

Atman, Anatman y Brahman



La mente pura es en sí misma Brahman; de eso se deduce que Brahman no es otra cosa que la mente del sabio.

-Ramana Maharshi

En este texto, veremos someramente una posible armonización entre los conceptos de Atman, Anatman y Brahman del budismo Mahayana y el Advaita Vedanta a pesar de que parecen conceptos opuestos y doctrinas enfrentadas.

Hay que decir, para dar sentido a esa armonización, que algunas meditaciones Mahayana y las Advaita Vedanta son muy, muy parecidas, tanto las samatha (que llaman meditar o reposar en el ser en A.V.) como las vipassana (que llaman auto-indagación).

Así que el sentido común dice que los meditadores de ambas doctrinas deberían transitar sendas parecidas si hacen prácticas parecidas. Sin embargo pareciera, si leemos la teoría doctrinal en cada caso, que los meditadores realizan hechos, no solo no demasiado parecidos, sino opuestos.

Desde mi punto de vista hay al menos cuatro posibles respuestas a ese hecho:

- Una es que todo sea auto-sugestión, por tanto "si crees X" realizas X, y si "crees no-X" realizas no-X.
- La otra es que las prácticas sean sutilmente diferentes y eso marque una diferencia gigantesca con el tiempo. En cualquier eso significaría que "si medito así, realizo X" pero "si medito un poco diferente, realizo no-X".

Estamos diciendo en el primer caso que, conceptualmente y en el segundo que no conceptualmente, es posible "influir" sobre las realizaciones y que estas ocurren "a la carta". Una idea inquietante.

Estas dos opciones no se pueden descartar de saque simplemente porque no nos gusten, será tarea de cada mediador reflexionar sobre ellas y decidir.

Descarto, por supuesto, el razonamiento *naïve* habitual de "mi doctrina es cierta, por eso he podido realizarla y lo de los demás es auto-sugestión". No suena razonable, dado que meditadores de ambas doctrinas opinan de igual manera en el 100% de los casos (o casi), es decir estadísticamente ocurre que el 100% de personas que opinan diferente a ti son todas sugestionables, lo cual es ridículo. Sobre todo porque en general hablamos en todos los casos de personas notablemente sabias.

Pero hay una cuarta posibilidad y es que a pesar de que realmente las experiencias sean muy parecidas (parecidas, pues tampoco parecen ser exactamente iguales ni entre miembros de la misma doctrina) el filtro de nuestro dogma y de nuestro lenguaje haga que

las expliquemos de la manera en que "nos han enseñado" que deben explicarse y por tanto suenan muy diferentes.

Si eso fuera así, finalmente todo sería una cuestión de "cómo transmitimos y mediatizamos con el lenguaje y el dogma esa realización" más que de que la realización fuera diferente.

Pero ¿es eso posible?

Esta cuarta posibilidad es la que se usa como base para este texto.

Empezaremos por la idea A.V. (Advaita Vedanta) de Atman.

El concepto de Atman en hinduismo se relaciona con el alma que se reencarna. De hecho por eso el budismo tiene tantas dificultades para describir el renacimiento, pues no cree que exista un Atman eterno.

Ese digamos que es el concepto teórico. Luego está, como en budismo, lo que los meditadores relatan y que es de lo que se tratará aquí.

En ese caso, para el A.V., Atman es el testigo eterno, es decir ese "yo" sin características de los meditadores y que también se relaciona con la consciencia pura, el espejo, y demás metáforas.

Al final, dejando de lado "ideas", lo que se realiza es que "somos" más allá de los pensamientos, que cuando no pienso, esos otros cinco sentidos que aparecen en la consciencia siguen ahí y parece que podemos seguir funcionando en el mundo, es decir seguimos siendo inteligentes y capaces.

Así se consolida la idea de que hay un "testigo" más allá del pensamiento (lo de "eterno" o no eterno es siempre imputado adicionalmente, desgraciadamente) y también se empieza a intuir que de alguna manera la acción va por libre, no depende de ese testigo, por eso es testigo y no actor.

En budismo también se realiza tal cosa, no puede ser de otra manera pues aparentemente los cerebros y mentes de los hinduistas y de los budistas son equivalentes, pero no se le llama Atman y no se considera eterno, ni tan siquiera "atómico", sino efímero y compuesto pero sobretodo, una función de la mente.

En budismo esta situación es simplemente "la fase del espejo" que en cada doctrina se describe de una manera y con diferentes nombres. En Mahamudra por ejemplo, tal como vimos hace unos días, son los dos primeros yogas. Hoy día tiene a llamarse en inglés "I Am" (la

realización de que "soy"), supongo que simplemente por no usar la palabra "atman".

En el Zen hay una anécdota de Hui Neng donde gana este un combate de poesías, ante un practicante que todavía está en la fase del espejo. El perdedor decía:

Nuestro cuerpo el árbol de bodhi es
y nuestra mente un espejo puro y claro.
esmérate en limpiarlo momento a momento una y otra vez,
no dejando asentarse mancha alguna.

¿No podría esta poesía ser hasta de un hinduista? Yo diría que sí... por eso perdió... mostraba un estadio medio de evolución espiritual.

Es muy interesante que Mahamudra divida la fase de Atman en dos yogas, siendo el primero simplemente el mindfulness habitual y el segundo menos ordinario. Es interesante porque Nisargadatta, que era hinduista y de influencia A.V., ya avisaba de que "el primer testigo es falso", luego para el A.V. también podríin haber dos fases en Atman.

La primera fase, que es el testigo de muchos neo-advaitas y del mindfulness tan de moda, no es más que ejercer la atención habitual: solo observamos y abandonamos forzosamente la conceptualidad. Este testigo no tiene nada de trascendental, in supone cambio mental alguno, es la misma atención con la que toda la vida hemos atendido pero alargando su presencia y encarada a que se abandone la obcecación por el pensamiento conceptual y empiece a atender al resto de fenomenología y a disfrutar de su ahora. Todo ello de una forma notablemente ruda y forzada (pero necesaria) hasta que se dé la realización de Atman/I am/Despertar o como queráis llamarla.

Ese primer gran cambio, lo llamemos como lo llamemos (Despertar, por ejemplo) nos deja en el Atman "real" de los hinduistas (excepto porque nadie sabe si es eterno o no, por mucho que lo afirmen) y en budismo Mahamudra te deja en lo que aquí llamamos yoga de no-conceptualidad.

La única diferencia es que para el budista sigue siendo algo intermedio, por compuesto y no-eterno, pero sobre todo por ser todavía una construcción mental, una etapa. Aunque es cierto que el budismo también sufre de escritos más o menos sabios y muchas veces parece confundirse también este "Atman" con "la naturaleza búdica" o la vacuidad.

Pero este estado que todavía está bastante inflado de "sujeto", que no tiene nada de no-dual, sigue planteando una dicotomía. Ahora ya

no-conceptual, entre un "yo" construido por pensamientos y el "mundo" también modelado a base de ideas, pero sigue existiendo esa dicotomía o dualidad.

Y desde luego no es liberación total (ni Nirvana, ni Moksa), lo cual es sensato pues para ninguna de las dos doctrinas es el final, así que no deja de sorprenderme la cantidad de sujetos que hoy día afirman que "han sido liberados" en esta etapa. Como referencia contraria, aparte de todo el budismo y el A.V. tradicional, tenemos algunos neo-maestros como Adyashanti, Anadi o G. Weber que vieron con claridad como de parcial era esta realización.

Incluso llamarlo testigo o espejo es falso, mejor atman o Yosoy/Iam, porque realmente la fenomenología no refleja "algo" que está "ahí fuera". La fenomenología es solo-mente y no hay nada ahí fuera que sea de colores, o tenga olores, etc... todo eso son fenómenos co-emergentes únicos que no tienen "reflejo" en lugar alguno.

Me viene ahora a la cabeza una forma más de intentar verlo (la n-sima+1):

El ojo, la vista podría parecer el espejo, el reflejo de algo externo, no lo es pero podría parecerlo, pero ¿y el tacto?

Las cosas pueden ser rugosas o lisas, pero la sensación del tacto solo puede ocurrir de forma co-emergente al establecer contacto entre dedos y superficie. Esa sensación no está en los dedos, y tampoco está en la superficie, solo está cuando ambas cosas entran en contacto, como una chispa que surge solo si chocan pedernal con otra roca dura. La chispa es co-emergente. El tacto es co-emergente.

Así debe verse toda la percepción. Ese es el significado de la co-emergencia budista, un concepto que a menudo resiste a nuestro entendimiento. Y por eso la consciencia no es un espejo ni se le parece, porque no refleja nada que existiera "fuera". Esa forma de ver la consciencia sería falaz.

Pero dejando todo esto de lado, para el A.V. aún queda otro gran paso que es la inmersión de Atman en Brahman (como las olas y el mar, se suele decir). Y para el budismo... pues más o menos...

Así que si Atman finalmente se disuelve en Brahman (que no es personal) no parece razonable esa insistencia en que es "eterno" (o "real" en confusa terminología A.V.). Esta insistencia solo se puede explicar como una adherencia excesiva al culto profesado (el hinduismo) por parte del A. V. que creo que logró ir más allá de lo que su propia religión le dejaba, igual que ha pasado con algunos místicos cristianos.

¿Cómo va a disolverse algo eternamente real? Luego no lo era... Ciertamente era como las olas en el mar, una construcción sutil que emerge de un mar mucho más profundo y extenso. Pero la ola al final no era más que una configuración contingente, algo pasajero, algo potencialmente "disoluble".

Y así Hui Neng gana el combate a ojos del patriarca y hereda su título, escribiendo:

*No existiendo árbol de bodhi,
ni la superficie de un espejo claro,
siendo todo vacuidad,
¿dónde, pues, se asentaría mancha alguna?*

Así que ya veis, en el siglo VII ya estaban a vueltas con el error de "parar demasiado pronto" y creer que ese espejo era budeidad. El Zen nada más nacer, ya estaba en el filo de la navaja del neo-Zen.

Seguir adelante es la única manera de resolver la dualidad del sujeto sin características respecto al resto del universo (el fenómeno frente a la presencia vácuca, dicho en términos budistas).

Si esta dualidad no es resuelta "Samsara nunca será Nirvana" pues el testigo/atman siempre se verá enfrentado a un universo que le aflige no-conceptualmente y entonces el practicante avanzado se ve abocado a ese ansia de "cesación" que hemos visto en muchos maestros "con atman".

Así que la perfección del nirvana será realizable solo cuando "anule el Samsara", es decir abandone el mundo, sea de forma definitiva o temporal, o simplemente cuando se siente a meditar o esté solo. Y el resto del tiempo, de alguna manera el mundo o bien molesta/aflige en el peor caso, o en el mejor, no es Nirvana, solo una neutralidad insulsa a sobrellevar.

Al no haber integrado sujeto y universo, no se integrarán Samsara y Nirvana.

Ese proceso de no-dualidad, de inmersión o abandono en lo fenoménico, en Mahamudra cubre los dos segundos yogas y como el segundo de ellos (que es el cuarto y último) ya es budeidad según la doctrina, tengo que concluir que Brahman y Anatman son equivalentes.

Y tiene sentido pues ambos son "sin sujeto" o no-duales. ¿Es Brahman con Atman? No, claramente, no. Luego ¿es Anatman? el sentido común dice, que sí, al menos si tomamos esa definición en sentido amplio.

Aquí, creo que es el budismo el que insiste en exceso en su cuerpo doctrinal y en usar el término Anatman o no-yo, confundiendo a veces a sus practicantes, pues ser todo el contenido fenoménico mental y ser también el resto de procesos de la inteligencia, suena confuso expresarlo como no-yo o no-alma (anatman).

Doctrinas refinadas, como Mahamudra, han matizado ese resultado y usado expresiones como "un-sabor" algo más acertadas, pues aunque es cierto que la función del sujeto va desapareciendo, insistir en ese "no-yo" acaba creando confusión.

Es decir, que la propuesta sugerida aquí es que realmente la no dualidad de nuestra mente, que es su verdadera esencia, se realiza tras una fase de Atman por la que debe pasarse y que puede además convertirse en una "residencia permanente" si no se dan las adecuadas condiciones para el paso a ese otro paradigma más trascendental.

A ese paradigma más trascendental o no-dualidad podemos llamarla Anatman o Brahman o no-dualidad o como sé desee llamar, da exactamente igual, y decimos que es no dual, porque la función mental del sujeto ha desaparecido...

Porque otro error en los debates conceptuales por Internet es empezar a liarse con la no-dualidad de todo. Pero no, si todo fuera no-dual, todo el universo sería una masa gris sin diferenciación. Blanco y negro no son lo mismo, ni ver y oler. ni pensar o no pensar, ni ayer y hoy. Puede que compartan algo o mucho, incluso podemos aceptar que sus fronteras son meramente conceptuales (100% cierto) pero no son lo mismo. Un-sabor es una forma elegante de expresarlo. Tienen un fondo común pero no son lo mismo. Por eso hablamos de no-dualidad y no de igualdad o fusión.

La no dualidad espiritual hace referencia a los polos, sujeto-objeto/fenómeno o sujeto-acción. Y surge con la eliminación del polo "innecesario" que es el sujeto, tampoco se eliminan ni acción, ni fenómeno.

Pero ¿cómo es eso? ¿cómo se vive eso?

Si todo es especialmente difícil de explicar en un camino interior, Brahman/Anatman, lo es y mucho.

¿Cuál es el sonido de una mano aplaudiendo? (dicen en el Zen Rinzai)

Se puede intentar describir, y hay muchos textos al respecto, de ambas doctrinas, pero no nos entra en la cabeza porque simplemente

el pensamiento conceptual es intrínsecamente dual y por tanto no entiende y no puede entender la no-dualidad fenoménica.

La no-dualidad en la acción es algo más sencilla de explicar, por eso usamos metáforas como "el llover" para indicar lo que es acción sin actor, al final eso es tan sencillo como renunciar a la idea de un controlador con libre albedrío.

Igual que cuando conducimos o paseamos mientras pensamos en otra cosa. Finalmente la conducción o el paseo ¿no ha ocurrido sin intervención del sujeto mental que crees ser? ¿sin ti? Pues eso.

Al principio cuesta estar presente, no perdido en tus pensamientos, y estando presente dejar que la conducción te lleve a destino sin interferir. Pero eso sí puede hacerse ya incluso en una fase de atman madura, y de ahí la sensación de "solo eres un testigo" no hacedor. Recuerdo la primera vez que me paso eso, hace muchos años, era pelando una naranja...

Esa forma de existir puede potenciarse hasta el extremo pero no deja de ser una disociación de la acción.

De los dos polos, el extremo a eliminar es "el espejo" por innecesario.

Curiosamente la intuición de alguien que crea en atman le llevará en la línea contraria: "el mundo no es real, solo atman es real". Pero desgraciadamente el mundo se empeña en afectar a ese atman y la perfección no será alcanzable en vigilia. Por eso la cesación, sea temporal o permanente parece la única salida de aquel que refuerza atman indefinidamente.

Pero si el testigo en lugar de alejarse cada vez más de la fenomenología, lo que hace es lanzarse sin miedo sobre la fenomenología y la acción, y abandonarse allí, disolverse allí, la no-dualidad irá surgiendo.

Pero ¿cómo se puede entender la no-dualidad fenoménica? ¿entender el fenómeno sin observador? ¿Quién ve lo visto? ¿Quién o qué está ahora mismo oyendo las teclas sonar y viendo el texto aparecer en la pantalla?

No te lo sé decir, solo sé decir que ocurre y que está ahí, pero que si hubiera que buscar un sujeto no sabría donde ponerlo, no está más detrás que delante de las letras que aparecen en el pantalla porque no hay delante ni detrás... Hay eso, y un plano no tiene profundidad alguna, volumen alguno donde quepa un sujeto.

¿Es eso no-yo (anatman)?

Bueno, quizá no es la mejor forma de expresarlo, aceptado. Entiendo que la palabra Anatman surgió como respuesta a la fijación en Atman que debía ocurrir en su momento (y que sigue ocurriendo).

Simplemente eso. Anatman tiene sentido porque los practicantes espirituales, entre los que me incluyó, continuamente caemos de nuevo en la idea del sujeto, lo vamos cambiando de sitio y haciéndolo más sutil, pero tendemos a enquistarlo.

Pero la no-dualidad fenoménica solamente es difícil de explicar... por lo demás es obvia y razonable.

Es científico y sabido que todo fenómeno es mente, ¿para qué íbamos a necesitar un observador dentro de nuestra propia mente? ¿Un observador dentro del observador? ¿tiene eso sentido? ¿para qué? Y si es que sí, ¿no necesitarás también un observador dentro del observador que creaste dentro de ti? ¿y así *ad-nauseam*?

Suponer un observador dentro de la mente, tiene finalmente un punto *naive*, inocente. Como cuando a los niños les dibujamos un corazón o una máquina cualquiera y pintamos un enanito dentro haciendo el trabajo, cosa que sabemos que no hace falta, el trabajo se hace por parte de todas las piezas, módulos y/o sistemas de la maquinaria, pero así el niño lo entiende mejor.

Eso mismo es lo que estamos asumiendo para nuestra mente.

El fenómeno ya está ahí, en nuestra mente a disposición de todos los procesos que lo necesiten, y así ocurre... es solo que no nos cabe en el intelecto y mientras estemos en el primer yoga, lo que no cabe en el intelecto nos parece incoherente o hasta imposible.

