

ATMA BODHA

El Conocimiento de Sí mismo
o

Auto-Conocimiento

1. Estoy componiendo el *Atmabodha*, o Auto-Conocimiento, para servir a las necesidades de aquellos que han sido purificados por la práctica de las austeridades, y que están pacificados en el corazón, libres de ansiedades y deseosos de la Liberación.

Ofrecido por VenerabilisOpus.org

Dedicados a preservar el rico patrimonio
cultural y espiritual de la humanidad.

2. Lo mismo que el fuego es la causa directa de la cocción, así también el Conocimiento, y ninguna otra forma de disciplina, es la causa directa de la Liberación; pues la Liberación no puede ser obtenida sin el Conocimiento.

3. Las obras no pueden destruir la ignorancia, puesto que no están en conflicto con la ignorancia. Solo el Conocimiento destruye la ignorancia, lo mismo que la luz destruye la densa oscuridad.

4. Que el Sí mismo (Atman) parezca ser finito, se debe solo a la ignorancia. Cuando la ignorancia es destruida, el Sí mismo, que no admite ninguna multiplicidad cualquiera que sea, Se revela verdaderamente a Sí mismo por Sí mismo, lo mismo que el sol cuando se elimina la nube.

5. Por la práctica repetida, el Conocimiento purifica el Sí mismo individual (Jiva) incorporado teñido por la ignorancia, y entonces ella misma desaparece, como desaparece el polvo de la nuez de Kataka después de que ha limpiado el agua enlodada.

6. El mundo, lleno de apegos y aversiones, y demás, es como un sueño: el sueño parece ser real mientras uno es ignorante, pero deviene irreal cuando uno está despierto.

7. El mundo parece ser real mientras el Brahman no-dual, que es la base de todo, no es conocido. Es como la ilusión de la plata en una madreperla.

8. Todas las diversas formas solo existen en la imaginación del perceptor; su substrato es el eterno y omnipenetrante Vishnu, cuya naturaleza es Existencia e Inteligencia. Los nombres y las formas son como pulseras y brazaletes, y Vishnu es como el oro.

9. Lo mismo que el Akasha (el espacio) omnipenetrante parece ser diverso debido a su asociación con Upadhis diversos, que son diferentes unos de otros, y deviene uno en la destrucción de los Upadhis, así también, el Señor omnipresente parece ser diverso debido a Su asociación con Upadhis diversos y deviene uno en la destrucción de estos Upadhis.

10. Debido a Su asociación con diversos Upadhis, ideas tales como la casta, el color y la posición son sobre-impuestas sobre el Atman, lo mismo que el sabor, el color y similares (son sobre-impuestos) sobre el agua.

11. El cuerpo denso, el medio por el que el Sí mismo individual (Jiva) experimenta el placer y el dolor, está determinado por las obras pasadas y está formado de los cinco grandes elementos sutiles, que devienen materiales cuando media porción de un elemento sutil deviene unido con un octavo de cada uno de los otros cuatro.

12. El cuerpo sutil, el instrumento de la experiencia del Sí mismo individual (Jiva), consiste en los cinco Pranas, las diez facultades, el manas, y la buddhi —formados todos de los elementos primarios antes de su subdivisión y combinación unos con otros.

13. Avidya, o la Nesciencia, que es indescriptible y sin comienzo, es llamada la causa, que es un Upadhi sobre-impuesto sobre el Atman. Sabe con certeza que el Atman es diferente de los tres Upadhis.

14. Debido a la unión con las cinco envolturas, el Atman puro parece ser como ellas, lo mismo que en el caso de un cristal, que parece estar dotado con colores tales como el azul o el rojo cuando está en contacto con una tela azul o roja.

15. Por la auto-indagación discriminativa y el pensamiento lógico, uno debe separar el Sí mismo puro e íntimo de las envolturas por las que Él está cubierto, lo mismo que uno separa un grano de arroz de la paja, la cáscara, etc., que le cubren, golpeándolo con un mortero.

16. Aunque es omnipenetrante, el Atman no brilla en todo; el Atman es manifiesto solo en la buddhi, lo mismo que el reflejo en agua clara o en un espejo sin mancha.

17. Comprende que el Atman es distinto del cuerpo, de las facultades de los sentidos, de la mente, de la Buddhi, y de Prakriti no-diferenciada, y que, comparable a un Rey, es el Presenciador de sus funciones.

18. Lo mismo que la luna parece moverse cuando las nubes se mueven en el cielo, así también, para el que no discrimina, el Atman parece ser activo cuando Él es observado a través de las funciones de las facultades de los sentidos.

19. El cuerpo, los sentidos, la mente y la buddhi se dan a sus respectivas actividades con la ayuda de la Consciencia, que es inherente al Atman, lo mismo que los hombres trabajan con la ayuda de la luz que es inherente al sol.

20. Debido a la no-discriminación, los necios sobre-imponen sobre el Atmanü sin mancha, que es Existencia y Consciencia Absoluta (Sat-Chit), las características y funciones del cuerpo y los sentidos, lo mismo que las gentes atribuyen características tales como la azuleidad y la concavidad al cielo.

21. Lo mismo que, debido a la ignorancia, el movimiento que pertenece al agua es atribuido a la luna reflejada en ella, así también, ser el hacedor, ser el gozador y otras limitaciones, que pertenecen a la mente, son atribuidas falsamente al Atman.

22. El apego, el deseo, el placer, el dolor, y demás, se percibe que existen mientras la buddhi, o la mente, funciona. Ellos no son percibidos en el sueño profundo, cuando la mente cesa de existir. Por consiguiente, ellos pertenecen solo a la mente y no al Atman.

23. Lo mismo que la luminosidad es la naturaleza del sol, el frescor la del agua y el calor la del fuego, así también, la naturaleza del Atman es la Eternidad, la Pureza, la Realidad, la Consciencia y la Felicidad.

24. Una noción tal como «yo sé», es producida por la unión, debido a la no-discriminación, de una modificación de la mente con dos aspectos del Atman, a saber, la Existencia y la Consciencia.

25. El Atman no sufre nunca ningún cambio, y la buddhi no está dotada nunca de consciencia. Pero el hombre cree que el Atman es idéntico a la buddhi y cae bajo engaños tales como que él es el veedor y el conocedor.

26. El Sí mismo (Atman), al considerarse a Sí mismo como el Sí mismo individual incorporado (Jiv, es dominado por el miedo, lo mismo que el hombre que considera una cuerda como una serpiente. El Atman recupera el no-miedo al comprender que Él no es un Jiva sino el Sí mismo Supremo.

27. Lo mismo que una lámpara ilumina un cuenco o un puchero, así también, el Atman (el Sí mismo) ilumina la mente, las facultades de los sentidos y demás. Pero estos objetos materiales no pueden iluminar al Sí mismo debido a que son inscientes.

28. Lo mismo que una lámpara encendida no necesita ninguna otra lámpara para manifestar su luz, así también, el Atman, que es el Conocimiento mismo, no necesita ningún otro conocimiento que Le conozca.

29. Negando todos los Upadhis (adjuntos limitativos) con la fuerza de la proposición escrituraria «Esto no, esto no», realiza la unidad del Sí mismo individual incorporado (Jiva) y el Sí mismo Supremo con la ayuda de las grandes proposiciones védicas (Mahavakyas).

30. El cuerpo y demás, nacidos de Avidya (la Ignorancia) y de la naturaleza de los objetos percibidos, son perecederos, como las burbujas. Por la auto-discriminación, comprende que tú, el Atman (el Sí mismo), eres completamente diferente de ellos e idéntico al Brahman sin mancha.

31. Puesto que yo no soy el cuerpo, yo soy libre de cambios tales como el nacimiento, el declive, la senilidad, y la muerte. Puesto que yo soy sin facultades de los sentidos, yo no estoy apegado a los objetos de los sentidos, tales como el sonido y el gusto.

32. Puesto que yo no soy la mente, yo soy libre de la aflicción, el apego, la malicia, y el miedo. «Yo no soy el soplo vital, yo no soy la mente, yo soy el Ser Puro, más alto que lo más alto».

33. «De Él nace el soplo vital (Prana), la mente y todos los órganos de los sentidos, el éter, el aire, la luz, el agua, y la tierra, que es el soporte de todo.»

34. Yo soy sin atributos y sin obras, eterno (Nitya) y sin ningún deseo ni pensamiento (Nirvikalpa), sin ninguna mancha (Niranjana), sin ningún cambio (Nirvikara), sin ninguna forma (Nirakara), siempre liberado (Nitya Mukta), siempre puro (Nirmala).

35. Lo mismo que el espacio, yo lleno todas las cosas, dentro y fuera. Sin-cambio y lo mismo en todo, yo soy puro, no-apegado, sin mancha e inmutable.

36. Yo soy verdaderamente solo ese Brahman Supremo, que es eterno, sin mancha y libre; que es Uno, indivisible, y no-dual; y que es de la naturaleza de la Felicidad, la Verdad, el Conocimiento y la Infinitud.

37. La impresión de «Yo soy el Brahman», creada así por una indagación ininterrumpida, destruye la ignorancia y sus distracciones, lo mismo que la medicina Rasayana destruye las enfermedades.

38. Sentado en un lugar solitario, liberando la mente de deseos y controlando los sentidos, medita con atención sostenida en el Atman Infinito, que es Uno sin segundo.

39. El sabio debe sumergir inteligentemente el mundo objetivo entero en el Atman solo y pensar constantemente en ese Atman como el cielo sin-mancha.

40. El que ha obtenido la Meta Suprema, desecha todos los nombres y formas, y permanece como la incorporación de la Consciencia y Felicidad Infinita.

41. Debido a que Él es de la naturaleza de la Felicidad, el Sí mismo Supremo no admite la distinción del conocedor, el conocimiento y el objeto de conocimiento. Solo Él brilla.

42. Por la meditación constante (comparable a la fricción de la leña) es encendida la llama del Conocimiento, el cual quema completamente el combustible de la ignorancia.

43. Lo mismo que el sol aparece tras la destrucción de la oscuridad por la aurora, así también, el Atman aparece tras la destrucción de la ignorancia por el Conocimiento.

44. Aunque el Atman es una realidad siempre presente, sin embargo, debido a la ignorancia, Él no es realizado. Con la destrucción de la ignorancia, el Atman es realizado. Es como el caso del ornamento en el propio cuello de uno.

45. El Brahman parece ser un Jiva debido a la ignorancia, lo mismo que el tronco de un árbol parece ser un hombre. Este Jiva es destruido cuando logra percibirse su real naturaleza.

46. El Conocimiento producido por la realización de la verdadera naturaleza de la Realidad, destruye inmediatamente la ignorancia caracterizada por las nociones de «Yo» y «mío», lo mismo que el sol destruye el error respecto a la propia dirección de uno.

47. El yogui dotado de realización e iluminación perfectas ve, a través del ojo del Conocimiento (Jñana Chaksus), el universo entero en su propio Sí mismo y contempla todo como el Sí mismo y nada más.

48. No existe nada que no sea el Atman: el universo tangible es verdaderamente el Atman. Lo mismo que los pucheros y los cuencos son verdaderamente arcilla y no pueden ser nada más que arcilla, así también, para el iluminado, todo lo que es percibido es el Sí mismo.

49. Un Jivanmukta, dotado de Auto-Conocimiento, abandona las características de sus herramientas (Upadhis) anteriores. Por su comprensión de que él es de la naturaleza de la Existencia-Conocimiento-Felicidad Absoluta, él deviene verdaderamente el Brahman, lo mismo que la cucaracha deviene un insecto bhramara.

50. El yogui que es un Jivanmukta, después de cruzar el océano del engaño y de matar los monstruos de la deseación y la aversión, deviene unido a la Paz y mora en la Felicidad derivada de la realización del Sí mismo solo.

51. Abandonando el apego a la felicidad ilusoria externa, el Jivanmukta que mora en el Sí mismo, satisfecho con la Felicidad obtenida del Atman, brilla interiormente lo mismo que una lámpara colocada dentro de un cuenco.

52. Aunque asociado a los Upadhis, él, el hombre de contemplación, no es tocado por sus características (de los upadhis), lo mismo que el cielo, y permanece inalterado bajo todas las condiciones, como una persona muda. Él se mueve no-apegado, como el viento.

53. A la destrucción de los upadhis, él, el hombre de contemplación, está totalmente absorbido en Vishnu, el Sí mismo Omnipenetrante, como agua en agua, espacio en espacio y luz en luz.

54. Realiza que el Brahman es Eso cuya obtención no deja nada más que deba ser obtenido, cuya bendición no deja ninguna otra bendición que deba ser deseada y cuyo conocimiento no deja nada más que deba ser conocido.

55. Realiza que el Brahman es Eso que, cuando se ve, no deja nada más que deba verse; Eso que, habiendo-Lo devenido, uno no nace de nuevo en el mundo del devenir; y Eso que, cuando se conoce, no deja nada más que deba ser conocido.

56. Realiza que el Brahman es Eso que es Existencia-Conocimiento-Felicidad Absoluto. Eso que no es dual e infinito, eterno y Uno, y que llena los cuatro cuadrantes — todo lo que está arriba y abajo y todo lo que existe entremedias.

57. Realiza que el Brahman es Eso que es no-dual, indivisible, Uno, y feliz, y que es indicado por el Vedanta como el substrato irreducible después de la negación de todos los objetos tangibles.

58. Deidades como Brahma e Indra, saborean solo una partícula de la ilimitada Felicidad del Brahman y gozan, en proporción, sus porciones de esa partícula.

59. Todos los objetos son penetrados por el Brahman, todas las acciones son posibles debido al Brahman; por consiguiente, el Brahman penetra todo, lo mismo que la mantequilla penetra la leche.

60. Realiza que el Brahman es Eso que no es ni sutil ni grosero; ni corto ni largo; sin nacimiento ni cambio; sin forma, ni cualidades ni color.

61. Realiza que el Brahman es Eso por Cuya luz son iluminados los orbes luminosos como el sol y la luna, pero que, él mismo, no puede ser iluminado por ellos; realiza que el Brahman es Eso por Cuya luz todo es iluminado.

62. El Supremo Brahman penetra el universo entero exterior e interiormente y brilla por Sí mismo, lo mismo que el fuego que penetra una bola de hierro candente tanto interior como exteriormente y brilla por sí mismo.

63. El Brahman es otro que este universo. No existe nada que no sea el Brahman. Si algún objeto otro que el Brahman parece existir, es irreal, lo mismo que un espejismo.

64. Todo lo que es percibido, todo lo que es escuchado, es el Brahman, y nada más. Al obtener el Conocimiento de la Realidad, uno ve el universo como el Brahman no-dual, Existencia-Conocimiento-Felicidad Absoluto.

65. Aunque el Atman es Realidad y Consciencia, y está siempre presente por todas partes, sin embargo Él es percibido por el ojo de la sabiduría solo. Pero aquel cuya visión está oscurecida por la ignorancia no ve al Atman radiante, lo mismo que el ciego no ve el sol resplandeciente.

66. El Jiva libre de impurezas, calentado en el fuego del Conocimiento encendido por la escucha y demás, brilla por sí mismo como el oro.

67. El Atman, que es el Sol del Conocimiento, surge en el firmamento del corazón y destruye la oscuridad. El Penetrador de todo y el Sostenedor de todo, Él ilumina todo y también a Sí mismo.

68. El que, renunciando a todas las actividades, adora en el templo sagrado y sinmancha del Atman, que es independiente del tiempo, del lugar y de la distancia; que está presente por todas partes; que es el destructor del calor y el frío, y los demás opuestos; y que es el dador de la felicidad eterna, deviene omnisciente y omnipenetrante y obtiene, en lo venidero, la Inmortalidad.