

Advaita vedānta: la visión no dual. El yoga del conocimiento

Javier Ruiz Calderón (Śaṅkara)

Mantras iniciales

<i>om saha nāvavatu</i>	Om. Que nos favorezca a los dos juntos.
<i>saha nau bhunaktu</i>	Que nos proteja a los dos juntos.
<i>saha vīryaṃ karavāvahai</i>	Que trabajemos juntos con energía.
<i>tejasvi nāvadhītam-astu</i>	Que nuestro estudio sea brillante.
<i>mā vidviśāvahai</i>	Que no haya hostilidad entre nosotros.
<i>om śāntiḥ śāntiḥ śāntiḥ</i>	Om, paz, paz, paz
<i>om śrī gurubhyo namaḥ</i>	Om, saludamos a todos los maestros.
<i>hariḥ om</i>	Dios, Om.

Advertencia previa

- *Vedānta*, camino espiritual: *yoga* del conocimiento (*jñāna yoga*) – escuela filosófico-teológica.
- Interés académico, sobre todo vital. Maestros: Sv. Kṛṣṇānanda, Sv. Brahmānanda... Sv. Dayānanda. Ammā.

Historia externa

- *Vedas* (c. XII – III aec). *Veda+anta*: *upaniṣads* (VI – III). *Brahmasūtras* (comienzos era xna.). Las «tres fuentes»: Ups., Br.S., *Bhagavadgītā* (c. II aec). *Advaita vedānta* (Ved. adualista). Śaṅkarācārya (c.s. VIII ec)...

Trasfondo ideológico: esclavitud y liberación

- Común desde las *upaniṣads*: insatisfacción < apego < idea limitada de uno mismo: ignorancia.
- *Samsāra*: existencia cíclica: ignorancia > apego > acción > placer / dolor.
- Para liberarse (*mokṣa*, *nirvāṇa*): sabiduría, idea correcta de uno mismo > desapego > serenidad.
- Cada corriente una concepción distinta de sí mismo (*ātman*). Pregunta clave: ¿Quién soy yo?

Los cuatro requisitos; el yoga del conocimiento

- 1) Discernimiento entre lo Real (eterno) y lo irreal (pasajero).
 - 2) Desapego.
 - 3) Seis cualidades (procedentes de 1 y 2): serenidad mental (mente), autocontrol (sentidos), desinterés práctico (renuncia), fortaleza, concentración y fe.
 - 4) Anhelos de liberación.
- El aspirante capacitado (con «mente pura») acude a un maestro con conocimiento y capaz de enseñar: imprescindible.
 - Práctica espiritual (*jñāna yoga*): oír (y estudiar), reflexionar y meditar: 1) comprensión, 2) asimilación de la enseñanza.
 - Dos fases de la enseñanza: descripción de la experiencia falsa (relativa); negación de lo falso (= afirmación de lo Verdadero-Absoluto).

La experiencia relativa

- Cinco «envolturas» (aspectos de la persona): 1) Física. 2) Vital: los *prāṇas* (sensaciones corporales). 3) «Mental» (deliberativo). 4) Intelectual (determinativo). 5) «De felicidad».
- Se agrupan en tres «cuerpos»: tosco (1), sutil (2-4) y causal (5).
- Tres estados de conciencia: vigilia (tres cuerpos), sueño con ensueños (dos), sueño profundo (solo cuerpo causal). Tres niveles de la realidad relativa.
- Creencia ordinaria, ignorante: «yo soy este individuo que tiene estos componentes, experimenta estos estados y vive en este mundo».

Sādhana (práctica espiritual) subjetiva negativa (Sv. Kṛ.): la actitud de testigo

- Yo no soy el cuerpo, la vitalidad, la mente, el intelecto ni la oscuridad del sueño profundo: no son constantes; son objetos. Yo soy el sujeto constante, el testigo (*sākṣin*).
- Actitud de testigo (*sākṣī bhāva*): meditación vedántica más sencilla. Todavía dualista (*sāṃkhya*, *yoga* clásico), pero suficiente para llegar a la liberación: se va transfigurando.

Sādhana subjetiva afirmativa: «yo soy Eso»

- Soy el testigo siempre presente: lo Real (*sat*), lo Absoluto.
- Soy el sujeto. Relación sujeto – objetos > Soy la Conciencia (*cit*). Este individuo y todas sus experiencias aparecen en mí. Solo existo yo, infinito, adual (adualidad / unidad).
- Soy perfecto: no me falta nada, no deseo nada. Estoy en paz. Soy la felicidad (*ānanda*), la plenitud.
- Soy, pues, la Realidad-Conciencia-Felicidad (*saccidānanda*), el *brahman*.
- Meditación en «Yo soy Eso» (*so'ham*; *ajapa japa*).

Sādhana objetiva afirmativa: «todo esto es el brahman».

- Sin distinguir sujeto y objeto. Solo existe el *brahman*, y todo esto es el *brahman*, incluido el sujeto individual.
- Meditación en Om (*Māṇḍūkya Upaniṣad*): A + U + M + ? = tosco + sutil + causal + «el Cuarto» (*brahman*).

La liberación; práctica combinada

- Del conocimiento indirecto al directo; del inestable al estable. Conocimiento asimilado: liberación en vida (*jīvanmukti*): sabiduría, desapego, libertad, paz, amor-compasión, servicio. *Jñāna yoga* puro.
- Pero 2 aspectos de la evolución espiritual: pureza mental (4 requisitos) y conocimiento (*jñāna*). Para purificación, *karman* (acción correcta: deber, servicio) y *upāsana* (contemplación devota —devoción, *yoga*—; concentra la mente). Conocimiento solo se estabiliza (liberación) en mente pura: necesario combinar *yogas*.
- *Vedānta* puro, camino muy difícil. Peligros: intelectualismo, orgullo, abandono prematuro de la práctica... Mejor combinarlo con *sevā*, devoción, control de la mente... Cada *yoga* peligros propios: devoción: fanatismo, sentimentalismo; acción: activismo estresado; autocontrol: experiencias, etc. Preferible *yoga* integral, aunque centrado en práctica más afín.

Mantras finales

*om asato mā sadgamaya
tamaso mā jyotirgamaya
mṛtyormā amṛtaṃ gamaya
om śāntiḥ śāntiḥ śāntiḥ*

Om. Llévame de lo irreal a lo Real.
Llévame de la oscuridad a la Luz.
Llévame de la muerte a la Inmortalidad.
Om. Paz, paz, paz.

*om. lokāḥ samastāḥ sukhino bhavantu x 3
om śāntiḥ śāntiḥ śāntiḥ*

Que todos los seres sean felices
Om paz, paz, paz

*om śrī gurubhyo namaḥ
hariḥ om*

Om, saludamos a todos los maestros.
Dios, Om.

Bibliografía selecta en castellano**a) General**

- Loy, D., 1999, *No-dualidad*, Barcelona, Kairós.
Schumacher, S. y Wörner, G. (dtores.), 1993, *Diccionario de la sabiduría oriental: budismo, hinduismo, taoísmo, zen*, Barcelona, Paidós.

b) Hinduismo

- Flood, G., 2008, *El hinduismo*, Madrid, Akal.
Ruiz Calderón, J., 2008, *Breve historia del hinduismo. De los Vedas al siglo XXI*, Madrid, Biblioteca Nueva.

c) Pensamiento indio

- Glasenapp, H. von, 2007, *La filosofía de la India*, Madrid, Biblioteca Nueva.
Mahadevan, T.M.P., 1991, *Invitación a la filosofía de la India*, México, FCE.
Tola, F., y Dragonetti, C., 2008, *Filosofía de la India. Del Veda al Vedanta. El sistema Samkhya*, Barcelona, Kairós. (*Vedas, upaniṣads, vedāntas y sāmkhya*)

d) Las «tres fuentes»

- Ilárraz, F. G. y Pujol, O., 2003, *La sabiduría del bosque. Antología de las principales upaniṣads*, Madrid, Trotta.
Palma, D. de, 1997, *Badarayana: los Brahma Sutras*, Varanasi-Madrid, Índica-Etnos.
Tola, F., 2000, *Bhagavad Gita. El Canto del Señor*, Madrid, Biblioteca Nueva.

e) Advaita vedānta y similares

- Godman, D., 2005, *Sé lo que eres. Las enseñanzas de Sri Ramana Maharshi*, Palma de Mallorca, José J. de Olañeta.
Nisargadatta Maharaj, Sri, 2002, *Yo soy Eso*, Málaga, Sirio.
Pujol, Ó., 2015, *La ilusión fecunda. El pensamiento de Śaṃkara*, Valencia, Pre-Textos.
Ruiz Calderón, Javier (ed.), 2009, *Vedāntasāra. La esencia del Vedānta*, Madrid, Trotta.
Shankaracharya, Sri, 1999³, *La ciencia del autoconocimiento*, Buenos Aires, Hastinapura, Bs. As. (Introd., *Ātmabodha*; ed. de Sv. Nikhilananda)
Sharma, A., 2013, *Advaita Vedanta. Una introducción*, Barcelona, Kairós.
Vivekananda, Swami, *Gnana yoga*, Buenos Aires, Kier.