

¡SE CONSCIENTE!

Swami Vijoyananda¹

* Capítulo do livro "Vedanta Practica"

Se consciente, querido mío; se consciente, pero no de tus actos únicamente; se consciente de tus pensamientos, de la causa que te impele a actuar; se consciente de tu voluntad, y si puedes, evita conscientemente tus ansias de anticipar el resultado, conscientemente arroja lejos de ti la idea de disfrutar el resultado de tus actos.

Eres arrastrado por un torbellino de fuerzas que tienen por causa la ignorancia primaria; fuerzas movidas por tus múltiples deseos y que no te dejan tiempo para pensar ni para hacer una pausa. ¡Detente un momento! Gran error es, querido mío, creer que la vida eterna es eterno movimiento; la palabra "eterna", aunque la utilicemos como adjetivo, posee un significado especial, un encanto particular. Todo cuanto entra en contacto con lo eterno se vuelve permanente; y como sólo existe un Ser Eterno, los objetos, las ideas, los pensamientos, todo cuanto pertenece al plano objetivo, aunque parezca divergente y múltiple, en cuanto entra en contacto con Lo Eterno no sólo pierde su forma, su naturaleza interna y externa, sino que cesa su causa, que siempre es la ignorancia, y se convierte en el Único, él Eterno. Esta pausa que confundiste con una manifestación de la inercia, esta pausa que para tu mente educada a la occidental parece un letargo, es —cosa extraña, por cierto— lo que siempre buscas y ansiosamente deseas. Trabajamos, trabajamos con todos nuestros bríos cuando en la mente llevamos la idea de descanso; luchamos porque queremos al último conseguir la paz. Sólo que en esa acción y esa lucha las personas inconscientes se pierden y pierden de vista su propósito. Su inconsciencia las convierte en máquinas; y hasta tal punto quedan cegadas que olvidan por completo cual fué la causa de su acción, y cuando surge ante sus ojos el resultado, su ceguera, su mente de máquina les impide verlo.

El hombre que reflexiona, el hombre cuya vida tiene algún propósito, el hombre que no copia a los demás, el que quiere disfrutar y aprender, halla que la causa de sus pesares es la pérdida del equilibrio. Cuando la enfermedad se apodera de un cuerpo sano altera la circulación normal de la sangre y la proporción natural de los glóbulos blancos y rojos; lo cual significa que destruye el equilibrio. ¿Qué hacen entonces los médicos? A fuerza de indicaciones, cariñosos consejos y medicamentos tratan de conseguir que el cuerpo físico recobre su estado de equilibrio. Pero la tarea del médico se vuelve ardua si el paciente no desea cons-

¹ Swami Vijoyananda, un discípulo de Swami Brahmananda, fue el pionero del Vedanta en Sudamérica e presidente del Ramakrishna Ashrama, Buenos Aires, Argentina.

cientemente ser curado. Otro tanto sucede con los casos de enfermedades mentales; ciertas impresiones, ciertas sugerencias han alterado la mente normal, y ésta necesita otras sugerencias para recuperar su estado anterior. Pero suponte esto: descubrimos de pronto que nuestra mente, que considerábamos normal, se halla dominada por una sugestión (lo que nuestros amigos llamarían un caso de locura); ¿cuál será nuestro proceder? Naturalmente, acudiremos de inmediato a un médico, persona que suponemos estar libre de toda sugestión. Pero debemos cuidarnos aquí de otra sugestión: la idea de que todo aquello que no es normal es anormal; también existen mentes supranormales.

Debemos estar conscientes de que nuestra mente actual, la que llamamos normal, no está libre de sugerencias; se halla ya bajo el hechizo hipnótico de los distintos grados de debilidad. ¿Has observado, querido mío, que los locos siempre creen ser los más cuerdos? Por eso necesitan una ayuda exterior, un agente externo, un médico, que les muestre su error y los convenza de que han perdido su equilibrio mental. Cuando el paciente es conducido al sanatorio se le administran remedios, se le dan sugerencias y se le presentan personas cuerdas para que pueda notar la diferencia. Según mi opinión, si un buen doctor desea curar radicalmente a un inválido mental debe cuidar muy especialmente de curar al paciente por el propio esfuerzo de éste; lo cual significa que debe llevar al enfermo a descubrir por sí mismo la causa de su mal, sea por medio de sugerencias o con solícitas atenciones, y debe despertar en él el deseo de curarse. De lo contrario, si el paciente pierde todo dominio de sí y llega a un estado tal de locura que hasta el último vestigio de cordura se esfuma, no hay médico que pueda curarlo.

Lo que por desgracia observamos (y resulta muy triste esta experiencia para los aspirantes de la verdad) es que faltan personas de mente sana que sirvan de ejemplo. Los remedios abundan, y las sugerencias son tantas que forman como un bosque en el cual es muy fácil extraviarse. Pero ¿no ves que tantísimos libros y tal cantidad de profesores, muchos de los cuales sólo son libros parlantes, de muy poca ayuda son para los estudiantes? Como es lógico y natural, los estudiantes aprenden más con los ejemplos que con los preceptos; y por eso cuando a su vez alcanzan cierta ilustración, cuando creen haber aprendido mucho, se convierten en libros parlantes o dictáfonos ambulantes. ¡A cuántas reuniones sociales o de estudiantes he asistido y cuán pocos pensadores originales he encontrado! Lo que se oye en esas reuniones es discutir o criticar las ideas de personas que no están presentes en ese momento.

Es ya en mí como una segunda naturaleza el estarte suplicando repetidamente que pienses por ti mismo y en tu propio YO. Comprendo perfectamente que se recurra a un guía, comprendo a fondo el significado de una ayuda; pero lo que no comprendo y lo que causa mi sufrimiento es esto: cómo un hombre puede permitir, puede tolerar que lo conviertan en una máquina que sólo funciona con ideas ajenas. Aun espero que esos

humanos semiconscientes, esos hombres-máquinas, despertarán algún día de su letargo y destrozarán su existencia de máquinas, y sentirán que tienen algo personal en qué pensar; ellos son quienes tendrán que disponer de su vida, ellos quienes habrán de disfrutar. Y espero con más ansiedad aun el día glorioso en que casi todos tus amigos tengan la más noble de las ideas: la idea de que, ante todo y por encima de todo, son el Alma.

El deseo de libertad, el anhelo de paz, sólo son deseos y anhelos, y por consiguiente pueden ser despertados. En mis experimentos con la vida he descubierto que únicamente cuando me siento vibrar espiritualmente puedo hacer surgir en los demás unas vibraciones similares. Cuando mis necesidades son materiales, mis prédicas espirituales resultan un fracaso. Sólo los grandes seres que escalaron las más altas cumbres de la espiritualidad pudieron en el pasado ayudar a sus semejantes, y sólo quienes se les parecen pueden lograr otro tanto hoy. Debemos despertarnos; debemos elevarnos y establecer-nos en el plano espiritual antes de que se nos ocurra la menor idea de ayudar a otros en ese plano. Y para llegar a eso, tú y yo debemos ser conscientes. La conciencia, la conciencia cabal y completa, la conciencia de que somos seres, es la más imperiosa necesidad de nuestra vida.

Por lo común, la conciencia presenta en el ser humano tres manifestaciones: instinto, experiencia e intuición. El primero es tamásico, la segunda es rajasica y la tercera sattwica. El instinto es un estado en el cual la facultad de razonamiento ha dejado de funcionar; es un conjunto de impulsos. Las experiencias ordinarias no son sino reacciones de las impresiones causadas sobre la mente. Y la intuición es no sólo conocimiento puro, sino el reflejo más nítido de la verdadera sabiduría, del Ser. Cuando el llamado subconsciente, cuando el depósito del Chitta, es explorado; cuando todo pensamiento es sentido y comprendido antes de que se traduzca en acción; cuando la mente está casi equilibrada y lo que verdaderamente nos guía es su aspecto más puro, el intelecto; entonces nos volvemos intuitivos.

El hombre instintivo es sólo un semianimal, cuyos impulsos dirigen su vida; hace ciertas cosas porque los demás las hacen; desea hacer grandes cosas, no porque sienta la necesidad, sino porque otros las han hecho. Se contenta con copiar. Mientras el hombre instintivo permanece en esa primera etapa de su evolución, observamos que sufre siempre del "complejo de inferioridad". Poca diferencia existe entre este tipo de hombre y un animal inferior; ambos comen, beben, duermen, procrean y sienten miedo. El miedo es el más importante de los factores que dirigen su vida. Dominado por el miedo, el animal busca protección, y así mismo desarrolla toda clase de órganos defensivos; el hombre, que posee el más delicado de todos los organismos, cuando tiene por único guía el instinto, en vez de desarrollar órganos defensivos fabrica innumerables variedades de armas destructivas y pasa la mayor parte de su vida buscando protectores.

¿No has visto alguna vez hombres que se parecen a los chivos, monos y otros animales? ¿Estudiaste su vida? De haberlo hecho, de haber observado no sólo su fisonomía sino sus expresiones peculiares, hubieras descubierto que la apariencia exterior, salvo ciertas excepciones, tiene mucha relación con la naturaleza interna del hombre. Un ser humano que constantemente piensa en los goces animales y la vida animal, adquiere las manifestaciones animales. Cuando este mismo hombre crece espiritualmente y alcanza el segundo plano, el plano de la conciencia, lo primero que cambia en él es la expresión de sus ojos; se convierte en un ser que razona, y sus ojos lo evidencian; ya no es más un sub-humano, un animal con cuerpo de hombre que sólo sabe atacar o buscar protección; ya no es un tigre voraz, un lobo artero o un cordero sumiso; su evolución mental le ayuda a interpretar sus impulsos; despierta, y procura resolver por sí solo sus propios problemas.

Por supuesto, en un principio, cuando su conciencia empieza recién a funcionar, le resultará casi imposible detener la avalancha de pensamientos que en su mayoría asumirán el aspecto de problemas. La vida de un aspirante de la verdad, la vida de un ser humano que quiere ser consciente, presenta en su primera etapa un aspecto desconsolador; está llena de padecimientos y pesares; y el aspirante ve desaparecer, o rechaza voluntariamente, la existencia que llevaba de ocio, comodidades y seguridad; empuja a un lado a todos sus protectores y se ve precisado a pensar por sí mismo; el pasado, aunque ignorante, aun lo tienta, aun lo seduce, y a pesar de que sólo era letargo se disfraza de paz para arrastrarlo hacia atrás. Este aspirante que despierta al plano de la conciencia halla muchos enemigos y pocos amigos. Todo cuanto estaba establecido (establecido, se entiende, en el plano material), todo cuanto estaba estancado pero con apariencias de firmeza, de una firmeza indestructible e inquebrantable, de nuevo lo reclama, lo llama, trata de subyugarlo con sus letárgicos argumentos y de demostrarle que siempre fué la paz, que siempre fué la dicha. Pero el aspirante, que a estas horas es ya un hombre completamente despierto, dice a sus antiguos amigos: "De hoy en adelante no voy a creer más; quiero experimentar; quiero descubrir si realmente disfruté o no de mi estado anterior, de mi pasado; quiero saber si el comer, beber y demás constituyen la suprema y única finalidad de mi vida. Quiero averiguar por mí mismo si existe un más allá; si la vida prosigue después de la muerte; y más que todo quiero saber si mi futuro, permanente o transitorio, alegre o triste, celestial o infernal, depende de otros o de mí sólo.

Debo indagar si mi existencia es la de un instrumento en manos de la sociedad, o si soy un individuo como los demás; si tengo voz en el asunto de guiar a la sociedad, o si siempre ha de ser la sociedad, ese conglomerado de elementos heterogéneos, quien haya de guiarme y dirigirme durante mi vida entera".

Dice el aspirante, en su rebeldía: "Tal vez sea yo material, como me decís, pero quiero medir la profundidad de mi estado material. Exijo todos

los derechos de guiarme a mí mismo, sea material o mentalmente. Iré a sentar-me a la mesa del comedor cuando sienta hambre, en vez de pensar que debo ir porque ya es la hora. Y cuando surja el problema del alma, seré siempre yo quien lo resuelva. Si me siento ligado, pondré todo mi empeño y mi fuerza en liberarme. Elegiré mis propios amigos, guías y libros, y los usaré sólo como ayudas".

El tercer estado, el estado de intuición, es aquel en el cual los impulsos son debidamente interpretados y además sus causas conocidas. El aspirante, el rebelde, el aparentemente cínico y agnóstico, el hombre que trabaja con toda su alma y utiliza toda su energía, halla en su interior el verdadero significado de la pausa. Comprende que la enemistad era debilidad; cada uno de sus antiguos enemigos era su amigo, pero la manifestación de la amistad estaba obscurecida. Este hombre de intuición tiene menos necesidades, y por consiguiente menos enemigos; encuentra amigos en todas partes; ya no es un cínico ni un agnóstico; en ciertos momentos es devoto, en otros yogi; a ratos es jnani y a ratos karmayogin, trabajador inegoísta que sólo actúa para bien de la humanidad. Como devoto se convierte de nuevo en un instrumento en manos del Señor; de nuevo y voluntariamente toma esa actitud de máquina que aborrecía al despertarse, que lo estaba casi matando durante su primera etapa de humana evolución, y se esfuerza por ser el más eficiente de los instrumentos en manos de Dios, su Bien-Amado. Todo devoto es un jugador y ama el juego; una de las modalidades de este juego consiste en ofrecerse completa y totalmente en manos de Dios. Tan real es para él la presencia de su Amado, la siente tan profundamente y tan constante es su comunión, que sabe que Dios lo dirige en cada uno de sus movimientos.

En su actitud de jnani, este mismo hombre sabe que sólo existe una realidad y todo lo demás es apariencia. Esta apariencia perdura mientras existen los deseos, y los deseos no son otra cosa sino indicios infalibles de ignorancia, del error de ver al Uno como múltiple. Cuando toma la actitud de yogi, sabe que el Purusha, el ser individual, es eternamente libre, y que la naturaleza no es nada más que ignorancia. A medida que se afirma en este conocimiento, va comprendiendo como yogi que el aspecto individual del Ser no es sino un juego de la naturaleza, de la ignorancia. Su realización llegará a su apogeo cuando cese toda idea de separación causada por el tiempo y el espacio; cuando desaparezcan para él todas las diferencias, los muchos se desvanecerán y sólo existirá el Uno.

Y como karmayogin, este hombre para quien el trabajo es un juego y no una carga ni un deber obligatorio; este hombre cuya vida resulta una bendición para el mundo, este hombre que se ha convertido en una fresca y fragante flor cuyo aroma es sabiduría y dicha; este amante de la humanidad, este amante de la paz, este amigo de todos los seres; este ser que ha recorrido la vida del instinto, las experiencias, la intuición o el conocimiento, lleva consigo su perfume donde quiera vaya.

Para alcanzar este estado final del conocimiento necesitamos ser

conscientes. El tiempo huye con aterradora velocidad; su otro nombre es muerte. ¡Detenlo! Cuando seas capaz de detener conscientemente el movimiento de tu mente, no sólo empezarás a gozar, sino que conquistando el tiempo y venciendo a la muerte te convertirás en la Dicha misma. ¡Hijo de la luz, no quedes por más tiempo en la oscuridad! Eres el conocimiento: ¡conócete a ti mismo! La dicha no es una cualidad, ni es un objeto o un estado que puedas adquirir; ¡tú eres la dicha! Sé consciente de ello.