrar a conveniencia que, en ocasiones, Dios es una realidad externa —matiz netamente dualista— o, en su defecto, se representa como realidad única —matiz

netamente monista—. De igual forma, la apreciación fenomenalista kantiana, disocia la realidad del Noúmeno respecto del Fenómeno. *Sankaracharya* afirmó magistralmente: “Desde el punto de vista de la No-dualidad, el universo dual —de “nombres” y “formas”— no existe; desde el punto de vista de la relatividad dual, el universo sí es real”. Esto es, el universo es real desde la perspectiva dual gracias a que el substrato No-dual lo sostiene. La dualidad no tiene asiento metafísico en sí misma.

*Krishna, avatara*¹⁰⁰ de *Vishnu*, afirma en el *Bhagavad Gita*:

“En Mi Inmanifestado aspecto penetro Yo [*Atman*] el Universo entero. Todos los seres tienen su raíz en Mí y Yo no tengo raíz en ellos”

“Y sin embargo, no tienen los seres raíz en Mí [no habito en algún lugar en especial de ellos]. ¡He aquí mi Soberano *Yoga*! El sostén de los seres no radica en los seres. Mi Espíritu es su causa eficiente”¹⁰¹

He aquí el gran misterio, el arcano por excelencia, el pormenor que únicamente puede resolver la verdadera sabiduría: “El universo tiene raíz en la No-dualidad, pero la No-dualidad no tiene raíz en el universo”. Esta aparente contradicción demuestra tan solo la inmensa sabiduría respecto a la No-dualidad que contiene el *Bhagavad Gita*. La causa eficiente de la dualidad es la No-dualidad; sin embargo, la No-dualidad no está en un lugar especial ni definido de la dualidad. Simplemente coexisten, como los *Objetos* y el espacio que ocupan. La causa eficiente de todo volumen corporal es el espacio; sin embargo, el espacio no habita en un lugar específico ni único del *Objeto*.

100 Encarnación de la divinidad, cuya tarea consiste en ser pilar sobre el que se construye una tradición religiosa.

101 Ídem, B.G., IX, 4 y 5.

Tanto dualidad como No-dualidad coexisten. La dualidad se asienta en la No-dualidad sin modificarla, de igual manera que los *Objetos* ocupan un lugar y luego otro, sin modificar la naturaleza del espacio en donde se encuentran.

Tanto dualidad como No-dualidad coexisten. La dualidad se asienta en la No-dualidad sin modificarla, tal como una película de cine que muestra fuego o inundación no modifica la pantalla sobre la cual se proyecta.

Tanto dualidad como No-dualidad coexisten. La dualidad se asienta en la No-dualidad sin modificarla, tal como el acontecer del Presente otorga realidad de existencia a los *Objetos* del pasado que en él fluyen sin modificarlo.

Tanto dualidad como No-dualidad coexisten. La dualidad se asienta en la No-dualidad sin modificarla, tal como la Conciencia ilumina la cognición de los *Objetos*, sin que éstos la modifiquen.

Observe la mar y note que puede ser percibida como un único contenido: el contenido "mar". Sin embargo, también es posible observarla como olas, burbujas, gotas, etcétera. Son miles de partes: olas, burbujas y gotas conforman la entidad "mar". A su vez, una ola cualquiera puede representarse en nuestra percepción como un contenido independiente de cualquier otro; la ola se convierte en la suma de cresta, movimiento, burbujas, agua, etcétera.

Ahora intente observar la misma mar, o cualquier ola, o cualquier burbuja, sin emitir juicio ni conceptualización alguna. Obsérvela *aconteciendo* en el Presente, libérese de la memoria y no intente aferrarse a ningún concepto mental que implique asociación, relación o negación. No defina la mar mediante "nombre" ni "forma"; sitúese "fuera"¹⁰² de usted mismo mientras la conoce. Así, libre de toda expectativa y sin negar la naturaleza existencial de

102 Es una de las dos simetrías que ofrece el limitante de Fronteras: "dentro" y "fuera".

lo que observa, note como el límite del *Objeto* y su propio límite como observador lentamente se disgregan. Allí cesa la limitancia y diversificación tanto de *Objeto* como de *Sujeto*. Ahora las cosas simplemente Son, sin tiempo, sin pasado, sin futuro. Si en la apreciación del acontecimiento cognitivo logra diluir, inclusive, la asociación pasiva que tiene respecto al hecho de haber sido o algún día llegar a ser, entonces ha traspasado las infinitas regiones de la cognición asociadas a *Sujeto* y *Objeto*. Si aún mantiene la actitud de fluir en el Presente, habrá sublimado todo estado cognitivo dual. Ahora la cognición fluye asociada a la Conciencia, reconociéndose como identidad *Objeto-Sujeto* y, además, no diferenciado de todos los infinitos *Objeto-Sujetos* en este y en todos los universos existentes.

Aún más: permanezca operando desde el no-juicio, desde el no-esfuerzo y experimentará un hecho sin precedente: reconocer que no existen múltiples entes No-duales; tan solo la No-dualidad, que subyace como causa metafísica del universo entero, sin distingo, sin diferencias y, por supuesto, sin presencia egoica de quien observa.

3. Mientras un ente dual sea percibido y diferenciado de cualquier otro ente dual, su naturaleza No-dual permanece oculta: no se reconoce.

El esfuerzo egoico de reconocer y localizarse frente a lo que se presupone son otros entes, es la matriz básica de la dualidad. En razón de ello, todo *Objeto* es experimentado mentalmente como individual, independiente o siendo parte de otro.

En el proceso del conocimiento se define el *Objeto* a conocer, el *Sujeto* conocedor y el propio poder del conocimiento que sirve de intermediario a ambos. Mientras exista *Sujeto* conocedor, existirá necesariamente el *Objeto*

a conocer y el campo propio del conocimiento donde operará dicho proceso. Bajo la apreciación dual cognitiva¹⁰³ no existe *Sujeto* independiente de la existencia del *Objeto*.

Sin embargo, ¿qué integra como unidad todos los contenidos independientes que flotan conformando el universo? La respuesta es simple: los entes multifacéticos parecen tal solo a la vista de un *Sujeto* cualquiera. Basta inhibir en el *Sujeto* la propensión de la mente a crear sentido de diferenciación mental entre él y los *Objetos*, impidiendo la aparición de juicios, para que ambos, *Sujeto* y *Objeto*, pierdan sus propios límites y se integren a la realidad No-dual que subyace en forma Seidad, Conciencia y Bienaventuranza Absolutas. El sentido de identidad propio del *Sujeto* no es más que la consecuencia de los mismos límites que aparentemente delimitan la Conciencia No-dual mediante el acto ilusorio del pensar.

De igual manera que el estado onírico no es experimentado mientras el *Sujeto* permanece en vigilia, el estado de vigilia se desconoce mientras opera el sueño. Así, la percepción mental de la naturaleza dual inhibe la apreciación de su substrato No-dual.

"Soy" es el pensamiento raíz sobre el cual subyace la dualidad. "Soy" es el cimiento sobre el cual la mente ha construido el pensar, el apego, la felicidad y el dolor. "Soy" es la simiente de todo ente individual. Mientras se mantenga la sensación primaria de existencia en forma de "ser un yo", la realidad No-dual no pasará de ser una apreciación teórica más. Allende la mente y todo su proceder de juicios, conceptos, memoria y egoencia, fluye permanentemente la realidad No-dual.

Lo común a toda cognición No-dual y dual es la Conciencia. En el primera, la Conciencia se conoce a Sí

103 Esto es, mientras exista sentido de distanciamiento, de diferenciación entre *Sujeto* y *Objeto*.

misma; en la segunda, mientras exista vestigio de egoencia, el *Atman* es inatrapable, intangible y aparentemente inexistente.

“Por doquiera tiene AQUÉL manos y pies; por doquiera ojos, cabezas y bocas. Todo lo oye, mora en el mundo y todo lo envuelve”

“Aunque carece de sentidos, brilla con todas las facultades sensitivas. De todo desligado, todo lo sostiene, y exento de cualidades, todas las reúne”¹⁰⁴

4. No existe un ente dual más cercano que otro, desde el cual sea más fácil contactar con la No-dualidad.

El sistema pedagógico religioso occidental propone las virtudes como peldaños a través de los cuales es posible acceder a lo "superior". La cercanía a la virtud hace al hombre un ser más bueno, esto es, lo acerca al modelo ético de lo que debe representar el ente humano. A su vez, la acción encaminada a la obtención del merecimiento moral se convierte en el camino a seguir y en el faro que acompaña al caminante en su búsqueda interior.

Bajo esta perspectiva de vida, el cumplimiento de los mandamientos éticos, religiosos, éticos o sociales son pautas a seguir. Alejarse de éstos o transgredirlos convierte al ejecutante de acciones en merecedor de castigos y de reprobación social o divina.

En conclusión, la labor práctica de la vida consiste, según algunos modelos éticos, en aprobar un modelo de acción previamente determinado mediante mandamientos o leyes, evitando a toda costa su incumplimiento. De incumplirse el modelo previamente determinado -"bueno",

104 Ídem, B.G., XIII, 13 y 14.

"cristiano", "ético", etcétera- se convierte el realizador de la acción en un ente pecador y reprobado socialmente.

Esta muy particular forma de ver la vida es proclive a polarizar la conducta humana: los buenos y virtuosos *versus* los malos e injustos. La lucha por el control es a muerte, y en ella no hay reglas. Ni aún el mismo valor por la vida que enarbolan los unos es respetado, con tal de convertir o castigar a los otros.

Bajo este modelo ético que lleva muchos siglos, la doliente humanidad occidental es presa de todo tipo de martirio. Así se justifica el ondear obligado de una bandera o la supremacía por fe de una idea.

No es de extrañar que la ausencia de claridad moral en que se vive lleve a los extremos lo que a diario se conoce en los periódicos, revistas y demás medios de comunicación. La humanidad no tiene salida, pues no tiene camino claro hacia sí misma.

El *Vedanta* toma rumbo por otro sendero. No cataloga la acción dentro de un parámetro moral, ni la hace afecta a buenos o malos. Es más: concluye que "la acción no puede destruir la ignorancia porque la primera no está en conflicto con la segunda".

"Tan solo el Conocimiento es capaz de destruir la ignorancia, como tan solo la luz es capaz de destruir la densa oscuridad"¹⁰⁵

La salida a la perenne dualidad que ofrece la acción no se logra gracias a la postura moral con que se realice la acción, y menos aún enmarcando la acción en cercanía a lo virtuoso. La única salida es mediante el Recto Conocimiento. Pero no el conocimiento intelectual, no; es mediante el Discernimiento metafísico¹⁰⁶, el Saber

105 *Atmabodha* 3, Sri Sankaracharya, Editorial Hastinapura, 1982.

106 En sánscrito, *Viveka*.

Superior, el Conocimiento de Sí mismo. Ha de conocerse "quién" realmente conoce; debe ser hallado el perceptor final de todo conocimiento. Sumergirse en el ilimitado océano del Saber No-dual es bálsamo que cura el dolor de vivir sin saber por qué se vive.

Por esta razón, no existe una modalidad de acción más perfecta que sirva de trampolín de acceso a la No-dualidad.

La No-dualidad no es producto de un tipo de acción; tampoco es su negación. La No-dualidad no posee causa aparente ni génesis alguna. Por ello, el acceso a la naturaleza No-dual jamás podrá ser por una vía dual. La No-dualidad se conoce a Sí misma, Es en Sí misma, se gratifica por Sí misma. No posee atributo alguno y, por ende, posee todos los atributos. Es Una-sin-segundo, Ilimitada, Absoluta e Infinita. Quien la percibe se percibe y es perceptor final de todo conocimiento.

“Está [*Brahman*] fuera y dentro de todos los seres; a un tiempo es inmóvil y moviente; por Su tenuidad es imperceptible y a la par se halla próximo y lejano.”

“Aunque indiviso, entre todos los seres está distribuido AQUEL que es el sostenedor de todos los seres. Él los engendra y Él los absorbe”¹⁰⁷

5. Dualidad y No-dualidad coexisten pero jamás se interceptan.

El mundo está rodeado de ejemplos mediante los cuales se aprende lo difícil que es encajonarlo en conceptos. Veamos, por ejemplo, el concepto ideal del número. Existen infinitos números, mas la sumatoria de números no produce el infinito. Entre dos números naturales cualesquiera existen infinitos números. Como se nota, lo infinito

107 Ídem, B.G., XIII, 15 y 16.

bordea lo definido. Ambos coexisten, ninguno excluye al otro; pero jamás se interceptan.

En el terreno de la física ocurre igual. La espléndida teoría de la relatividad conduce a conclusiones absurdas respecto a la aparente estabilidad de la materia. Por ejemplo: un sistema inercial de referencia, acelerado a una velocidad próxima a la luz, debería aumentar su masa en forma cercana al infinito. Sin embargo, a esta velocidad, el espacio que lo contiene se reduciría a cero. ¿Cómo acelerar una masa infinita que no ocupa ningún lugar? Nuevamente aparece el absurdo, mostrando la inestabilidad propia de los entes duales. El Infinito, como ente No-dual, coexiste con la dualidad, pero ambos no tienen puntos en común.

En el terreno de la filosofía, se otorga al Ser la indiscutible primacía en cuanto a lo que es real. Es innegable la simpleza del axioma respecto al cual sabemos que somos y sabemos que existimos. Pero ¿qué somos? ¿Por qué existimos? Es la más gigantesca duda propuesta por la mente. Aquí, nuevamente, lo no-definido coexiste con lo definido sin avizorar puntos de encuentro.

He aquí el más grande de los misterios y la más maravillosa de las verdades: la paradoja divina es la intersección de la dualidad y la No-dualidad. Lo Inexplicable ronda lo explicable, lo Infinito ronda lo limitado, lo Absoluto bordea lo individual y, entre ellos, solamente el absurdo es común. La paradoja es el punto común y de encuentro donde ambas realidades se tocan.

El infinito no es el extremo final del número, ni de la individualidad, ni de la materia. La Conciencia ilumina el intelecto haciendo que florezca el Saber. Sin embargo, ¿quién encuentra palabra alguna para definir a la Conciencia mientras opera? ¿Alguien ha podido aprehender la Conciencia?

El dilema siempre es el mismo. La limitación impuesta por la actividad egoica de la mente impide la vivencia

de la realidad No-dual. La salida: impedir el flujo constante de enjuiciamiento mental mediante la supresión de las fluctuaciones de la mente. Allí, el Saber no cesa; tan solo pierde el vestigio egoico de pertenencia y provecho, impulsando entonces al reconocimiento de realidades sin límite o No-duales.

Dualidad y No-dualidad se interceptan en un lugar sin tiempo, en un sitio libre de causalidad cuyos principales atributos son el absurdo y el desconocimiento. Allí juegan con el individuo a forjar su egoísmo primigenio, ocultando que en esencia ya es libre, libre del dolor que impone creer que su existencia es limitada a su memoria y a su primaria consciencia personal.

“Has de saber que ni la Materia ni el Espíritu tienen principio; y también sabe que de la Materia dimanan todas las modificaciones y cualidades”

“Quien así conozca el Espíritu [*Atman*] y la Materia con sus cualidades, en cualquiera condición que esté no volverá a nacer”

“En verdad ve quien ve que la Materia ejecuta todas las acciones y que el Yo [*Atman*] es inactivo”¹⁰⁸

6. En la realidad dual existe tiempo, espacio y causalidad. Asociado a la naturaleza No-dual no existe tiempo, espacio ni causalidad.

La cualidad innata a toda dualidad es "nombre" y "forma". Otra expresión que determina la naturaleza dual del ser humano es nacimiento, desarrollo, reproducción y muerte. Uno y otro están determinados bajo la prerrogativa de causalidad, y su naturaleza se desarrolla en forma dinámica bajo los lineamientos de tiempo y espacio.

108 Ídem, B.G., XIII, 19, 23 y 29.

La naturaleza No-dual no depende de tiempo ni espacio. Esta extraña propuesta referente a la naturaleza No-dual pareciera improbable. Dirían muchos: ¿Cómo verificar la ausencia de tiempo y espacio? ¿Qué le ocurriría al individuo sumergido en semejante ambiente? ¿Acaso podría regresar de él sin daño? Debe entenderse que la realidad No-dual se define a Sí misma y únicamente quien la experimenta logra entender la magnitud de lo infinito en Sí mismo.

La No-dualidad es una corriente de realidad que, desgraciadamente, no se contagia. La cercanía de un maestro conocedor de *Brahman* impulsa la exaltación interior de sus devotos, pero dicha alegría está aún muy lejos de propiciar la Bienaventuranza propia de quien la infunde.

La Bienaventuranza de un *Gnani* no se parece a la inmensa alegría que la mente puede llegar a sentir. Tampoco su libertad puede asimilarse a su referencia mental. La No-dualidad simplemente aparece, arroba y lanza la mente al maravilloso abismo de la inexistencia egoica. No existe testigo personal del suceso, no perdura rastro alguno que algún otro espectador pueda seguir para atestiguar la naturaleza que ahora le envuelve.

Mientras el *Gnani*, absorto en la inmaculada placidez de lo infinito, se encuentre sentado en firme Meditación, podrá ser comparado por un agente externo a una inmóvil y pétrea estatua. Un testigo ajeno notará un "algo" que él irradia. Los ojos de quien lo observa intentarán fijarse en una zona de su cuerpo, pero le será difícil detallar, pues la mente y todos sus sentidos son arrojados hacia "fuera"¹⁰⁹ impidiendo crear la acostumbrada separatividad. Se crea así un mágico ambiente de soltura y quietud en todo el alrededor.

¿Quién podría describir el misterio que encierra pertenecer a un mundo libre de atributos, donde los entes

109 Esto es, tiende a perder el sentido de distanciamiento espacial entre *Objeto* y *Sujeto*.

yacen indiferenciados, el espacio no distancia los *Objetos* y el tiempo no muestra cambio alguno en ellos?

¿Dónde se esconde la limitada frontera de una gota luego de sumergirse en el océano del que es parte? Así, la naturaleza egoica se desarticula bajo el peso de la experiencia No-dual. Memoria, razón, lógica, y demás agentes de la mente se disocian dando paso a la magnánima fuente de todo el universo: el *Atman*.

7. La No-dualidad no posee atributo alguno: se define por Sí misma. La dualidad posee el atributo primario de "nombre" y "forma"¹¹⁰.

Intente cerrar los ojos mientras adopta una cómoda posición corporal. Note cómo continúa el hábito de localización sensoria respecto a cualquier ente interno o externo. Perciba como la atención fluye de manera incontrolada de un lugar a otro de su cuerpo a medida que pasa el tiempo. Mientras ello ocurre, emergen como fantasmas todo tipo de pensamientos cuya variada naturaleza solo tienen en común su raíz aleatoria. Así, de un lugar a otro del cuerpo y de un lugar a otro de la memoria pasan minutos u horas sin que aparezca ningún cambio, excepto la probable invitación que el sueño pueda ofrecer.

Ahora perciba, por ejemplo, su mundo interior exclusivamente a través de un sentido corporal sutil. Si es el caso, observe mediante la vista interior¹¹¹ la negritud que momentáneamente se produce cuando intenta interpretar el mundo que ocultan los párpados mientras están cerrados. Si mediante la práctica de meses o años puede permanecer inmutable,

110 En este caso, "nombre" y "forma" representa también los tres restantes delimitantes: Espacial, Frontera y Causal.

111 Hace referencia a la vista que reconoce aquello que es posible imaginar, esto es, una vista mental, y no la vista que denota la negritud provocada por la ausencia de luminosidad en los ojos físicos.

observando la ausencia de atributos de forma y color, y la mente logra sostenerse exclusivamente en la negritud que la vista mental detecta, entonces podrá empezar a notar una nueva modalidad de paz, de tranquilidad, mezcla de quietud y fuerza, de silencio y viveza.

Podrán pasar uno a uno los minutos pero usted se mantendrá inamovible, experimentando una modalidad profundamente extraña pero maravillosamente intensa de ser y de existir. Inicialmente, la sensación de ser *Sujeto* no cesa. Es más, permanece también inalterable. Simplemente, el *Sujeto* en forma de *Exín* se advierte continuo y sin intermitencia. Aún la quietud es susceptible de ser definida como tal; la negritud también mantiene el tono previamente reconocido. "Nombre" y "forma" se entremezclan, en el *Objeto* experimentado, con el ambiente que se crea a su alrededor.

Intente ahora desenmascarar al observador que continuamente permanece asociado al sentido visual interior reconociendo el espectáculo de la negritud y que, junto con él, componen la percepción. Trate de sostenerse como conocedor y no se proyecte en lo observado. Sitúese en el Presente y con la atención no dirigida a *Objeto* interior alguno. Conviértase en experimentador de sí mismo. Encuentre a quien conoce y fúndase en él. No interprete mentalmente el mundo interior mediante sus mecanismos. Solo usted con usted, sin definirse, sin localizarse, sin mediador alguno.

Aquí cesan los atributos. El *Saksim* está ahora sumergido en un lugar donde no se diferencia de ningún ente. Allí el conocedor no encuentra sentido de comparación, ni de pertenencia, ni de localización. Cuando logre permanecer, minuto tras minuto, sin interferir en el estado que experimenta, ha de saber entonces que ha logrado vislumbrar el aún incipiente néctar de la inmortalidad. Usted, ahora, es el espacio que fluye en el espacio. Ningún *Objeto* lo limita.

Ningún concepto lo limita. No hay arriba ni abajo, nacimiento ni muerte, calor ni frío, placer ni dolor.

Tampoco es viable reconocerse como ente individual. En cambio, la Conciencia se asocia ahora a la ausencia del límite egoico, alimentando el saber que allí opera. Hay Existencia, hay Saber, hay Bienaventuranza, pero aún hay más; es tan solo el paso previo a la No-dualidad incluyente: se encuentra en el estado intermedio denominado Concentración.

Manténgase allí sin recelo. No intente controlar nada. Basta el simple atisbo de localización o apropiación mental para desestabilizar el estado. El más mínimo movimiento mental produciría el regreso al estado de Observación. Note ahora como el rugido de lo infinito copa la percepción. Note como la Conciencia, que antes se confundía en la homogeneidad de *Sujeto-Objeto*, empieza a tomar densidad, cuerpo, solidez. Seidad y Conocimiento no son meros conceptos en que se afirma el *Sujeto* para sentirse vivo. Ahora Seidad, Conocimiento y Bienaventuranza irrumpen con vida propia. El Infinito es su cuerpo, lo Absoluto su realidad y lo Eterno su morada. Libre por fin de atributos, todo lo llena; libre de los pares de opuestos, ondea en su realidad sin causa. He aquí el estado No-dual, el mágico aliento que sostiene el universo, en donde siempre todo ha Sido, Es y Será. No hay diferencia alguna entre quien percibe y lo percibido; Conciencia y Conocimiento son similares e idénticas realidades.

8. No existe una No-dualidad, ni varias. La No-dualidad no es "algo" único ni múltiple, ni la suma de varias No-dualidades.

Por este motivo el *Vedanta* no posee una apreciación teológica monista, dualista o panteísta. El *Vedanta* es, simplemente: *Advaita*, esto es, No-dual.

Los atributos que generalmente se dan en Occidente a Dios como fuente del universo entero son Omnipresencia, Omnidifuso, Eterno, Infinito, Absoluto, etcétera, calificativos situados más allá de toda apreciación mental. Son proyecciones ininteligibles de nuestra cotidianidad.

El concepto occidental de la divinidad está maltratado. Existe la morbosa tendencia a manipularlo de forma personal. Puede ser amor infinito y hermandad plena para, que, al momento siguiente, sea la causa vengadora que justifica arremeter contra el prójimo. Al igual que otras religiones, promete la eternidad de la cena de los justos o la felicidad tras la muerte si se cumple con sus mandatos.

La miseria mental humana es prolija en convertir lo sagrado en vulgar. El egoísmo de la mente es tan poderoso que se embebe de dogma y de ritual, en vez de posarse en el apacible mundo del silencio interior. La humanidad juega a ser espiritual. Cientos de pseudo *gurus* inundan las librerías de todo el mundo educando a miles de ignorantes en el provecho de "la vida futura", los "poderes paranormales" y la "mágica presencia de los maestros invisibles y superiores".

El ser humano no vuelca su mirada hacia sí mismo. Presupone que la verdad está en cualquier otro menos en él. ¿Qué puede perder si busca al perceptor final que opera en él? ¿Por qué saltar al cangurismo espiritual, cuando el *Sujeto* mismo es la suma de todo lo cognoscible?

Así como al prender una lámpara se conjugan el calor, el brillo y la luminosidad, de igual forma la experiencia de cualquier aspecto de la No-dualidad inunda todas las demás características. Vislumbrar un aspecto de la No-dualidad lleva consigo el reconocimiento del resto de sus cualidades participativas.

La entidad No-dual, tal como se ha dicho anteriormente, es aquella que puede ser definida exclusivamente por sí misma. Tal es el caso de lo Absoluto, lo Infinito, el

Eterno, la Conciencia, el Presente, la Seidad, la Bienaventuranza, etcétera.

Sin embargo, las caracterizaciones de la No-dualidad no pueden ser experimentadas de manera independiente las unas de las otras. El vestigio de cualquiera de ellas irrumpe con el resto de todas. Por esta razón, la experiencia de la supraconciencia o *Samadhi* es el mayor *Svadharma*¹¹² que pueda atribuirse el ser humano.

A causa de esto el sistema *Vedanta* adopta el término No-dual, queriendo con ello indicar la ausencia de oposición dialéctica que impide definir la naturaleza primera de todas las cosas.

De igual manera que el infinito no es la suma de todos los números, la No-dualidad no es la suma de todas las apreciaciones mentales sobre la No-dualidad que de ella tengamos. La No-dualidad se esconde a Sí misma tanto tiempo como el perceptor juegue como ente individual a encontrarla. La No-dualidad implica no-diferenciación. La apreciación de un *Sujeto* independiente de la cognición determina una cognición dual.

9. El Samadhi es la percepción total e ilimitada de la Conciencia, gracias a la cual la No-dualidad se convierte en una realidad empírica.

Todas las grandes tradiciones de la humanidad han promulgado de forma similar la experiencia No-dual. Únicamente las tradiciones vivas hoy en día desarrollan la naturaleza de la experiencia No-dual. Una tradición está viva solamente cuando es capaz de gestar en sus seguidores la experiencia trascendental sobre la cual se construyen sus cimientos filosóficos y religiosos. De no ser así,

¹¹² Deber personal. Es la principal tarea personal a la que debe abocarse cualquier ser humano.

la tradición simplemente sobrevive similar a un enfermo agonizante o un cadáver que se adora.

Es notable como, cada uno de los sabios que relataron la "experiencia final" en cada tradición la hacen con un trasfondo similar, mostrando de esta manera la universalidad del estado en mención. Todos ellos, sin excepción, denotan la grandeza y la simpleza de su realidad. Existe algo en común en todos los sabios: no hay experimentador, únicamente hay experiencia No-dual.

El *Samadhi* no viene progresivamente: simplemente aparece, toma al conocedor por asalto. Éste nunca se entera de lo ocurrido, solamente cuando nuevamente la condición egoica emerge, la mente es capaz de notar el aroma de inmensidad de lo acontecido. Cualquier palabra es corta, ninguna define claramente lo que está más allá del vocabulario.

El *Samadhi* es simplemente un ejercicio continuo que sirve de base a la posterior permanencia en él. Cuando el experimentador del estado No-dual permanece ininterrumpidamente, ha de llamarse entonces *Jivanmukta*. Su tarea ha culminado. Ahora ya no es parte del universo, el universo es parte de él.

Personajes como los *Budhas* que forman parte de la tradición *budhista*, son los iluminados seres que por siempre sirven de faro ante la oscuridad mental de sus fieles. Son ellos quienes han realizado la tarea suma: se han conquistado a sí mismos.

A su vez, maestros vedantines de esta última centuria, como *Ramakrishna*, *Ramana Maharshi* o *Nisargadata Maharaj*, son la mejor prueba del logro humano por la liberación final. A todos ellos, maestros del Ser, les debemos el esforzado aliento de nuestras mentes por procurar la realidad Última.

10. La No-dualidad es indefinible pero experimentable.

He aquí una afirmación que confunde a los pensadores occidentales: la filosofía *Vedanta* es un sistema teórico-práctico. No existe dicotomía entre los aspectos teórico y formal. Tampoco existe fractura entre filosofía y religión. ¿Cómo puede ser esto? Es fácil: todos los estados que se definen a lo largo de la práctica interior, inclusive la realidad No-dual, son susceptibles de ser experimentados.

Es viable hacer el seguimiento de cada uno de los estados mentales por los que transcurre la práctica interior en sus primeras etapas. Inclusive, las descripciones de los niveles a los que se llega son universales, esto es, pueden ser analizados de manera genérica para que cada cual, mientras practica, pueda situarse en cada instante y en cada lugar de sí mismo. En todos los diversos estados de conciencia el estudiante reconocerá, paso a paso, el lugar donde la mente se encuentra y la modalidad de operación que realiza.

Allende los estados superiores de la Meditación, la actividad egoica se desvanece lentamente impidiendo la descripción del *Sujeto* respecto a la experiencia que vive. Allí, el aroma mismo del estado no tiene comparación. La Conciencia no cesa aunque la mente esté privada de actividad, y la memoria y la egoencia quedan en estado potencial de existencia. La Conciencia no es un acto participativo de la mente. La Conciencia y su producto, el Saber, son independientes de la mente, de igual manera que la luz de la Luna no es propia de ella sino que es un simple reflejo de la irradiación solar.

La Conciencia Sabe, ya sea asociada a la mente o sin asociación a ella. La experiencia de Saber, asociada a la ausencia del yo, no genera memoria personal. La memoria personal es producto de la necesidad del *Sujeto* de fijar la experiencia como propia. Solo mediante el acto de localizarla y sentirse su dueño y experimentador puede sostener permanentemente el reconocimiento de la propia individualidad.

No existe memoria empírica de la ausencia del yo. El yo es tan solo la apropiación o el sentido de pertenencia de la memoria empírica. No existe *Sujeto* alguno sin pasado. Cuando un individuo compra un terreno y afirma ser su dueño, siente en su mente el acto del dominio sobre la tierra. De igual forma, el ente egoico supone ser el disfrutador de la experiencia. Ser dueño de "algo" es tan solo el sentido de pertenencia que se asocia al "algo". Ser *Sujeto* es, esencialmente, tener apreciación de memoria en estado dinámico asociada por *karma*.

La experiencia No-dual no se recuerda: se la Sabe existente. Pero ante la imposibilidad de encontrar propietario, los atributos experimentados no poseen referencia ni parangón alguno en la mente. De tal forma, es posible afirmar: ¡la No-dualidad es indefinible pero experimentable!

¿Qué extraño puente une la dualidad y la No-dualidad? ¿Qué extraño creador impulsa la desaparición y nueva aparición del yo, antes y después de la experiencia de la No-dualidad? Quien es capaz de contestar es conocedor de *Brahman*. Únicamente Aquel que ha logrado sumergirse en el océano sin límites del Saber y ha buceado hasta tocar la otra orilla es conocedor de sí mismo; lo demás es pura ignorancia.

DIÁLOGO 16

No-dualidad versus dualidad

RESUMEN 1

Sesha: Intentaré profundizar en una de las ideas más hermosas (sino la más hermosa) producida por el pensamiento humano. La genialidad que, oculta junto a la belleza y exaltación interior que ofrece su entendimiento, es bálsamo que aquieta la mente.

La No-dualidad es la base del sistema *Vedanta Advaita*; es su razón de ser. Incluso conceptos como *Maya* y *Karma* no son más que expresiones posteriores que nacen para aclarar la idea fundamental del pensamiento oriental.

Gran parte de las inquietudes de todo individuo se resumen en buscar la razón de su existencia. Ahondar la naturaleza de la causa primera de todas las cosas ha sido siempre, a través de todas las épocas, el afán de cientos de pensadores y filósofos. Algunos de ellos explican, mediante geniales postulados filosóficos y teológicos, y siempre de manera parcial, las inquietudes primarias: ¿De dónde venimos? ¿Quiénes somos? ¿Hacia dónde vamos?

Para resolver el dilema de la existencia, el *Vedanta Advaita* propone una salida diferente a la que provee la especulación racional occidental: asume la realidad primera como No-dual, es decir, asume la existencia de contenidos sin asociarlos a ninguna expresión de "nombre" ni "forma". Para el *Vedanta*, la No-dualidad no posee límite alguno de lugar o tiempo: es siempre Existente, Estable y Continua. Además, no es un ente teórico, pues puede ser verificada mediante un acto empírico, práctico y experimentable. He aquí la diferencia con los sistemas teóricos occidentales: la realidad Última, o lo que es lo mismo, la realidad Primera, permite una participación empírica de su naturaleza.

(Siguiendo el diálogo anterior con un nuevo estudiante).

Describe la columna que se encuentra a su izquierda.
Estudiante: Es una columna que tiene sección cuadrada de unos cuarenta centímetros. Está enchapada con madera de pino color natural. Tiene unos cuatro metros de alta.

S: Muy bien. Escoja, entre las tres características previas que enumeró, una sola.

E: *La columna posee un enchape de pino.*

S: Acérquese a la columna. Sienta con su tacto la superficie de madera. ¿Qué tan áspera es?

E: *No mucho, más bien lisa.*

S: ¿Qué tan dura es su superficie?

E: *Media. No es muy rígida pero tampoco es blanda.*

S: Note como la calificación de cualquier *Objeto* se sitúa entre dos extremos teóricamente válidos, pero esencialmente inconsistentes.

E: *Me es claro que los Objetos se definen siempre entre dos polos, pero no entiendo lo de "esencialmente inconsistentes".*

S: La "rigidez" y la "blandura", como entes teóricos conceptuales, son válidos, pero el "extremo final de la blandura", como el "extremo primero de la rigidez", respecto a los cuales definió al enchape de madera, son realidades inexistentes. Son conceptos teóricos válidos, pero esencialmente inexistentes en la práctica. ¿Cuál es la mayor dureza?..., la del diamante. ¿Cuál es el límite extremo de lo blando?..., el talco. ¡Siempre hay un *Objeto* potencialmente más blando o más duro que otro! Nuestro lenguaje práctico denota siempre verdades a medias. Nuestra conceptualización mental nos sitúa siempre entre dos polos teóricos pero esencialmente inexistentes. Todos los polos que sirven como patrón teórico a nuestro lenguaje y a sus manifestaciones intermedias son denominados *patrones* duales. Por lo tanto, la dualidad denota siempre una naturaleza participativa entre dos extremos esencialmente inconsistentes.

En su definición anterior, ¿cuántos *patrones* duales usó?

E: Denoté la columna como "alta", intentando describir que no era "baja". Usé el término "color natural" para simbolizar el tono de la madera, es decir, color café claro.

S: Le es claro que la mente utiliza patrones duales como referencias, y respecto a ellos califica los contenidos percibidos. Inclusive, el concepto individualidad no es más que la localización que su mente hace respecto a los términos "ser" y "no ser".

E: Sí, entiendo.

De igual manera, la condición primaria de todo ente dual reside en la capacidad de ser definido a través de la asignación de un "nombre" y de una "forma". La frontera primaria que subyace en todo ente es "nombre" y "forma". La No-dualidad se define a sí misma, sin ayuda de relación, comparación o negación.

RESUMEN 2

Sesha: Intentaré ahora explicar qué es la No-dualidad. Para ello utilizaré uno de los ejemplos más comunes usado por el *Vedanta*: me refiero a la naturaleza esencial del espacio.

¿Con qué nombre se describe el espacio que actualmente ocupamos?

Estudiante: Nos encontramos en una sala de conferencias o salón de conferencias.

S: ¿Cuáles son sus límites?

E: La puerta, paredes, ventanas, piso y techo. Es decir, todo lo que lo delimita de cualquier otra región, como, cocina, cuartos, etcétera.

S: Muy bien. Suponga que es posible retirar todos los límites denominados "paredes", manteniendo los restantes. Nos encontraríamos reunidos en un lugar al que

denominaríamos de manera diferente, puesto que las paredes ya no existirían, ¿cómo denominaría ahora el sitio donde nos encontramos bajo este supuesto?

E: Tal vez... nivel uno o primer piso o entreplanta.

S: Si retiramos ahora todos los límites denominados "techos", asociados al edificio donde nos encontramos, y puesto que no hay paredes y ahora tampoco techo alguno que actúen como límites, ¿cómo definiría ahora este lugar donde supuestamente nos encontramos?

E: Lo llamaría solar o algo parecido.

S: Su definición respecto al espacio donde nos encontramos cambia dependiendo del límite que usted adopte. Al espacio inicial le denomina "sala", posteriormente al espacio circundante lo llama "entreplanta" y posteriormente "solar". Adopta su definición dependiendo del límite respecto al cual ve contenido el espacio donde se encuentre.

E: Sí, es claro. Dependiendo del límite que circunde al espacio, lo denoto conceptualmente de una u otra manera.

S: Ahora dígame: ¿cuáles son los límites del espacio?

E: ¿Los límites del espacio?

S: Sí, del espacio.

E: Pues el espacio no tiene límites en sí. Todo lo conocido tiene que ocupar un espacio. Toda cualidad volumétrica de un Objeto lleva asociado un espacio.

S: Entonces, ¿los límites de los cuales usted habló previamente son tan solo "límites aparentes o virtuales" del espacio?

E: Estos límites no delimitan realmente el espacio; son apreciaciones conceptuales que la mente realiza para poder definir y situarse respecto al entorno, pues el espacio no posee límites. Se podría decir, efectivamente, que "limitan aparentemente el espacio", puesto que no lo limitan realmente.

De igual manera, el espacio no posee límite alguno; sin embargo, se ve aparentemente limitado por la presencia de los *Objetos* duales que allí residen y de los cuales es su sostén. Asimismo, la No-dualidad es, como atributo de la Conciencia, la base de cualquier acto cognitivo dual que la mente realice. Lo único permanente que enlaza los diferentes estados de conciencia es el poder mismo del Conocer. El fluir de la existencia No-dual es aparentemente limitado por la cognición dual, sea ésta cual sea. La realidad pareciera diferenciada, pero ello es solo a la luz de la interpretación mental.

RESUMEN 3

Sesha: ¿Nota como los *Objetos*, que aparentemente limitan el espacio, requieren del espacio para existir? ¿Sin apreciación espacial no existiría *Objeto* alguno a distancia de otro! Sin embargo, pareciera que los *Objetos* duales tuvieran el atributo de limitar al espacio.

Estudiante: Entiendo que los límites "pared", "techo" o "puerta" delimitan una zona, y a esa zona es posible asignarle un "nombre" o asociarle una "forma". También me es claro que dichos límites realmente no limitan el espacio: limitan "aparentemente" el espacio. Lógicamente, vemos los *Objetos*, cualesquiera que sean, ocupar un espacio, sin el espacio no sería posible que existieran.

S: Efectivamente: el espacio es la causa formal de todos los *Objetos*, es la naturaleza esencial que los *Objetos* no pueden nunca limitar. ¿El volumen másico de los *Objetos* requiere del espacio para existir, o el espacio requiere para existir del volumen másico de los *Objetos*?

E: No entiendo. ¿Podría explicarme nuevamente su última pregunta?

S: La columna inicial de nuestro ejercicio requiere un espacio para soportar su volumen másico, es decir, la masa ocupada por su volumen.

E: *Todo ente físico posee necesariamente una masa, asociada inexorablemente a un volumen. Ese volumen ocupa inexorablemente un espacio; existe gracias al espacio que sustenta su volumen másico.*

S: Efectivamente. Sin embargo, ¿el espacio requiere para existir el volumen másico de un ente o puede existir sin él?

E: *¡El espacio existe independiente de los Objetos, pero los Objetos requieren del espacio para existir!*

S: Así, la dualidad se sostiene en la No-dualidad para existir, pero la No-dualidad no requiere de la dualidad para Ser.

De igual manera, la No-dualidad es la causa esencial de todos los entes duales. La dualidad tiene raíz en la No-dualidad, pero nunca la limita. Sin embargo, la No-dualidad no se encuentra en un lugar específico de la dualidad, tal como el espacio no se encuentra concentrado en un lugar específico de un *Objeto*.

RESUMEN 4

Sesha: El espacio ocupado por la columna es inalterable. ¿Es clara la naturaleza inalterable del espacio?

Estudiante: *No entiendo.*

S: Observe la columna situada frente a usted. ¿Ocupa un espacio?

E: *Sí, efectivamente.*

S: ¿Cree que sería posible moverla a otro sitio?

E: *De poder, se podría.* **S:** Bien, y el espacio se trasladaría junto con los distintos componentes de la columna, o simplemente cada componente ocuparía un nuevo espacio.

E: Cada parte de la columna ocuparía un nuevo espacio. Mover la columna de un lugar a otro no modifica el espacio que antecede su movimiento.

S: ¿Y qué pasaría con el espacio previamente ocupado?

E: Estaría en el mismo sitio, no se modificaría.

S: A eso me refiero al afirmar que el espacio es inalterable. Aunque una nueva forma aparentemente lo ocupe y luego no, el espacio siempre es tan solo eso, espacio inalterable en el que se adecua cualquier forma.

E: Por lo tanto, el espacio no se modifica por la presencia de los Objetos y, sin embargo, es la causa de su naturaleza formal. ¡El espacio es inalterable!

S: No existe un espacio que difiera "dentro" o "fuera" de los Objetos cuando éstos son trasladados de un sitio a otro. La condición del espacio es inalterable respecto a la naturaleza dual del propio contenido (pared, techo, ventana, suelo alto, bajo, etcétera) asociado a cada Objeto.

De igual manera, la No-dualidad es estable e independiente de cualquier contenido dual que aparentemente esté conteniendo. La No-dualidad es inmodificable y, a su vez, es la causa eficiente de todo *Objeto* dual.

RESUMEN 5

Sesha: ¿Cuáles son sus límites físicos?

Estudiante: ¿Mis límites?

S: Si usted no tuviera límites físicos, su cuerpo bordearía lo infinito, tal como ocurre con la naturaleza del espacio.

¿Cuáles considera usted sus propios límites físicos?

E: Mi cuerpo es un límite.

S: Correcto; el cuerpo físico lo limita respecto a cualquier otro *Objeto* físico. ¿Qué otro límite posee usted?

E: Mi mente, mi memoria.

S: Bien. ¿Y qué tan reales o qué tan aparentes son estos límites?

E: ¡Son completamente reales! Soy con base a esos límites; sin ellos no soy nadie ni nada.

S: ¿Su límite corporal es estable? ¿Permanece inalterable respecto al tiempo y al espacio?

E: Efectivamente. Mi cuerpo, al igual que la mente, cambia a cada instante; pero independientemente del tamaño de mi cuerpo, siempre he sido yo mismo.

S: Y antes de poseer su envoltura corporal, ¿dónde estaba su yo?

E: No lo sé.

S: Antes que su mente defina tener un cuerpo, instantes previos a su juicio, ¿dónde está el saber que usted es el cuerpo?

E: Tampoco lo sé. El cuerpo estaba allí, indiferenciado.

S: Usted es Aquello que es previo a la aparición corporal y, gracias a lo cual, posteriormente le permite reconocer que posee cuerpo.

E: Entiendo lo que habla sin exactamente entenderlo...

S: ¿Bastó tener cuerpo para reconocerse como individuo?

E: No, lógicamente no. A medida que crecí, tomé consciencia como individuo.

S: Es decir, ¿a medida que pasó el tiempo, su limitante mental tomó consciencia de su limitante físico?

E: Pues sí; visto de esa manera, sí.

S: ¡Muéstrémelo de otra manera!... ¿Qué limita su mente?

E: ¿Qué limita mi mente?

S: Su cuerpo limita un espacio. Aunque su limitante es variable e inestable, tiene comienzo y fin; ocupa un espacio invariable. Así, su mente, que es igual de variable e inestable, tiene comienzo y fin; es ocupada por algo que, real o aparentemente, la limita. ¿Qué es ese algo que limita a la mente, real o aparentemente?

E: *¿Tal vez la mente cósmica?*

S: *¿Me pregunta o me responde?*

E: *Le pregunto.*

S: *¿La mente cósmica de quién o de qué?*

E: *No lo sé.*

S: *Entonces no conteste tonterías. Intente un nivel de diálogo más razonable. ¿Le es clara la naturaleza limitada de su mente?*

E: *Sí, me es clara.*

S: *¿En qué momento aparece una nueva condición limitante en su mente?*

E: *¡Cuando pienso!*

S: *Pensar implica una agrupación de actividades diversas; por ejemplo: evocar, comparar, definir. ¿A cuál de ellas se refiere?*

E: *En el momento mismo de pensar, mi mundo mental adopta límites: recordar, comparar. Efectivamente, mientras pienso evoco información de mi memoria y comparo el Objeto a conocer con uno ya preexistente en mí. Esta condición genera límite. ¡Mientras permanezca pensando se mantiene el límite asociado a la actividad mental!*

S: *¿A qué denomina generar límite?*

E: *Noto que "algo" se diferencia de "algo", mas no encuentro la palabra que define mi inquietud.*

S: *¿Acaso "límite" podría asociarse a cómo denota la sensación de diferenciación de su unidad psicológica y de sus contenidos respecto a otras unidades psicológicas y sus respectivos contenidos?*

E: *Sí, eso es cierto. Mientras recuerdo o comparo siento sensación de diferenciación entre cada contenido; es más, el hecho de reconocermelo como Sujeto de percepción implica diferenciación con el Objeto conocido.*

S: *El Vedanta define la actividad limitativa y diferenciadora, que actúa por apropiación y pertenencia o*

posesión, como egoísmo. Entienda: en el proceso del pensar, usted, mediante "nombre" y "forma", genera una disociación entre el *Objeto* y el *Sujeto*. Así, límite y propietario del límite coexisten, creando un ambiente de realidad física o psicológica asociada a un sentido de pertenencia egoico del agente que conoce. "Posesividad" es la actividad mental de reconocerse propietario, dueño de la experiencia que se conoce. "Soy", como apropiación egoica, es un rasgo mental tan primario como el acto de fijar la información mediante la memoria. Así, egoencia, memoria, duda y conciencia individual son atributos básicos constitutivos de la mente. No existe pensamiento consciente ni instintivo previo a "soy".

De igual manera, "yo soy" es el pensamiento primario sobre el cual se construye el enrejado mental; es su límite inicial. Sin el limitante egoico no hay *Sujeto* ni *Objeto*. La Conciencia fluye entonces asociada al acto de Saber y Saber que se Es, en el plano de la Concentración o en el de la Meditación.

RESUMEN 6

Sesha: Ya ha notado previamente que en su proceso mental, mientras recuerda o compara, existe "nombre" y "forma". También la mente manifiesta el sentido de "pertenencia" en dicho proceso. La creencia de presumir lo *percibido* y al *Sujeto* que conoce como independientes el uno del otro crea la dicotomía básica y primaria de *Objeto* y *Sujeto*. Cuando una experiencia cualquiera es reconocida, el intelecto brilla envolviendo un contenido mental previo constituido por "nombre" y "forma", proyectándolo sobre el Presente no diferenciado. La aparente reali-

dad evocada que el *Sujeto* conoce aparece a tal velocidad que el *Sujeto* la presupone como propia, y al contenido del Presente como diferente de quien lo conoce. Al igual que un fotograma sigue a otro rápidamente mientras es proyectada la celulosa de una película de cine, así los recuadros de la percepción transcurren rápidamente uno tras otro creando la fantástica historia de un universo externo al *Sujeto* y de un *Sujeto* independiente y diferente del universo.

Para romper esta magia dual basta permanecer reconociendo un *Objeto* cualquiera que fluya en el Presente, sin que exista la secuencialidad alternante que acostumbra a mostrar la mente mientras fija y evoca. De esta manera, con la continuidad de percepción en el Presente, se demuestra que la conciencia individual es tan solo un breve reflejo delimitado de realidad. La conciencia individual parece real y conocedora, no por el *Sujeto* sino por la característica No-dual de la Conciencia.

E: En el instante mismo de Saber no existe sentido de pertenencia, pero inmediatamente después sí. Es muy rápido, no lo noto con claridad.

S: Mientras usted duda no hay conocimiento, mientras conoce no hay duda. El acto del aprendizaje es un instante lleno de Saber sin límite. Posterior al Saber, nace la necesidad de apropiarse de él y convertirlo en memoria. El problema radica esencialmente en la momentaneidad de su cognición. La mente fluye como puntos suspensivos de *Objeto* a *Sujeto* y de *Sujeto* a *Objeto*. Jamás hace una línea recta lo suficientemente continua como para atestiguar otro orden de realidad, ya sea en el entorno de la cognición Particular o Total. La simpleza de esta apreciación *Vedanta* puede ser probada por cualquier

persona: mantenga su estado de presencia viva sobre un *Objeto* cualquiera que fluye en el Presente. ¡El resto se hace solo!

De igual manera, el Saber es un ente No-dual. La Conciencia opera induciendo el Saber de la conciencia individual. Mientras hay actividad egoica, la Conciencia se asocia al limitante egoico (tal como el espacio se asocia al volumen espacial de la columna), creando la sensación virtual y limitante del "yo" como conocedor.

NO-DUALIDAD EN LA CONCENTRACIÓN VERSUS NO-DUALIDAD EN LA MEDITACIÓN

Existen dos estados de conciencia asociados a la experiencia No-dual. Diferenciar uno de otro suele resultarle difícil a una mente no adiestrada en el silencio interior. Las experiencias de la Concentración y de la Meditación son completamente diferentes. Existe multitud de estudiantes que, habiendo llegado a ciertas regiones de la propia mente, se pierden sin encontrar un norte hacia estados de conciencia más estables.

El entendimiento de la naturaleza No-dual suele ser francamente inalcanzable a causa del poco desarrollo del discernimiento metafísico. Se intentará aclarar respuestas que cuestan inclusive plantear como dudas. Tanto el arte de la Concentración como el de la Meditación requieren de maestría. Son realmente pocos quienes pueden advertir mares tan calmos en su agitada mente. La gran mayoría no diferencia entre el pensamiento de la calma y la quietud del no pensar.

Hemos bautizado *Exín* a la identidad propia de la cognición Total mientras se percibe "fuera", o de la cognición Particular, si es "dentro". Sin embargo, tampoco existe en el estado de conciencia de Concentración un nombre que

identifique a la identidad consciente que allí conoce. Se usará el término sánscrito *Saksim*, que significa testigo o actividad de atestiguamiento, como identidad propia del estado de Concentración.

A su vez, se suele denotar por *Atman* la entidad que implica la identidad del estado de Meditación.

1. La Concentración es un estado No-dual "excluyente"; la Meditación es un estado No-dual "incluyente".

En el estado de conciencia de la Concentración existe no-diferenciación entre *Sujeto* y *Objeto*¹¹³. El mundo No-dual presente en la Meditación se caracteriza porque el *Sujeto* es todos los *Objetos*, y un *Objeto* es todos los *Sujetos*; es decir: hay no-diferenciación entre ellos¹¹⁴.

La Concentración y Meditación se caracterizan por la ausencia de *Sujeto* independiente del *Objeto* reconocido y, por lo tanto, son imposibles de definir por un ente independiente de la masa uniforme que experimenta. Sin embargo, la realidad del estado de Concentración posee límites de los que la Meditación carece.

La Concentración aparece en el mismo momento en que la fusión *Objeto-Sujeto*, propia del estado de Observación, se mantiene. La permanente Evidencia, o la permanente Autoevidencia asociada al Presente, desemboca en la aparición no-diferenciada de Evidencia-Autoevidencia; esto es, el *Sujeto* es *Objeto* y el *Objeto* es *Sujeto*.

113 La cognición Total requiere de la fusión de *Sujeto* y *Objeto*. La Concentración es diferente: existe no-diferenciación. Mientras en la cognición Total la fusión advierte la pérdida del *Sujeto* en el *Objeto* o del *Objeto* en el *Sujeto*, la no-diferenciación -propia de la Concentración- implica la permanencia simultánea de *Sujeto* y *Objeto* en forma de Evidencia-Autoevidencia.

114 En la Concentración los contenidos internos al campo de cognición son no-diferenciados, pero aún están limitados por la naturaleza instintiva de la frontera mental. En la Meditación, el campo de cognición no posee frontera alguna, razón por la cual hay no-diferenciación sin límite.

Sin embargo, todos los entes restantes en un campo de cognición de Concentración que no participan de la no-diferenciación *Sujeto-Objeto*, quedan excluidos de la fusión resultante. Para ejemplificar la situación, note como, para quien permanece en concentración psicológica¹¹⁵ asociado a una pantalla de cine, los elementos restantes no Totalizados, tales como el techo del teatro, las demás sillas, los ruidos producidos por los vecinos, etcétera, quedan excluidos de la integración que momentáneamente se está produciendo.

Esta exclusión asociada a la Concentración *Vedanta* implica un rasgo de limitancia cuya naturaleza esencial hemos denominado instintiva, y participa de un plano de realidad asociado a estratos de memoria a largo plazo, es decir, a experiencias propias de un *Sujeto* ya olvidadas por el amanecer de otros tiempos.

Es la falta de integración consciente de todos los constituyentes de la memoria lo que genera un sesgo de diferenciación entre Concentración y Meditación. Sin embargo, los estratos mentales que conforman la memoria no son únicamente aquellos que el *Sujeto* recuerda a corto plazo, sino también todos los contenidos mentales que hacen parte del interminable *karma* generado en tantas vidas.

La disgregación de la memoria en estratos de largo y corto plazo produce un límite, una frontera que impide la no-diferenciación incluyente en el estado de Concentración.

Diluidas las fronteras instintivas, es decir, integrada y disuelta la totalidad de la memoria resultante de los ambientes ancestrales, nace el estado No-dual incluyente propio de la Meditación, realidad que incluye todos y cada uno de los contenidos del universo que *acontece*.

En el estado de Meditación no existe límite ni diferencia alguna entre sus constituyentes. Allí todo lo existente "ni es,

115 La denominada concentración psicológica forma parte, para el *Vedanta*, del estado de Observación.

ni es"; no emerge apreciación de "nombre" y "forma"; la realidad No-dual es un continuo fluir no-diferenciado de Presente Puro, Conciencia, Existencia y Bienaventuranza Absolutas.

2. La frontera del campo de cognición del estado de Concentración es aún inestable, no es reconocida. La cognición No-dual, propia del estado de Meditación es ilimitada y sin frontera.

Ni la fusión *Sujeto y Objeto*, propia del estado de Observación, ni la no-diferenciación excluyente de *Sujeto-Objeto*, propia de la Concentración, son la meta del camino propuesto por el *Vedanta*. El fin último es la identidad de todo *Sujeto y Objeto*, situación que emerge en el estrato más alto del estado de Meditación.

El Presente, asociado al estado de Concentración, implica la exclusión de la percepción Particular y Total. La ausencia de esfuerzo psicológico en la cognición del estado de Observación hace que *Objeto y Sujeto* pasen de Particularizar a Totalizar en el Presente y, posteriormente, asuman la forma no-diferenciada propia del estado de Concentración. Por ello, afirmamos que la cognición Particular y Total en el Presente es menos firme, menos estable y, por lo tanto, más relativa que la cognición propia de la Concentración.

En el estado de Concentración los contenidos que están dentro del campo de cognición son no-diferenciados y los contenidos fuera del campo de cognición aún no se reconocen, razón por la cual se encuentran momentáneamente excluidos.

Para aclarar la exclusión de contenido ocurrida en la Concentración respecto a la Meditación, usaremos un símil ocurrido con la Totalización de la Observación externa, más conocida en Occidente como concentración psicológica. En la concentración psicológica un individuo pue-

de estar sumido, absorto, en una pantalla de cine, y fluir en la apreciación de innumerables y variables contenidos sin que exista un *Sujeto* que pueda localizarse independiente a la cognición. Todos los acontecimientos externos a la pantalla no son reconocidos. Los contenidos externos al campo de cognición del estado de Concentración quedan excluidos. En la Meditación, tanto suelo como techo, paredes y calles externas a la sala de cine quedan incluidos en el campo cognitivo, pues las fronteras del campo fluyen más allá del infinito.

El único estado estable en sí mismo es el No-dual incluyente, experimentado mediante la Meditación; los dos estados restantes —Observación y Concentración— son relativos e inestables.

3. "Nombre" y "forma" son común a los contenidos No-duales excluyentes de la Concentración, mas no en los No-duales propios de la Meditación.

La Conciencia asociada a cada estado es reconocida de manera diferente por la identidad del campo¹¹⁶. En el estado de Concentración, la Conciencia No-dual aparece en forma de *Saksim*¹¹⁷, para pasar al instante siguiente, si se advierte Observación, a *Exín*; o en forma de *Sujeto* en caso de aparecer Pensamientos, y de "Sujeto Onírico" en caso de Sueño. En la Concentración emerge la identidad del campo como *Saksim*, y en la No-dualidad incluyente final emerge como *Atman*, el Uno-sin-segundo. He aquí nuevamente la paradoja divina: la Conciencia No-dual siempre ha Sido, Es y Será No-dual; sin embargo, aparece

116 Evidentemente, el "yo" no es "algo" y, si fuese "algo", sería el sentido de identidad propio de los limitantes de un campo de cognición, y no un centro de actividad consciente egoica.

117 Véase página 143, ESTADO DE CONCENTRACIÓN.

como fuente testimonial de los entes duales, apareciendo en forma de *Sujeto, Exín, Saksim* y "Sujeto Onírico".

¡Qué maravilloso universo el que experimentamos a cada instante! ¡Qué inteligencia suma reside en cada recodo de realidad que nos rodea! Al igual que aquel famoso físico¹¹⁸, tan solo podemos afirmar que quien crea que entiende algo de este mundo, miente. La verdadera sabiduría no reside en encontrar experiencias que puedan interpretar mentalmente la causa de todas las causas, no. El Saber Real reside en la espontaneidad, en la simpleza de no preguntarse mentalmente nada. ¡Qué lúcido el Zen, al otorgar a sus más sabios patriarcas el título de "Gran Ignorante"! ¡Cómo han de molestar estas afirmaciones a nuestros instruidos pensadores racionales occidentales! Pero no hay que preocuparse por ello. Cuando la muerte ronde el fin de sus días serán capaces de creer en cualquier cosa, incluso en la infantil apreciación de la eterna cena de los justos a la diestra del padre; o en el vacío, como negación de cualquier proceso causal.

¡Cuántos seres humanos podrán en la hora postrera acompañar a la muerte por voluntad propia, sin ser arrancados por el dolor y el sufrimiento que produce la ignorancia! Sin embargo, existen también seres que, libres de los lazos de la ilusión, reconocen al *Atman* como su naturaleza primigenia, inmenso como mil soles juntos, más tenue que el átomo y tan simple como el continuo Presente.

4. En la cognición No-dual excluyente, propia del estado de Concentración, brilla la Conciencia Pura, pero aún no fulgura en él la Seidad y Bienaventuranza Absolutas.

He aquí otra gran distinción entre Concentración y Meditación interior; o su simétrica: la Meditación en la

118 Richard Feynman, físico teórico ganador del premio Nobel.

Acción. La introducción al campo de cognición de nuevos contenidos excluidos va conformando un nuevo campo con fronteras cada vez más amplias. La inclusión de nuevos contenidos no-diferenciados al expandido campo No-dual induce un sentido de Bienaventuranza no experimentado jamás. En el estado de *Samadhi* —No-dualidad Pura— todos los contenidos no-diferenciados han sido incluidos al campo de cognición. El estado mismo reconoce identidad de todo contenido respecto a cualquier otro contenido: quien Conoce es lo Conocido.

El reconocimiento consciente, por parte del *Saksim*, del ingreso de nuevos contenidos no-diferenciados a su campo de cognición, crea en la experiencia meditativa un rasgo característico de Bienaventuranza imposible de retener por el mismo *Saksim*. Éste cede el paso a la identidad propia del nuevo campo de cognición en expansión constante: el *Atman*. Así, entonces, la dilución del *Saksim* origina el estado de Meditación asociado a la nueva identidad cognitiva del *Atman*. Allí, la Bienaventuranza es la expresión de la identidad no-diferenciada de todos los contenidos no-diferenciados que pueblan el estado.

El *Saksim*, identidad del estado de conciencia de Concentración, es arrasado por la intensidad de la experiencia del estado Meditativo. La Bienaventuranza, propia de la integración de contenidos no-diferenciados, no puede ser sostenida por aquél. El *Saksim* pasa de experimentar su propio estado a diluirse, mientras refulge ahora el *Atman* como identidad de un universo con fronteras que se expanden velozmente al infinito.

Ser aplastado por un torrente de Amorosa Bienaventuranza genera, en sus propios albores, una franca sensación de entrega del *Saksim* a un nuevo estado no inteligible ni experimentable por él. Se entrega sin posibilidad de regreso, sin retorno. Es la pérdida total de cualquier traza

de pertenencia consciente e inconsciente de la memoria, razón por la cual el tránsito al nuevo estado puede incluso ser acompañado de una sensación de temor reverente, similar a la pérdida voluntaria de todo tipo de control. He aquí el famoso "monstruo amorfo" o "guardián del umbral", mítica personificación que ha sido vertida en cientos de páginas escritas por los esoteristas de antaño, cuyas fantasías eran prolijas en crear historias, cuentos y leyendas gracias a que sus mentes no podían recrear por propia experiencia el tan temido y, a la vez, maravilloso estado que en ocasiones suele operar en el umbral entre Concentración y Meditación.

5. El Saksim, identidad del estado de Concentración, se asocia hasta los límites de su frontera cognitiva; pero al no identificarse con parte alguna del campo, está libre de cualquier atadura kármica.

De igual forma que, en el estado de Observación externa, se denomina *Exín* a la región consciente que posee identidad, así también, a la región con identidad consciente y delimitada por contenidos no-diferenciados, se le denomina *Saksim*. El *Saksim*, por ser una identidad que fluye en el Presente, no posee vestigio alguno de intencionalidad ni rastros de historia, razón por la cual no genera huellas kármicas durante la cognición que realiza. El *Saksim* es, simplemente, un espectador silencioso y consciente de una región de realidad donde *Sujeto* y *Objeto* están no-diferenciados.

6. El Saksim, identidad consciente del estado de conciencia de Concentración, es variable, dependiendo de las fronteras cognitivas impuestas en el momento de la cognición. Sin embargo, ningún Sujeto ni Objeto logra advertir dicho cambio.

Cuando el *Sujeto*, mientras está Observando "fuera", logra fusionar su naturaleza de observador con la de un *Objeto* cualquiera y se Totaliza, es decir, crea una región cognitiva y consciente denominada estado de Observación, induce una identidad propia al estado denominada *Exín*¹¹⁹. De esta manera, según sea la apreciación delimitada No-dual excluyente (interna o externa, es decir, "dentro" o "fuera"), así serán de movibles sus fronteras. Sin embargo, la siguiente región consciente puede ser igual de cambiante, tal como ocurre con las fronteras de un globo mientras se infla o desinfla. Por lo tanto, la región unificada y homogénea de conciencia tiene tantos *Saksims* como límites momentáneamente adquiere. Pero no es un solo y único *Saksim* quien advierte dicho cambio. Al igual que los "yoes" del estado de Pensamiento, cada zona limitada posee su propia identidad.

7. La Concentración requiere, para instaurarse, de la apreciación continua de un campo cognitivo no-diferenciado que esté sucediéndose en el Presente. Igualmente, la Meditación requiere, para instaurarse, de la apreciación continua de un campo no-diferenciado incluyente que esté sucediéndose.

La mente, de naturaleza inquieta y variable, se posa intermitentemente sobre contenidos internos y externos mientras Duerme, Piensa y Observa¹²⁰. Los define, compara, analiza y, finalmente, emite un juicio cognitivo en forma de síntesis. El juicio avala la realidad de lo conocido y de todos aquellos que advierten el mismo contenido. Sin embargo, ¿es

119 Ello ocurre de manera idéntica con la simetría cognitiva: cuando un *Sujeto*, mientras está "dentro", logra distanciar su naturaleza de observador de la de un *Objeto* cualquiera, se Particulariza, es decir, crea una región cognitiva y consciente denominada estado de Observación y una identidad propia al estado denominada *Exín*.

120 Ello acontece en los estados de Sueño, Pensamiento y Observación.

real un contenido por el mero hecho de que quien en común lo percibe lo denota con igual "nombre" y lo representan bajo similar "forma"? La realidad de *Sujeto* y *Objeto* no ha de establecerse en razón de la apreciación perceptiva, sino a causa de su connotación de "estabilidad y continuidad".

La "estabilidad" implica que un ente cualquiera posea en sí mismo la causa eficiente y formal, es decir, exista y dependa a causa exclusiva de él mismo. La "continuidad" implica que cualquier ente real debe permanecer inalterable en el espacio-tiempo y, en general, en todo ambiente, en todo campo de cognición susceptible al cambio.

Ello lleva a concluir que la percepción de los entes Particulares denota la existencia de estos, pero no su realidad. Igualmente acontece con la percepción de realidades Totales. Sin embargo, la entidad No-dual sí es real. Para entender esta afirmación, imagine un sueño cualquiera que alguna vez tuviera. En él notará cómo, aunque las apreciaciones cognitivas estén sostenidas bajo el precepto de realidad, son completamente irreales, pues la "estabilidad" y "continuidad" propias a su naturaleza son inexistentes. Basta despertar para que aquellos mundos se disuelvan y de ellos quede tan solo, en el mejor de los casos, una fracción de memoria.

La apreciación continua de un contenido realizada sin esfuerzo psicológico, ya sea Particular o Total, deviene como No-dual. La No-dualidad no es un mundo "más alto", ni "más exclusivo"; es, simplemente, el mismo universo conocido sin el esfuerzo de querer conocerlo.

No quiere decir esto que la percepción de los entes Particulares y Totales sean absolutamente irreal, no; simplemente son "aparentemente reales", es decir, son *Maya*, son ilusorios, son verdaderamente falsos y falsamente verdaderos; todo es ilusorio, menos el Todo.

DIÁLOGO 17

Totalidad versus no-dualidad

Sesha: ¿Reconoce en usted el fluir natural del Presente?

Estudiante: *Mi experiencia lleva a reconocer los contenidos que "están sucediéndose" en el Presente, pero aún no llevo a vivenciar la naturaleza esencial del Presente.*

S: ¿Qué cambio sufren los contenidos que se suceden respecto a los contenidos sucedidos o los que se sucederán?

E: *Siempre supuse que el mundo a mi alrededor era tal como lo experimentaba sensorialmente. Nunca pensé que había más mundo que éste. Las preocupaciones siempre estuvieron circunscritas a lo cotidiano, ya sea en los ámbitos físico, emotivo o mental. Sin embargo, ciertas experiencias en mi vida las catalogué como fuera de lo común; nunca eran lo suficientemente claras o evidentes como para pensar que eran simples "anomalías" de cómo veía el mundo. Cuando le conocí a usted, empecé a indagar en la vida misma y en todas aquellas cosas que notaba como "simples" o "tonterías" sin valor sustancial. Mi reflexión sobre la naturaleza esencial de las "anomalías" me llevó a descubrir que no eran situaciones tan aparentemente simples, sino que la vida en su conjunto poseía un trasfondo completamente desconocido, pero gratamente enriquecedor. El hecho de estar atento a "lo que se sucede" abrió un campo sustancial de cognición que me permitió evidenciar los presupuestos de otra realidad. ¡Era increíble! Bastaba estar atento para notar que el mundo tenía una nueva presentación. Los Objetos eran vivos, cada cosa poseía una nueva intensidad. Todo adquiriría una tridimensionalidad espectacular que nunca antes avizoré.*

Tal como usted lo enseña pareciera fácil, pero no lo es. Llevo años en ello, sé que fluctúo en mi práctica por la indisciplina con la que la realizo, pero aun así puedo

advertir que hay algo más allá de lo que comúnmente conocemos. Reconozco como válido el hecho de que si los Objetos o el Sujeto mismo se atienden con continuidad, aparece una nueva modalidad de percepción, una nueva forma de existencia.

S: ¿Qué característica esencial posee la nueva modalidad de ver el mundo, que emerge gracias al hecho de atenderlo sin esfuerzo egoico mientras se sucede en el Presente?

E: *Al igual que usted lo afirma, aparece inicialmente una realidad de cognición llena de Presente momentáneo denominada Observación, en la que el Sujeto se difunde en el Objeto o el Sujeto se aísla distanciado del Objeto*¹²¹.

S: ¿La interacción de Sujeto y Objeto se realiza en un campo, en un ambiente consciente?

E: *Evidentemente. Nunca podrá existir un lapsus de consciencia. Simplemente, la cognición se sucede en variados campos, pero jamás hay inconsciencia; siempre hay vida, realidad, quietud, vacuidad, silencio, paz, pero nunca he experimentado allí dolor o vacío de ser.*

S: Los contenidos experimentados en forma de fusión Sujeto-Objeto, mientras se sitúa "fuera", se denominan Totales por el carácter de fusión espacial en el que se presentan. ¿Le parece válida esta apreciación?

E: *Me parece que el nombre es lo de menos. Sin embargo, enmarca de manera correcta, desde mi experiencia, la idea de lo que realmente allí sucede.*

S: Además, los contenidos experimentados con distanciamiento, mientras se sitúa "dentro", se denominan Particulares por el carácter de lejanía espacial en el que se presentan. ¿Le parece válida esta nueva apreciación?

121 El *Sujeto* se difunde en el *Objeto* cuando la cognición se Totaliza "fuera". El *Objeto* se distancia del *Sujeto* cuando la cognición se Particulariza "dentro".

E: Sí. Mi experiencia, al igual que con los contenidos Totales, es similar a la que usted enseña.

S: El nuevo estado de conciencia, al que hemos denominado Concentración, está constituido por contenidos no-diferenciados. ¿Quién es el agente receptáculo de la conciencia?; pues el *Sujeto*, evidentemente, no se diferencia de lo conocido, en razón de la no-diferenciación propuesta.

E: No lo sé. Aunque sí lo he experimentado, nunca lo he visto tal como puedo verme en el espejo, retratado en una foto o grabado en un video.

S: Sin embargo, la región no-diferenciada es consciente, puesto que, como usted lo afirmó anteriormente, no hay lapsus de conciencia.

E: Por lógica, ha de haber un agente consciente; pero le repito que nunca le he visto. Usted le denomina Saksim; creo, incluso, que podría llamarse de cualquier manera, pues creo que jamás podrá contestar a su llamado, como sí lo hago en este momento a sus preguntas.

S: El *Saksim* en una necesidad lógica evidenciada por la experiencia, tal y como usted acertadamente lo afirmó. La razón de ello es muy simple: la Conciencia permanece, aún cuando el *Sujeto* esté distribuido uniformemente en otro campo de cognición. Pero, ¿es el *Saksim* el mismo, o es cambiante?

E: No lo sé. Entiendo la lógica de su exposición, pero allí mi experiencia no es tan clara. Evidentemente, la Concentración no es siempre la misma ni posee la misma intensidad, pero mi experiencia no es suficiente para contestar a su pregunta.

S: Los terrenos por los cuales nos adentramos, para reconocer las diversas modalidades de la Concentración, requieren ser, aparte de lógicas, necesariamente empíricas. Tal como usted dice, cada estrato de Concentración es diferente; es más, son infinitos los

posibles niveles de Concentración potencialmente existentes. Si la Concentración se hiciera respecto a un mismo *Saksim*, éste acabaría reconociéndose a sí mismo, situación que obviamente no ocurre. La lógica obliga el cambio continuo de la región no-diferenciada en el estado de Concentración, es decir, la variabilidad del *Saksim*.

¿Puede acaso el *Saksim*, el testigo del estado de Concentración, crear lazos de intencionalidad con la zona de cognición que su identidad delimita?

E: Va usted a un ritmo que no proceso. Intuyo su pregunta pero, francamente, no acabo de saber qué es lo que me pregunta.

S: El *Saksim* es inestable excepto cuando adopta la forma de *Atman*. Entonces, el agente se asocia a una nueva frontera, esta vez Ilimitada, Absoluta, Infinita. Allí la Conciencia ilumina el contenido No-dual, creando un tercer estado de conciencia: la Meditación. El *Saksim* desemboca como *Atman*, gracias a la ausencia de fronteras de la nueva región cognitiva. La pregunta entonces es simple: ¿hay relación entre diversos *Saksims* con el contenido no-diferenciado?

E: Disculpe. Por más que intento comprender no sé contestar, pues no acabo de entender la pregunta.

S: Evidentemente parece usted inteligente, sin embargo, gracias a su ausencia de práctica interior, no logra diferenciar con claridad los diversos matices del amplio espectro de la Concentración. Le hago la misma pregunta de otra forma: ¿crea *Karma* el *Saksim*?

E: ¡Por fin entiendo su pregunta! Ahora con seguridad puedo decirle que no sé.

S: El *Saksim* no se identifica con el contenido homogéneo que él identifica, razón por la cual no crea cadenas de acción en sí mismo o con otro *Saksim*. El *Saksim* Sabe, y Sabe que Sabe, pero aparece incólume y solamente

actúa como agente de cognición. El agente es solo Conciencia, es atención pura. ¿Qué delimita el contenido no-diferenciado No-dual excluyente propio del estado de Concentración con el No-dual propio del estado de Meditación? ¿Qué impide al *Saksim* transformarse en el eterno *Atman*, Uno-sin-segundo?

E: Nuevamente no lo sé. Creo que sus preguntas están más allá de mi experiencia.

S: Intentemos juntos concluir la respuesta. La atención no direccionada es fundamental para obtener la Concentración. ¿Estamos de acuerdo?

E: Sí, la atención sobre un contenido que se sucede es fundamental.

S: La atención sin esfuerzo, o no direccionada, ocurre cuando el *Sujeto* que conoce no puede ser atestado por otro *Sujeto*. En esta condición, el *Sujeto* atento, al reconocerse a sí mismo, se atestigua como atención pura. ¿Le es cercana esta descripción?

E: Sí, por supuesto. El testigo de la cognición, cuando permanece en el Presente, "dentro" de sí, se ve a sí mismo como una masa de cognición sin más atributos adicionales que ser consciente en forma de atención.

S: ¿Allí ese conocedor o, como usted dice, esa masa de cognición, posee el atributo de la intencionalidad?

E: Por supuesto que no. Ello solo conoce, pero no interpreta mentalmente lo que conoce. Solo conoce.

S: Es gracias a la condición de ausencia de intencionalidad que el testigo no se asocia a la acción identificándose con ella, por lo cual no crea cadenas. Conoce pero no interpreta lo que conoce relacionándolo ni proyectándolo.

Capítulo 6



Los cuatro limitantes

CONSIDERACIONES PREVIAS

Es de suma importancia entender los conceptos enunciados en la sección teórica, para entender la explicación práctica que se presenta a continuación. Los conceptos descritos son pocos y sencillos. Tienen como objetivo sistematizar la naturaleza de la realidad cognitiva que emerge en todas las posibles esferas de la Conciencia No-diferenciada.

A modo de resumen, y de la forma más pedagógica posible, se definirán nuevamente las ideas que sistematizan la Meditación.

LIMITANTE DE FRONTERA

Todo ente consciente puede presumir de interpretar mentalmente el mundo que lo rodea. A su vez, todo ente consciente está dotado de instrumentos sensorios físicos que sirven de puente a la cognición del mundo externo.

Cuando la mente, por ejemplo, se interna en el sueño, los sentidos físicos no pueden acompañarla en su viaje,

pues los elementos constitutivos de aquella realidad onírica son indetectables por los órganos sensorios físicos.

Cuando la conciencia individual se posa en vigilia, juntos, sentidos y mente, interactúan al unísono permitiendo la cognición de los contenidos exteriores.

Los sentidos delimitan una esfera de realidad y diferencian los contenidos que se encuentran "dentro" y "fuera" de la frontera. Cuando, por ejemplo, se atiende a los sonidos externos, inclusive a los más lejanos, se crea una frontera de cognición sensorial más allá de la cual en el mundo externo es imposible advertir audición. De igual manera, cuando se evoca un contenido mental, inclusive alguno de los contenidos más antiguos, la memoria crea una frontera en el tiempo más allá de la cual es imposible acceder.

Toda frontera sensoria diferencia algo, que se encuentra en una zona limitada por la frontera, de otro "algo", que no está en ella. Los sentidos son la frontera primaria de la cognición, pues diferencian el universo real externo del mundo ideal interno.

Los sentidos forman una frontera cuyo fin esencial es diferenciar al *Sujeto* del mundo externo y de cualquiera de los múltiples contenidos procedentes de la memoria.

Mientras los sentidos físicos estén conectados a la mente, se favorece la apreciación del mundo externo. Así, entonces, la mente es capaz de interpretar la información proveniente de los sentidos y emitir juicios respecto a los contenidos externos.

Mientras los sentidos físicos estén desconectados, la mente está ciega de apreciaciones del mundo externo. La mente es capaz únicamente de interpretar la información proveniente de la memoria y emitir juicios respecto a los acontecimientos ideales evocados.

Mientras la interpretación mental de cualquier contenido se realice a través de los sentidos físicos, se definen

y diferencian partes del mundo de "fuera", es decir, del mundo externo. En cambio, cuando la interpretación mental de cualquier contenido se realice sin el soporte de los sentidos físicos, se han de definir y diferenciar partes del mundo de "dentro", es decir, del mundo interior.

De esta manera, le es posible a un *Sujeto* cualquiera conocer un contenido interno o externo ("dentro" o "fuera"), situarlo en el pasado o en el futuro (Causal), localizarse o no a la distancia de los contenidos y experimentarlos como Particularidad o Totalidad (Espacial), y finalmente, darle atributo mental de realidad mediante la asignación de "nombre" y "forma" (Interpretativo).

LIMITANTE TEMPORAL

Los entes que constituyen el mundo, cualesquiera que sean, mientras posean capacidad de conciencia individual son testigos de ir fluyendo instante tras instante en un campo temporal, en una flecha de tiempo unidireccional¹²².

El tiempo marca de manera inexorable todo aquello que cobija e impide la estabilidad y la continuidad de lo existente. No existe ente constitutivo alguno que permanezca incólume al acontecer temporal. El universo entero se desenvuelve sumido en el tiempo que todo lo consume. Todo evento susceptible de ser conocido sufre cambios a causa de estar enmarcado en el tiempo. No existe realidad inmersa en el limitativo temporal que pueda huir al paso del tiempo. La huella del tiempo determina los eventos como Pasado y Futuro.

Todos los seres, a causa de la delimitación y diferenciación temporal, sufren cambio, pues cada ente no es el mismo según el paso del tiempo. Todos los contenidos han de fluir de manera exclusiva en uno de los tres posibles

122 La flecha de tiempo, a decir de los físicos, fluye en dirección de la entropía.

campos asociados al factor temporal: Presente, Pasado y Futuro. En dos de ellos -Pasado y Futuro- los acontecimientos cobijados fluyen con relación de causalidad, es decir, el Futuro se genera gracias a causas preexistentes en el Pasado. El Presente, entre tanto, es un estado no-causal, es decir, tiene causa en sí mismo.

Desde la perspectiva del *Vedanta*, es viable afirmar que el Pasado genera *Karma* en forma de "potencialidad" de Futuro, gracias a que los contenidos del Pasado se encadenan en forma de Futuro de acuerdo a las condiciones y expectativas con que fueron pensadas y experimentadas las acciones mientras eran parte del Presente que estaba *sucedíéndose*. Basta interpretar el Presente mediante cualquiera de los cuatro limitantes posibles -Temporal, Espacial, Interpretativo o de Frontera- para convertirlo en Pasado. Así, el Pasado, avivado por el fuego del *Karma*, crea potencialidad de Futuro o relación causal entre contenidos.

En resumen: todos los entes "evolucionan" en el segmento temporal Pasado-Futuro, pero, mientras ello ocurre, jamás se interceptan con el Presente, puesto que la diferenciación de eventos solamente opera entre las fracciones temporales de Pasado y Futuro.

Asociado a la realidad que fluye en el Presente no hay evolución, no hay diferenciación, no hay temporalidad, no hay coexistencia ni intersección con Pasado o Futuro, es decir, no se evidencia causalidad, ya que la naturaleza del campo de existencia denominado Presente, donde fluyen los *acontecimientos que se suceden*, es acausal; esto es, tiene causalidad en sí mismo; esto es, en el Presente ningún *Objeto* es realmente diferente a otro.

Por lo tanto, cualquier *Sujeto* consciente inmerso en un campo temporal, es decir, mientras evidencie la existencia de una flecha temporal en donde fluya un *Objeto* cualquiera, crea necesariamente causalidad entre el *Sujeto* y *Objeto*. Así,

el campo de limitación temporal en donde se encuentren sumergidos *Sujeto* y *Objeto*, en razón de que el *Sujeto* se hace consciente del campo, crea instantáneamente una relación de causalidad entre ambos que aflorará en otro posterior, campo asociado a la temporalidad denominada Futuro.

LIMITANTE ESPACIAL

Los entes constitutivos del mundo, cualesquiera que sean, mientras posean capacidad de conciencia individual, son testigos del fluir en un campo espacial, el cual sostiene y genera distanciamiento entre el *Sujeto* y aquello que no lo es, es decir, los *Objetos*.

El Espacio marca de manera inexorable todo evento que cobija, impidiendo la estabilidad y la continuidad de lo existente. No hay nada conocido que permanezca incólume al acontecer espacial y al sentido de distanciamiento y diferenciación que opera gracias a él.

El universo entero se desenvuelve localizado en un espacio que todo lo contiene. No existe evento alguno que pueda evitar ser localizado espacialmente como *Objeto* o como *Sujeto*. La huella del espacio diferencia los contenidos que en él fluyen, generando distancia entre ellos.

Las condiciones primarias de diferenciación originadas por el limitante Espacial se denominan *Objeto* y *Sujeto*. La dualidad *Objeto-Sujeto* puede relacionarse de dos maneras diferentes: como Particularidad y como Totalidad. No existe intersección entre cualquier evento del segmento Particularidad-Totalidad con la realidad No-dual. A su vez, el evento cognitivo denominado Presente coexiste con la realidad cognitiva No-dual.

Bajo la apreciación Particular del limitante Espacial, uno o más *Objetos* cualesquiera se ven distanciados del *Sujeto* que los conoce. La apreciación Particularizante crea

sensación de distancia entre el *Sujeto* y cualquier *Objeto*. Tanto *Sujeto* como *Objeto* están inexorablemente inmersos en un campo espacial que los distancia y diferencia.

La cognición Particular es frecuente realizarla en el ámbito externo. Note como, cuando reconoce el mundo a través de los sentidos, es capaz de observar lo conocido como diferente de quien conoce. Allí, los *Objetos* fluyen en condiciones variadas, haciendo que el *Sujeto* permanezca siempre a la distancia diferenciándose de ellos.

En cambio, bajo la apreciación Total de la percepción, las condiciones de cognición cambian, dando como resultado el reconocimiento de un mundo bajo nuevos parámetros, bajo nuevas fronteras. En este nuevo mundo Totalizante, que se evidencia en un campo espacial, cualquier *Objeto* es conocido sin que se presuma distancia entre él y el *Sujeto*. El *Sujeto* asume las características de lo conocido y se fusiona con ellas, conformando un nuevo ente.

La cognición Total es frecuente realizarla en el ámbito interno. Note como, cuando se sumerge en sus propias fantasías, es capaz de ser uno con ellas. Allí, la alegría y la tristeza fluyen a intervalos, de tal manera que el *Sujeto* se identifica con el sentimiento, haciéndose uno con él.

LIMITANTE INTERPRETATIVO

Los entes constitutivos del mundo, cualesquiera que sean, mientras posean capacidad de conciencia individual, son testigos de fluir en un campo Interpretativo, el cual sostiene y genera realidad, tanto del *Sujeto* como de los *Objetos*.

A los anteriores generadores de diferenciación (Espacial, Causal y de Frontera) se suma el limitante Interpretativo, el cual permite vestir la irrealidad con atributo de realidad. Se asemeja al poder que posee la maqueta de un tigre de papel escondida en la selva. A primera vista

asusta a cualquier intrépido viajero y, sin embargo, no es más que papel. Así, la delimitación Interpretativa del fluir No-dual de la Conciencia concede el atributo de realidad a lo inexistente mientras, simultáneamente, impide reconocer la naturaleza no-diferenciada de la realidad.

La diferenciación Interpretativa cubre de piel un imaginario cuerpo que no posee ningún órgano interior, tal como ocurre mientras se presenta el sueño. Allí, en el sueño, los entes se ven, asumen presencia de realidad, cuando en el fondo, al despertar, todo aquello previamente circunscrito como real se diluye.

Una ola se diferencia del océano, y las burbujas pertenecientes a la ola se diferencian también del océano. Así, una u otra diferenciación emerge en el inconmensurable océano de la No-dualidad para, posteriormente, diluirse nuevamente en la ausencia de fronteras de "nombres" y "formas". El universo es una única masa indiferenciada de Conciencia No-dual que, sin modificarse –al igual que no se modifica el agua por presentarse océano, ola o burbuja– sostiene la totalidad del universo. La diferenciación de ola, burbuja y océano radica exclusivamente en los atributos Espacial, Temporal, Causal e Interpretativo que operan exclusivamente en la mente. El mundo diferenciado existe exclusivamente en la mente de quien lo conoce. El mundo y sus diferentes atributos solo operan en la mente del *Sujeto* que los percibe. El mundo existe en la mente del observador.

Cualquier contenido experimentado por un *Sujeto* que fluya en el espacio-tiempo posee indefectiblemente "nombre" y "forma", esencia misma de la mente. La mente habilita, mediante la interpretación de cualquier contenido, la presunción de realidad de lo conocido. Basta aquietar la fluctuación mental para inducir la unificación y posterior disolución de los cuatro limitantes.

"Nombre" y "forma" constituyen el atributo mental que interpreta y, a la vez, identifica como real cualquier *Sujeto* u *Objeto*. "Nombre" y "forma" sostienen como real y existente el fluir del segmento temporal Pasado-Futuro y el segmento espacial de Particularidad-Totalidad. "Nombre" y "forma", al interceptarse con el ambiente generador de Fronteras, hacen que todo ente situado "dentro" y todo ente situado "fuera", pueda ser interpretado como existente y real.

En el acto mismo del Presente, que corresponde a la realidad No-dual, no existe apreciación de "nombre" ni de "forma", razón por la cual no se nota actividad de diferenciación del instrumento interpretativo mental. Allí la mente adopta una forma no-diferenciada.

Allí, en el Presente, ambiente propio de la realidad No-dual, el brillo Autoluminoso de la Conciencia No-diferenciada conoce sin el requerimiento del instrumento mental, pues aprecia el conocer como acto de Saber en el que "alguien" (*Sujeto*) no difiere de un "algo" (*Objeto*).

Conocer, desde la perspectiva occidental, es el acto en que un "alguien" (*Sujeto*) aprehende un "algo" (*Objeto*). El verdadero Conocimiento, la real Sabiduría, consiste en testimoniar que quien conoce (*Sujeto*) y lo conocido (*Objeto*) son no-diferentes, que siempre lo han sido, lo son y lo serán. Es la Conciencia No-dual sin ningún tipo de asociación egoica quien Conoce y "Sabe que Sabe". Saber no es aprehender límites y atestiguar diferenciación. Saber es aprehender no-límites, mientras ello ocurre, no se diferencia de los no-límites que aprehende.

La mente es tan solo un instrumento de conocimiento de realidades previamente diferenciadas, y al igual que los sentidos físicos, es intermediaria en el proceso del conocimiento. En el Presente, la Conciencia No-dual evidencia los *Objetos* externos e internos sin el requerimiento de la mente. El acto del aprendizaje, como tal, es la más clara apreciación

de esta afirmación. El aprendizaje no es la consecuencia del acto dialéctico es el brillo de la Conciencia fluyendo en el Presente sin el requerimiento del instrumento dialéctico mental. El aprender se instaure como Saber de forma inmediata. Solamente hay acto de Saber en el Presente.

Asignar "nombre" y "forma" significa interpretar y definir como real cualquier contenido que fluya en el ámbito Pasado-Futuro, bajo la prerrogativa dual de *Objeto-Sujeto*, en un ambiente de diferenciación existente "dentro" o "fuera" de cualquier frontera.

Sin embargo, cuando el acontecimiento es parte del "aquí y del ahora", la actividad limitante Interpretativa condiciona el Presente sobreimponiendo un inexistente pasado y proyectándolo como real. Este velo a la realidad No-dual, mientras se proyecta una irrealdad dual, se denomina *Maya*, Ilusión. La imposibilidad de reconocer la esencia No-dual que subyace en la representación intelectual dual se denomina *Agnana*: Ignorancia.

Capítulo 7



Los estados de conciencia

CONCIENCIA Y MENTE

Aunque la Conciencia presenta una naturaleza eminentemente No-dual, es debido a la interacción de los cuatro tipos de "diferenciaciones" (Temporal, Espacial, Interpretativo y de Frontera) que aparecen diversos estados de conciencia, cada uno asociado con diferentes cánones de cognición. Nuestro interés se basa exclusivamente en los estados de conciencia que aparecen en la línea de existencia humana.

En realidad, existen infinitos estados de conciencia, pues cada ser humano identifica su propia naturaleza perceptiva de una manera única y personal. Sin embargo, asumiremos solamente la multiplicidad que opera de manera genérica en la combinación de los cuatro estados de "diferenciación". En realidad, no es posible la aparición de cualquier estado de conciencia; ellos se interceptan, según los limitantes, bajo un principio natural de exclusión similar al que opera entre los electrones y las órbitas atómicas.

Así, por ejemplo, tal como la evaporación del agua es producto de las condiciones de temperatura, velocidad del

viento y presión a la que está sometido el líquido, de igual manera, un estado cualquiera de conciencia emerge dependiendo de las condiciones de "diferenciación" a las que el *Sujeto* incurra en relación al campo inamovible de Conciencia No-dual. Sin embargo, la Conciencia No-dual jamás se intercepta, se ha interceptado ni se interceptará con parte o totalidad de las cuatro condiciones de "diferenciación". He aquí el más mágico de los acontecimientos, la Paradoja Divina por excelencia: Dualidad y No-dualidad coexisten, pero jamás se interceptan. La aparente intersección entre ambas realidades ha sido llamada, desde antaño, *Maya*, la Ilusión.

Los diferentes estados de conciencia que pueden emerger, según la combinación de las condiciones de "diferenciación", son completamente ilusorios, inexistentes, irreales, y solo son aceptados como válidos gracias a que el *Sujeto* mismo, como entidad también inexistente, los observa, los deduce y los interpreta. Solo la ilusión es capaz de conocer e interpretar la ilusión. Únicamente el inexistente *Sujeto*, mediante la actividad interpretativa mental, es capaz de conocer *Objetos* ilusorios; sin embargo, el *Sujeto* se afianza en la seguridad que le ofrece el conocimiento de los *Objetos* para validar su propia existencia.

Retirad los sentidos físicos de los contenidos y reinará en soledad la memoria. Retirad la memoria y reinará la Conciencia No-dual. Retirad el pasado y el futuro y reinará el Presente. No se interprete el Presente mediante "nombre" y "forma" y se convertirá el mundo en la más maravillosa de las creaciones atemporales: la experiencia de *Brahman*, el Absoluto No-dual.

A continuación se resumirán los cinco estados de conciencia y las respectivas simetrías que resultan de la interacción de los cuatro limitantes (Espacial, Causal, Fronteras e Interpretativo). Ellos son: Sueño, Pensamiento, Observación, Concentración y Meditación. Se usará,

como base de estudio, la simetría de Frontera que aporta los mundos interno y externo, es decir, "fuera" y "dentro".

ESTADO DE SUEÑO

CONDICIÓN DE FRONTERA: "DENTRO" Y "FUERA"

Emerge cuando la mente, que fluye en la masa de Conciencia No-dual, interpreta contenidos en forma de Particularidades o Totalidades. Los contenidos ideales, interpretados por la mente, fluyen continuamente sin crear lazos de causalidad (*Karma*). El universo externo no es percibido; los órganos sensorios físicos están desconectados momentáneamente.

Condiciones de diferenciación

Temporal: Los contenidos conocidos aparecen fluyendo exclusivamente en un ambiente temporal asociado al pasado, o mediante la proyección temporal en un ambiente asociado a un potencial futuro. Debido a que el *Sujeto* que allí actúa no posee historia propia, no se evidencia causalidad (*Karma*). El "Sujeto onírico" que conoce es una momentánea creación con sentido de yoidad, y experimenta, como agente de eventos, los momentáneos e ilusorios acontecimientos que allí operan.

Espacial: Los contenidos percibidos adoptan cíclicamente el sentido de Particularidad o de Totalidad. Se experimenta alternativamente distancia y fusión entre *Sujeto* y *Objeto*, generándose así innumerables apreciaciones Particulares o Totales. El *Sujeto*, mientras duerme, se reconoce como multitud de memoria integrada que observa toda suerte de *Objetos* externos a él.

Frontera: Todos los contenidos conocidos tienen raíz en el universo vigílico. Mientras el "Sujeto onírico" conoce, aprecia los contenidos "dentro" y "fuera" de su propia frontera sensorial onírica. Quien duerme reconoce que los contenidos se diferencian unos de otros, de manera similar a como acontece en vigilia. El mundo externo vigílico no se percibe, pues los sentidos están desconectados. Para quien sueña, existe mundo interno y externo. El "Sujeto onírico" percibe ambos mundos alternativamente.

Interpretativa: A todo contenido mental le es asignado "nombre" y "forma". Todos los eventos experimentados por el "Sujeto onírico" cobran realidad y, con ello, una naturaleza que en el fondo es inestable y discontinua.

Los eventos conocidos por el "Sujeto onírico" parecen reales y, sin embargo, son vacuos; parecen válidos pero ninguno es perenne; se diferencian los unos de los otros adoptando atributos específicos, al asumir apariencia de realidad individual.

Resultado: Apreciación del sentido de yoidad y de innumerables contenidos oníricos externos e internos. Toda cognición se aprecia como real. Todos los contenidos están expuestos a condiciones propias de tiempo y espacio. Todo el universo concienciado se evidencia como real. Mientras fluye el estado onírico no se percibe posibilidad de confundirlo como irreal. Basta que aparezcan en el Presente los contenidos del "aquí y el ahora", reconocidos por los cinco sentidos físicos vigílicos, para que emerja una nueva realidad interna y externa vigílica conocida por el nuevo *Sujeto*. Al despertar, se invalidan los eventos acontecidos en el sueño. Los contenidos poseen ahora una naturaleza irreal, sin continuidad y totalmente ilusoria.

ESTADO DE PENSAMIENTO

CONDICIÓN DE FRONTERA: "DENTRO" Y "FUERA"

Emerge cuando la mente que fluye en la masa de Conciencia No-dual interpreta contenidos que forman parte de la franja Pasado-Futuro. Mientras los eventos son conocidos por el *Sujeto*, se crean lazos de causalidad (*karma*).

Condiciones de diferenciación

Temporal: Los contenidos aparecen fluyendo en un ambiente temporal asociado al pasado, o mediante la proyección temporal en un campo de cognición asociado a un potencial futuro.

El *Sujeto* que allí actúa lo hace en función de su propia historia. La yoidad se reconoce a sí misma actuando, e intenta, mediante el deseo de fruto por la acción, proyectarse a una franja temporal de futuro. Se aprecia causalidad (*Karma*) a causa de que el *Sujeto* se reconoce como un devenir histórico y, por tanto, todos los acontecimientos que operan en su mundo interno o externo están enraizados con un pasado. No existe ningún acontecimiento libre de historia.

Espacial: Los contenidos percibidos por el *Sujeto* adoptan distancia o se fusionan momentáneamente en forma de Particularidades y Totalidades. Cuando el *Sujeto* Particulariza, se reconoce distanciado de lo conocido; cuando Totaliza, se sumerge sin distancia en aquello que conoce.

Mientras Particulariza, el *Sujeto* se sitúa fuera de su propia frontera sensoria dando cabida a la interpretación mental del mundo externo. Mientras Totaliza, el *Sujeto* se sitúa "dentro" de la frontera sensoria dando cabida a la interpretación mental del mundo interno.

Si el *Sujeto* Particulariza en vigilia mientras está "dentro" o Totaliza "fuera", queda automáticamente inmerso en un nuevo estado de conciencia denominado Observación.

Frontera: El *Sujeto*, gracias al reconocimiento de su propia frontera sensoria, delimita lo conocido entre contenidos "dentro" y "fuera" de la frontera. Debido al limitante Causal o Temporal, está inmerso en contenidos que forman parte de la franja Pasado-Futuro. Asociado al limitante de Fronteras, el *Sujeto* Particulariza el mundo vígilico externo o Totaliza los contenidos internos.

Interpretativa: A todo contenido experimentado le es asignado "nombre" y "forma". Todo contenido adopta una identidad propia, de naturaleza inestable y discontinua. Los contenidos pensados se superponen a los *que están sucediéndose*. El pasado, en forma de pensamiento, oculta el Presente como *acontecimiento que se está sucediendo*, y proyecta con forma de realidad una apreciación dual no existente.

Resultado: Apreciación, con sentido de yoidad, de contenidos producto de la memoria evocados como reales, expuestos a condiciones de tiempo y espacio, y con la propiedad de crear causalidad (*Karma*). El universo concienziado se aprecia como real. Mientras el estado fluye, no existe posibilidad de reconocerlo como irreal. Basta que el *Sujeto* reconozca algún contenido del *aquí y del ahora*, propio del Presente, para que emerja el *Exín* como conocedor de la realidad en el estado de Observación.

ESTADO DE OBSERVACIÓN

CONDICIÓN DE FRONTERA: "DENTRO"

Emerge cuando la mente reconoce, mientras permanece en vigilia, contenidos internos que *están aconteciendo* en forma de Particularidades; es decir, el *Sujeto* se distancia y se diferencia de los *Objetos* que conoce en su interior. Mientras el estado de Observación prevalece, los recuerdos no fluyen y el perceptor forma momentáneamente parte del Presente sin crear lazos de causalidad (*Karma*). Los eventos experimentados "dentro" son reconocidos por el *Exín*, identidad asociada al estado de Observación. El único contenido interior existente y válido *que está sucediéndose* es ser testigo de la cognición en forma de *Exín*.

Todo contenido interior percibido a la distancia por el *Exín* forma parte del mundo de la Observación. La Observación interior aumenta a medida que los contenidos a la distancia se unifican, mientras el *Exín* es en cada momento más firme y estable.

Condiciones de diferenciación

Temporal: Los contenidos internos aparecen fluyendo momentáneamente en un ambiente temporal asociado al Presente en forma de "aquí y ahora". No se evidencia causalidad (*Karma*) mientras existe apreciación de Presente, debido a que el *Exín* que allí evidencia no posee sentido de yoidad. El *Exín* actúa sin sentirse actor, y no se liga a la acción que realiza. El *Exín* no se reconoce a sí mismo actuando, y no existe en él sentido de fruto por la acción. El *Exín* no se reconoce como un devenir histórico, sino como una masa de cognición que Sabe en el mundo interno. Toda decisión intelectual emerge espontáneamente, sin ser teñida por ningún tipo de yoidad. Cualquier contenido mental que aparece es reconocido a la distancia del perceptor.

Espacial: El *Exín*, único contenido interno en forma de perceptor, adopta distancia Particularizando la percepción. No interactúa unificándose con los pensamientos. Los pensamientos se experimentan a la distancia como *Objetos* completamente diferentes de quien los conoce. El *Exín* Particulariza la cognición, y de esta manera puede permanecer momentáneamente en el Presente.

Cuando el *Exín* pierde su capacidad Particularizante, y Totaliza la cognición estando "dentro", salta a otro estado de conciencia, ya sea el de Pensamiento o el de Sueño.

Frontera: Todos los contenidos forman parte del universo situado "dentro". El universo externo vigílico no se percibe. Los órganos sensorios están desconectados momentáneamente mientras el estado aparece activo.

Interpretativa: El estado de Observación se experimenta como real por el *Exín* gracias al velo de ilusoriedad proyectado por el limitante Interpretativo. Aunque el *Exín* no se reconoce a sí mismo con "nombre" o "forma", se aprecia diferente de lo conocido.

A medida que el estado de Observación se profundiza, es más fácil notar cómo cada *Objeto* mental situado a la distancia se disuelve finalmente en la masa no diferenciada, homogénea, amorfa e ilimitada que aparece como único elemento de cognición del *Exín*. El único contenido real que debe ser evidenciado desde entonces es el acto mismo de ser *Exín*; el *Objeto* evidenciado debe ser rechazado. El *Exín* es conciencia que conoce "algo" externo a él mismo sin interpretarlo mentalmente.

Cuando el *Exín*, mediante la correcta práctica interior, permanece exclusivamente evidente de sí mismo, se diluye en el nuevo estado de conciencia denominado Concentración. Allí, el *Exín*, como identidad del estado de Observación,

da paso a la nueva identidad de *Sujeto-Objeto* simultánea y no diferenciada, base de la cognición de la Concentración.

Resultado: Apreciación de ausencia de yoidad. Ausencia de causalidad (*Karma*) mientras perdura el estado. El mundo exterior no se percibe, pues la frontera escogida como campo de cognición forma parte del mundo interno. El sentido de pertenencia y el gusto por el resultado de la acción no existen mientras el estado se hace presente. El único contenido estable que perdura en el estado está asociado al acto de ser testigo de la cognición. Suele ser un estado momentáneo, razón por la cual cuesta diferenciar los estados de Pensamiento y Observación.

CONDICIÓN DE FRONTERA: "FUERA"

Emerge cuando la mente reconoce, mientras permanece en vigilia, contenidos externos que *están aconteciendo* en forma de Totalidades; es decir, el *Sujeto* se fusiona con los *Objetos* que conoce en el mundo exterior. Mientras el estado de Observación prevalece, los recuerdos no fluyen y el perceptor forma parte del Presente sin crear lazos de causalidad (*Karma*). Los eventos experimentados "fuera" son reconocidos por la identidad asociada al estado de Observación: el *Exín*.

Aunque la mente interpreta los contenidos experimentados, no hay un *Sujeto* con historia que intervenga en ese proceso, como sí es el caso del estado de Pensamiento. El acto de la percepción y del conocimiento se realiza automáticamente, al igual que la digestión o el crecimiento del cabello en el cuerpo humano. La distancia entre *Sujeto* y *Objeto* desaparece espontáneamente a los ojos del perceptor. La Observación suele ser un estado puntual de Presente, seguido y antecedido por estados de Pensamiento.

Condiciones de diferenciación

Temporal: Los contenidos externos aparecen fluyendo momentáneamente en un ambiente temporal asociado al Presente en forma de "aquí y ahora". No se evidencia causalidad (*Karma*) mientras existe apreciación de Presente, debido a que el *Exín* que allí evidencia no posee sentido de yoidad. El *Exín* actúa sin sentirse actor y no se liga con la acción que realiza. El *Exín* no se reconoce a sí mismo actuando y no existe en él sentido de fruto por la acción.

El *Exín* no se reconoce como un devenir histórico, sino como una masa de cognición que conforma lo conocido en el mundo externo. Toda decisión intelectual respecto al mundo externo emerge espontáneamente sin ser teñida por ningún tipo de yoidad. Cualquier contenido externo que aparece es reconocido sin distancia por el perceptor.

Espacial: El *Exín* diluye la distancia al contenido Totalizando la percepción. La interpretación de los contenidos externos se realiza automáticamente, tal como suele ocurrir en el acto de la cognición intuitiva. La estabilidad del estado suele ser mínima y, al igual de lo que ocurre posteriormente al acto puntual de la intuición, el sentido de yoidad emerge nuevamente dando paso a los recuerdos y, con ellos, el estado de Pensamiento.

Cuando el *Exín* Totaliza la cognición, se aúna al Presente. Cuando el *Exín* pierde su capacidad Totalizante y Particulariza la cognición, salta a otro estado de conciencia, ya sea el de Pensamiento o el de Sueño, y adopta la identidad de *Sujeto* o "Sujeto Onírico", respectivamente.

Frontera: Todos los contenidos son parte del universo situado "fuera", es decir, externo a los sentidos físicos. El universo externo se percibe gracias a que los órganos sensorios están conectados. Las fronteras son variables dependiendo del nivel y profundidad del estado de Observación.

Interpretativa: El estado de Observación externa se aprecia como real por el *Exín* gracias al velo de ilusoriedad proyectado por el limitante Interpretativo. Aunque el *Exín* no se reconoce a sí mismo con "nombre" ni "forma", se aprecia diferente de lo conocido.

A medida que el estado se profundiza, es más fácil notar como cada *Objeto* externo se fusiona en el siguiente, y éste en el siguiente, y así sucesivamente hasta convertirse el campo de cognición en una masa única cuyo perceptor se diluye en lo percibido.

Cuando el *Exín*, mediante la correcta práctica exterior, permanece reconociendo exclusivamente los *Objetos* externos, se diluye en el nuevo estado de conciencia denominado Concentración. Allí, el *Exín*, como identidad del estado de Observación externa, da paso a la nueva identidad de *Sujeto-Objeto* simultánea y no diferenciada, base de la cognición en la Concentración.

Resultado: Ausencia de yoidad y causalidad (*Karma*) mientras permanece el estado de Observación. El mundo interior no se percibe, pues la frontera escogida como campo de cognición es el mundo externo con todos sus diferentes atributos.

El sentido de pertenencia y el gusto por el resultado de la acción no existen mientras el estado se experimenta en el Presente. El único contenido estable que perdura en el estado es la homogeneidad del mundo externo, sin que exista en él presencia de yoidad en la cognición.

Suele ser un estado momentáneo, razón por la cual cuesta diferenciar los estados de Pensamiento y Observación.

ESTADO DE CONCENTRACIÓN

CONDICIÓN DE FRONTERA: "DENTRO"

Emerge cuando la mente se diluye en la masa de Conciencia No-dual y el *Sujeto* de la Concentración se difunde completamente en el campo de cognición interno establecido. La Concentración opera únicamente cuando el acto de Evidencia-Autoevidencia¹²³ es simultáneo, total y no diferenciado. Mientras la Concentración opere, el *Sujeto* de la Concentración -el *Saksim*¹²⁴- se diluye en la totalidad de la percepción interior. Mientras es evidente de sí mismo, Evidencia también todo lo demás como sí mismo. La Concentración es un estado de Presente continuo que excluye todos los contenidos que no son partícipes de ese campo interior específico de cognición. La Concentración es un estado No-dual excluyente, mientras que la Meditación es un estado No-dual incluyente, pues en la Meditación todo el universo cognoscible, y no solo el campo de cognición interior, es no-diferenciado. En la Concentración, el *Saksim* está en todas partes y, a la vez, en ninguna. No hay sitio donde pueda diferenciarse de lo percibido. No hay apreciación de Causalidad (*Karma*), pues no hay yoidad, no hay sentido de pertenencia ni de provecho en la acción. Mientras los sentidos físicos en vigilia están desconectados, la mente actúa exclusivamente como Saber y Saber que se Sabe. El *Saksim* es idéntico a la Conciencia no diferenciada, que fluye simultáneamente en todo el campo de cognición.

123 La Conciencia se define como el fluir no diferenciado y simultáneo de Autoevidencia-Evidencia. En el libro LOS CAMPOS DE COGNICIÓN se hace, a modo de aforismos, un exhaustivo estudio de la cognición y de sus diferentes características y atributos.

124 El sentido de identidad de quien conoce un campo de cognición No-dual excluyente se denomina *Saksim*.

Condiciones de diferenciación

Temporal: Los contenidos mentales aparecen fluyendo exclusivamente en un ambiente temporal asociado al Presente, en forma de "aquí y ahora" no diferenciado y continuo. No se evidencia Causalidad (*Karma*) debido a que el *Saksim* que allí actúa no tiene sentido de yoidad. Conoce sin sentirse actor, y al hacerlo, no se liga a la acción que realiza. El *Saksim* no se reconoce a sí mismo actuando, por lo tanto no existe en él sentido de fruto por la acción. El *Saksim* no se reconoce como un devenir histórico sino como una masa de cognición que Sabe y Sabe que Sabe. Toda decisión intelectual emerge espontáneamente sin ser teñida por ningún tipo de yoidad. Cualquier contenido mental que aparece es reconocido como no-diferente de quien lo conoce. Cualquier contenido externo que aparece es reconocido por la mente, mas no es interpretado por ella. La mente actúa continuamente en forma de *Budhi*¹²⁵ y no como una alternancia de *Manas*¹²⁶.

Espacial: No existe un contenido cognitivo interno al que pueda el *Saksim* relacionarse en forma Total ni Particular. La franja de diferenciación entre *Objeto* interno y *Saksim* es inexistente. Quien conoce, no diferencia entre él y lo conocido. Los pensamientos, tal cual como se conocen cotidianamente, son inexistentes. La franja de diferenciación Espacial es inexistente en este estado de conciencia.

125 *Budhi* es la parte del *Antakarana* -Vehículo Interno o mente- que tiene como función servir de asiento a la conciencia individual, o *Chidaabasa*. Mientras la mente adopta la forma de *Budhi*, impera el acto de Saber; mientras impera *Manas*, actúa en forma de duda, de movimiento mental, también denominado raciocinio.

126 Véase nota anterior.

Frontera: Aún en este estado sigue existiendo algún tipo de frontera, pues de no ser así se haría patente el estado de Meditación. Sin embargo, la frontera que diferencia los contenidos de la Concentración respecto a los demás que allí no están incluidos no puede notarse. Mientras que en los estados de Observación o de Pensamiento es fácil notar dónde empiezan y dónde terminan los *Objetos* del campo de cognición, en la Concentración esto es imposible. El *Saksim* sabe que hay algo más, pues su propio dinamismo y sabiduría reconocen que la no-diferenciación puede extenderse hasta el infinito. Al no haber distinción entre *Saksim* y *Objeto*, no hay apreciación de frontera, aunque ella evidentemente existe.

Interpretativa: No existe contenido mental al cual asignarle "nombre" o "forma". Emerge una masa de Conciencia completamente indiferenciada, idéntica, estable y continua, con el poder de Saber y Saber que Sabe. Completamente Evidente-Autoevidente y, a la vez, total y simultánea. El único caparazón que existe, y que impide al estado ser incluyente, es el conjunto de todo aquello que el *Sujeto* vígil alguna vez ha sido y será. El estado Sabe que más allá del campo del cual es consciente hay algo más, pues la Conciencia puede aún incluir los demás contenidos de la creación y pasar al estado Meditación.

El estado de Concentración se experimenta como real gracias al limitante Interpretativo, pero el *Saksim* se disuelve cuando la Conciencia No-dual adopta la forma de *Atman* en asociación al estado de Meditación.

Resultado: Ausencia continua de interpretación mental respecto a lo que se conoce en el campo interior de cognición establecido, y ausencia completa de "nombre" y "forma" con los cuales asignar características al *Saksim* y a los contenidos

allí existentes. No existe Causalidad (*karma*), pues no hay indicio alguno de yoidad. El universo interior es conocido en la forma de un Presente continuo, en el que fluye la Conciencia que Sabe y Sabe que Sabe como acto no-diferenciado y excluyente. Basta que la masa de conciencia incluya el resto del universo no percibido para pasar al estado de Meditación. Cuando esto ocurre, el estado de Concentración se aprecia ilusorio, tal como los estados previos a él.

CONDICIÓN DE FRONTERA: "FUERA"

Emerge cuando la mente se diluye en la masa de Conciencia No-dual y el *Sujeto* de la Concentración se difunde completamente en el campo de cognición externo establecido. La Concentración opera únicamente cuando el acto de Evidencia-Autoevidencia es simultáneo, total y no diferenciado. Mientras la Concentración opera, el *Sujeto* de la Concentración -el *Saksim*¹²⁷- está diluido en la totalidad de la percepción exterior; es decir: mientras es Evidente de sí mismo, Evidencia todo lo demás también como sí mismo. La Concentración es un estado de Presente continuo que excluye todos los contenidos que no son parte de ese campo exterior específico de cognición. La Concentración es un estado No-dual excluyente, mientras que la Meditación es un estado No-dual incluyente, pues en la Meditación todo el universo cognoscible, y no solo el campo de cognición interior, es no-diferenciado. En la Concentración, el *Saksim* está en todas partes y a la vez en ninguna. No hay sitio donde pueda diferenciarse de lo percibido. No hay apreciación de Causalidad (*Karma*), pues no hay yoidad, no hay sentido de pertenencia ni de provecho en la acción. Mientras los sentidos físicos en vigilia están conectados, la mente actúa exclusivamente como Saber y Saber

127 El sentido de identidad de quien conoce un campo de cognición No-dual excluyente se denomina *Saksim*.

que se Sabe. El acto del conocer el mundo externo ocurre espontáneamente, al igual que las actividades fisiológicas. Nadie conoce; el *Saksim*, diluido en el campo externo de cognición, conoce. El sentido de yoidad es inexistente. El *Saksim* es idéntico a la Conciencia no diferenciada que fluye simultáneamente en todo el campo de cognición.

Condiciones de diferenciación

Temporal: Los contenidos externos aparecen fluyendo exclusivamente en un ambiente temporal asociado al Presente en forma de "aquí y ahora" no diferenciado y continuo. No se evidencia Causalidad (*Karma*) debido a que el *Saksim* que allí actúa no tiene sentido de yoidad. Conoce sin sentirse actor y, al hacerlo, no se liga con la acción que realiza. El *Saksim* no se reconoce a sí mismo actuando, por lo tanto no existe en él sentido de fruto por la acción. El *Saksim* no se reconoce como un devenir histórico sino como una masa de cognición que Sabe y Sabe que Sabe. Toda decisión intelectual respecto al mundo exterior emerge espontáneamente sin ser teñida por ningún tipo de yoidad. Cualquier contenido mental que aparece es reconocido como no-diferente de quien lo conoce. Cualquier contenido externo que aparece es reconocido por la mente, mas no es interpretado por ella. La mente actúa continuamente en forma de *Budhi*, y no como una alternancia de *Manas*.

Espacial: No existe un contenido cognitivo externo al que pueda el *Saksim* relacionarse en forma Total ni Particular. La franja de diferenciación entre *Objeto* externo y *Saksim* es inexistente. Quien conoce no diferencia entre él y lo conocido. Los pensamientos tal como se conocen cotidianamente son inexistentes. La franja de diferenciación Espacial es inexistente en este estado de conciencia.

Interpretativa: Los contenidos externos llegan a unificarse de tal manera que emergen como una masa de Conciencia completamente indiferenciada, a la cual es imposible asignarle "nombre" o "forma". El testigo de la cognición es el estado mismo en forma de *Saksim*. No existe *Sujeto* vigílico que conozca. El *Saksim*, como testigo de la percepción, es una masa de Conciencia con el poder de Saber y Saber que Sabe; completamente Evidente-Autoevidente, total y simultánea. El único caparazón que existe y que impide al estado ser incluyente, tal como el estado de Meditación, es el conjunto de todos los contenidos que forman parte del resto del universo y que en ese momento no pueden ser conocidos. El estado Sabe que más allá de él hay algo más, pues la Conciencia puede incluir los demás contenidos externos de la creación y pasar entonces a Meditación.

El estado de Concentración, y la Conciencia No-dual a él asociada, parecen reales. Sin embargo, el *Saksim*, la identidad del estado de Concentración, se diluye en forma de *Atman* cuando emerge el estado de Meditación.

Resultado: Ausencia continua de interpretación mental respecto a lo que se conoce en el campo interior de cognición establecido, y ausencia completa de "nombre" y "forma" con los cuales asignar características al *Saksim* y a los contenidos allí existentes. No existe Causalidad (*Karma*), pues no hay indicio alguno de yoidad. El universo externo es conocido en la forma de un Presente continuo que fluye, asociado a la Conciencia que Sabe y Sabe que Sabe de manera no-diferenciada pero excluyente. Basta que la masa de conciencia incluya el resto del universo no percibido para pasar a Meditación; cuando esto ocurre, el estado de Concentración se aprecia ilusorio, tal como los estados previos a él.

ESTADO DE MEDITACIÓN

CONDICIÓN DE FRONTERA: "DENTRO"

Emerge cuando la mente se diluye en la masa de Conciencia No-dual, y el *Sujeto*, ahora en forma de *Atman*¹²⁸, se difunde completamente en todos los campos de cognición que potencialmente pueden existir en el mundo interior. Al igual que en la Concentración, la Meditación opera únicamente cuando el acto de Evidencia-Autoevidencia es simultáneo, total y no diferenciado. Mientras en la Meditación opera el *Atman* diluido en la totalidad del campo de cognición No-dual, en la Concentración opera el *Saksim* diluido en el campo de cognición excluyente. El *Atman* es Evidente de Sí mismo, y Evidencia simultáneamente todo el universo interno también como Sí mismo. La Concentración es un estado de Presente continuo que excluye todos los contenidos que no forman parte de ese campo específico de cognición. La Meditación es un estado No-dual incluyente, pues todo el universo interno cognoscible se presenta no-diferenciado. En la Concentración el *Saksim* está en todas partes del campo cognitivo y a la vez en ninguna; no hay sitio donde pueda diferenciarse de lo percibido. En la Meditación, el *Atman* está distribuido uniformemente en toda la potencial cognición universal, y no solo en un campo de cognición. En la Meditación no hay apreciación de Causalidad, de Espacialidad ni de Fronteras, pues no hay yoidad alguna, no hay sentido de pertenencia ni de provecho en la acción.

Mientras los sentidos físicos están desconectados, la mente actúa exclusivamente como Saber y Saber que se Sabe. El *Atman* es idéntico a la Conciencia no diferenciada que fluye simultáneamente en forma de Existencia y Bienaventuranza

128 El sentido de identidad de un campo de cognición No-dual incluyente se denomina *Atman*.

Absolutas. El universo entero, en todas sus posibles manifestaciones, se incluye como no-diferenciación que fluye más allá de tiempo y espacio, interpretación mental o localización respecto a cualquier frontera física o mental.

Condiciones de diferenciación

Temporal: Los contenidos interiores aparecen fluyendo exclusivamente en un ambiente temporal asociado al Presente en forma de "aquí y ahora" no-diferenciado y continuo. No se aprecia causalidad (*karma*) debido a que el *Atman* que allí actúa no tiene sentido de yoidad, pues está totalmente disuelto en la Conciencia No-dual. Conoce sin sentirse actor, y al hacerlo no se liga a la acción que realiza. El *Atman* no se reconoce a Sí mismo actuando, por lo tanto no existe en él sentido de fruto por la acción. El *Atman* no se reconoce como un devenir histórico, sino como una masa de cognición que Sabe y Sabe que Sabe. Toda decisión intelectual emerge espontáneamente sin ser teñida por ningún tipo de yoidad. Cualquier contenido mental que aparece es reconocido como no-diferente de quien lo conoce. No hay sentido alguno de diferenciación entre Conocedor y lo Conocido. El universo interior se vislumbra por entero como una realidad que siempre ha sido, es y será eternamente idéntica y no-diferenciada.

Espacial: El universo interior está totalmente no-diferenciado. El Conocedor, en forma de *Atman*, se encuentra completamente identificado con lo Conocido. El *Atman* y los *Objetos* internos son idénticos y sin diferenciación. Los pensamientos, tal como comúnmente operan asociados a la identidad denominada *Sujeto*, no existen.

Frontera: No existe ningún tipo de frontera asociado a los contenidos interiores. No existe la posibilidad de que algo pueda ser parte de otra cosa, ni ningún *Objeto* puede conocerse por simetría, analogía, inferencia, oposición, negación o cualquier otro método de conocimiento. Lo Conocido es quien Conoce.

Interpretativa: No existe contenido mental al cual asignarle "nombre" o "forma". *Maya*, y su poder de proyectar asociado a "nombre" y "forma", es inexistente. *Maya* y su poder de velar ha sido derrocado. La ilusión primera, la ignorancia primordial, ha sido diluida. La Conciencia No-dual, en forma de Conocedor y Conocido no-diferenciados, es agente activo e ilimitado del Saber. *Atman* es idéntico a *Brahman*; *Brahman* es idéntico a la Conciencia No-dual. *Atman* es una masa de Conciencia completamente no-diferente, idéntica, estable y continua, con el poder de Saber y Saber que Sabe; completamente Evidente-Autoevidente, total y simultánea. La Conciencia no puede incluir más contenidos de la creación, pues no existe contenido alguno adicional que incluir. Todo el universo interno está "dentro" de Sí en el *Atman*, al mismo tiempo y de manera simultánea.

Resultado: Ausencia continua de interpretación mental y de asociación a "nombre" y "forma" respecto a lo conocido en el mundo interior. No existe Causalidad, Fronteras, Espacialidad ni Interpretación mental alguna de quien conoce o respecto a lo conocido. El universo interior es conocido en la forma de un Presente continuo en el que solo fluye la misma Conciencia que Sabe y Sabe que Sabe. En la Meditación, la masa de Conciencia incluye el resto del campo de cognición del universo interno no percibido en la Concentración interna.

CONDICIÓN DE FRONTERA: "FUERA"

Emerge cuando la mente se diluye en la masa de Conciencia No-dual, y el *Sujeto*, ahora en forma de *Atman*¹²⁹, se diluye completamente en todos los campos de cognición que potencialmente pueden existir en el mundo exterior. Al igual que en la Concentración, la Meditación opera únicamente cuando el acto de Evidencia-Autoevidencia es simultáneo, total y no diferenciado. Mientras en la Meditación opera el *Atman* diluido en la totalidad del campo de cognición No-dual, en la Concentración opera el *Saksim* diluido en el campo de cognición excluyente.

El *Atman* es Evidente de Sí mismo, y Evidencia simultáneamente tanto el universo interno como a Sí mismo. La Concentración es un estado de Presente continuo que excluye todos los contenidos que no forman parte de ese campo específico de cognición. La Meditación es un estado No-dual incluyente, pues todo el universo externo cognoscible se presenta no-diferenciado. En la Concentración, el *Saksim* está en todas partes del campo cognitivo y a la vez en ninguna; no hay sitio donde pueda diferenciarse de lo percibido. En la Meditación, el *Atman* está distribuido uniformemente en toda la potencial cognición universal, y no solo en un campo de cognición. En la Meditación no hay apreciación de Causalidad, de Espacialidad, ni de Fronteras, pues no hay yoidad alguna, no hay sentido de pertenencia ni de provecho en la acción.

Los sentidos físicos permanecen conectados. La mente reconoce los contenidos, pero no los interpreta. El *Atman* es idéntico a la Conciencia no diferenciada que fluye simultáneamente en forma de Existencia y Bienaventuranza Absolutas. El universo entero, en todas sus posibles manifestaciones, se incluye como identidad total que fluye más allá de tiempo y espacio, de interpretación mental o de localización respecto a cualquier frontera física o mental.

129 Véase nota 128.

Condiciones de diferenciación

Temporal: Los contenidos exteriores aparecen fluyendo exclusivamente en un ambiente temporal asociado al Presente del mundo externo, en forma de "aquí y ahora" no-diferenciado y continuo. No se aprecia causalidad (*Karma*) debido a que el *Atman* que allí actúa no tiene sentido de yoidad, pues está totalmente disuelto en la Conciencia No-dual. Conoce intermediando con los sentidos físicos sin sentirse actor, y no se encadena a la acción que realiza. El *Atman* no se reconoce a sí mismo actuando, por lo tanto no existe en él sentido de fruto por la acción. El *Atman* no se reconoce como un devenir histórico, sino como una masa de cognición que Sabe y Sabe que Sabe. Toda decisión intelectual respecto al mundo que experimenta a través de los órganos de cognición emerge espontáneamente sin ser teñida por ningún tipo de yoidad. Cualquier contenido exterior que aparece es reconocido como no-diferente de quien lo conoce. No hay sentido alguno de diferenciación entre el Conocedor y lo Conocido. El universo entero se vislumbra como una realidad que siempre ha sido, es y será eternamente idéntica y no-diferenciada.

Espacial: El universo exterior está totalmente no-diferenciado. El Conocedor, en forma de *Atman*, se encuentra completamente identificado con lo Conocido. El *Atman* y los *Objetos* externos son idénticos y no-diferenciados. Los pensamientos, tal como comúnmente operan en la identidad denominada *Sujeto*, no existen.

Frontera: No existe ningún tipo de frontera en los contenidos exteriores. No existe la posibilidad de que algo pueda ser parte de otra cosa, ni ningún *Objeto* puede conocerse por simetría, analogía, inferencia, oposición, negación o cualquier otro método de conocimiento. Lo Conocido es quien Conoce.

Interpretativa: No existe contenido externo al cual asignarle "nombre" o "forma". *Maya*, y su poder de proyectar asociado a "nombre" y "forma", es inexistente. *Maya* y su poder de velar ha sido derrocado. La ilusión primera, la ignorancia primordial ha sido derribada. La Conciencia No-dual en forma de Conocedor y Conocido no-diferenciados es agente activo e ilimitado del Saber.

Atman es idéntico a *Brahman*; *Brahman* es idéntico a la Conciencia No-dual. *Atman* es una masa de Conciencia completamente indiferenciada, idéntica, estable y continua, con el poder de Saber y Saber que Sabe, completamente Evidente-Autoevidente total y simultáneamente. Simplemente, el estado Sabe que más allá no hay otras fronteras. La Conciencia no puede incluir más contenidos de la creación, pues no existe contenido alguno que incluir. Todo el universo externo está "fuera", en el *Atman*, al mismo tiempo y de manera simultánea.

Resultado: Ausencia continua de interpretación mental, y ausencia de asociación de "nombre" y "forma" respecto a lo conocido en el mundo externo. No existe Causalidad, Fronteras, Espacialidad ni Interpretación mental alguna de quien conoce o respecto a lo conocido. El universo exterior es conocido en la forma de un Presente continuo en el que solo fluye la misma Conciencia que Sabe y Sabe que Sabe. En la Meditación, la masa de Conciencia incluye el resto del campo de cognición del universo externo no percibido en la Concentración.

Capítulo 8



La meditación interior

CONSIDERACIONES PREVIAS

Es necesario entender que la Meditación Interior requiere, debido a la condición mental laberíntica de sus propios procesos, de un seguimiento claro, de un camino sistemático sin el cual es imposible lograr quietud interior.

Debe adoptarse inicialmente una postura lo suficientemente cómoda que permita al cuerpo físico permanecer sentado y erguido durante un tiempo variable, que puede estar entre algunos minutos a varias horas dependiendo del control logrado sobre la actividad física y mental.

Mientras la práctica transcurre, la identificación física postural se advierte cada vez menos. Es posible hacer la práctica también en un sillón si padece de alguna molestia física. Sea precavido y siéntese lo suficientemente cómodo para evitar caer si pierde el equilibrio, en razón de la ausencia de localización física que opera mientras ahonda en la práctica.

Ha de elegirse un lugar que invite a la interiorización. Es preferible, aunque no obligatorio, un sitio que no distraiga la mente hacia el exterior. Una mente educada puede

abstraerse en cualquier sitio, pues la condición de identificación con los sonos externos y demás molestias que ocurren fuera de la práctica se regula con la disciplina de años y años de trabajo interno.

Lógicamente, la salud corporal ayuda a crear una sensación física de menor lucha por la interiorización; pero aún así, una mente educada en la práctica meditativa puede sobreponerse a esta circunstancia.

Habiendo tomado una postura adecuada, a la cual su organismo esté acostumbrado, debe evitar moverse, pues el cambio corporal implica la creación de un eventual foco de apreciación del mundo externo.

Ambientes perfumados, ropas especiales, lugares energéticos y otras ayudas adicionales no pueden reemplazar el descontrol mental por quietud mental; no son más que ayudas a mentes que no pueden depender de sí mismas. Durante la abstracción que opera en la experimentación del mundo interior cesa todo contacto externo, pues de no suceder esto (la cesación del contacto externo mediante el desconectar de los sentidos) es imposible una experiencia continua en el mundo interior.

No busque una meta; deslícese por su interioridad como quien busca con capacidad de sorprenderse. Realice su práctica como algo único, como si cada vez viajara por un nuevo universo interior que está por conocer. Evite sistematizar y evocar pasos que presupone deben acontecer. No manipule la experiencia. Al igual que en un viaje, permítale al paisaje aparecer sin que usted intente traerlo. No se esfuerce por que ocurra uno u otro hecho. Simplemente aprenda a situarse en actitud de estar Presente, en la expectativa de lo *que acontece* "dentro" de sí mismo.

No intente llegar al sitio o a la experiencia interior que alguna vez logró en alguna otra práctica. Deseche, inclusive, su sed de iluminación, pues aún tal anhelo es

un obstáculo a la espontaneidad del Presente. El Presente no se hace a voluntad; simplemente, fluye en forma de "aquí y ahora" y es atrapado sin esfuerzo en el acto de la cognición en forma de atención en sí misma.

No desespere si no logra sumirse en el maravilloso mundo de la No-dualidad. Pueden pasar días, meses, años o vidas antes que aprenda a Ser sin querer "ser algo". La Meditación, aunque no requiere de una preparación previa, es enfrentada con mayor seguridad psicológica por quién ha librado la dura batalla mediante la disciplina de la práctica diaria.

No existen palabras, no existen puntos de comparación en la mente para aquella vivencia que perdura más allá del tiempo y del espacio, donde las fronteras de "nombre" y "forma" son inexistentes. Gozo supremo le es dado al meditador que, logrando el silencio mental, rasga los velos de la ilusión y se lanza al encuentro del abismo "sin forma", cuyo sustento es la Conciencia Pura No-dual, cuyo sostén es el Presente y su esencia es la Existencia sin límites y la Bienaventuranza Absoluta.

Ni el sacrificio, ni las mortificaciones físicas o mentales sirven de moneda de trueque para comprar la anhelada libertad interior. Tampoco la tenencia de poderes psíquicos (*siddhis*) acerca a la "maravillosa visión". Los poderes psíquicos suelen emerger de manera espontánea con el transcurrir de meses o años de prácticas. Sin embargo, no existe una condición de relación entre ellos y una vivencia clara, real y coherente de la realidad No-dual.

Puede creer usted en cualquier modalidad de divinidad, pero mientras medita obvie recordarla, evite interpretar mentalmente su realidad. Impida que su mente quede atrapada en los dorados hilos de los pensamientos cuya raíz procede de la rememoración del pasado; inclusive de los pensamientos de naturaleza divina, pues no son más

que una expresión dulce del amargo veneno que la mente, a través del "yo", bebe en los variados e impermanentes estados duales de conciencia.

No busque apoyo mental alguno. Usted ya existe y, además, sabe que existe; eso es suficiente. Tiene lo necesario para el encuentro con la No-dualidad: posee el don de Ser y Saber; nada más requiere. Simplemente, fluya siendo Aquello que siempre ha Sido; no lo tiña de género, profesión, anhelo o caracterización alguna de cognición. Tan solo fluya Siendo y Sabiendo que Existe, sin tener que interpretarlo, relacionarlo, inferirlo o compararlo con cualquier contenido evocado.

ESTADO DE SUEÑO Y DE PENSAMIENTO

Tanto el estado de conciencia de Sueño como el de Pensamiento poseen en común que todos sus contenidos son realidades propias de la mente. En el Sueño, el universo de realidades allí configuradas son representaciones o modificaciones de imágenes previas ya experimentadas en la vigilia. Sin embargo, mientras en el estado de Pensamiento las imágenes que aparecen en la esfera de la conciencia individual tienen la capacidad de relacionarse unas con otras causalmente, las del Sueño no se relacionan por causalidad (*karma*).

No existe continuidad *kármica* en el sueño pues, de haberla, cada noche seríamos testigos de las consecuencias de experiencias oníricas de días anteriores. Los contenidos que emergen lo hacen sin ningún nivel de causalidad respecto al día o días anteriores, tal como las imágenes de un canal cualquiera de televisión no poseen causa en la imagen de otro canal. En el Sueño las imágenes simplemente aparecen y son reconocidas por un "Sujeto onírico" con

idéntica condición a aquello que conoce: no posee ningún nivel de continuidad noche tras noche.

Mientras cierra los ojos e intenta realizar la práctica meditativa, al abstraerse en el mundo interior que *acontece*, será torpedeado por miles de contenidos mentales cuya realidad no forma parte del Presente. Experimentará impotencia por evitar que ello ocurra. Cuando suceda esto (el incesante ir y venir de pensamientos de manera descontrolada), será testigo del cansancio psíquico que comúnmente catapulta al sueño.

Sin saber cómo, ingresará al sueño, dulce regazo de inconsciencia. Allí podrá ser poeta o guerrero, santo o extraviado. Infinitas opciones nacen a la luz del nuevo estado que envuelve toda la infinidad de imágenes proyectadas. Incluso, alguien ajeno a usted, en el mismo lugar donde "practica meditación", reconocerá que duerme gracias a la absurda postura que su cuerpo adopta, por la arrítmica respiración o por los resoplidos que inclusive despiertan a sus también dormidos vecinos.

Cuando no dé a lugar el Sueño, la conciencia vigílica se extenderá cobijando contenidos e imágenes evocados que aparecen por relación de causalidad al instante de la práctica. Así, entonces, podrá discurrir entre todas las experiencias que la memoria guarda, haciendo hincapié en aquellas que posean mayor hábito de rememoración. Notará, por ejemplo, como el calor de la habitación donde hace la práctica meditativa le recuerda la sensación de sofoco del verano en las últimas vacaciones.

Sentado firmemente y con la mente ausente de todo Presente podrá, sin elegir, ser *Sujeto* de un mundo real que aparece sin conexión alguna y carente de causalidad (estado de Sueño), o ser momentáneamente experimentador en las profundas y laberínticas aguas del océano de la memoria,

cuyas corrientes están impulsadas por un estado primigenio de voidad. ¿Qué prefiere: dormir o pensar?

Sin embargo, el panorama es susceptible aún de empeorar: los órganos de los sentidos sirven de puente con el mundo externo. En la Meditación interior, el practicante debe impedir que los sentidos se activen. Los sones externos pueden ser tan intensos que lo despierte del grato sueño, o incluso le haga notar que estaba completamente distraído en algún lugar de la memoria bajo la creencia de que "meditaba".

La continua conexión sensoria, los habituales pensamientos evocados involuntariamente y el viaje al sueño torpedean incesantemente la práctica meditativa que, con esfuerzo y esperanza, plantea el aspirante. La vivencia de cualquiera de los contenidos que forman parte de cada uno de estos dos estados de conciencia -Sueño y Pensamiento- son experiencias inválidas a la luz de la correcta práctica de la Meditación. La llave que abre la puerta a la realidad de los mundos permanentes y sin atributos no se encuentra en ningún contenido de los miles posibles a conocer en estos dos estados de conciencia. Luchar por conseguir algo allí se asemeja a intentar detener el viento con las manos.

La mente es un gigante al cual es imposible derrotar en sus predios. No trate jamás de derrotarla en cualquiera de los confines del pasado, no. Llévela a un lugar propicio donde naturalmente se haga insignificante sitúela en el Presente. Allí es tan mansa y su fuerza tan insignificante como inexistente, tal como lo es un amenazante tigre de papel que acecha escondido en el bosque.

Toda interpretación mental siempre va acompañada de un "yo". Los estados de conciencia de Sueño y de Pensamiento existen exclusivamente en los terrenos de las realidades "que se sucedieron". Solamente hay "yo" asociado al pasado, a la historia. Pensar es la excusa mediante la cual prevalece el "yo", pues gracias a ello la actividad kármica

actúa ligando toda acción física o mental de manera causal con acciones físicas o mentales futuras.

ESTADO DE OBSERVACIÓN INTERIOR

Cuando se sitúe momentáneamente en el Presente podrá, sin lugar a dudas, diferenciarlo respecto a los dos estados anteriores, pues la Observación crea inmediatamente distanciamiento entre alguien que observa y un contenido mental observado. Mas no es una distancia pensada, no. El distanciamiento no es una situación pensada: ella *está aconteciendo*.

Sabrá que la práctica interior va por buen camino cuando, al situarse en el Presente, logre reconocer que, entre usted, como *Exín*, y cualquier contenido mental existe una brecha, una distancia más allá de la cual aparecen los pensamientos.

Con esta nueva actitud interior le será fácil reconocer que los pensamientos aparecen y desaparecen como nubes que transitan por el cielo. Sin embargo, podrá notar claramente que el *Exín*, testigo de la continua disociación y posterior aparición de pensamientos, es más estable, más firme, más inalterable que el mismo *Sujeto* del estado del Pensamiento.

No intente bajo ninguna circunstancia tratar de forzar que los pensamientos se deshagan; ello es un error cuya naturaleza proviene de la ignorancia de una verdadera práctica interior. Al contrario: evidencie cómo al situarse el *Exín* momentáneamente en el Presente los pensamientos atestiguados interiormente se diluyen como pompas de jabón.

No importa de qué pueda usted ser testigo en el mundo interior mientras lo que perciba se note a la distancia por quien observa. Los contenidos mentales son alentados a existir por la desatención del *Sujeto* al Presente. Basta que nuevamente el *Exín* adopte la actitud de presencia, de

estar y permanecer "aquí y ahora", para que cualquier contenido mental se diluya sin importar su naturaleza, sea un pensamiento o un sentimiento.

A medida que se haga diestro en la actitud de observar a la distancia los contenidos mentales, podrá ser testigo de algo maravilloso: el espacio vacío que existe entre pensamientos, posterior a la disolución del pensamiento previo y antes de la aparición del siguiente. Sin embargo, no es la palabra vacío el término más exacto, pues aunque no se aprecian contenidos mentales plenamente diferenciados por "nombre" y "forma", permanece aún en el espacio entre pensamientos la homogeneidad de una masa amorfa, indiferenciada e ilimitada, plena de fuerza de vida, observada por un testigo pleno de Ser y de Saber.

Profundizar en el estado de Observación implica estar atento sin intentar interpretar mentalmente lo que acontece en la mente. Para ello, se debe aprender sobre la necesidad de observar el mundo interior con la mente y no, por ejemplo, con el sentido físico de la vista. Ver con los ojos mientras están cerrados también induce oscuridad, pero procura una negritud falsa, pues la vista, junto con todos los demás órganos sensorios, debe ser desconectada.

Si el estado de Sueño no lo absorbe, permanecerá "dentro" de la vorágine de pensamientos que sin parar fluyen uno tras otro en la pantalla de la conciencia. No se preocupe por ello, simplemente, no interprete los contenidos mentales. Realice, por ejemplo, una de las posibles técnicas a saber:

- Reconózcase como testigo de la cognición; encuéntrese, aprenda a localizarse en su mundo interior. De la misma manera que usted puede diferenciarse de las demás personas cuando las señala a la distancia, así, localice a la distancia los pensamientos que emergen.

Ello hará que inmediatamente los pensamientos se diluyan, pues los contenidos mentales permanecen si, y solo si, alguien los alimenta. Alimentarlos es aunarse con ellos. Es un error convertirse en quien siente o en alguien que piensa.

- Espere la disolución del pensamiento que acontece, pues ningún pensamiento logra mayor permanencia en la pantalla de la conciencia. Al diluirse el contenido mental, espere sin esfuerzo psicológico alguno la aparición del siguiente. Podrá entonces notar que, entre pensamiento y pensamiento, hay un espacio de vacío vivo, silencioso, quieto y lleno de paz. La actitud de espera consciente diluye también cualquier conformación mental.
- Si le es fácil, permanezca con atención no direccionada a ningún pensamiento, pues atender un contenido mental implica insuflarle vida. Estar Presente implica un acto de sorpresa interior, de novedad, de estar "aquí y ahora". La actitud interior de atención no direccionada diluye, al igual que las anteriores técnicas descritas, cualquier contenido mental que opere momentáneamente.
- Procure estar Presente, esto es, copar la totalidad de su mundo interior con su propia naturaleza de existencia. No traslade, por asociación a un pensamiento, su acto de existir; intente reconocerse siendo, sin necesidad de relacionarse con cualquier pensamiento.
- Evite atribuir "nombre" o "forma" a cualquier contenido mental que emerja. "Nombre" y "forma" son los responsables de diferenciar al testigo de lo atestiguado, es decir, crean la sensación de dualidad que impera en lo manifiesto. Ante la aparición de cualquier contenido mental, manténgase impasible, no lo defina, no lo interprete atribuyéndole características de "nombre" ni de "forma"; permanezca neutro y podrá confirmar

que todo pensamiento se diluye. Los pensamientos existen en la medida en que se les otorguen atributos de diferenciación.

- Permanezca libre de esfuerzo volitivo, sin esperanza alguna de logro o meta. Sea observador impasible de su mundo interior sin intentar llegar a algún sitio. Esta actitud hace que el testigo de la cognición se Evidencie en mayor medida que los mismos pensamientos, razón por la cual estos últimos desaparecen.
- El *Sadhana*¹³⁰ supremo radica en reconocer al perceptor final de la cognición. Cualquier testigo de la cognición, en cualquier estado de conciencia, es tan solo un pensamiento, excepto aquel testigo que pueda ser únicamente atestiguado por Sí mismo. Ello solo ocurre cuando lo Conocido es Quien Conoce y quien Conoce es lo Conocido.

Cualquiera de estas prácticas, pues en el fondo son idénticas, sirve para impulsar la permanencia en el estado de Observación. Todo estudiante sincero notará, a lo largo de años de práctica, que la Observación y cualquiera de los demás estados de conciencia más profundos son posibles de alcanzar. Sin embargo, son difíciles de mantener. La dificultad no estriba en lograr momentáneamente cualquiera de los tres estados asociados al Presente, sino en mantenerse en ellos de forma estable. La permanencia ininterrumpida en los estados de conciencia asociados al Presente es fruto de años y años de práctica, excepto en aquellos maestros cuya mente nace educada a causa de los innumerables *samskaras*¹³¹ de autocontrol ejercitados en otras vidas.

Es importante recalcar que el estado de Observación se diferencia de cualquier otro estado gracias a que el

130 Ejercitamiento interior que conlleva al control de la mente.

131 Tendencias o latencias producidas por continuos hábitos de conducta que conforman una firme directriz de vida.

Exín permanece como agente del mundo interior en forma independiente y a la distancia de cualquier contenido mental que aparezca. Lo que el *Exín* observa es aquello que no es él, pero no lo interpreta intelectivamente, no usa la memoria como elemento de referencia para conocerlo. Cuando el testigo de la cognición nuevamente referencia lo conocido, interpretándolo mentalmente vía memoria, entonces regresa al estado de conciencia de Pensamiento.

Intente permanecer relajado física y mentalmente. No tenga apuro por lograr una meta interior. Aprenda a distanciarse de los contenidos mentales sin crear tensión por ello. Una y otra vez que la mente se extravíe en los pensamientos, intente cualquiera de las técnicas que inducen distancia entre el observador y lo observado. Por ninguna razón invente un pensamiento en el que usted sea testigo a la distancia de los pensamientos, pues este pensamiento es erróneo. No invente estados mentales de alegría en donde existan visiones divinas, colores de cualquier tipo o brillos mágicos. Cualquier estado interior en el que no impere la naturaleza del testigo final, el *Atman*, como agente de la cognición, es incorrecto y, por lo tanto, la práctica no puede devenir posteriormente en un estado profundo No-dual.

ESTADO DE CONCENTRACIÓN INTERIOR

El estado de Concentración puede aparecer como consecuencia de la estabilidad propia del estado de Observación, o irrumpir sin previo aviso. Basta permanecer continuamente sin interpretar mentalmente los potenciales contenidos mentales del estado de Observación para que emerja la Concentración.

En la Concentración profunda se anulará cualquier apreciación del mundo externo, pues los órganos de los sentidos habrán sido continuamente desconectados. La disolución sensoria comienza cuando la atención en la

Observación se sitúa exclusivamente en la mente y no en los sentidos físicos. Es necesario estar atento a los pensamientos interiores, y no encadenar la mente ni su capacidad interpretativa a los sentidos físicos y al mundo externo.

El universo tiende a resumirse espontáneamente y de manera natural a la No-dualidad. Basta realizar la cognición sin esfuerzo psicológico y los contenidos se advierten como realmente son: No-duales. De igual forma, el *Exín*, identidad de la Observación, cuando se afianza en sí mismo y se advierte únicamente a sí mismo, se desdobra sin esfuerzo alguno y conforma espontáneamente una identidad No-dual de infinitos *Sujetos* y *Objetos* no-diferenciados. Ello se parece a lo acontecido en el sueño, donde la mente se convierte en infinitos *Sujetos* y *Objetos* de cognición que nacen sin esfuerzo alguno y de manera espontánea. El *Exín* se desdobra en infinitos contenidos mentales cuya característica esencial es ser no-diferenciados. Al llegar al estado más profundo de Observación es necesario que el *Exín* opte exclusivamente por reconocerse, como si intentara encontrarse en el inmenso campo donde se encuentra. Esta actitud de autorreconocimiento por parte del *Exín* abre las puertas a la maravillosa y única experiencia de la No-dualidad excluyente: la Concentración.

La Concentración puede aparecer segundos después de iniciado el ejercicio, pero en una mente no forjada en la práctica estable puede llegar a imposibilitarse la vida entera. Normalmente el estado se pierde en el mismo instante en que el *Saksim* intenta entender qué ocurre en su mundo interior. La extrañeza de experimentar y experimentarse, tal como ocurre en la Concentración, suele causar al *Saksim* la necesidad de querer entender lo que sucede. Es esta actitud lo que lanza fuera del estado.

Por ello, simplemente entréguese. Sí. De igual manera que es capaz de aceptar, por ejemplo, el hecho de ser hombre

o mujer, alto o bajo, o como sin lucha ve pasar el tiempo sin hacer de él un contrincante, entréguese a la práctica interior sin esperar nada a cambio. Sea espectador silencioso de lo que allí acontece y note la magia que empieza a ocurrir: ¡De un momento a otro usted ya no está limitado por lo que usted no es! Ahora, la Conciencia conoce sin el sentido de pertenencia egoico: ¡el estado Sabe y Sabe que Sabe!

A cualquier lugar que dirija su vista interior, notará que allí también está el *Saksim* como testigo vivo y silencioso de lo conocido. A la vez, es Autoevidente-Evidente de manera simultánea y sin diferenciación. La Conciencia ocupa todo el campo de cognición; en cualquier parte del campo no hay distinción ni diferenciación. ¡Usted se encuentra en el mundo mágico de la Concentración! Ahora la sensación de yoidad no existe, pues no hay alguien que conozca un "algo" y que crea que entre ambos exista diferencia. Es como flotar en un mar donde no hay ni arriba ni abajo; su profundidad es insondable. El símil más cercano es una gota de agua que, antes de caer al río, puede perfectamente diferenciarse del espacio donde no hay agua pero, al tocar la superficie, las fronteras de la gota se confunden unificándose. De la misma manera, la yoidad se sumerge en la Conciencia No-dual, y el acto de Conocimiento asociado al *Saksim* se hace uniforme en todo el campo de cognición.

¡Qué más maravilloso acto que el de atestiguar la propia ausencia de límites, reconocerse sin fronteras, ser momentáneamente infinito!

¡Pero cuidado! No intente definir lo que está pasando. Más bien déjese fluir en ello hasta que el estado de Concentración tenga la consistencia suficiente y no se desmorone ante la cercanía de cualquier pensamiento. A esta altura, la práctica será como caminar en la cuerda floja: basta el más mínimo intento de localización, auto reconocimiento

o deseo egoico, para que el estado se pierda, y con él, la inconmensurable quietud de la No-dualidad propia de la Concentración.

El estado de Observación es fácilmente reconocible porque el *Exín* existe y percibe el mundo interior a través de una brecha de distancia respecto a lo conocido. El estado de Concentración se reconoce por el acto cognitivo de Autoevidencia-Evidencia simultánea, total e indiferenciada entre lo conocido y quien conoce. Simultáneamente, conocerse y conocer de forma no-diferenciada es un acto sumamente extraño para la mayoría de los seres humanos, pero sin duda alguna es la única llave que abre las puertas a las preguntas fundamentales que los grandes pensadores se han hecho: ¿Quién soy? ¿De dónde vengo? ¿Hacia dónde voy? En el estado de Concentración estas preguntas son resueltas... es decir..., allí no hay una conformación egoica que pregunte, razón por la cual no hay necesidad de contestación.

Sosténgase en el filo de la navaja. Ello implica abstenerse de buscar auto reconocimiento. No intente fijar en la memoria lo que allí ocurre, tan solo espere a que todo en su interior siga su propio curso. No haga nada, absolutamente nada, pues el más mínimo esfuerzo volitivo inducirá la aparición del *Exín*, el *Sujeto* o el "Sujeto onírico".

ESTADO DE MEDITACIÓN

Así como ingresar a Concentración desde la Observación es una inmensa sorpresa, de igual forma, ingresar a la Meditación desde la Concentración es un acto único y maravilloso. En Concentración no hay ente independiente que conozca: el estado mismo conoce. El *Saksim*, testigo de la Concentración, ha de diluirse para dar paso a la Conciencia No-dual ilimitada, substrato del estado de Meditación.

El universo que ahora se reconoce no tiene límites y ya no hay más elementos por incluir.

Ahora, la Existencia, la Conciencia y la Bienaventuranza Absolutas operan al unísono de manera no-diferenciada. La expansión de los límites del campo de cognición de la Concentración, y la ausencia total de los mismos en la Meditación, provocan la dilución total del instrumento mental: la mente adopta la forma de lo Absoluto.

Quien hace el tránsito desde la Concentración a la Meditación suele enfrentarse al hecho de "perecer psicológicamente", situación ésta que genera en ocasiones temores instintivos casi incontrolables. La mayoría de las personas que logran ingresar en los terrenos de la Meditación suelen huir ante la aparición de fronteras ilimitadas, debido a que los sistemas físicos y psicológicos no están acostumbrados a reconocer al unísono la inmensidad de la No-dualidad. En practicantes sin experiencia el temor siembra de descontrol la práctica, induciendo en ocasiones una respiración incontrolada, creando taquicardia o cualquier otra representación psicológica de pánico que impide el acceso a los estratos no-diferenciados incluyentes propios de la Meditación. Las molestias físicas y psíquicas son promotoras de la huida del estado de Meditación y el posterior retorno a cualquiera de los subsiguientes cuatro estados posibles: Concentración, Observación, Pensamiento o Sueño.

Aquí, en este estado, no es posible controlar nada del mundo interior; el *Atman* conoce mientras se conoce. El orden universal que conocemos en forma diferenciada se desarticula para mostrarse tal cual es: Indiferenciado y No-dual.

"Y cuando esto sea logrado, piense que ya no hay ulterior logro y afírmese en ello, de modo que ni aún el más intenso dolor baste a conmoverle"¹³², entonces ha alcanzado

132 Ídem, B.G., VI, 22.

la meta suprema, el estado final, la experiencia última: el *Samadhi*, la posesión de Sí mismo.

Es posible, entonces, vislumbrar los innumerables universos que por doquier fluyen en la creación, sin que ninguno de ellos, ni aun en su más mínimo elemento, se note diferenciado de cualquier otra parte de cosmos.

Han cesado los cuatro limitantes. No existe diferenciación de Frontera ante la continuidad de lo conocido; cesa la diferenciación Temporal en razón de que lo conocido fluye en constante sentido de Presencia. Finaliza la diferenciación espacial, pues no existe un conocedor independiente ni fundido a algún otro contenido.

Por último, termina la diferenciación Interpretativa ante la evidencia de una mente inexistente: el velo de *Maya* ha sido rasgado. El universo se atestigua a sí mismo como no-diferenciado, sin causa, sin partes, ni como "nombre" ni como "forma" en parte alguna.

TERCERA PARTE

LAS CUATRO PARADOJAS

Capítulo 9



Las cuatro paradojas

CONSIDERACIONES PREVIAS

A través del estudio de los cuatro limitantes hemos visto como, mediante sus diversas intersecciones, es posible construir los diferentes estados de conciencia que experimenta cotidianamente el ser humano.

Los cuatro limitantes -Espacial, Frontera, Causal e Interpretativo- poseen, a parte de interpretar maravillosamente todos los estados posibles de cognición humana, extrañas características que demuestran el absurdo y paradójico ambiente del universo dual que nos envuelve.

Pasaremos a estudiar cuatro paradojas, de las innumerables existentes, asociadas a cada uno de los limitantes.

PARADOJA DE FRONTERA

Todo campo de cognición dual es cerrado, es decir, toda región dual cognitiva posee una frontera que la delimita de aquello que no es posible conocer.

Cuando se observa la bóveda celeste, por ejemplo, existe una frontera visual más allá de la cual es imposible conocer. De tal forma, existe una "esfera" de contenidos

"dentro" de la frontera y otros contenidos no conocidos "fuera" de ella. Cualquier otro *Objeto*, situado más allá de las fronteras momentáneamente definidas del campo, no existe a la apreciación consciente del *Sujeto*.

De igual manera, mientras se observa un paisaje o un rostro, se detectan *Objetos* dentro de la región definida: árboles, montañas, animales o, simplemente, ojos, nariz, mentón, o diversos contenidos más, propios de la "esfera" de cognición que es potencialmente conocida. Existen innumerables contenidos dentro de la frontera de un campo. Cada uno posee una frontera que lo diferencia de otros.

Así mismo, existe una frontera que diferencia el mundo interno del externo: la frontera sensoria. Mientras la mente se asocia a los cinco sentidos, interpreta el mundo externo. A su vez, cuando la mente interpreta contenidos ideales, cuya naturaleza no tiene relación con la información proveniente de los instrumentos sensorios, se sitúa del lado interno delimitado por la frontera.

Es posible permanecer momentáneamente en la apreciación del mundo interno, para posteriormente pasar al externo; así, una y otra vez, innumerables veces al día.

A ciencia cierta, se reconocen fugazmente contenidos internos e intermitentemente contenidos externos. Es claro que existe diferencia entre el mundo interno "dentro" y el externo "fuera". ¿Quién no puede acaso diferenciar entre un sol imaginado de color verde a uno de color amarillo que asciende brillante por el horizonte encandilando los ojos de quien lo observa? Evidentemente, sí existe frontera sensoria, pues se reconoce diferencia entre contenidos situados "dentro" y "fuera".

Basta localizar un elemento que hace parte de la zona más allá de la "frontera cognitiva" e inmediatamente queda incluido dentro de la zona conocida. La frontera que diferencia una zona de otra no es estable: varía según entren o

salgan contenidos de ella. Basta intentar identificar la frontera e inmediatamente los contenidos se convierten en parte del mundo interno o externo. Pero la primitiva frontera no mantiene su naturaleza de "frontera": ¡se ha diluido, y ahora forma parte de los contenidos que otrora diferenciaba!

El campo de cognición posee, evidentemente, un límite. Hay contenidos imposibles de conocer, de identificar, pues la cognición está delimitada. Más allá del límite impuesto por los sentidos físicos y la memoria no es posible conocer. Igualmente, existe una frontera entre cada uno de los contenidos que forman parte de un campo de cognición, razón por la cual diferenciamos unos de otros.

Sin embargo, cuando se intenta reconocer la frontera final del campo, inmediatamente ésta se incluye dentro de él. Basta querer observar alguna estrella aún más lejana en la bóveda celeste para que el campo previo de cognición visual desaparezca y quede incluido como parte del nuevo campo de cognición. Basta querer recordar un evento acontecido en una tierna infancia remota para que emerja una nueva "frontera" que delimita lo ahora recordado respecto a lo desconocido.

Existen innumerables contenidos internos o externos, cada uno de ellos diferenciado por "fronteras físicas e ideales". A cada "frontera" de los contenidos interior o exterior le ocurre igual que con la frontera sensoria: basta intentar identificarla para que la frontera desaparezca y se convierta en parte del mundo interno o externo.

En un momento puntual de la cognición, los *Objetos* internos son siempre interiores, los externos son siempre exteriores. Una frontera no puede ser exclusivamente un contenido interno o externo, pues de serlo no podría diferenciarse "dentro" de "fuera".

Si la frontera fuera un "*Objeto* frontera" diferente de ambos, esto es, si fuese un *Objeto* diferente de un contenido

interno o externo, podría momentáneamente identificarse y, por supuesto, diferenciarse de cualquier otro contenido interno o externo, situación no detectada jamás en la cognición.

Podría ser una frontera un "*Objeto* frontera" que fuera a la vez interno y externo; sin embargo, una modalidad de contenido así jamás ha sido detectada.

¡Y, sin embargo, los contenidos se diferencian entre sí y se diferencian "dentro" y "fuera" gracias a la existencia de las fronteras!

No existe un "*Objeto* frontera". Efectivamente, las fronteras no son "algo" no son "*Objetos* frontera"; simplemente están diferenciando contenidos que en esencia son no-diferenciados.

El *Vedanta* afirma que sí existen contenidos, pero contenidos no-diferenciados; es decir: ¡todas las cosas son todas las cosas! ¡El universo es realmente No-dual!

PARADOJA CAUSAL

Se asume válido el hecho de que los *Objetos* y el *Sujeto* circulan en la franja Pasado-Presente-Futuro. Los contenidos, cualesquiera que sean, están en constante evolución, pues vienen desde el pasado, se evidencian en el Presente y se proyectan hacia el futuro.

La evolución implica una tendencia al cambio, en donde cada ente tiende a perfeccionar su adaptación al medio en el que se desarrolla. Los *Objetos* y el *Sujeto* vienen desde el pasado siendo unos, y evolucionan en dirección de la flecha temporal que tiende al futuro.

Para Occidente, la realidad evolutiva implica el cambio real de una cosa en otra. El *Vedanta*, en cambio, descarta esta opción y advierte que el universo se proyecta

constantemente en el tiempo bajo una faceta de aparente cambio de "nombres" y "formas"¹³³.

Se da por hecho que el *Sujeto* "existe". Aparte de existir, "sabe" que existe. Por lo tanto, goza de los atributos de seidad y conciencia. El *Sujeto* sabe que existió, sabe que existe y supone que seguirá existiendo.

Se da por hecho que los *Objetos* "existen". Aparte de existentes, el *Sujeto* "sabe" que existen. El *Sujeto* sabe que los *Objetos* existieron, sabe que existen y supone que seguirán existiendo.

Sujeto y *Objetos* fluyen desde el pasado hacia el Presente y llegarán al futuro, de tal forma que:

Es imposible al *Sujeto* ser y conocer el pasado desde el *pasado*.

Es imposible al *Sujeto* ser y conocer el Presente desde el *pasado*.

Es imposible al *Sujeto* ser y conocer el futuro desde el *pasado*.

A su vez:

Es imposible al *Sujeto* ser y conocer el pasado desde el *futuro*.

Es imposible al *Sujeto* ser y conocer el Presente desde el *futuro*.

Es imposible al *Sujeto* ser y conocer el futuro desde el *futuro*.

Sin embargo:

Es posible al *Sujeto* ser y conocer el pasado desde el *Presente*.

Es posible al *Sujeto* ser y conocer el Presente desde el *Presente*.

Es posible al *Sujeto* ser y conocer el futuro desde el *Presente*.

133 *Parinama* es el real cambio de una cosa en otra. Este concepto, aunque estudiado, no es aceptado por el *Vedanta*. *Vivarta* es el aparente cambio de una cosa en otra. El *Vedanta* afirma que el universo es la *Vivarta* de *Brahman*

Las tres últimas afirmaciones asociadas al Presente son las más importantes; las anteriores son cogniciones imposibles de experimentar. La única realidad temporal es el *Presente*. Únicamente allí se "existe" y se "sabe" que se existe.

Nadie puede conocer el estado de pasado y tampoco es posible conocer el estado de futuro, pues desde ellos es imposible advertir cognición. De acuerdo a las tres afirmaciones finales, el pasado y futuro existen en el *Presente*, son *Presente*. Solo es posible advertir el *Presente*, nadie ha advertido jamás el pasado ni el futuro desde ellos. No son estados que existan independientes al *Presente*.

Cuando el *Sujeto* es y conoce el pasado desde el *Presente*, tan solo advierte diferenciación en el *Presente*.

Cuando el *Sujeto* es y conoce el futuro desde el *Presente*, tan solo advierte diferenciación en el *Presente*.

Lo que realmente un *Sujeto* es y conoce en el *Presente* desde el *Presente* es un *Sujeto* no-diferente de un *Objeto*: conoce la No-dualidad.

En verdad, cuando el *Sujeto* conoce *Objetos* en el pasado o futuro tan solo se conoce a sí mismo diferenciado, pues finalmente, en el *Presente* no hay diferenciación entre él y lo conocido.

Pasado y futuro son inexistentes por sí mismos; solo son diferenciación del *Presente*. Sin embargo... ¡los *Objetos* se advierten por un *Sujeto* viniendo diferenciados desde un pasado y viajando hacia el futuro en busca de perfeccionamiento!



El universo es un cambiante fluir de *Presente* que emerge independiente de la inexistente franja causal Pasado-Futuro.

¿Cómo pueden los *Objetos* venir como diferentes del pasado, momentáneamente disolverse todos ellos en el

Presente -como una gota que cae al mar- para posteriormente renacer proyectadas al futuro, nuevamente independientes, como el ave fénix que renace de sus propias cenizas no-diferenciadas?

La experiencia que origina la constante apreciación de *acontecimientos que se suceden* en el *Presente* anula la flecha temporal, es decir, el perceptor reconoce que el universo siempre ha sido, es y será ausente de tiempo. Sin embargo, los *Objetos* parece que vienen desde algún sitio temporal, ¡pero al ser experimentados en el *Presente*, cesa la apreciación temporal y los contenidos se mezclan uniformemente los unos con los otros!

Si un *Objeto* es realmente un *Objeto*, jamás puede perder su naturaleza esencial individual; en el mejor de los casos, puede perfeccionarla. Sin embargo, al experimentar el *Presente*, todo *Objeto*, sea cual fuere, se diluye en la mente del perceptor junto con su yoidad y el resto del universo contenido en el campo de cognición.

Es posible experimentar la magia del *Presente*. Basta inhibir continuamente a la mente de interpretar lo que *está sucediéndose* para que el *Presente* se haga evidente. ¿Qué se experimenta entonces?: una masa continua, viva, cognoscible y real de *Objetos* no-diferenciados. Inclusive, el mismo *Sujeto* queda inmerso en ella.

PARADOJA ESPACIAL

El *Vedanta* acepta tres modalidades de distinción espacial: entre *Objetos* externos, entre *Sujeto* y *Objetos* externos y entre contenidos propios del *Sujeto*.

Normalmente el espacio es experimentado como un no-objeto; esto es: de él no se aprecia característica alguna excepto las fronteras que diferencian los *Objetos* en él sumergidos.

Entre contenidos externos consecutivos -por ejemplo, una nube y el cielo azul- la distancia espacial entre el final de uno y el comienzo del otro no se detecta. Es imposible medir la distancia entre ambos contenidos, razón por la cual, aunque el espacio evidentemente existe, se lo considera como un no-objeto; es decir: se detectan las fronteras de los *Objetos* que separa pero no se advierte la naturaleza del campo espacial.

Entre un contenido externo y el *Sujeto* -por ejemplo, una nube y quien la observa- se detecta la distancia espacial entre el final de uno y el comienzo del otro. Es posible medir la distancia entre ambos contenidos, razón por la cual es posible medir el espacio; sin embargo, no es posible detectar las fronteras del espacio, mas sí la de los *Objetos* en relación con el *Sujeto*. Es decir: se detectan las fronteras de los *Objetos* pero no se advierte característica alguna del campo espacial. En razón de su ausencia de características, y a la evidencia de certeza de la existencia del espacio, el campo espacial es un no-objeto.

Entre dos contenidos propios del *Sujeto* ocurre algo idéntico a cualquiera de las dos condiciones anteriormente anotadas. El espacio se advierte como un *Objeto* sin fronteras ni características, razón por la cual asume la naturaleza de un no-objeto.

El razonamiento lógico ha de conducirnos a averiguar la naturaleza esencial de un no-objeto e intentar esclarecer su existencia. Para ello es necesario confirmar inicialmente que un no-objeto evidentemente existe. La misma existencia diferenciada de los *Objetos* comprueba su realidad.

Al intentar detallar más profundamente la naturaleza de la frontera del *Objeto*, sería posible investigar el inicio o fin del campo espacial para determinar así, con exactitud, la dimensión del no-objeto espacial. Pero cuando el *Sujeto* intenta determinar con firmeza las condiciones de frontera

de un *Objeto* cualquiera, el *Sujeto* se funde con el *Objeto*, tal como ocurre al leer con atención un libro u observar con atención una película de cine.

Un no-objeto diferencia fronteras existentes, pero no diferencia fronteras no existentes. Por ello, es posible concluir que un no-objeto existe mientras existe *Sujeto*, y no existe mientras el *Sujeto* sea inexistente.

De tal manera que, si un no-objeto, tal como lo es el espacio, existe solamente bajo alguna modalidad de condición, es susceptible de apreciarse si las condiciones operan; de no ser así, un no-objeto es aparentemente existente.

La condición de permanencia de un no-objeto, tal como el espacio, es soportada por la diferenciación entre lo conocido. Pero detallar un *Objeto* para profundizar en su estudio implica necesariamente la ausencia de la condición del campo espacial. Un *Objeto* es más un *Objeto* en la medida que es más claro para el observador. Por lo tanto, debe primar la ausencia del campo espacial a su existencia como no-objeto.

En conclusión, el no-objeto, tal como lo es el espacio, existe solamente mientras el *Objeto* no es reconocido totalmente por un *Sujeto*. Cuando el reconocimiento es total, es decir, cuando el *Sujeto* logra advertir con detalle y claridad la naturaleza del *Objeto*, entonces el *Sujeto* se difunde en el *Objeto*, impidiendo crear fronteras de diferenciación y, por lo tanto, impide la permanencia del espacio como no-objeto.

En resumen: Inicialmente, el espacio diferencia las condiciones de fronteras entre *Objeto* y *Sujeto*; posteriormente, cuando el *Sujeto* detalla el *Objeto*, no se reconocen fronteras y tampoco espacio.



Nuestra percepción flota en consideraciones temporales y espaciales. Una de las condiciones que avalan la existencia de *Objetos* y *Sujetos* es el hecho de que cada uno

de ellos ocupa un lugar exclusivo en el espacio. No existen dos contenidos físicos diferentes ocupando un mismo sitio.

Deténgase un momento a observar el mundo que le rodea. Reconozca su alrededor. Evidentemente, se siente distanciado de él. Paredes, personas, partes de su mismo cuerpo ocupan lugares netamente exclusivos. El espacio se aprecia como un fluido etéreo "dentro" y "fuera" de cada *Objeto*, inclusive del mismo *Sujeto*. El espacio se aprecia mejor cuando no es ocupado por el volumen de ningún contenido.

Ahora intente detallar con precisión cualquiera de los contenidos que previamente ha reconocido. Busque los innumerables matices que posee: forma, color, textura, olor, etcétera. A medida que se abstrae en las características del *Objeto* deseado, usted, como *Sujeto*, perderá cada vez más el sentido de distancia con lo conocido.

De igual manera, cierre los ojos y permita que la juguetona memoria aparezca. Los pensamientos aparecen a intervalos, uno detrás del otro. Podrá, ocasionalmente, reconocer distancia entre usted y ellos. En la mayoría de las ocasiones estará enfrascado en un mundo en el que usted, como *Sujeto*, no logra advertir distancia con los contenidos mentales. El sentido de distancia interior mental es similar, pero evidentemente diferente al que reconoce con la vista mientras está activa. El espacio interior es un espacio pensado, es un espacio mental.

Podemos concluir, entonces, que la primera apreciación espacial de distancia entre *Objeto* y *Sujeto* es evidente. Sin embargo, basta sostenerse en el *acontecimiento que está sucediéndose* para que el sentido de espacialidad, de distanciamiento entre el conocedor y lo conocido, empiece a variar.

Nuestra lógica cartesiana asume que el espacio es una actividad inmodificable lo suficientemente estable como para permitir diferenciar con claridad entre *Objeto* y *Sujeto*.

Suponemos que, tanto *Objeto* como *Sujeto*, dependen del espacio, y no al revés.

Pareciera que conocedor y conocido dependieran del espacio. Sin embargo, basta que el observador varíe la modalidad de percepción para que las condiciones inamovibles del espacio cambian. Inclusive, ¡desaparecen! ¡Qué extraño, el conocedor y lo conocido no están flotando en el espacio, el espacio flota entre el conocedor y lo conocido!

El *Vedanta* asume al espacio como un contenido que llena la diferenciación *Sujeto-Objeto*. Basta percibir el mundo como no-diferenciado para que el espacio se diluya. El espacio no es "algo"; el espacio existe asociado a la yoidad. Es suficiente a cualquier *Sujeto* observar con detalle un contenido externo, es suficiente al *Sujeto* observarse a sí mismo interiormente, para que el sentido de espacialidad se desdibuje hasta finalmente desaparecer.

Sin embargo, a medida que intente permanecer reconociéndose a sí mismo, mientras sigue imbuido en la mente, notará con extrañeza la aparición de distancia respecto a los pensamientos.

Mientras observa el exterior con detalle, *Objeto* y *Sujeto* tienden a unificarse; mientras está "dentro", en el mundo interior, *Objeto* y *Sujeto* tienden a distanciarse; y con el transcurrir de la práctica, el *Objeto* se diluye dando paso a un único *Sujeto* sin sentido de espacialidad.

PARADOJA INTERPRETATIVA

Existen tres formas de interpretar la realidad final. Se presentará a continuación una serie de ejemplos sencillos que tienen por fin aclarar las posturas más metafísicas que existen respecto a la realidad del hombre y del universo.

A lo largo del presente texto se ha repetido en varias oportunidades el ejemplo de una gota de agua cayendo

desde las nubes en dirección al río. Mientras la gota, en su caída, adopta una forma aproximadamente esférica, puede fácilmente diferenciarse del espacio circundante e, inclusive, del río que corre afianzado en el cauce de la superficie terrestre. Cuando la gota cae finalmente al río puede afirmarse una de tres verdades:

Dual: La gota nunca ha dejado de ser gota mientras ahora corre con el río. Perdura siempre el sentido de limitancia entre una y otra.

Monista: La gota ha perdido su naturaleza individual y se ha fundido con el río. El nuevo limitante asume el tamaño del río.

No-dual: La gota evidentemente no ha dejado de ser gota y el río no ha dejado de ser río, pero gota y río son no-diferentes. Existen innumerables gotas pero no existe sentido de frontera entre ningún contenido del río.

También se ha repetido el ejemplo del espacio del cuarto de una casa circundado por las paredes y el espacio externo a la casa. Es posible retirar los limitantes -en este caso, las paredes del cuarto- y atestiguar respecto al espacio interno y el externo una de tres verdades:

Dualista: Al retirar los limitantes -las paredes, techos y suelo de todos los cuartos- el espacio interno del cuarto sigue independiente y permanecerá siempre diferente al espacio externo. Perdura siempre el sentido de diferenciación entre uno y otro.

Monista: Al retirar los limitantes, el espacio interno del cuarto pierde su naturaleza independiente y se funde en el espacio externo. El nuevo limitante son las fronteras asociadas al espacio externo.

No-Dual: El espacio interno y el externo han sido siempre no-diferentes. Tan solo los limitantes posibilitan reconocer la diferencia. Sin embargo, los limitantes existen gracias a la naturaleza del espacio. No existen limitantes

sin que exista espacio, pero sí existe espacio aunque no existan limitantes. No existe apreciación de frontera entre cualquiera de los componentes.

También, a lo largo de la obra, se ha recurrido a los diferentes estados de conciencia que operan en el ser humano. La conciencia individual puede, "según la mayoría de los autores", expandir su naturaleza. Respecto a ello es posible afirmar una de las siguientes tres verdades:

Dualista: La conciencia individual siempre permanece. Es posible expandir la mente y conocer el pensamiento primario, denominado creador o esencia primera, sin dejar que la conciencia individual difiera del pensamiento conocido. Perdura siempre el sentido de limitancia entre uno y otro.

Monista: La conciencia individual reconoce mentalmente su esencia primera -en este caso su creador- y se funde con él. La conciencia individual no diferencia entre quien piensa y lo pensado, y pierde su naturaleza independiente al unificarse con lo pensado. El nuevo limitante son las fronteras asociadas a la totalidad del nuevo pensamiento y de la conciencia que lo alienta en forma de creador.

No-dual: Los pensamientos sostenidos por la conciencia individual se experimentan inexistentes, reconociéndose no-diferenciados de ella. Los pensamientos flotan en el mar de conciencia indiferenciado como eslabones unidos por causalidad (*Karma*). No existe apreciación de frontera entre pensamientos y conciencia, pues los pensamientos nunca han limitado ni diferenciado la conciencia que los soporta.

Cuando transita por algún sendero en la oscuridad, puede advertir la presencia de una soga enrollada a la vera del camino. Ahora, la correcta percepción de la soga es vedada y se proyecta mentalmente la existencia de una serpiente, de tal manera que se asusta e inclusive nota a la serpiente con movimiento e intención de ataque.

¿Cuál es la base del conocimiento de la serpiente?: ¿La sogá? ¿La serpiente? ¿El perceptor?

¿Puede afirmarse que existe una diferenciación siempre permanente entre serpiente y observador? De la sogá no se habla, pues no es percibida (*Dualidad*).

¿Puede afirmarse que la esencia de la serpiente es la propia esencia del perceptor y que la evolución lo llevará espontáneamente al entendimiento de esa fusión? De la sogá no se habla: se prefiere suponer que serpiente y observador poseen una esencia similar al creador de ambos (*Monismo*).

¿Acaso la serpiente existe fuera de la mente del perceptor? Serpiente y sogá son no-diferentes. Realmente, el perceptor se reconoce diferente de lo conocido si compara lo percibido con un contenido previamente experimentado en su memoria. De no ser así, el contenido experimentado es no-diferente de quien lo conoce. La percepción correcta emana en la recta cognición del Presente, donde la serpiente se desvanece y el perceptor reconoce la sogá como no-diferente de sí mismo (*No-dualidad*).

La solución está en aceptar que la conciencia interpenetra la realidad, cualquiera que ésta sea, y que la mente interactúa en el océano de la Conciencia No-dual adoptando innumerables formas que tienden a perdurar a causa de *Karma*, y que se ven diferentes unas a otras a causa de *Maya*.

La recta percepción no es reconocer correctamente un *Objeto* -cualquiera que éste sea- por parte de un *Sujeto*, sino en aceptar y reconocer que el *Objeto* es esencialmente *Sujeto*, y el *Sujeto* es esencialmente *Objeto*. Cuando el perceptor reconoce lo conocido como sí mismo, en cualquier campo de cognición que se establezca, entonces la cognición es real; de no ser así, se considera aparentemente real, como lo es la proyección de una inexistente serpiente que oculta una existente sogá.

En conclusión: los contenidos totales del universo son diferentes si son pensados en forma de recuerdos y son no-diferentes si son conocidos bajo la apreciación de una permanente atención en el Presente.



La mente identifica los *Objetos* asignándoles una "forma" y un "nombre". A su vez, a cada componente de cualquier contenido también le asigna "nombre" y es identificado con una "forma" característica.

Todo ente posee atributo "formal", pues ello le permite destacarse frente a otros. La denominación mental con la cual lo identificamos está representada siempre por un "nombre".

Hay tantos *Objetos* como "nombres" y "formas" existen. No importa que idioma usemos para denominar su "nombre" o qué órgano sensorio interactúe para señalar la "forma": Todo contenido puede catalogarse, compararse, relacionarse, etcétera, con cualquier otro *Objeto*.

"Nombre" y "forma" independizan cada *Objeto* en virtud de suponer que dos "formas" diferentes se aplican a dos "nombres" diferentes. La lógica es aplastante: cada ente posee atributos propios gracias a lo cual pueden denominarse de manera diferente. De no ser así, todos los *Objetos* serían iguales.

La memoria es el receptáculo ideal donde "nombres" y "formas" esperan turno para aflorar y relacionar lo *que se sucede* con lo sucedido. La memoria fija la información y evita que sea olvidada.

¿Alguna vez ha logrado observar el mundo sin memoria, sin historia, sin querer interpretarlo en función de hechos ya acontecidos?

¿Ha intentado ver el mundo tal como lo hacen los niños: en actitud constante de aprendizaje?

¿Es posible experimentar el mundo sin interpretarlo mentalmente?

Basta que "nombre" y "forma" cesen para que los contenidos se aprecien fluyendo en "el aquí y el ahora". Pero no fluyendo cada uno de ellos por su parte, no, sino todos de forma no-diferenciada.

Cuando el perceptor experimenta el mundo con su propia historia, con su memoria, el mundo se hace múltiple, infinito en contenidos; cuando lo experimenta sin interpretarlo mentalmente, sin "nombre" ni "forma", el campo de cognición cambia y el mismo *Sujeto* se incluye como no-diferente de él.

Basta pensar el mundo, es decir, interpretarlo, y él se hace dual; basta no interpretarlo, y él aparece No-dual.

¡El universo dual reside en la mente de quien lo piensa; el mundo está en la mente del perceptor!

Si los *Objetos* existieran independientes de "nombre" y "forma", el hecho de no interpretarlos no afectaría su esencia. La esencia de los *Objetos* no es la individualidad, pues basta no definirlos para que inicialmente todos se "fusionen" -y con ellos, posteriormente, el perceptor de la cognición- en forma No-dual.

Realmente las cosas son "no-algo", son "no-diferenciadas", son No-duales. La mente es el crisol donde el pasado y el futuro residen. La mente es pasado y futuro.

¿Cómo pueden los *Objetos* pueden existir independientes y con atributo y, a la vez, ser no-diferenciados con la ausencia de interpretación mental? Es fácil: los *Objetos* y el *Sujeto* mismo realmente no existen independientes unos de otro; ¡existen momentáneamente en la medida en que se les considere como "algo" que previamente exista en la memoria!

Anexos



ANEXO 1. Estados de conciencia, e identidad asociada a cada estado.

Estado de conciencia	Identidad asociada al estado de conciencia
Meditación	<i>Atman</i>
Concentración	<i>Saksim</i>
Observación	<i>Exín</i>
Pensamiento	<i>Sujeto</i>
Sueño	Sin nombre (en el presente libro, también llamado, <i>Sujeto</i> o "Sujeto onírico")

ANEXO 2. Resumen de las cuatro simetrías asociadas a la mente.

Simetría	Actividad mental asociada	
Fronteras	<i>"dentro"</i>	<i>"fuera"</i>
Espacial	<i>Totalidad</i>	<i>Particularidad</i>
Causal	<i>Karma</i>	<i>Akarma</i>
Interpretativa	<i>Real</i>	<i>No real</i>

OTRAS OBRAS DEL AUTOR

La Búsqueda de la Nada. Editorial.

El Eterno Presente. Editorial Grial

Vedanta Advaita. Gaia Editores

Los Campos de Cognición. Gaia Editores.

Meditación, el Camino a la Libertad. Gaia Editores.

El Sendero del Dharma. Editado por AFVAS

La Danza del Silencio. Editado por AFVAS

Para adquirir cualquiera de las obras de Sesha o acceder a las versiones digitales gratuitas de las mismas, entre en la siguiente Web:

www.sesha.info

Si quieres saber más sobre Sesha:
www.vedantaadvaita.com