

RAMANA MAHARSHI

Sri Ramana Maharshi es el ejemplo vivo de lo que transmite la enseñanza del *Advaita Vedanta*.

Su vida estuvo marcada por su pronta autorealización con la que obtuvo la liberación definitiva, meta a la que apunta esta milenaria enseñanza espiritual. Tras esta experiencia, se desplazó a la montaña sagrada de Arunachala, donde pasó el resto de su vida. Encarnó la esencia del Advaita en su forma más pura y refinada. Con sus simples pero profundas enseñanzas, lo dotó de una mayor claridad y nos mostró de forma muy simplificada como ponerlo en práctica.

Tanto su vida como sus enseñanzas son una emanación de sabiduría, amor, sencillez y verdad.

SU ENSEÑANZA

Sus enseñanzas son sencillas, claras y de gran profundidad y sutileza. Se dice de ellas que es el néctar puro de la esencia del *Advaita*.

Comienzan haciéndonos saber que la **felicidad** y dicha eterna que buscamos es nuestra verdadera naturaleza y es por eso, que para obtenerla, el medio principal y más directo es la investigación de uno mismo, investigar **quién soy yo**.

El decía: "los Upanishads proclaman Tat tvam Asi: Tú Eres Eso, así que, decía él, tu respuesta inmediata debería ser investigar quién soy yo hasta reconocer y realizar **tu verdadera naturaleza**".

Enseñaba principalmente a través del **silencio**, como la forma que consideraba más elevada: la transmisión directa y silenciosa de corazón a corazón en la que nuestra verdadera naturaleza se revela. A veces lo acompañaba de palabras:

"Tú eres *Brahman*, no eres la persona que crees ser "

Decía él, y también que no somos conscientes de esta verdad porque está velada por la falsa consciencia de nosotros mismos, pero esta falsa consciencia puede ser erradicada al investigar y conocernos como realmente somos.

Cuando vemos una cuerda a lo lejos en la oscuridad y la confundimos con una serpiente, es necesario que nos acerquemos a mirar a la serpiente de cerca, para descubrir finalmente que es una cuerda. De la misma manera, es necesario que

investiguemos cuidadosa y reiteradamente, el yo que creemos ser, para deshacer la ilusión y descubrir su verdadera naturaleza, el verdadero ser.

Esta investigación en quién soy yo, llamada **Atma-vichara** es, nos dice, el camino o vía directa a la autorealización, al autoconocimiento puro. Nos enseñó que la práctica de la autoinvestigación, también llamada autoindagación, es la práctica de la atención constante a uno mismo, y la herramienta más poderosa de autoconocimiento que conduce gradualmente a que la consciencia "Yo Soy" que realmente somos se revele por sí misma.

Sri Ramana Maharshi enseñó **dos caminos** como shadanas o prácticas espirituales principales para el logro del autoconocimiento, que es el estado de felicidad eterna, perfecta y pura:

- 1) El camino de la **investigación** (Atma-Vichara), conocerse a uno mismo (nuestra naturaleza real) investigando quién soy yo. Es el camino del conocimiento, llamado en sánscrito Jnana. Conduce al silencio donde la consciencia se reconoce a sí misma y la ilusión de la individualidad desaparece.
- 2) El camino de la **entrega**: Atma Samarpanam, entregar totalmente la individualidad. Consiste en rendirse uno mismo completamente a Dios, entregar y rendir reiteradamente el yo con el que nos identificamos y que creemos ser hasta que se diluya en nuestra verdadera naturaleza. Este es el camino del amor y la devoción, llamado en sánscrito Bhakti.

Cuando se entienden de manera correcta, la autoinvestigación y la autoentrega son de hecho una y la misma práctica, tanto en su resultado, la extinción del ego, como en su práctica. Son la columna o el **eje de su enseñanza**. Él decía que todas las prácticas espirituales para alcanzar la realización, son como arroyos que finalmente desembocaran en dos grandes ríos. Estos dos grandes ríos son estos dos caminos, que llegan directos al Océano del Ser Absoluto.

La gran dificultad radica en el aferramiento y fuerte identificación que tenemos con el cuerpo, el yo que creemos ser, y las fuertes tendencias e inclinaciones latentes en cada persona (llamadas en sánscrito vasantas), muchas de las cuáles están enfocadas a buscar la felicidad en el exterior generando así una gran cantidad de sufrimiento.

Sin embargo, según vamos recorriendo este camino de una forma lenta y constante, gracias a la autoindagación y a la entrega a Dios en el corazón, permanecemos cada vez más instantes en la quietud del silencio de la Verdad que Somos.

Esta luz que Somos va purificando nuestras tendencias y voluntad, debilitando la falsa consciencia que tenemos de nosotros mismos, en la mayoría de los casos de una forma gradual y suave, y al ritmo adecuado para cada persona, asentándonos lentamente en la clara consciencia de ser.

Es por lo tanto, y paradójicamente para la mayoría de nosotros, un camino a recorrer, el retornar a lo que ya somos, y soltar toda la ilusión en la que nos mantiene nuestra percepción.

Sus enseñanzas son accesibles para cualquier persona: sencillas, directas y prácticas. El mayor énfasis está puesto en la práctica que podríamos resumirla así:

En cada instante, en cada momento, regresa a la Fuente. Fija tu atención en tu Ser, la consciencia de Ti mismo, como pura eseidad Yo Soy, en cada momento, hasta que la ilusión del falso yo quede completamente disuelta.

- "*Summa iru*" "Permanece en quietud, en tu naturaleza verdadera, date cuenta de que en ti está todo"