

INTRODUCCIÓN

Durante más de la mitad de un siglo de su vida a Tiruvannamalai, Ramana Maharshi (1879-1950) fue visitado por una corriente constante de personas de todas partes de la India, y por muchos buscadores del Oeste. Vinieron para aconsejarle espiritualmente o consolar su tristeza, o simplemente para experimentar su presencia. Él escribió muy poco todos estos años, pero los varios documentos que contienen sus conversaciones con los visitantes se guardaban y eran publicados posteriormente por su Ashram. A diferencia de la mayoría de los maestros espirituales, que producen muchas palabras y una serie de enseñanzas o evoluciones o contradicciones sobre el camino a lo Último, las palabras escasas de Ramana han sido simples, claras, y consistentes a lo largo de su vida. Él no fue un filósofo, que elabora un sistema, sino más bien un hombre iluminado que hablaba desde su conocimiento directo.

A veces sucede que uno que está en un camino espiritual, o aún uno que no ha empezado a buscar conscientemente, tiene una visión de la realización durante cual -- por una eternidad breve -- experimenta una certeza absoluta de su Ser divino, inmutable, y universal. Ramana nació en una familia pobre; los dos su padre y un tío habían renunciado al mundo y eran mendigos. Desde inicios de su juventud, como el hijo de un tal hombre, la atención de Ramana se atraía tal poderosamente dentro de su propio ser que a veces él olvidó totalmente su cuerpo que después se sorprendía al darse cuenta que había cumplido alguna acción de la que era inconsciente. Eso, en un niño profundamente reverente y pasivo no se puede desechar por una hipótesis de la patología tal como asimientos, u otra discapacidad neurológica u emocional. Este estado de la mente era una fuerza atractiva – tan atractiva que Ramana sacrificó su salud, su educación, sus amigos, y aún su familia para asentarse en la meditación y dejar que esto tome el control de su consciencia. Él lo sentía como una corriente que pasaba tras su ser entero, hasta el punto que lo reconoció como su “yo” verdadero y empezó de desechar su cuerpo físico.

En un momento bien conocido en su juventud tuvo un incidente en que el niño se dedicaba a otros deberes en la escuela como un castigo para no completar lo anterior. Él lo miró y decidió que no forzaría su mente en concentrarse en tales cosas de nuevo. Arrojó el libro y se fue a asentarse en la meditación. Pero la experiencia más dramática ocurrió cuando él tuvo dieciséis años. Ramana así mismo lo ha descrito:

“Fue cerca de seis semanas antes que yo salga de Madurai la última vez que se sucedió el gran cambio en mi vida. Fue muy repentino. Yo estaba sentado solo en una sala del primer piso de la casa de mi tío. Estaba enfermo, lo cual sucedía muy raramente, y en este día no estaba nada mal con mi salud, cuando un miedo violento e imprevisto de la muerte me agarró. No había nada en mi estado de salud que lo pueda explicar, y no lo traté de explicar o descubrir si había alguna razón para el miedo. Yo sentía solamente ‘Voy a

morir y comencé a pensar lo que debía hacer sobre eso. No se me ocurrió a mi consultar un médico o mis abuelos o amigos; sentía que yo tenía que resolver el problema por mí mismo.

La sacudida del miedo de la muerte empujó mi mente hacia dentro y me dije a mi mismo mentalmente, sin en realidad por las palabras: "En este momento la muerte ha venido; ¿que significa eso? ¿Que es que lo que muere? El cuerpo muere." E inmediatamente dramatizé el suceso de la muerte. Recostéme con los miembros rígidos como si se hubiera puesto en marcha el rigor mortis, e imité a un cadáver para dar mejor realidad a la indagación. Retuve mi respiración y mantuve mis labios cerrados bien tiesos para que no pueda escapar ningún sonido, para que ni la palabra "Yo" tampoco ninguna otra palabra se pueda emitir. "Bueno entonces," dije a mi mismo, "este cuerpo está muerto. Se llevará rígido al campo de quemado y allí quemado y reducido a cenizas. Sin embargo, con la muerte de este cuerpo ¿estoy yo muerto? ¿Es que yo soy el cuerpo? Él está silencioso e inerte pero yo siento la fuerza total de mi personalidad e incluso la voz del "Yo" dentro de mi mismo, aparte de él. Por eso yo soy espíritu que trasciende el cuerpo. El cuerpo muere, pero el espíritu que trasciende no se puede tocar por la muerte. Eso significa que yo soy el espíritu inmortal." Todo esto no estaba en el pensamiento holgazón; brilló tras mío tan intensamente como la verdad viva la que percibí directamente, casi sin el proceso de pensar. "El yo" fue algo muy real, la sola cosa real sobre mi estado presente, y toda la actividad consciente conectada con mi cuerpo se concentraba en eso "el yo". Desde este momento, "el yo," o Ser, enfocaba la atención sobre mi mismo con una fascinación poderosa. El miedo a la muerte hubo desaparecido permanentemente. La absorción en el Ser continuaba intacto desde eso momento hasta ahora."

desde: Osborne, C. *Teachings of Bhagavan Sri Ramana Maharshi in His Own Words*

Despues esta experiencia, el niño retiróse de la vida de su familia y las otras actividades, y volvióse, en todos los aspectos, cual un autista; estaba inmerso totalmente y concentrando en esta corriente o fuerza, manteniéndolo consciente:

"Esta consciencia del ser nunca se deteriora. No está relacionada a algo otro. Es auto-luminoso. Incluso si el cuerpo se quema, no se afectará."

Puede ser que su hermano interpretó la indiferencia a todas cosas y toda gente, su falta de los gustos y los no gustos, como egocéntrico; en todo caso, el hermano sugirió que si esa es la manera en que él quiso vivir, entonces debe salir de la familia. Por eso, este niño extraño, a la edad de dieciséis, quien más tarde volvería a conocerse como “el Maharshi” (Grande maestro) y “Sri Bhagavan” (Dios/hombre), salió solo.

Él encontró su vía a Tiruvannamalai, el pueblo al pie del cerro sagrado de Arunachala, para quedarse allí por el resto de su vida. Por un tiempo asienta base inmerso en el gozo divino, no hablando, apenas comiendo, totalmente descuidando el cuerpo que ya no lo necesitaba. Los varios niños vinieron e le molestaron, y arrojaron las piedras a la forma inmóvil y silenciosa. Cada vez que se daban cuenta de él lo molestaban, Ramana se mudó más lejos arriba en el cerro. Encontró un lugar donde podía permanecer solitario, en la bóveda subterránea del templo, y fue tan alta dentro su ser que no reaccionó a los picaduras constantes de las hormigas, mosquitos, arañas y otros insectos y pestes, y no comió sino las comidas que se ponían en su boca, ni él impondría un horario o un lugar para su urinario y defecado.

Después de seis meses, un hombre que sentía la presencia de Ramana como de nivel superior más no por debajo de aquella de los otros seres humanos se volvió en su sirviente, asegurando que él se lavara y tenga las comidas en un lugar seguro para descansar. Eso no fue para los propósitos sociales; Ramana raramente se encontraba en este nivel. Su madre y los otros miembros de su familia vinieron y le pidieron que él retorne a la casa, pero él rehusó; años más tarde su madre se volvió uno de sus seguidores. Se construyó una cerca del bambú alrededor, y cada vez más, sus seguidores sensibles a su conexión con lo Real empezaron a reunirse cerca de él para proveer sus necesidades y asentarse en el silencio con él. Con el paso de los años, se movía en las varias cuevas en Aruchalam, y a otros lugares en el templo. Finalmente, los dedicados construyeron Ramanashram, un centro de retiro cerca del pueblo de Tiruvannamali. Incluso hoy en día, uno puede comprar su propia celda para la meditación totalmente silenciosa, con las comidas siendo llevadas para que la soledad no está interrumpida. Uno puede quedarse allí hasta la muerte.

Para aquellos que quieren preguntar, él retornó a una vida exterior ‘normal,’ participando en los eventos según la horario del ashram. Su propio cuarto para vivir se quedó austero y simple, a veces él recibió las visitantes y entregó los discursos desde su propia cama. Mucha gente, anhelando la instrucción, llevaron los libros para que él lea y esponga, y pues volvióse en un erudito casi por accidente, ni buscando ni valorando tampoco aprendiendo. La enseñanza antigua de no-dualidad (Advaita Vedanta) la que él en esta manera adquirió meramente formalizó lo que ya había notado. Él ha explicado esto así:

‘Yo no hubiese leído los libros sin la excepción del Periapuranam, la Biblia, y los trozos de Thayumanavar o Thevaram. Mi concepción of Ishwara era similar a esa que se encuentra en las Puranas; no hubiese oído nunca de Brahman, samsara, et cetera. Ya no sabía que hay una esencia o Realidad impersonal que es fundamental de todo, y que Ishwara y yo somos idénticos con eso. Más tarde en Tiruvannamalai, mientras

escuchaba la Ribhu Gita y los otros libros sagrados, aprendí todo eso y encontré que los libros analizaban y nombraban lo que yo había sentido intuitivamente sin el análisis o nombre.´ “

*Teachings of Ramana Maharshi In His Own Words
(Las enseñanzas de Ramana Maharshi en sus propias palabras)*

No fue nada autoritario o pontifice en su manera de contestar las preguntas de sus visitantes. Él hablaba libremente y sus respuestas se entregaban muchas veces con las risas y el humorismo. Si el preguntador no se encontraba satisfecho, fue libre objetar o preguntar más. Se ha decidido que el Maharshi enseñe por el silencio, pero eso no significa que no emitió palabras, solamente que las palabras no fueron su enseñanza esencial. Esta se experimentaba por sus seguidores como una influencia silenciosa en el corazón. El poder de su presencia fue abrumando y su hermosura indescriptible, y todavía, en el mismo tiempo, él fue totalmente simple, totalmente natural, modesto, sin las pretensiones, sin las afectaciones.

Cerca de la edad de 66 un tumor violento apareció en su brazo. Se corrió del médico del Ashram, sin embargo persistieron y se corrió una segunda vez. Cuando creció de nuevo Ramana se dijeron por las especialistas que para salvar su vida una amputación del brazo entero era necesaria. Él se rehusó, pero aceptó dos más intentos de retirar solo el bulto. Continuó creciendo, y los métodos alternativos se intentaron, pero nada sirvió. Cuando ellos, intentando persuadirle que acepte una amputación le preguntaron sobre la severidad del dolor, él dijo: *Él viene a mi como ustedes han venido.*” y *“¿Por qué atajan ustedes al cuerpo? Lo sueltan. ¿A dónde puedo ir? Estoy aquí.”* Después cerca de cuatro años con el cáncer, a la edad de 71, el espíritu se separó del cuerpo.

<>

Esta página de web incluye dos documentos que dan al lector la esencia de las enseñanzas de Ramana, la que él vivió momento a momento. El primero, *“Quién soy Yo?”* es el título dado a un conjunto de preguntas y respuestas que tratan de la Indagación del Ser. Las preguntas fueron formuladas a Bhagavan Sri Ramana Maharshi por un tal Sri M. Sivaprakasam Pillai en el año 1902.

<>

*Traducido y revisado por Licenciada **Jeanette Elizabeth Caiguaray Pérez** desde
Perú para John Wilke
(Junio de 2016)*

¿QUIÉN SOY YO? (NAN YAR?)

Las Enseñanzas de Bhagavan Sri Ramana Maharshi

Traducción de Dr. T. M. P. MAHADEVAN

del original Tamil

Publicada por Sri Ramanasramam, India

Sri Pillai, que ponía las preguntas, un licenciado en Filosofía, era en aquel momento empleado del Departamento de Renta Pública del Sur Arcot Collectorate. Durante su visita a Tiruvannamalai en 1902 en misión oficial, fue a la Cueva de Virupaksha en la Colina de Arunachala y tuvo un encuentro con el Maestro. Buscó de él instrucción espiritual, y solicitó que le respondiera a algunas preguntas referentes a la Indagación del Ser. Como Bhagavan no hablaba en aquella época, no por haber tomado ningún voto, sino porque no se sentía inclinado a hacerlo, respondió a las preguntas que le formularon, por medio de gestos, y cuando éstos no se entendían, las ponía por escrito. Tal como las recopiló y registró Sri Sivaprakasam Pillai, se trata de catorce preguntas con la respuesta de Bhagavan. Sri Pillai publicó este estudio por primera vez en 1923, junto con un par de poemas compuestos por él mismo, que describían cómo la gracia de Bhagavan había operado en él, disipando sus dudas y salvándole de una crisis en su vida. "¿Quién soy Yo?" se ha publicado varias veces subsiguientemente. En algunas ediciones aparecen treinta preguntas y respuestas, y veintiocho en otras. Existe también otra versión publicada, donde no aparecen las preguntas, y las enseñanzas están reordenadas en forma de ensayo. La traducción inglesa existente, es de este ensayo. La interpretación actual es la del texto en forma de veintiocho preguntas y respuestas.

Junto con Vicharasangraham (Indagación del Ser), *Nan Yar* (*¿Quién soy Yo?*) constituye el primer conjunto de instrucciones en las propias palabras del Maestro. Ambas, son las únicas obras en prosa que existen de las Obras de Bhagavan. Exponen muy claramente la enseñanza básica de que el sendero directo a la liberación es la Auto-Indagación. El modo particular sobre cómo hay que hacer la Auto-Indagación se expone con lucidez en *Nan Yar*. La mente consiste en pensamientos. El pensamiento "Yo" es el primero que surge en la mente. Cuando se persigue persistentemente la indagación "¿Quién soy Yo?", se destruyen todos los demás pensamientos, y finalmente el propio pensamiento "Yo" se desvanece, dejando únicamente el supremo Ser no-dual. De esta manera acaba la falsa identificación del Ser con el fenómeno del no-ser, como el cuerpo y la mente, y se produce la iluminación, Sakshatkara. El proceso de la indagación, por supuesto, no resulta fácil. Al preguntarse uno "¿Quién soy Yo?", surgirán otros pensamientos, pero según vayan apareciendo, no hay que entregarse a ellos siguiéndolos, por el contrario, hay que preguntarse "¿A quién surgen?" Para hacer esto hay que ser extremadamente vigilante. Mediante una indagación constante hay que hacer que la mente permanezca en su origen, sin permitir que ande vagando y se pierda en el enredo de pensamientos creados por ella misma. Todas las demás disciplinas como el control de la respiración y la meditación en las formas de Dios, deben considerarse prácticas auxiliares. Resultan útiles en la medida en que ayudan a la mente a quietarse y concentrarse.

Para una mente que ha logrado concentrarse, la Indagación del Ser resulta comparativamente fácil. Mediante una indagación incesante se destruyen los pensamientos y se realiza el Ser -la Realidad plenaria en la cual ni siquiera existe el pensamiento "Yo"-, experiencia que se conoce como "Silencio".

Esta es, sustancialmente, la enseñanza de Ramana Maharshi en *Nan Yar* (¿Quién soy Yo?).

T.M.P. MAHADEVAN
Universidad de Madras
30 de Junio de 1982

Om Namó Bhagavathe Sri Ramanaya

¿Quién soy Yo? - Nan yar?

Puesto que el deseo de todo ser vivo es ser siempre feliz, libre de todo pesar, puesto que en toda persona se observa que existe un amor supremo por el propio ser, y como sólo la felicidad es la causa del amor, para ganar esa felicidad que es nuestra propia naturaleza y que se experimenta en el estado de sueño profundo donde no existe la mente, uno debe conocer su propio ser. Para ello, el sendero del conocimiento, la indagación de la fórmula "¿Quién soy Yo?", es el medio principal.

1. ¿Quién soy Yo?

El cuerpo burdo que está compuesto de los siete humores (dhatus), no soy; los cinco órganos cognoscitivos de los sentidos, es decir, los sentidos del oído, el tacto, la vista, el gusto, y el olfato, que aprehenden sus respectivos objetos, es decir, el sonido, el tacto, el color, el gusto, y el olor, no soy; los cinco órganos de los sentidos cognoscitivos, es decir, los órganos del habla, la locomoción, el entendimiento, la excreción, y la procreación, que tienen como funciones respectivas, el hablar, el moverse, el entender, el excretar, y el disfrutar, no soy; los cinco aires vitales, prana, etc., que desempeñan respectivamente las cinco funciones de inhalar, etc., no soy; ni siquiera soy la mente pensante; tampoco soy la ignorancia, que sólo contiene las impresiones residuales de los objetos, y en la que no existe objeto ni función alguna.

2. Si no soy nada de esto, entonces ¿Quién soy Yo?

Después de negar todos los principios expuestos anteriormente como "esto no", "esto no", esa Conciencia que permanece únicamente - es lo que Soy.

3. ¿Cuál es la naturaleza de la Conciencia?

La naturaleza de la Conciencia es existencia-conciencia-bienaventuranza

4. ¿Cuándo se obtendrá la realización del Ser?

Cuando se elimine el mundo, que es lo que se ve, se obtendrá la realización del Ser, que es el que ve.

5. *¿No se obtendrá la Realización del Ser mientras permanezca el mundo (aparezca real)?*

No, no la habrá.

6. *¿Por qué?*

El que ve y el objeto visto son como la cuerda y la serpiente. De la misma manera que no se puede obtener el conocimiento de la cuerda, que es el substrato, hasta que desaparezca el falso conocimiento de la serpiente ilusoria, tampoco se podrá obtener la realización del Ser, que es el substrato, hasta que no se elimine la creencia de que el mundo es real.

7. *¿Cuándo se podrá eliminar el mundo, que es el objeto visto?*

Cuando la mente, que es la causa de todo el conocimiento y de todas las acciones, se tranquilice, el mundo desaparecerá.

8. *¿Cuál es la naturaleza de la mente?*

Lo que se conoce como mente, es un poder asombroso que reside en el Ser. Hace que surjan todos los pensamientos. Independientemente de los pensamientos, no hay tal cosa como la mente. Por lo tanto, el pensamiento es la naturaleza de la mente. No hay una entidad independiente llamada mundo aparte de los pensamientos. En el sueño profundo no hay pensamientos, y tampoco hay mundo. En los estados de vigilia y sueño, existen pensamientos, y también hay un mundo. De la misma manera que la araña genera el hilo (de la telaraña) de sí misma, y de nuevo lo reabsorbe en sí misma, así también la mente proyecta el mundo de sí misma y de nuevo lo reabsorbe en sí misma. Cuando la mente se separa del Ser, aparece el mundo. Por lo tanto, cuando el mundo aparece (real), el Ser no aparece, y cuando el Ser aparece (resplandece), el mundo no aparece. Cuando se indaga persistentemente sobre la naturaleza de la mente, ésta acabará dejando el Ser (como residuo). Lo que se denomina Ser, es el Atman. La mente existe siempre únicamente en base a algo burdo; no puede permanecer sola. La mente es lo que se conoce como cuerpo sutil o alma (jiva).

9. *¿Cuál es el sendero de indagación para comprender la naturaleza de la mente?*

Aquello que se origina como "Yo" en este cuerpo, es la mente. Si se indaga en qué parte del cuerpo se origina primero el pensamiento "Yo", se descubre que es en el corazón. Ese es el lugar de origen de la mente. Sólo con pensar constantemente "Yo" "Yo", le conducirá a uno a ese lugar. De todos los pensamientos que surgen en la mente, el pensamiento "Yo" es el primero. Los demás pensamientos aparecen únicamente después de éste. Los pronombres personales de segunda y tercera persona aparecen sólo después del primer pronombre personal; en ausencia del primer pronombre personal, no habrá ni segundo ni tercero.

10. *¿Como se apacigua la mente?*

Indagando "¿Quién soy Yo?". El pensamiento "¿quién soy Yo?" destruirá todos los demás pensamientos, y al igual que la estaca utilizada para remover la pira funeraria, también acabará destruyéndose. En ese momento surgirá la Realización del Ser.

11. *¿Cuál es la forma de asirse constantemente al pensamiento "¿Quién soy Yo?"*

Cuando surjan pensamientos, no hay que perseguirlos, sino preguntarse: "¿A Quién surgen? No importa cuantos pensamientos aparezcan. En la medida en que lo vayan haciendo, hay que indagar con diligencia, "¿A quién surge este pensamiento?". La respuesta que emergerá, será "A mí". Por consiguiente, si uno se pregunta "¿Quién soy Yo?", la mente se remontará a su origen, y el pensamiento que surgió se aquietará. Mediante una práctica repetida de esta manera, la mente desarrollará la habilidad de permanecer en su origen. Cuando la mente, que es sutil, sale a través del cerebro y de los órganos de los sentidos, aparecen los nombres y las formas burdas; cuando permanece en el corazón, desaparecen los nombres y las formas. No permitir que la mente se externalice, sino retenerla en el Corazón, es lo que se conoce como "interioridad" (antar-mukha). Dejar que la mente se aleje del Corazón se conoce como "exteriorización" (bahir-mukha). Así pues, cuando la mente permanece en el Corazón, el "Yo", que es origen de todos los pensamientos, desaparecerá, y el Ser que existe siempre, brillará.

En cualquier cosa que se haga, hay que prescindir del ego "Yo". Si se actúa de esa manera, todo aparecerá como perteneciente a la naturaleza de Siva (Dios).

12. *¿No existe ningún otro medio de tranquilizar la mente?*

Aparte de la indagación, no existen otros medios adecuados. Si se busca controlar la mente a través de otros medios, parecerá que está controlada, pero

se manifestará de nuevo. También por medio del control de la respiración, la mente se tranquilizará, pero sólo mientras dure este control, y cuando se reanude la respiración, la mente también comenzará de nuevo a agitarse y a vagar impulsada por las impresiones residuales. El origen de la mente y la respiración es el mismo. El pensamiento, indudablemente, es la naturaleza de la mente. El pensamiento "Yo" es el primero que surge en la mente, y esto es el ego. Del mismo lugar que se origina el ego, también se origina la mente. De modo que, cuando la mente se tranquiliza, se controla la respiración, y cuando se controla la respiración, se aquieta la mente. Pero en el sueño profundo, aunque la mente se tranquilice, la respiración no se detiene. Este se debe a que, por voluntad Divina, el cuerpo pueda preservarse, y las demás personas no crean que está muerto. En el estado de vigilia y en samadhi, cuando la mente se aquieta, la respiración se controla. La respiración es la forma burda de la mente. Hasta el momento de la muerte, la mente mantiene la respiración en el cuerpo, y cuando el cuerpo muere, la mente se lleva la respiración junto con ella. Por lo tanto, el ejercicio de controlar la respiración no es más que una ayuda para tranquilizar la mente (manonigraha), no la destruirá (manonasa). Al igual que la práctica de control de la respiración, la meditación en las formas de Dios, la repetición de mantras, la restricción en la alimentación, etc., no son más que ayudas para tranquilizar la mente.

Meditando en las formas de Dios y repitiendo mantras, la mente se concentra. La mente siempre estará vagando. Así como cuando se da una cadena a un elefante para que la sostenga con la trompa, se dedicará a cogerla y no hará nada más, también cuando la mente está ocupada con un nombre o una forma sólo se aferrará a ello. Cuando la mente se expande en forma de innumerables pensamientos, cada pensamiento se debilita, pero al desvanecerse los pensamientos, la mente se concentra y se fortalece; para una mente así, la Indagación del Ser se vuelve fácil. De todas las reglas restrictivas, la que se refiere a tomar alimento sátvico en cantidades moderadas, es la mejor; observando esta regla, aumentará la cualidad sátvica de la mente, y será de gran ayuda para la Indagación del Ser.

13. Las impresiones residuales (pensamientos) de los objetos aparecen como las olas del mar. ¿Cuándo se destruirán todas ellas?

Según se va haciendo cada vez más elevada la Indagación del Ser, los pensamientos quedan destruidos.

14. ¿Es posible que las impresiones residuales de los objetos, que provienen de tiempos remotos, por decirlo de alguna manera, puedan disolverse, y permitirle a uno permanecer como el Ser puro?

Sin ceder ante la duda "¿Es posible, o no?", hay que aferrarse persistentemente a la meditación en el Ser. Incluso aunque uno sea un gran pecador, no debe preocuparse y llorar diciendo "¡Oh!, soy un pecador, ¿cómo voy a salvarme?"; hay que renunciar completamente al pensamiento "Soy un pecador", y concentrarse ávidamente en la meditación en el Ser; entonces, sin duda, se logrará el éxito. No hay dos mentes, una buena y la otra mala; la mente es sólo una. Son las impresiones residuales las que son de dos tipos: favorables y desfavorables. Cuando la mente está bajo la influencia de las impresiones favorables, se llama buena, y cuando está bajo la influencia de las impresiones desfavorables, se considera mala.

No hay que dejar que la mente vaya errando hacia los objetos mundanos ni a lo que concierne a los demás. Por muy malos que puedan ser los demás, no hay que odiarlos. Hay que desechar tanto el deseo como el odio. Todo lo que damos a los demás, nos lo damos a nosotros mismos. Si se comprende esta verdad, ¿quién va a dejar de dar los demás? Cuando surge el ser, todo surge; cuando el ser se tranquiliza, todo se tranquiliza. En la medida en que nos comportemos con humildad, cosecharemos buenos resultados. Si se tranquiliza la mente, se puede vivir en cualquier parte.

15. *¿Durante cuánto tiempo hay que practicar la indagación?*

Se requiere practicar la indagación "¿Quién soy yo?" en tanto en cuanto haya impresiones de objetos en la mente. Hay que destruir los pensamientos según van surgiendo, en el lugar mismo de su origen, a través de la indagación. Si se recurre a contemplar el Ser ininterrumpidamente, hasta alcanzarlo, sólo eso bastaría. Mientras haya enemigos dentro de una fortaleza, seguirán apareciendo; si les destruimos según van surgiendo, la fortaleza caerá en nuestras manos.

16. *¿Cuál es la naturaleza del Ser?*

Lo que realmente existe, es sólo el Ser. El mundo, el alma individual y Dios, son apariencias en él. Como la plata en la madreperla, estas tres entidades aparecen y desaparecen al mismo tiempo. El Ser es aquello donde no aparece absolutamente ningún pensamiento "Yo". Eso se denomina "Silencio". El Ser mismo es el mundo; el Ser mismo es el "Yo"; el Ser mismo es Dios; todo es Siva, el Ser.

17. *¿Acaso no es todo obra de Dios?*

Sin deseo, propósito o esfuerzo alguno, el sol se levanta, y en su mera presencia, la piedra solar emite fuego, el loto florece, el agua se evapora, la gente desempeña diversas actividades, y luego descansa. Al igual que la aguja se mueve en presencia de un imán, en virtud de la mera presencia de Dios las almas gobernadas por las tres funciones (cósmicas) o la quíntuple actividad divina, desempeñan sus acciones y luego descansan, de acuerdo con sus respectivos karmas. Dios no tiene propósito alguno; ningún karma Le ata. Lo mismo sucede con las acciones mundanas, que no afectan al sol, o como los méritos y deméritos de los cuatro elementos, que tampoco afectan al espacio que todo lo penetra.

18. De todos los devotos, ¿cuál es el más elevado?

El que se entrega a sí mismo al Ser, que es Dios, es el devoto más excelso. Entregar el propio ser a Dios significa permanecer constantemente en el Ser sin dar cabida a que se origine pensamiento alguno que no sea el del Ser. Dios soporta cualquiera carga que se le ponga encima. Como el poder supremo de Dios hace que se mueva todo, ¿por qué vamos nosotros, sin entregarnos a él, a preocuparnos constantemente con pensamientos sobre lo que hay o no que hacer y cómo o no hacerlo? Sabemos que un tren lleva toda la carga, de modo que después de subirnos a él, ¿por qué nos vamos a colocar nuestro pequeño equipaje sobre la cabeza, con lo que supone de incómodo, en lugar de ponerlo debajo del asiento y sentirnos cómodos?

19. ¿Qué es el desapego?

El desapego significa destruir completamente los pensamientos según vayan surgiendo, sin dejar residuo alguno, en el lugar mismo de su origen. De la misma manera que un buceador en busca de perlas se ata una piedra a la cintura para que le hunda hasta el fondo del mar y poder coger las perlas, así también todo ser humano debe desapegarse, sumergirse en su interior y conseguir la Perla del Ser.

20. ¿No puede Dios y el Guru liberar a un alma?

Dios y el Guru solamente mostrarán la manera de liberarse; ellos por sí mismos no conducirán a un alma al estado de liberación. En verdad, Dios y el Guru no son diferentes. De la misma manera que una presa que ha caído en las mandíbulas de un tigre no tiene escape, aquellos que se han introducido en el ámbito de la graciosa mirada del Guru serán salvados por él, y no se perderán; no obstante, cada uno debería, por su propio esfuerzo, recorrer el sendero

mostrado por Dios o por el Guru, y lograr la liberación. Uno puede conocerse a sí mismo sólo con su propio ojo del conocimiento, y no con el de otra persona. ¿Acaso necesita Rama la ayuda de un espejo para saber que es Rama?

21. ¿Es necesario que una persona que anhela la liberación haga indagaciones sobre la naturaleza de las categorías (tattvas)?

Al igual que resulta innecesario analizar o ver lo que hay en la basura si se desea tirar, tampoco el que quiere conocer el Ser necesita contar el número de categorías o hacer indagaciones sobre sus características; todo lo que tiene que hacer, es rechazar completamente las categorías que ocultan el Ser. Hay que considerar el mundo como un sueño.

22. ¿No existe diferencia alguna entre la vigilia y el sueño?

La vigilia es larga, y el sueño corto; además de esto, no hay diferencias. Los acontecimientos del estado de vigilia parecen reales, y lo mismo sucede con los que ocurren en el estado de sueño. En éste, la mente toma otro cuerpo. Tanto en los estados de vigilia como de sueño, los nombres y las formas ocurren simultáneamente.

23. Aquellos que desean la liberación, ¿consiguen algo leyendo libros?

Todos los textos sagrados dicen que para lograr la liberación hay que tranquilizar la mente, por tanto su enseñanza concluyente es que la mente debe aquietarse; una vez que se ha entendido esto, no hay necesidad de leer indefinidamente. Para tranquilizar la mente, sólo hay que indagar en el interior de uno mismo, qué es el propio Ser; ¿cómo puede hallarse esta búsqueda en los libros? Hay que conocer el Ser interior con el propio ojo de la sabiduría. El Ser se encuentra dentro de las cinco cubiertas, pero los libros están fuera de ellas. Puesto que hay que indagar sobre el Ser desechando las cinco cubiertas, resulta inútil buscarlo en los libros. Vendrá un tiempo en el cual habrá que olvidar todo lo que se ha aprendido.

24. ¿Qué es la felicidad?

La felicidad es la propia naturaleza del Ser; la felicidad y el Ser no son diferentes. No hay felicidad en ninguno de los objetos del mundo. Imaginamos, a través de nuestra ignorancia, que obtenemos felicidad de los objetos. Cuando la mente se externaliza, experimentamos la desdicha. Lo cierto es que, cuando se cumplen sus deseos, regresa a su propio lugar de origen y disfruta la felicidad, que es el Ser. De forma parecida, en el estado de sueño, samadhi, desmayo, y

cuando se obtiene el objeto deseado y se elimina el objeto no deseado, la mente se dirige hacia adentro y disfruta la pura Felicidad del Ser. Así pues, la mente se mueve sin descanso, alternativamente saliendo del Ser y regresando a él. La sombra bajo un árbol resulta agradable, pero fuera de ella, al aire libre, el calor es abrasador. Una persona que haya estado caminando al sol se siente refrescada cuando llega a la sombra. Aquél que pasa constantemente de la sombra al sol y viceversa, es un estúpido. Un hombre sabio permanece constantemente en la sombra. De igual modo, la mente de aquel que conoce la verdad, no abandona a Brahman. La mente del ignorante, por el contrario, da vueltas por el mundo, sintiéndose miserable, y durante un corto espacio de tiempo regresa a Brahmán para experimentar felicidad. En realidad, lo que se llama mundo no es más que pensamiento. Cuando el mundo desaparece, es decir, cuando no hay pensamiento, la mente experimenta felicidad, y cuando el mundo aparece, experimenta la desdicha.

25. ¿Qué es la percepción de la sabiduría (jnana-drsti)?

Permanecer tranquilo es lo que se conoce como percepción de la sabiduría. Estar tranquilo es disolver la mente en el Ser. La telepatía, el conocimiento del pasado, presente, futuro, y la clarividencia, no constituye la percepción de la sabiduría.

26. ¿Cuál es la relación existente entre la carencia de deseo y la sabiduría?

La carencia de deseo es sabiduría. Ambos conceptos no son diferentes entre sí; son el mismo. La carencia de deseo es abstenerse de dirigir la mente hacia cualquier objeto. Sabiduría significa la no aparición de objeto alguno. En otras palabras, no buscar lo que es diferente del Ser, es desapego o no deseo; no abandonar el Ser, es sabiduría.

27. ¿Cuál es la diferencia entre la indagación y la meditación?

La indagación consiste en retener la mente en el Ser. La meditación consiste en pensar que el propio ser es Brahmán, existencia-conciencia-bienaventuranza.

28. ¿Qué es la liberación?

Indagar en la naturaleza del propio ser, que está esclavizado, y realizar la propia naturaleza de uno mismo, constituye la liberación.

El texto lo que sigue se traducido de Greenblatt, M. **Essential Teachings of Ramana Maharshi**, (*Las enseñanzas esenciales de Ramana Maharshi*), un libro de los fotos y dichos de Ramana.

1. *La mente no es nada sin el pensamiento "yo."*
2. *Los pensamientos surgen debido a el pensador.*
3. *El pensador es el ego, que si se busca desvanecerá automaticamente.*
4. *Sin la consciencia, el tiempo y el espacio no existen; esos aparecen dentro de la consciencia pero no tienen su propia realidad.*
5. *Es como una pantalla en que todo eso se arroja como las imagenes y muevese como en una pelicula.*
6. *Solamente la Consciencia Absoluta es nuestra naturaleza real.*
7. *La gracia es dentro de ti; la gracia es el Ser.*
8. *La gracia no es algo se adquirir desde los otros. Si es external, es inutil. Todo lo que es necesario es saber su existencia en ti mismo.*
9. *No estás fuera de su obrando nunca.*
10. *La mente no puede buscar la mente.*
11. *Denegas lo que es real y agarras lo que es irreal, despues tratas descubrir lo que es eso. Piensas que eres la mente y, por eso, preguntas como esa se puede mandar.*
12. *Si la mente existe, se puede mandar, sin embargo ella no existe. Entiendes eso por la investigación interior.*
13. *Busca lo Real, el Ser.*
14. *Lo sempiterno no se nace, ni muere tampoco.*
15. *Confundimos el aspecto y la Realidad. El aspecto lleva su fin en si mismo.*

16. *¿Qué es lo que aparece de nuevo?*
17. *Si no puedes encontrar lo, entregas te totalmente al subestrato de los aspectos; despues la Realidad sera lo que quedase.*
18. *La Realidad es simplemente la pérdida del ego.*
19. *Destruye el ego por buscando su identidad. Porque el ego no tiene la existencia real, desaparecerá se automaticamente, y la Realidad brillará por si misma en todo su gloria. Eso es el método directo.*
21. *Todos otros métodos retienen el ego. En esos caminos tan muchas dudas suben, y la pregunta eterna quedase para se enfrentar. Pero en este método la pregunta final es la sola, y se enfrenta desde lo mismo principio.*
22. *Las prácticas (sadhanas) no aún están necesarias para esta busca.*
23. *Tu deber es de ser, no de ser esto o eso.*
24. *“Yo soy lo que yo soy” suma toda la verdad; el método se resumido en “Está tranquilo.”*
25. *El estado lo que llamamos La Realización es simplemente de ser tu ser, no de saber algo o de volverte en algo.*
26. *Si uno ha realizado, es que lo que solamente ES y que solamente ha estado siempre. Uno no puede describir este estado, pero solamente SER ESO. Por supuesto, hablamos de la realización del Ser sueltamente, por falta de una palabra mejor.*
27. *Cambiando tu medio ambiental no es una ayuda.*
28. *El obstaculo es la mente, la que se debe superar, si en la casa o en el bosque. ¿Si se puede hacer en el bosque, por qué no en la casa? Entonces, por qué cambiar el medio ambiental?*
29. *La causa de la tristeza no es en la vida exterior; es dentro de ti como el ego.*
30. *Impones las limitaciones en ti mismo, y despues haces una lucha vana para trascendar las.*
31. *¿Por qué atribuir a los eventos en la vida la tristeza, la que en realidad*

echase dentro de ti? ¿Cual felicidad se puede ganar de algo extraño a ti mismo? ¿Cuando sacala, cuanto tiempo durará?

32. *El cuerpo si mismo es un pensamiento.*
33. *Está como eres en realidad.*
34. *No hay las etapas en la realización ni los grados en la liberación tampoco.*
35. *No hay los niveles de la Realidad; hay solo los niveles de la experiencia para el individuo.*
36. *Si algo se puede ganar lo que no estaba presente antes, eso se puede perder también, por cuanto lo Absoluto es sempiterno, aqui y ahora.*
37. *No es un asunto de hacer pero de ser.*
38. *Quedaste consciente de ti mismo y todo otro se sabrá.*
39. *Uno viene en la existencia para un proposito específico.*
40. *Este proposito se cumplirá si uno considera si mismo el actor o no.*
41. *Todo es predestinado.*
42. *Sin embargo, uno es siempre libre de no identificarse con el cuerpo y no se afecta por la placer y el dolor lo que se asociada con las actividades del cuerpo.*
43. *Sumerge ti mismo en el presente viviendo. El futuro cuidará se.*
44. *Descubre quien está sujeto a la voluntad libre o la predestinación y mora en eso estado;*
45. *Después los dos se trascenden. Eso es el solo propósito en discutir estas cuestiones. ¿A quién presentarse tales cuestiones?*
46. *Descubre eso y está en la paz.*
47. *Tu naturaleza verdadero es la que del espíritu infinito.*
48. *El sentido de la limitación es la obra de la mente.*
49. *Cuando la mente investiga incesantemente su propia naturaleza, se*

transpira que no hay una tal cosa como la mente.

50. *Esto es el camino directo para todo.*
51. *Si uno pregunta sobre en donde en el cuerpo el pensamiento 'yo' surge al primero, uno descubriría que eso sube en el corazón; eso es el lugar del origen de la mente.*
52. *La gracia es presente siempre.*
53. *Imaginas que esa es algo en alguno lugar alto en el cielo, muy lejos, y tiene que bajarse. En realidad es dentro de ti, en tu Corazón, y en el momento en que efectuas una identidad o una integración de la mente con su Fuente, precipitase la gracia, estallando como desde un pozo dentro de tu ser.*
54. *Hablas como si estás aca y el Ser es en alguna parte otra, y tienes que ir y lo alcanzar.*
55. *Pero en realidad el Ser es aquí y ahora, y eres esto siempre.*
56. *Es como estar aquí en la ashram y preguntar la gente el camino a la ashram, después quejarse que cada uno señala un camino distinto, y después preguntar cual debes perseguir.*
57. *La persona realizada llora con ellos que lloran, riere con ellos que riense, juega con los juguetones, y canta con ellos que cantan, al ritmo de la canción.*
58. *¿Qué se puede perder?*
59. *Su presencia es como un espejo puro y transparente. Ella refleja nuestra imagen exactamente como nosotros somos. Es nosotros que jugamos los varios papeles en la vida y cosechamos las frutas de nuestras acciones. ¿Cómo se afecta el espejo? ¿O el sostén en que se monta? Nada afecta esos, ya que son meros puntales.*
60. *La consciencia de "yo" es el sujeto de todas nuestras acciones.*
61. *Preguntando sobre la naturaleza verdadera de esa consciencia mientras que quedarse como soy mí mismo es la práctica para entender la naturaleza verdadero del ser.*
62. *Todo lo que se exige para realizar el Ser es Ser Tranquilo y Inmovil.*

63. *¿Qué se puede ser más fácil que eso?*
64. *Si uno gana la Paz del Ser, esa propagará se sin algún esfuerzo por la parte del individuo.*
65. *Cuando uno no está pacífico dentro de su mismo, ¿cómo puede difundir la paz en el mundo?*
66. *Sino uno está feliz, no puede conceder la felicidad en los otros.*
67. *La felicidad nace desde la Paz, y puede reinar solo cuando no hay un disturbio. El disturbio es debido a los pensamientos, los que suben en la mente. Cuando la mente es ausente será la paz perfecta.*
68. *La realidad radica más allá de la mente.*
69. *Mientras que funciona la mente, hay la dualidad. En cuanto que la mente se trascenda, la Realidad brilla en adelante.*
70. *El fulgor del Ser es el Ser.*
71. *El satsang significa asociar (sanga) con Siendo (Sat), lo que es el Ser.*
72. *¿Para quién es la asociación?*
73. *La verdad última es tan sencilla; es nada más que siendo en su estado natural, original.*
74. *Es un grande asombro que enseñar una tal verdad sencilla las varias religiones serían necesarias, y tanto disputas continuarían entre ellas sobre cuál es la enseñanza verdadera ordenada por el Dios. ¡Que lastima!*
75. *Solamente ser el Ser; eso es todo.*
76. *Porque la gente quiere algo esmerado y misterioso, tanto religiones han venidas en la existencia. Solamente ellos que son maduros pueden entender el asunto en su sencillez desnuda.*
77. *No hay ni el pasado ni el futuro; hay solo el presente.*
78. *Ayer fue el presente en el momento en que tú lo experimentaste. Mañana*

será también el presente en el momento en que tú lo experimentarás.

79. *Por eso la experiencia ocurre solo en el presente, y más allá y aparte de la experiencia no hay nada que existe.*
80. *Incluso el presente es la mera imaginación, porque el sentido de tiempo es simplemente mental.*
81. *Porque la gente se encanta lo misterioso y no la verdad, las religiones complace la, y después finalmente llevan la cerca del Ser.*
82. *Cualquier sería el medio adoptado, debes por fin retornar al Ser; entonces ¿por qué no mora en el Ser aquí y ahora?*
83. *No hay una confusión más grande que esto: ¡Siendo la Realidad nuestros mismos, buscamos de lograr la Realidad!*
84. *Pensamos que hay algo que esconde la Realidad y que eso se debe destruir antes se logra la verdad. Eso es ridículo por supuesto.*
85. *Vendrá el día en que rieráste de tus esfuerzos pasadas. De lo que darás cuenta en el día en que rieste es también aquí y ahora.*
86. *Si consideramos el Ser como el ego, volvemos nos en el ego; si consideramos el Ser como la mente, volvemos en la mente; si consideramos el Ser como el cuerpo, volvemos en el cuerpo.*
87. *Es el pensamiento que aumenta las capas en tanto maneras.*
88. *No da cuenta del ego y sus actividades, pero ve solo la luz detrás de él.*
89. *El ego ES el pensamiento "yo."*
90. *El "yo" verdadero es el Ser.*
91. *El mundo no existe durante el sueño y forma una proyección de tu mente en el estado despierto. Entonces es una idea y nada más.*
92. *Es falso de hablar de la realización; ¿que hay para realizar?*
93. *Lo real es siempre como es.*
94. *Todo lo que se requiere es cesar de considerar como real lo que es irreal.*

Eso es todo lo que necesitamos para lograr la sabiduría (jnana).

95. *El universo es solamente un objeto que se crea por la mente y tiene su existencia solamente en la mente. No se puede medir como una entidad exterior.*
96. *Las fenómenos del mundo, interior u exterior, están solo fugaces y no están independientes de nuestro mismo.*
97. *Solo la costumbre de ver las como reales y colocadas fuera de nuestro mismo es responsable para ocultando nuestro Ser puro.*
98. *Cuando la única Realidad siempre-presente, el Ser, se encuentra, todas otras cosas, lo irreal, desapareceránse, dejando atrás el conocimiento que ellas no están apartes del Ser.*
99. *U entregaste porque das cuenta de tu incapacidad y necesitas un poder más alta para ayudarte, u investigas la causa de la tristeza.*
100. *Lo Divino no abandona nunca el uno que ha entregadose.*

<> <> <>