

La realidad del «yo»

Un discípulo muy devoto y sencillo había perdido a su único hijo, un niño de tres años. Al día siguiente se dirigió al Âshrama con su familia. El Maestro habló para ellos:

– El ejercitamiento de la mente ayuda a soportar las penas y desgracias con valor. Pero se dice que la pérdida de un vástago es el mayor de todos los sufrimientos. El sufrimiento existe tan sólo mientras que uno se considere como de una forma concreta. se trasciende la forma uno llega a saber que el Yo es eterno. No hay muerte ni nacimiento. Lo que nace es únicamente el cuerpo. El cuerpo es una creación del ego. Pero al ego no se le percibe ordinariamente sin el cuerpo. Siempre se le identifica con el cuerpo. Es el pensamiento lo que importa. Que el hombre inteligente considere si es consciente de su cuerpo mientras duerme. ¿Por qué lo siente cuando se halla despierto? Pero, aunque el cuerpo no se percibía durante el sueño, ¿no existía entonces el Yo? ¿Cómo estaba cuando dormía? ¿Cómo está cuando está despierto? ¿Cuál es la diferencia? El ego se levanta y eso es estar despierto. Simultáneamente aparecen los pensamientos. ¿De quién son esos pensamientos? ¿De dónde surgen? Debe de surgir del Yo consciente. El percibir esto ayuda algo a la extinción del ego. Por ello se hace posible la percepción de la Existencia Infinita. En ese estado no hay individuos, sólo la Existencia Eterna. Por ello no existe la noción de la muerte ni el dolor.

– Si un hombre considera que ha nacido, –continuó el Maharshi– no puede evitar el miedo a la muerte. Dejémosle que descubra

por sí mismo si ha nacido o si el Yo está sujeto a un nacimiento. Descubrirá que el Ser siempre existe y que el pensamiento es la raíz de todo error. Que descubra de dónde surgen los pensamientos. Entonces morará en el Yo interior omnipresente y se hallará libre de la idea de nacimiento y del miedo a la muerte.

Un discípulo le preguntó entonces cómo conseguirlo.

– Los pensamientos son sólo vasanas (predisposiciones) que se han acumulado a lo largo de innumerable vidas anteriores. La meta es conseguir aniquilarlas. Un estado libre de estos vasanas es el estado primigenio y de pureza.

– Aún no lo tengo claro –dijo el discípulo.

– Todo ser es consciente de su Yo eterno. Ve morir a los demás, pero él se considera eterno. Porque esa es la verdad. La verdad natural se impone de esta manera. El hombre está engañado por la mezcla de su Yo consciente con su cuerpo insensible y de debe acabar con esta ilusión.

– ¿Cómo se puede acabar con ella?

– Lo que nace debe morir. La ilusión es concomitante con el ego. Surge y luego desaparece. Pero la realidad ni surge ni desaparece, sino que permanece eterna. Eso dice el maestro que lo ha aprendido; el discípulo escucha, medita sobre las palabras y percibe el Yo. Hay dos maneras de expresarlo. El Yo omnipresente no precisa de esfuerzo para ser percibido. La percepción ya se encuentra allí. Es la ilusión lo que hay que hacer desaparecer. Algunos dicen que esto se consigue con sólo

la palabra del maestro. Otros dicen que la meditación y otras técnicas son necesarias para la percepción. Ambos tienen razón, sólo el punto de vista es distinto.

– ¿Es necesaria la práctica de dhyâna (meditación)?

– Las Upanishad dicen que incluso la Tierra está en meditación perpetua.

– ¿Cómo ayuda el karma (acción) a lograrlo?

– La acción desinteresada purifica la mente y la ayuda a conseguir la meditación.

– ¿Y qué sucede si se medita incesantemente sin acción?

– Inténtalo. Verás que es imposible, pues las predisposiciones de otras vidas te lo impedirán. La meditación llega paulatinamente, mediante la debilitación de dichas predisposiciones y mediante la gracia del maestro.

(Talks with Sri Ramana Maharshi, pp. 81-82)

Ramana Maharshi

- El Instituto de Indología –fundado en 1995– es una asociación sin ánimo de lucro integrada por profesionales de distintos ámbitos a los que nos une el amor a la India y el deseo de darla a conocer.

