

# *Inefable*



*Paul Newman*

## **1.- Punto de partida: la dimensión espiritual.**

Desde la noche de los tiempos, el ser humano se ha preguntado el por qué de su existencia. Análoga a ésta gran pregunta, lejos de ser contestada, se le añadieron otras de igual o mayor intriga y difícil respuesta: ¿existe la divinidad? ¿Hay vida después de la muerte? ¿Somos algo más que un cuerpo y una mente?

Según los antropólogos y pre-historiadores expertos, hace alrededor de 30.000 años hubo el llamado “despertar de la conciencia” o “despertar de la inteligencia”. Los arqueólogos afirman que fue en aquél momento cuando el hombre empezó a atribularse con estas cuestiones. Fe de ello son las innumerables pinturas rupestres que sugieren el inicio del pensamiento abstracto, el gusto artístico, o el culto a la divinidad (en aquéllos días interpretado como fuerzas de la naturaleza).

Paralelamente, los enterramientos del mismo período, sugieren la preocupación por la muerte, o más bien, por lo que “hay” después de la muerte. ¿Por qué sino iban a enterrar a sus seres queridos con objetos personales, ceremoniales, y en determinadas tumbas y posturas que obvian una voluntad que trasciende la vida cotidiana?

Actualmente se han realizado hallazgos sorprendentes en cuevas del sur de Francia. Pinturas rupestres que han podido ser fechadas con mayor precisión gracias al método de datación del uranio-torio-230. Los resultados han sido sorprendentes: pinturas rupestres fechadas en 40.000 años de antigüedad.

La sorpresa es doble, ya que por un lado retrocede 10.000 años la aparición de dichas pinturas y por tanto, de esa abrupta “aparición de la inteligencia”. Por otro, rompe un postulado hasta hoy inquebrantable. Hace 40.000 años, esa zona de Europa estaba solo habitada por el Hombre de Neanderthal. El *Homo Sapiens Sapiens* aún tardaría algunos miles de años en llegar allí. Así pues, el Neanderthal, presunto autor de dichas pinturas, hasta hoy considerado como un homínido competidor de nuestra especie en las fechas más recientes de nuestra evolución, no sería tan poco evolucionado como creíamos.

Las conclusiones son claras: no seríamos los primeros ni los únicos en hacernos preguntas existenciales, o en tener sensibilidad artística. Aunque como muchas conclusiones, una respuesta suele plantear nuevas preguntas. Aquí podrían ser: ¿por qué aparece ese despertar de conciencia cuando aparece? ¿Hay un patrón? ¿Toda vida animal está preparada para que en algún momento de su evolución nazca una conciencia que se plantee su existencia? ¿Qué motivo tiene ese “despertar de conciencia”? Éstas preguntas son como pistas en un juego de niños para encontrar un tesoro escondido. No señalan el lugar del tesoro, pero si hacia dónde dirigirse. Sigamos las pistas pues.

Si observamos nuestros parientes más próximos en nuestra evolución, podemos corroborar cuán importante fue ese nacimiento o despertar de la conciencia. Efectivamente, son hoy muchos los estudios en primates como chimpancés o gorilas que demuestran tener una inteligencia en evolución, parecida a la que tuvimos nosotros. Al fin y al cabo, nuestra diferencia en cuanto al ADN se refiere es mínima. Somos alrededor de un 98% iguales.

Éstos primates han demostrado cómo pueden aprender unas decenas de palabras de un lenguaje, mediante los símbolos que utilizan las personas con discapacidad auditiva o de habla. (Recordemos que los monos, a pesar de ser tan parecidos a nosotros no pueden hablar, no tienen desarrolladas las cuerdas vocales como nosotros). Incluso se han encontrado monos en zonas de África que han aprendido a utilizar herramientas rudimentarias como piedras o palos.

Sin embargo, nuestros “primos evolutivos”, no han superado nunca el experimento del espejo. De hecho, ningún animal de la tierra lo ha conseguido nunca excepto el ser humano.

Dicho experimento consiste en poner al animal frente a un espejo, y esperar su reacción, para ver si se reconoce en él. Ningún primate que se sepa se ha reconocido nunca frente a un espejo. Se han observado a veces con curiosidad, otras con frialdad, y algunas con violencia, al creer ver otro animal delante suyo como una amenaza, pero nunca se han reconocido a ellos mismos. Todo parece indicar que la evolución de la inteligencia y la mente es el paso previo a ese citado despertar. ¿Se reconocerán algún día también como nosotros? ¿En caso afirmativo, que trato les daríamos?

Sin duda, nuestra conciencia es lo que nos hace humanos. Ir más allá del reino animal, para convertirnos en eso, en seres, seres humanos. Esa conciencia va más allá de los pensamientos, las emociones, los sentimientos y las pasiones. Cosa que compartimos con el resto de la fauna. Puede que ellos los tengan en menor medida, pero los tienen.

A partir de aquí fue cuando nació en el hombre la conciencia del título de éste apartado, *la* dimensión espiritual. Una dimensión que nos sumerge en un mundo nuevo, un océano desconocido. Una *terra incógnita* por conocer. Sabemos que está ahí, con certeza, pero hablar de ella es arduo, difícil e incluso a veces frustrante, pues entramos en el campo de lo *inefable*.

Para nuestra especie, pasar de la evolución física, hacia la mental, y ahora hacia la de la conciencia o espiritual nos ha llevado unos dos millones de años. ¿Cuánto nos llevará pasar al próximo estadio? ¿Hay próximo estadio?

Algunos filósofos, antropólogos y escritores afirman que ya ha llegado un nuevo estadio de nuestra evolución, el *homo deus*. Éste, serían niños que a pesar de ser físicamente iguales que el resto de *sapiens sapiens*, tendrían algunas dotes mentales como la clarividencia, telepatía, etc...

No deja de ser paradójico o cuanto menos sorprendente que nosotros, en unos dos millones de años hemos evolucionado de ésta forma, mientras que los dinosaurios, en mucho más de cien millones de años sobre la tierra nunca desarrollaron vida inteligente parecida a la humana. Éste, como muchos otros, es un gran enigma a resolver de la historia más remota de nuestro planeta.

## ***2.- El eterno debate: las religiones***

Una vez iniciada la conciencia de *la* dimensión espiritual en nuestra existencia, se inició una lucha que ha durado milenios. Lejos de terminar, este conflicto es de rabiosa actualidad, y una de las motivaciones de este libro. ¿Mente contra conciencia? ¿Conciencia contra mente? Quizás mejor mente con conciencia.

El nacimiento del despertar de nuestra conciencia fue muy posterior al inicio del uso de nuestra mente de una manera compleja, lógica y racional. Éste uso de la mente fue lo que nos empezó a convertir en humanos y a alejarnos del reino animal. Nuestra mente, como si fuera un músculo, una dentadura o una poderosa garra, se convirtió en nuestro punto fuerte, tan fuerte, que nos llevó a dominar la tierra.

Pero con la llegada de esa primera toma de conciencia, de esa dimensión espiritual y de ese “algo más”, a la mente le surgió la mayor y más incierta de las preguntas: ese “algo más”, ¿dónde está? ¿quién es? ¿de qué se trata?

Al no tener una respuesta certera, segura y demostrable, la mente hizo lo único que podía hacer: empezar a buscar en el mundo exterior. Aquél mundo que conocía a través de los sentidos que dan información a la mente acerca del entorno que nos rodea y así dar respuesta a la incógnita.

De ésta forma surgieron las religiones. Primero en forma de fuerzas de la naturaleza, animismo, chamanismo, politeísmo, y por último el monoteísmo. Todo un abanico de prácticas espirituales, que al igual que un dial de radio, tiene varias frecuencias para hacer una misma cosa.

A través de personas inquietas, con hambre y sed espiritual, deseosas de alcanzar conocimiento y autoconocimiento, ayudaron a dar los primeros pasos a la humanidad para su completo despertar espiritual. Tarea aún no concluida.

Todas las religiones surgidas: politeístas, monoteístas, sincréticas y demás... nacieron fruto de personas iluminadas, avatares o simplemente de individuos con un alto nivel de conciencia. Personas que supieron vislumbrar esa grieta invisible por donde se cuela la luz de ese mundo espiritual. Un mundo, que parece estar escondido, y tan presente a la

vez. El poeta francés Paul Éluard lo resumía de manera brillante: “*hay otros mundos, pero están en este*”.

La problemática surgió cuando los seguidores de todas las disciplinas religiosas empezaron a practicar, predicar y expandir las religiones desde el nivel mental del ser humano, y no desde su nivel más profundo, desde nuestra dimensión espiritual o concienzosa.

Además, con frecuencia, las religiones se mezclaron con el poder y la política, que como una ponzoña fueron contaminando sus principios más básicos.

Nuestra mente limitada, exigua y perecedera, no es capaz muchas veces de comprender lo *inefable* de nuestra existencia e interpreta erróneamente aquello que no debe ser interpretado sino vivido y experimentado. ¿Cómo sino explicar las interminables aberraciones y locuras que en nombre de Dios, la religión y la fe se han cometido durante siglos?

Ninguna religión que exista, se escapa a este terrible pasado, y en muchos casos aún presente. Condena, muerte, culpa, odio... palabras que deberían estar en las antípodas de la práctica espiritual, se convirtieron por desgracia en la norma de muchas religiones.

La palabra religión proviene del latín, *religare*, es decir juntar. Se refiere a las primeras comunidades cristianas, donde se reunían los fieles para la práctica del ritual religioso y la lectura de textos sagrados.

Es curioso, que en la India la palabra *Yoga*, o *Yuga* en sánscrito antiguo, significa algo parecido: *unión*. En este caso no se refiere a la unión de personas, sino a la unión, en un sentido individual, de todos los aspectos del ser humano, para encontrar la armonía de su mente, espíritu, cuerpo... en definitiva la “*unión con Dios*”.

En este caso, cabe resaltar que es la única disciplina espiritual del mundo que no solo se preocupa por el espíritu y la mente del devoto sino también por su cuerpo, entendiendo al ser humano como un todo, compuesto de diversas partes que necesitan una práctica holística para su completo desarrollo.

Es una pena que actualmente, habiéndose popularizado la práctica del *Hatha Yoga*, es decir, la parte de la disciplina física del *Yoga*, no haya ido acompañado de una práctica en su totalidad. Sería como si un mecánico de coches solo se ocupara del cilindro y el carburador. ¿Qué ocurriría si no se revisaran los neumáticos, luces u otras partes del automóvil? La respuesta es evidente...

Aún así, de entre todas las personas que han practicado alguna religión en la historia, en todas ellas, no solo la cristiana o los practicantes del *Yoga*, surgieron personas con un nivel espiritual notable, que nos dejaron pistas y hermosos testimonios sobre la verdadera profundidad de las enseñanzas religiosas.

En la lucha entre mente y espíritu o conciencia, durante mucho, ha prevalecido la primera, malinterpretando enseñanzas bellas, hermosas y profundas para convertirlas con frecuencia en un bufón de su verdadera naturaleza.

En la antigua Grecia, el templo de Apolo en Delfos, albergaba el famoso oráculo de Delfos, donde una inscripción en su entrada rezaba lo siguiente: *gnóthi seautón*, es decir, concóctete a ti mismo. Probablemente, pocos interpretaron el significado más profundo de esta sentencia.

Un claro ejemplo es el de san Agustín de Hipona. Doctor y Padre de la Iglesia Católica. Títulos de primera categoría si tenemos en cuenta que en dos mil años de existencia, solo han sido merecedores de ésta categoría 4 padres y 33 doctores. Personas que por sus enseñanzas, discursos, escritos y prácticas espirituales se han considerado como grandes teólogos, que dieron respuestas a los problemas y debates teológicos que con los años fueron surgiendo.

San Agustín fue sin duda, una de las grandes mentes del mundo antiguo. Una mente brillante e incansable, que afrontó algunos de los retos más notables de su tiempo. Con la fuerza de la razón y de su mente poderosa, dilucidó muchos aspectos teológicos, pero con el tiempo comprendió, que la mente es solo una primera herramienta para acercarnos a la dimensión espiritual, y que ésta corre el riesgo de dejarnos solo en la entelequia, en una comprensión mental y limitada de algo que se nos escapa, algo *inefable*, profundo y eterno.

A partir de ahí, san Agustín cambió y practicó el uso de la razón combinada con su fe para alcanzar la verdad. ¿Qué es la fe, sino esa mirada hacia al interior, que reconoce y sabe que formamos parte de algo tan grande y maravilloso que nuestra mente no puede ni si quiera imaginar?

Al igual que la palabra Dios, la palabra fe, ha sido tan mal utilizada que hoy día es difícil utilizarla sin causar polémica. Dios y fe, son términos hoy día altamente peyorativos en muchos ámbitos de nuestra sociedad. Es difícil “encerrar” a Dios en categorías, juicios y clasificaciones altamente mentales.

Entramos en el terreno de lo *inefable*, y como veremos en capítulos posteriores, algunas disciplinas espirituales, han preferido “acercarse a Dios” en términos de negación. Es decir, si no podemos conocer con la mente plenamente cómo y qué es Dios, quizás podamos acercarnos a él diciendo lo que no es. Hablaremos de ello más adelante.

Aún así, es un remedio muy útil, si la palabra Dios le parece inadecuada o le crea conflicto, cambiarla por otra que a usted le sea más cómoda y acorde a sus creencias, dejando a un lado la enorme carga histórica que el hombre ha impuesto a esta palabra.

Volviendo a san Agustín, dice una leyenda medieval, de dudosa autenticidad, que explica cómo un teólogo (san Agustín) comprendió lo fútil de querer comprender los mis-

terios de la divinidad con el uso de la razón. Sea cierta o no, explica de manera hermosa y sencilla lo que aquí se expone.

Cierto día, san Agustín paseaba por la orilla del mar, junto a la playa, dando vueltas en su cabeza a muchas de las doctrinas sobre la realidad de Dios y de la Trinidad. De pronto, al alzar la vista vio a un hermoso niño, que estaba jugando en la arena. Lo observó más de cerca y vio que el niño corría hacia el mar, llenaba el cubo de agua, y volvía donde estaba antes y vaciaba el agua en un hoyo.

El niño hacía esto una y otra vez, hasta que san Agustín, sumido en una gran curiosidad, se acercó al niño y le preguntó: «¿Qué haces?» Y el niño le respondió: «Estoy sacando toda el agua del mar y la voy a poner en este hoyo». Y San Agustín dijo: «¡Pero, eso es imposible!». A lo que el niño le respondió: «Más difícil es que llegues a entender el misterio de la Santísima Trinidad».

¿Cuál es la situación actual de las religiones en el mundo? ¿Dan respuesta certera a las inquietudes espirituales de la gente? ¿Han conseguido mantenerse al margen de los poderes políticos y económicos para mantener una trayectoria recta y firme? ¿Hasta qué punto éstas religiones procuran ser prácticas puramente espirituales? ¿Utilizan la mente con conciencia? ¿O la mente gobierna sus destinos sin conciencia ninguna? ¿Las religiones actuales están obsoletas?

Sin duda, son todas preguntas que suscitan un amplio debate. Aunque quizás, hay otra aún más intrigante: ¿surgirá (o ha surgido ya) algún movimiento espiritual o religión nueva que proponga un camino fresco y renovado para seguir con nuestra evolución concienzosa?

Una vez más, sigamos las pistas. A veces, las preguntas, a pesar de ser eso, preguntas, también nos pueden indicar el camino y las pistas hacia ese tesoro escondido.

### **3.- ¿Nueva conciencia: *new age*? Las reglas del juego**

A principios de los años sesenta del siglo XX, surgió una mezcla heterogénea de terapias alternativas, corrientes filosóficas, e ideologías basadas en corrientes orientales, creencias ocultistas, y prácticas sincréticas. La mayoría de ellas, son consideradas prácticas pseudocientíficas, y el término *new age* ha pasado a utilizarse en el vocabulario popular, como toda aquella práctica médica, espiritual o filosófica que está al sur de la razón.

El origen de todo ello fue la creencia astrológica de que fue en los sesenta, y algunos, lo señalan de forma precisa, de que a partir del dos de febrero de 1962 el planeta entró

en la era de Acuario, dejando atrás la era de Piscis, que había durado algo más de 2.000 años. Según ésta creencia, en la que la situación de los astros y los planetas influye sobre manera en las personas, y por ende, en la humanidad, la era de Acuario traería una época de bienestar, paz y armonía, dejando atrás siglos de guerras, conflictos e inestabilidad.

Esta creencia cuajó mucho entre la comunidad hippie norteamericana y por añadidura del mundo occidental. De hecho, concordaba perfectamente con la joven generación de los sesenta. Una generación muy crítica con sus padres, abuelos y mayores en general, a los que acusaban de llevar a la humanidad casi al borde de la extinción (dos guerras mundiales y el uso y tenencia de armas nucleares). No es de extrañar pues, que desearan un mundo nuevo, una nueva era de paz y armonía.

En oriente, la tradición hindú afirma que las eras tienen cuatro ciclos, o “yugas”. El de oro, plata, bronce y hierro. Se afirma que actualmente estaríamos inmersos en el *Kali-Yuga*, es decir, la edad del hierro, caracterizada por ser una era de riñas y conflictos. Estaríamos cerca pues, de terminar ésta edad y entrar en una edad de oro, o *Satyá-Yuga*. Caracterizada por ser la era de la verdad. Una época de esplendor.

Cierta o no la teoría *new age* o la tradición hindú, es verdad que en las últimas décadas se ha producido un interés notable por todo aquello que cuestiona los paradigmas de nuestra existencia y nuestra realidad. En parte, gracias al movimiento de la ilustración, que allá en el siglo XVIII, se atrevió a poner en duda los dogmas espirituales y científicos, impuestos por la iglesia católica en el mundo occidental. Ello sirvió para que naciera la ciencia moderna, que tantos logros y progresos técnicos ha traído a la humanidad.

Antiguamente, la ciencia y el conocimiento se regían por el principio de autoridad. Un principio que opera de forma vertical, donde la persona o personas doctas en cuestión marcaban qué se debía creer y qué no. Qué era cierto, y qué no lo era, sin posibilidad de cuestionar ni rebatir. Ésta falta de sana dialéctica, llevó a un estancamiento tecnológico, moral, y espiritual que no se derrumbó hasta la llegada de la ilustración.

Por el contrario, los ilustrados introdujeron el pensamiento crítico y el uso de la razón, en las que una viva dialéctica, hacía avanzar al ser humano en todos los ámbitos. Aquí, operaba un principio de forma horizontal, donde la sana disputa y la suma entre las personas eruditas a un mismo nivel, hacían crecer el conocimiento humano.

Sin duda, el movimiento *new age* se ha forjado siguiendo un modelo de principio horizontal, aunque este sistema tiene un punto débil. Para entenderlo basta con poner el ejemplo de internet. Hoy en día internet es una herramienta maravillosa. Todo el conocimiento a un solo clic de distancia. Por tanto, todo el conocimiento lo encontramos aquí a nivel horizontal, cuando antiguamente debíamos consultar una enciclopedia, más antiguamente una biblioteca, y aún en un pasado más remoto solo unas pocas personas y libros albergaban el saber elemental.



Así pues, todo este conocimiento está a nuestro alcance pero, ¿qué veracidad tiene? ¿Está contrastado? ¿Nos podemos fiar de lo que dice internet? Todos sabemos que si queremos encontrar buenas respuestas deberemos filtrar. ¿Estamos suficientemente preparados para saber quitar el grano de la paja? ¿Sabremos escoger correctamente?

De la misma manera, todas las expresiones del movimiento new age tienen desde las cosas más maravillosas hasta las más lamentables. ¿Estamos preparados para filtrar? ¿Estamos preparados para escoger correctamente?

Ésta nueva conciencia nos ha llevado a entrar en el s.XXI, con una oferta espiritual multidisciplinar, en la que uno puede marearse entre tanta propuesta. En realidad, solo hay que escoger aquello que más nos resuena, pues la conciencia se manifiesta en nuestro mundo en infinitas formas.

El nuevo milenio, tal y como afirma el *Kali-Yuga* y las tesis *new age*, se ha caracterizado por un aumento de la búsqueda espiritual individual, donde el criterio y la experiencia del buscador es lo que importa, huyendo de los dogmas antiguos.

La soberbia humana nos ha llevado a despreciar aquello que no podemos explicar. La humanidad pasó del principio de autoridad, y el conocimiento limitado, a la dictadura de la ciencia actual, donde nada puede ser cierto si no está científicamente demostrado. ¿No es ésta una práctica gemela a la de los inquisidores antiguos cuando negaban la posibilidad de la existencia de algo que no comprendían?

El ser humano tiene sin duda una mente prodigiosa, capaz de cosas increíbles. Pero hay que admitir que nuestra mente es limitada, y que siempre habrá algo que nos quede grande, algo *inefable*. Ésta realidad, la humanidad debería vivirla con gozo y aceptación, no como un fracaso y con resignación.

Además, la mente vive en el mundo temporal. Solo puede ir hacia adelante y hacia atrás, al pasado y al futuro. A la mente, le es imposible surfear en la ola del presente. No puede sobrevivir en una realidad de presente constante, necesita del recuerdo y la predicción para justificar su existencia constantemente. De ese proceso han surgido gran parte de muchas de las disfunciones humanas.

Sin embargo, cuando entramos en el campo de lo *inefable*, no nos movemos hacia adelante y hacia atrás, pues entramos en una dimensión atemporal, siempre presente. Entramos en un campo de profundidad, donde uno se puede ir sumergiendo más y más en la experiencia de la divinidad, de la conciencia, del Ser, o como lo llamamos en este libro, de lo *inefable*.

## 4.- Un puente: Advaita Vedanta

En todas las disciplinas espirituales de la historia, una de las barreras más comunes para la auto realización personal, es la de quedarse en el nivel mental, en la entelequia.

Hoy en día, son muchas las personas que parecen “acumular” conocimientos más que integrarlos plenamente a sus vidas. De hecho, podemos encontrar lo que llamamos “coleccionistas” espirituales, acumulando un sinnúmero de doctrinas, técnicas, y conocimientos. Pero, ¿existe una verdad subyacente, una experiencia única y común a toda religión o disciplina espiritual? ¿Podemos alcanzar una vía más directa hacia lo *inefable*? ¿Existe una manera desnuda de toda retórica, dogma o condicionamiento?

Como decíamos anteriormente, la mente solo se mueve hacia adelante y hacia atrás, hacia el pasado y hacia el futuro, imposibilitada de comprender un presente continuo que nos acerca hacia lo *inefable*. Por tanto, parece existir una puerta de entrada, un puente que nos lleva a la experiencia de la divinidad. El ahora.

Entre los siglos VIII-IX de nuestra era, vivió en India *Adi Shankara*, o más comúnmente conocido como *Shánkara*. Éste personaje, cada vez más conocido en Occidente, aunque sigue siendo un gran desconocido para el gran público, fue el principal impulsor de lo que se conoce como *Advaita Vedanta*.

El *Advaita Vedanta* es una filosofía originada en el marco y contexto politeísta del hinduismo. Sus principios básicos pueden servir fácilmente para cualquier religión del mundo. Se pueden resumir en tres: *Brahman*, es decir lo absoluto es la realidad. En la religión hindú, aunque es politeísta, se cree que en el fondo, todos los dioses son expresiones diferentes de una última y única realidad o deidad: *Brahman*.

A pesar de ello, *Shánkara* no fue ningún impulsor de un monoteísmo, sino de la “no dualidad” (*Advaita* significa no dualidad). Como hemos expresado anteriormente, *Shánkara*, en un ejercicio parecido al de algún proceso Zen, utiliza la técnica del *neti-neti*, literalmente sería *esto no, esto no*. Es decir, si no puedo definir la divinidad, quizás sí pueda definir lo que no es, y “aquello” que quede al final, lo será.

Un maestro de *Advaita Vedanta* contemporáneo, *Sri Nisargadatta Maharaj*, en el título de un libro suyo, donde se recopilaban centenares de conversaciones con buscadores de la verdad espiritual y los misterios del Ser, resumía su conclusión sobre ese proceso *neti-neti*: Yo soy eso.

A pesar de utilizar una sola palabra, resume de manera brillante lo que aquí se expone, con un solo pronombre demostrativo ambiguo, nos indica que eso, va más allá de mente, palabra o entelequia.

El segundo principio básico que escudriñó *Shánkara* fue que el mundo perceptible, es ilusorio. En éste caso, *Shánkara* pretende explicar que el mundo en el que vivimos, el mundo de la forma es dual. Bueno, malo, día, noche, frío, calor, vida, muerte... Pero que esta dualidad, no es la realidad última de las cosas, sino que más allá de esta dualidad estaría la verdadera existencia, el verdadero Ser, Dios, lo Sagrado.

Para *Shánkara*, superada la dualidad, hay un mundo no sujeto a la misma, y por tanto eterno, no condicionado, siempre presente, potencialidad pura.

Esa potencialidad pura, no manifestada, se expresaría en un mundo material, condicionado y exiguo, que es el que conocemos principalmente. Un mundo de sentidos, dualidad y finitud. Un mundo de amor y odio, de felicidad y sufrimiento.

El tercer principio es el que afirma que el alma de una persona no es diferente del *Brahman*, el Absoluto. Es decir, en cada uno de nosotros, a pesar de ser de carne y hueso, de tener mente, y formar parte de este mundo material, físico e ilusorio, anidaría en nosotros una pequeña parte de lo Absoluto, nuestra alma, un pedacito de Dios.

Para entender el símil, si Dios estuviera compuesto por la arena de todas la playas de nuestro planeta, nuestra verdadera naturaleza sería un granito de arena. Ése granito, no se daría cuenta que es granito y todas las playas del mundo a la vez. Viviría pensando que es un ente separado, minúsculo y ridículo, buscando su propio sentido de existir. Pero, ¿no están las playas formadas solo por granitos de arena?

Para *Shánkara*, es aquí donde empieza todo, donde empieza la asimilación de los principios del *Advaita Vedanta*, y la práctica para conseguir la realización espiritual: reconocer en nosotros nuestra verdadera naturaleza última, que es parte inalienable de lo *inefa-ble*.

Para ello, propone una serie de prácticas, o *Sadhana*, que se pueden resumir en una práctica espiritual continuada y comprometida, para que ello conforme una fuerte convicción, para más adelante convertirse en una experiencia y una realidad.

\* \* \*