



Azul oscuro profundo

La visión celestial de nirvikalpa samâdhi

Por Rafael Pulido Moyano | 15 de enero de 2024

Imagina que estás dando un paseo por el campo y, de repente, ves algo maravilloso. De inmediato decides contárselo a un amigo. Lo llamas por teléfono, quedáis en una cafetería y, una vez allí, cómodamente sentados, se lo cuentas. Si tu amigo descarta la posibilidad de que te lo estés inventando, entonces no tendrá la menor duda de que tú estabas presente y pudiste ver eso que le acabas de contar. Tu amigo podría cuestionar los detalles de tu testimonio, pero nunca dudaría de la autenticidad experiencial de éste y estaría convencido de que aquello pasó delante de ti, de que tú fuiste testigo de ello. Todo esto es bastante normal, ¿verdad?

Pero ahora supongamos que, días después, vuelves a llamarlo porque quieres hablarle de otra «visión» a tu amigo. «¿Qué has visto ahora?» —te pregunta con curiosidad— pero tú... tú no sabes cómo responder. La conversación podría transcurrir así:

— Tú: Es que... no sé cómo decírtelo...

— Amigo: Pero, ¿qué es lo que has visto ahora?

— Tú: Realmente yo no estaba allí mientras se veía eso...

— Amigo: Espera, no sé si te he entendido. ¿Dices que tú no estabas allí, pero que se veía algo?

— Tú: Sí.

- Amigo: Entonces, ¿Quién lo estaba viendo?
- Tú: No había nadie viéndolo... pero se veía... quiero decir, estaba ocurriendo.
- Amigo: ¿Qué estaba ocurriendo?
- Tú: Un azul oscuro profundo en el que hay millones de estrellas y planetas.
- Amigo: ¿Una imagen del espacio interestelar?
- Tú: Algo así.
- Amigo: Entonces, ¿tú podías verla?
- Tú: Yo no la veía. Yo no estaba allí. Solo estaba el azul oscuro profundo en el que hay millones de estrellas y planetas.
- Amigo: Uff... creo que no te entiendo...

Palabras de Nisargadatta

El 24 de marzo de 1981, apenas cinco meses antes de su muerte, Nisargadatta Maharaj intentó describir la indescriptible visión de la conciencia pura con las palabras «el estado azul oscuro profundo en el que hay millones de estrellas y planetas». Así aparece en *Consciousness and the Absolute*, el libro editado por Jean Dunn con las últimas charlas del sabio:

Eso es el estado azul oscuro profundo en el que hay millones de estrellas y planetas. Cuando estás en ese estado, no tienes conciencia de tu existencia. [*That is the deep, dark blue state in which there are millions of stars and planets. When you are in that state, you have no awareness of your existence.*] (1)

Años después, David Carse —la «cosa david»— eligió esas palabras como cita inicial de su libro *Perfecta Brillante Quietud*, y calificó esa afirmación de Nisargadatta como «inusualmente quijotesca». En lengua inglesa —la que empleó Carse— «quijotesca» puede significar «extremadamente idealista», «irreal», «romántica», «extravagante», «quimérica» o «fantástica», unos adjetivos que rara vez servirían para describir las enseñanzas de Nisargadatta, por lo general crudas y sin florituras, de ahí que Carse emplease el término «inusualmente». La afirmación de Nisargadatta parece, a primera vista, una forma poética o metafórica de hablar acerca un estado sublime. Pero no se lleven a engaño. Les aseguro que se trata de una descripción muy fidedigna de lo indescriptible, de *Eso*, de la *Conciencia Pura [Pure Awareness]*, de *Sat Chit Ananda* o como quieran ustedes llamarlo.

Nisargadatta había empleado palabras similares en una charla anterior (18 de abril de 1980), recogida en otro libro, *Prior to Consciousness*. Decía así:

Pregunta: ¿Qué es ese estado?

Nissargadatta: Es algo como un ciervo reposando a la sombra de un ár-

bol. El color de la sombra no es ni claro ni muy oscuro, esto es la frontera. Ni negro azabache ni muy brillante, a mitad de camino entre ellos, eso es esa sombra. Azul profundo, como nubes, eso es ese estado. Eso es también la gracia del Satguru. Todo está manando de ese estado, pero este principio no reclama nada, no está implicado en nada de cuanto está manando de él; pero esta eseidad está a disposición. Ese estado profundo, azul oscuro, es la gracia del Satgurú. Éste es el estado del jñani, éste es un estado de samâdhi natural muy, muy raro, el estado más natural, el estado más alto. (2)

Probablemente Nisargadatta encontró la metáfora del ciervo que descansa a la sombra de un árbol en el *Yoga Vashista*, el monumental texto advaita con vocación sincrética del siglo XI cuya autoría se atribuye a Valmiki. Entre el casi medio centenar de relatos que componen la obra, con los cuales el sabio Vashista instruye al príncipe Rama en su despertar espiritual, encontramos la «Historia de Iksvâku», donde leemos lo siguiente:

El árbol de la meditación arroja una sombra fresca en la que todos los deseos y anhelos llegan a su fin y cesa toda la angustia ardiente. La meditación amplía la sombra del autocontrol que promueve la estabilidad de la mente.

Un ciervo conocido como la mente, que había estado vagando en el desierto de innumerables conceptos, nociones y prejuicios y que de alguna manera encuentra el camino correcto, toma refugio bajo este árbol. Este ciervo (...) sufre una angustia interminable.

(...) En algún momento, este ciervo conocido como la mente se aleja de todo [su sufrimiento] y busca refugio en el árbol de la meditación, y allí brilla intensamente. La paz suprema y la bienaventuranza no se alcanzan en otra condición que la del estado incondicionado de la [pura] conciencia, y ésta solo se alcanza a la sombra del árbol conocido como samâdhi o meditación. (3)

A la luz de esta referencia, parece claro que, con sus palabras, Nisargadatta intentó describirnos la visión del estado incondicionado o indiferenciado de conciencia pura, o estado de *nirvikalpa samâdhi*:

El estado de un jñani, el estado más alto, ha trascendido la eseidad [*beingness*], pero la eseidad está todavía ahí; así pues, junto con la eseidad está lo Absoluto, el benigno estado azul profundo, sin ojos. El conocimiento reposa en esa sombra benigna de azul profundo, todo paz y quietud. Cuando esa sombra es desplazada hacia un lado, el jñani ve entonces las diversas manifestaciones en la forma de universos y mundos. Pero cuando la sombra está ahí, ése es el estado azul oscuro, profundo, plenamente relajado.

Las palabras «sin ojos» de la cita anterior quieren decir que, en el estado azul profundo, en el Absoluto, no hay nadie viendo nada, no hay un sujeto que esté siendo consciente de nada. Los objetos («universos y mundos») se manifiestan ante el jñani solo cuando la sombra de azul profundo comienza a vibrar («Cuando esa sombra es desplazada...»).

Más adelante en esa misma charla, Nisargadatta señalaba que si alguien desea alcanzar un atisbo de lo que él o ella realmente es, «la primera visión que se tiene es ese espacio azul profundo, el ídolo mismo de la belleza, la imagen de la belleza», y confesó que «muy a menudo he explicado este punto, pero rara vez alguien ha sido capaz de entender lo que quería decir.» Mi intención con este artículo es ayudarles a entender qué quería decir Nisargadatta.

El fragmento en el que Nisargadatta hizo la afirmación «inusualmente quijotesca», comenzaba con las palabras siguientes:

Si te sientas aquí en silencio, siendo uno con el conocimiento «Yo Soy», entonces no te preocupa el mundo ni lo que pasa en el mundo. [*If you sit here quietly, being one with the knowledge “I Am”, then you are not concerned with the world or what goes on in the world.*]

O sea, cuando el ciervo-mente se refugia a la sombra del árbol de la absorción meditativa, el mundo se disuelve, y con él los problemas que provoca en nosotros. Es lógico que sea tan difícil ir más allá de una mera comprensión intelectual. Como dijo Nisargadatta ese mismo día (24 de marzo de 1981), «ningún esfuerzo puede hacerte entender esto; sólo la apercepción más profunda de esto en la consciencia hará que esa experiencia suceda por sí misma. [*No amount of effort can make you understand this; only the deepest apperception of this in consciousness will make that experience happen by itself.*]

Tras señalar que «cuando estás en completo silencio, has llegado a la base de todo [*when you are very quiet, you have arrived at the basis of everything*], el sabio nos regala su última afirmación: «Eso es el estado azul oscuro profundo en el que hay millones de estrellas y planetas. Cuando estás en ese estado, no tienes consciencia de tu existencia.»

Esto a lo que se refería Nisargadatta bien podría ser el «cielo espiritual con sol, luna y estrellas» del que nos hablaba uno de los Padres del Desierto, Filoteo el Sinaíta, allá por el siglo IX o X. Este monje nos exhortaba a emprender el camino que conduce al árbol del que se habla en la «Historia de Iksvâku», ese árbol de la absorción meditativa a cuya sombra se cobijaba el ciervo-mente. Filoteo decía así:

Avancemos con el corazón completamente atento y el alma plenamen-

te consciente. Porque si unimos a diario la atención y la oración, nos elevan al cielo como si fuesen el carro de fuego de Elías. ¿Qué quiero decir? Un cielo espiritual, con sol, luna y estrellas, se forma en el corazón bienaventurado de quien ha alcanzado un estado de atenta vigilancia o se esfuerza por alcanzarlo; pues un corazón así, como resultado de la contemplación y la ascensión místicas, es capaz de contener dentro de sí al Dios incontenible. (4)

«Alcanzar el estado de atenta vigilancia mediante contemplación y ascensión mística» y «elevarnos al cielo» es la terminología cristiano-ortodoxa de Filoteo para expresar la idea de «alcanzar el *nirvikalpa samâdhi*», propia de las tradiciones hinduistas. La visión que Nisargadatta describió con las palabras «estado azul oscuro profundo en el que hay millones de estrellas y planetas» solo es posible dentro de un corazón en *nirvikalpa samâdhi*, el corazón donde caben el Absoluto y la totalidad del universo. O como diría Filoteo, el corazón bienaventurado «capaz de contener dentro de sí al Dios incontenible».

Puede que esta visión celestial esté relacionada con una imagen descrita por Nan Huai-Chin. Según este maestro chan, cuando se produce la apertura del canal energético central (*sushumna nadi* en la tradición hindú), ocurre lo siguiente:

Cuando uno abre realmente el canal central, [el meditador] verá *una luz azul oscuro comparable al color del cielo en el crepúsculo*, y esto significa la correcta finalización de esta etapa. (...) Cuando el chi entra por primera vez en el canal central, *el practicante también sentirá que puede ver todas las estrellas, la luna y los planetas incluso con los ojos cerrados*. (5)

Pero no confundamos las cosas. Mientras haya un yo, un testigo o sujeto, con la más mínima sensación de estar presenciando algo, podemos estar seguros de que no se trata de *nirvikalpa samâdhi*. Podrá tratarse de una experiencia mística excelsa, de una belleza indescriptible, de un estado de armonía y percepción de unicidad... pero seguiría activa la dualidad sujeto/objeto. El azul oscuro profundo no dual referido por Nisargadatta está más allá.

Accediendo al azul oscuro profundo desde el sueño

Hay dos caminos de acceso al oscuro azul profundo no dual (ver más abajo la tabla 1 , con una comparación de ambos). El primero, ya lo hemos visto, corresponde a la absorción meditativa del *nirvikalpa samâdhi* alcanzada por un yogi meditador en estado de vigilia. Esta absorción meditativa es tan profunda que provoca el cese de toda diferenciación mental, de toda «vikalpa», de manera que se produce una unificación completa entre a) la realidad «adual» (Brahman) y b)

la modificación de la mente que adopta la forma de Brahman. O sea, no hay distinción entre lo conocido, el conocer y el conocedor. Al no haber otra *vritti* (modificación u oscilación de la mente) salvo la que tiene forma de Brahman, ésta no se distingue de Brahman y no es percibida. Por decirlo con otras palabras, en *nirvikalpa samâdhi* hay tanta luz que no se ve nada. En el sueño profundo tampoco se ve nada, pero justamente por la razón contraria, por la completa oscuridad.

Entre la excelsa y luminosa vigilia de *nirvikalpa samâdhi* y la oscuridad del sueño sin sueños (*susupti*) hay una vía intermedia. Se puede acceder al azul oscuro profundo desde un estado de sueño lúcido. Este segundo camino comienza con una experiencia de lucidez dentro de un sueño, algo muy común para muchas personas. A veces, mientras estamos dormidos y soñando, nuestro yo-soñador se convierte en yo-lúcido y advierte la naturaleza onírica de su experiencia.

En ese momento se abren dos caminos: o bien el yo-lúcido decide «jugar» con el escenario del sueño, o sea, seguir dentro del sueño manipulando a su antojo los contenidos del mismo, o bien decide salir del sueño, abandonando el escenario onírico. Cuando el yo-lúcido decide quedarse dentro del sueño, lo más frecuente es que se produzca una transición rápida hacia el yo-vigílico. Es decir, la lucidez sobrevenida sería una especie de un coletazo final dentro del sueño antes de abrir los ojos y descubrir que uno está en la cama. Muchas personas refieren la experiencia de tener un breve lapso de lucidez dentro del sueño justo antes de despertarse. (6)

También puede ocurrir, como segunda posibilidad, que la manipulación del contenido onírico por parte del yo-lúcido conduzca a un sueño distinto a aquel en el que emergió la lucidez, un nuevo escenario en el que, o bien se mantiene como yo-lúcido, o bien regresa al yo-soñador (y vuelve a creer que el sueño es real).

Una tercera posibilidad consiste en el cese simultáneo de la actividad onírica y del yo-lúcido sin una transición al yo-vigílico, lo que supone la entrada o reentrada (depende de cuántos ciclos de sueño se hayan cubierto) en la llamada fase no-REM o de sueño profundo.

Y todavía hay una cuarta posibilidad, muy poco frecuente, en la que se produce el cese de toda actividad onírica pero el yo-lúcido se mantiene. Hay una ausencia completa de contenidos u objetos mentales, ya sean oníricos o de procedencia sensorial, de manera que el yo-lúcido es «testigo» de esa ausencia. En la tradición tibetana se refieren a esta cuarta posibilidad como «sueño profundo de clara luz», en contraste con el «sueño profundo de ignorancia» (la tercera posibilidad que hemos señalado más arriba). Como explica Tenzin Wangyal Rinpoche :

[El sueño profundo de clara luz] ocurre cuando el cuerpo está dormido

pero el practicante no está ni perdido en la oscuridad [la tercera posibilidad] ni en sueños [la segunda], sino que mora en la conciencia pura [*pure awareness*]. (7)

Llegados a este punto hay que señalar un elemento diferenciador de importancia crucial. Mientras el yo-lúcido dentro del sueño profundo tenga la «sensación» de estar presenciando —o ser testigo de— la ausencia de contenidos mentales, seguirá existiendo una sutil dualidad entre él y dicha ausencia. (En términos «técnicos» del Vedanta, sigue habiendo una dualidad entre *prajña* —el testigo del sueño profundo— y *anandamaya kosha*, la «envoltura de dicha» o capa más interna de las cinco que rodean al *Atman*).

Todavía queda un pequeño paso más, yendo más allá de esa cuarta posibilidad, que consiste en la disolución del yo-lúcido, como si se fundiera con lo que un instante antes aparecía ante él como una ausencia y un instante después, precisamente a causa de esa fusión, se revela como la totalidad del universo, con miles de estrellas y planetas que pueblan un espacio azul oscuro de infinita profundidad. Cuando esto ocurre, no hay ningún yo-lúcido o yo-testigo, porque desaparece cualquier vestigio de sujeto. Por esta razón, cuando se intenta explicar todo esto no se puede decir que se trate de una «experiencia», pues no hay ningún sujeto experimentando nada, no hay nadie que sea consciente de la ausencia de contenidos mentales, no hay ningún tipo de yo. Lo único que hay es **Conciencia Pura constatándose a Sí Misma siendo Ella Misma**, o sea, **Atman/Brahman**.

Como podrán suponer, ese espectáculo es absolutamente indescriptible (8) , pero la compasión nos hace hablar de una miríada de estrellas y planetas flotando en un espacio azul profundo porque así es el aroma de cosmos, de espacio interestelar o «reminiscencia lumínica» que deja en quien gozó del espectáculo sin tan siquiera saber que era él o ella quien estaba gozándolo, una especie de «huella cromática» que queda impresa para siempre en quien «murió», por así decirlo, dejando de ser un sujeto, un yo, para convertirse en Todo.

MIENTRAS ESTÁS EN VIGILIA	MIENTRAS ESTÁS DORMIDO/A
La insatisfacción vital y el sufrimiento se hacen insostenibles para el yo-vigilante.	El sueño se va convirtiendo en una pesadilla, y el yo-soñador está sufriendo.
Llega un momento en que el yo-vigilante empieza a pensar que esto es real solo en la medida en que él/ella cree que es real. Se ha convertido en un «yo-despierto».	Llega un momento en que el yo-soñador se da cuenta de que está dentro de un sueño. Se ha convertido en un «yo-lúcido».
Entonces, el yo-despierto decide desapegarse del mundo.	Entonces, el yo-lúcido decide salir del sueño.
Comienza su sadhana particular para alcanzar su liberación. (Por ejemplo, prácticas devocionales, meditación, karma yoga...)	Comienza a moverse dentro del sueño para abandonarlo. (Por ejemplo, agitando sus brazos para volar, apartando con sus manos los elementos del escenario onírico...)
Cuando cesa todo movimiento de su mente, incluso la sensación de «yoidad», se alcanza Nirvikalpa samadhi	Cuando se rinde y cesa todo esfuerzo por salir del sueño, el yo-lúcido se disuelve, como succionado por la atracción suprema de Atman.

Tabla 1: Dos vías de acceso al estado azul oscuro profundo.

El proceso descrito de modo muy esquemático en el lado izquierdo de la tabla, puede durar años, desde que una persona inicia su búsqueda espiritual hasta que consigue la absorción meditativa en la que desaparece cualquier distinción entre sujeto y objeto. En el lado izquierdo de la tabla, eso que llamamos «iluminación», «realización del ser» o «conocimiento directo de Atman/Brahman» consiste en una especie de **«despertar» mientras estamos en vigilia**.

Por su parte, el proceso descrito en el lado derecho de la tabla transcurre quizá en minutos —si se midiera externamente—, desde que emerge un yo-lúcido mientras soñamos hasta que éste desaparece al fundirse con la «nada» aparente del sueño profundo. En este lado derecho, la iluminación, la realización del ser o el conocimiento directo de Atman/Brahman, consiste en una especie de **«dormirse» mientras estamos en sueño profundo**.

* * * * *

Me he dado cuenta de que estoy soñando, y el sueño no me resulta agradable. Quiero salir del sueño. Tomo impulso, como si saltase hacia arriba, agitando mis brazos, confiando en que podré volar y escapar de la escena desagradable. Mi esfuerzo apenas sirve para levantarme un palmo del suelo, o poco más. En ese preciso instante comprendo que no podré conseguirlo, que mi esfuerzo es en vano, porque una especie de fuerza telúrica bajo mis pies ejerce una atracción contra la que no puedo luchar. Entonces dejo de aletear mis brazos, respiro hondo y me entrego, me rindo, acepto el poder de esa fuerza. Conforme voy cayendo de pie hacia el suelo, todo se va oscureciendo a mi alrededor. Lo último que percibo siendo consciente de que soy yo quien lo percibe, es la desaparición de mi cuerpo a medida que entra en contacto con el suelo. Primero, mis pies, que parecen evaporarse nada más tocar el suelo. Les siguen mis piernas, mi cintura, mi abdomen, mi pecho, mi cuello. Cuando llega el turno de mi cabeza, mi último pensamiento es de tranquilidad: mi cuerpo está desapareciendo y, sin embargo, no siento que me falte nada, es más, la sensación está siendo muy placentera. Cierro los ojos en el último instante, cuando ellos mismos están ya a punto de contactar con el suelo. A partir de ahí, yo no existo.

Solo hay espacio infinito, azul muy oscuro, pero los millones de estrellas, nebulosas y cúmulos de galaxias brillan en él.

Solo hay silencio absoluto.

Solo hay quietud absoluta.

El sujeto que creía ser hasta hace apenas un instante, no está aquí.

YO soy el espacio, las estrellas, el silencio y la quietud.

YO soy el azul oscuro profundo.

YO soy Todo.

YO soy.

* * * * *

Es difícil calcular cuánto duró «objetivamente» aquella muerte de este yo. Da igual. El yo renacido, después de aquello, ya no tiene dudas de nada, ni miedo a nada ni a nadie. Sabe de su infinitud y su inmortalidad, y simplemente vive la vida como antes, estando en el mundo con toda la presencia de que es capaz, pero desde la paz que otorga el saber que no es de este mundo. Y un día quedó con un amigo para contarle algo... Y el amigo, que no acababa de entender lo que le estaban contando, le sugiere que intente escribirlo, por si ello puede facilitar la comprensión de ese dichoso azul oscuro profundo.

Notas:

1. Dunn, J. (ed.) (1994) *Consciousness and the absolute. The final talks of Sri Nisargadatta Maharaj*. Accorn Press (p.76).
2. Dunn, J. (ed.) (1999) *Prior to Consciousness. Talks with Sri Nisargadatta Maharaj*. Nesma Books (p.8).
3. Venkaterananda, Swami (trad.) (1993) *Vashista's Yoga*. SUNY Press (pp.630-631).
4. «Let us go forward with the heart completely attentive and the soul fully conscious. For if attentiveness and prayer are daily joined together, they become like Elijah's fire-bearing chariot (cf. 2 Kgs. 2 : 11), raising us to heaven. What do I mean? A spiritual heaven, with sun, moon and stars, is formed in the blessed heart of one who has reached a state of watchfulness, or who strives to attain it; for such a heart, as a result of mystical contemplation and ascent, is enabled to contain within itself the uncontainable God» (*Philokalia*, Vol.III, p.26).
5. Nan Huai Chin y William Bodri (2002) *How to Measure and Deepen Your Spiritual Realization*. Top Shape Publ. (Capítulo 4, p.101). Descargable desde: <https://terebess.hu/zen/mesterek/meas.pdf>
6. En un interesante artículo científico sobre la lucidez dentro del sueño profundo, las autoras decían que los estados —en plural— de conciencia no-dual «son estados de consciencia intransitiva, estados en los que uno es consciente en virtud de que tiene acceso al carácter fenoménico de su experiencia». Pero no es así, porque en el estado no-dual —mejor en singular— no hay un «uno» que sea consciente de un «dos», es decir, no hay sujeto ni objeto. Lo que ocurre es que la reconstrucción verbal posterior o la descripción externa de tercera persona superpone una estructura dual sujeto/objeto al relatar el "evento», pues de otro modo no se podría hablar de ello. (Referencia: Alcaraz-Sánchez A, Demsar E, Campillo-Ferrer T, Torres-Platas SG. (2022) Nothingness Is All There Is: An Exploration of Objectless Awareness During Sleep. *Frontiers in Psychology*. Descargable desde: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9226678/>)
7. *The Tibetan Yogas of Dream and Sleep*, p.146. (Citado por Evan Thompson en *Waking, Dreaming, Being* (Columbia University Press, p.265).
8. En la célebre parábola de Sri Ramakrishna: «No se puede describir con palabras qué es esta experiencia. Una muñeca de sal quiso comprobar la profundidad del mar, pero se disolvió en él apenas se adentró un poco. La muñeca se volvió como el mar. Entonces, ¿quién estaba ahí para volver y explicar lo profundo que es el mar?» (*Sri Ramakrishna Kathamrita* de M. N. Gupta, Vol. 1, p.153.)

© 2024, Rafael Pulido Moyano

© NODUALIDAD.info