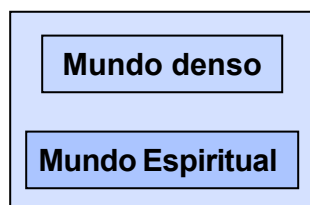


## La Realización más allá de lo Denso y lo Sutil

*Swami Jnaneshvara Bharati*

El verdadero Ser está  
Más allá de lo Denso,  
Más allá de lo Sutil,  
Más allá de lo Causal.

A continuación se presenta una explicación paso a paso, fácil de seguir, sobre los complejos principios de los reinos Denso, Sutil y Causal, y la forma en que el viaje interno de la Meditación Yoga lleva más allá, a la realización del Absoluto. Estos principios son herramientas prácticas que se integran a la Meditación Yoga, hecha en posición sentada o a la meditación en acción.



### Parecería que existieran Dos Mundos

Da la impresión que la mayoría de las personas cree que existen dos esferas, niveles o mundos de realidad.

- 1.- El Mundo Denso, y
- 2.- El Mundo Espiritual.

Es como decir que vivimos en el mundo Denso, y ocasionalmente tenemos insights e intuiciones sobre la existencia y naturaleza de este mundo Espiritual.

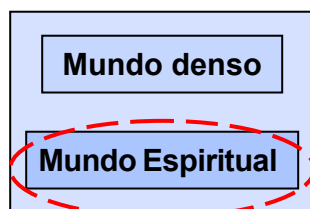


### Parece como si viajáramos entre Dos Mundos

Es como si "Yo" fuera un Viajero que viaja de un mundo al otro.

Unos creen que vamos del mundo "Denso" al "Espiritual" una sola vez, al morir físicamente. Otros creen que estamos yendo y viniendo entre estos dos mundos, gracias a la reencarnación. Algunos van (o intentan ir) a este otro mundo, como parte de su camino espiritual durante esta vida.

En todas estas formas de ver el asunto sólo existen dos campos, mundos o niveles: el "Denso" y el "Espiritual".

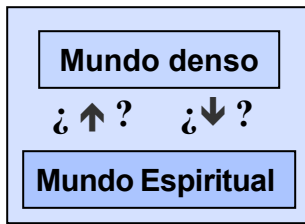


### Existen diferentes nombres para designar lo "Espiritual"

El nivel de realidad que queda por debajo del mundo Denso se denomina con varios nombres, además de "Espiritual".

También se le conoce como nivel, reino, plano o mundo Sutil, Psíquico, Oculto, Astral o Místico.

Recordar que se usan distintas palabras para designar la misma realidad, puede evitarnos mucha confusión o conflicto en nuestras conversaciones, lecturas, escritos y reflexiones.

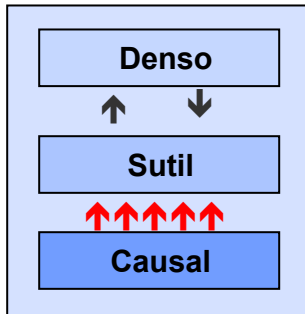


### ¿Quién es el Viajero?

Si "Yo" voy del mundo "Dense" al mundo "Espiritual", ¿quién es ese que está haciendo este viaje?

Si entendemos que aquí está ocurriendo algo más, plantear esta pregunta no es pura gimnasia intelectual. No sólo hay dos mundos sino algo más.

Hay "alguien" o "alguna cosa" que va de un mundo al otro. ¿Quién es ese? ¿Quién soy "Yo"? ¿De qué está hecho este "Yo"? (Esto se analiza más adelante)

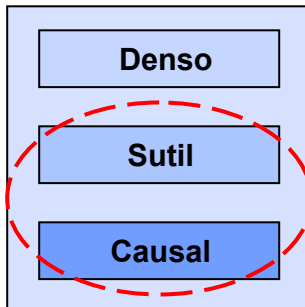


### En realidad existen tres reinos, no dos

El mundo Denso emerge o se manifiesta desde el Sutil (o Espiritual), pero ¿de dónde emergen todos los objetos y actividades en el reino Sutil? ¿De qué "ladrillos" están contruidos los reinos Sutil y Denso?

Por debajo de lo Denso y de lo Sutil existe un tercer nivel, reino, plano o mundo. Se le llama reino Causal, desde el cual surge lo Sutil, que a su vez hace surgir lo Denso.

El Causal es el reino de lo Inmanifestado, desde donde emana lo Manifestado. Contiene objetos, imágenes y principios que se hallan en su forma potencial, en su forma sin forma.

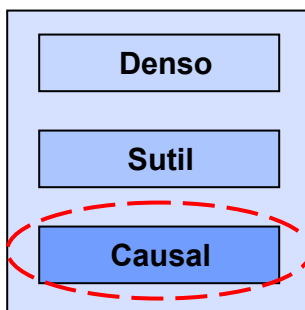


### Lo "Espiritual" incluye lo Sutil y lo Causal

Ser conscientes de este tercer nivel nos hace expandir nuestra visión de lo que es "Espiritual", incluyendo los reinos Sutil y Causal.

El depósito latente del reino Causal y el procesamiento activo del mundo Sutil interactúan entre sí de manera íntima.

Entonces, al usar la palabra "Espiritual" en nuestras conversaciones, escritos, lecturas y reflexiones, es esencial que recordemos no sólo el nivel Sutil sino también el plano Causal.



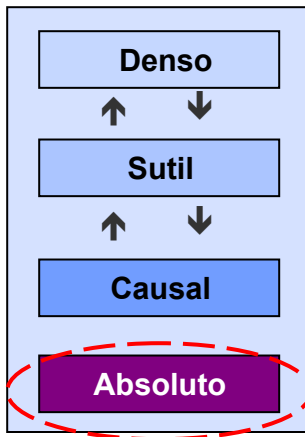
### El Causal es el nivel de nuestros hábitos profundos

El Causal no sólo es el plano desde el cual los aspectos Sutil y Denso del universo se manifiestan. También se relaciona con nosotros, como individuos humanos.

A nivel personal, el nivel Causal es el depósito de nuestros deseos, necesidades, atracciones y aversiones "latentes". Nuestros patrones de hábitos profundos o samskaras son la fuerza que motiva nuestras acciones o karmas.

Estos samskaras residen en la esfera del nivel Causal y continúan con nosotros después de nuestra muerte física.

Visitamos este nivel Causal cada vez que tenemos la experiencia de dormir profundo. Por medio de la práctica de Yoga Nidra (dormir profundo consciente), el aspirante alcanza este profundo nivel y purifica los samskaras internamente.

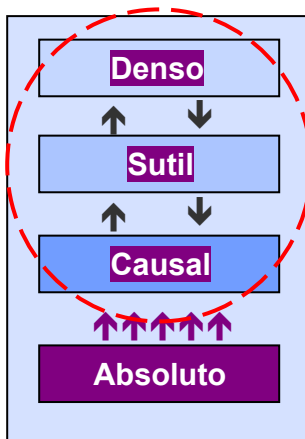


### La Consciencia es la Realidad Absoluta

Existe un constante flujo de Consciencia a través de los niveles Denso, Sutil y Causal. A esta Consciencia también se le llama Realidad Absoluta. Se la ha descrito como indescriptible, eterna, jamás sujeta a la muerte, decadencia o descomposición.

Este nivel es literalmente llamado el “Cuarto” o “Turiya” en la ciencia de la Meditación Yoga, dado que es el cuarto, después de los otros tres (aunque también los impregna)

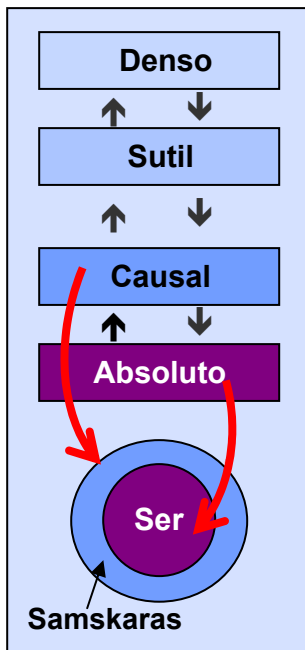
En relación a nosotros como seres humanos, esta Consciencia es el núcleo de nuestro ser, al que se conoce como Consciencia, Ser o Atman.



### El “Cuarto” impregna los otros tres

Esta Consciencia no sólo es la Realidad propiamente tal sino además es la fuerza de vida, que impregna o fluye a través de los tres niveles Denso, Sutil y Causal.

De hecho, esta Consciencia no sólo “impregna” los otros niveles sino que “es” la esencia desde la cual dichos niveles se originan. De esta forma, podemos decir realmente que “Todo es Uno”, en Consciencia Absoluta.



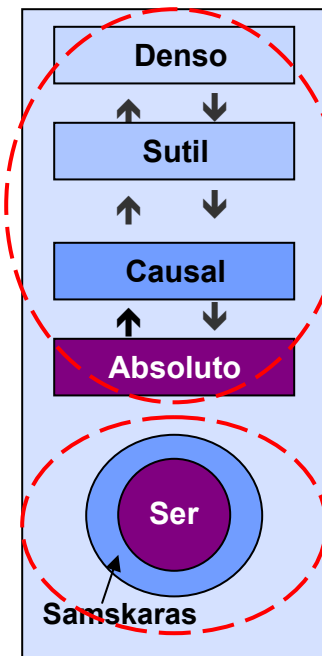
### La constitución del Viajero

Cuando uno se pregunta ¿quién es el que viaja entre los mundos Denso y Sutil?, la respuesta es que el “Viajero” está constituido por nuestros samskaras personales guardados en el nivel Causal (Dormir profundo / Subconsciente) junto con la Consciencia en el núcleo de nuestro ser.

Esto conforma el Alma individual o Jivatman, un matrimonio de dos partes, la Consciencia pura y las impresiones profundas que nos acompañan (aunque paradójicamente todo permanece Uno).

Es como si la Consciencia fuera en un vehículo hecho de esas impresiones profundas o samskaras, que mantenemos después del momento de la muerte física y de vida en vida.

Prácticamente todas las tradiciones y religiones reconocen que existe un aspecto eterno, además del aspecto cambiante que influye en las consecuencias que afrontamos al final de esta vida física.

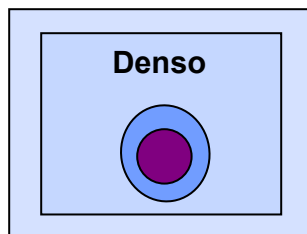


### Parece como si el Viajero estuviera separado

Aunque el alma individual o Jivatman es realmente una con la Realidad Absoluta y los distintos niveles, se manifiesta como un ser separado. El hecho de que es una combinación (Consciencia más samskaras) también se olvida.

El “material” del que el alma individual o Jivatman está hecho es la Consciencia pura del Ser y las impresiones profundas que están guardadas en el tercer nivel. Este nivel involucra el Dormir Profundo, la mente Subconsciente y el plano Causal de existencia.

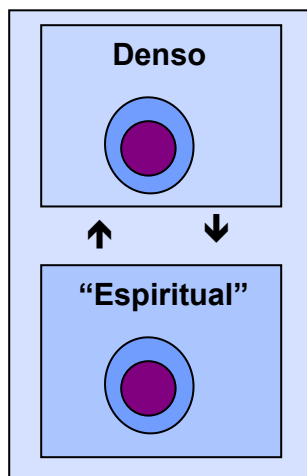
Esta alma compuesta o Jivatman puede entonces “viajar” en las otras esferas o niveles.



### Entonces, el Viajero se queda dormido y olvida

Gracias a un proceso llamado “avidya” o “ignorancia” (la habilidad de “ignorar”), uno olvida completamente los niveles de consciencia y la naturaleza de su propia constitución. A causa de este olvido o ignorancia espiritual, el Viajero puede viajar en el mundo Denso, sin ser consciente de la totalidad de la Realidad e incluso de su Verdadera Naturaleza.

En general uno va por la vida consciente sólo del mundo Denso. Es como si los otros aspectos de nuestro ser no existieran. Nos preocupamos del mundo externo, de sus objetos y actividades, y de otras personas con las que interactuamos. Podemos luchar por sobrevivir o pasarlo bien en la vida, pero en ambos casos el común denominador es que simplemente no vemos en nuestro interior.



### El Viajero empieza a recordar

Con el tiempo, uno se da cuenta que hay algo más que el mundo Denso, y el viaje espiritual comienza; pero al principio el Viajero sólo sabe del mundo Denso y los llamados niveles “Espirituales” de la realidad. (Dos niveles)

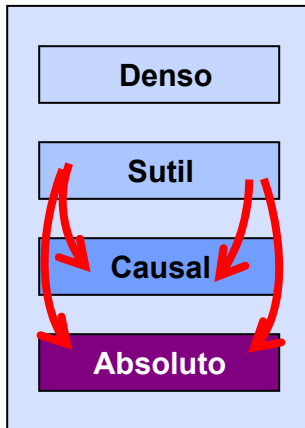
Es aquí donde se inicia nuestro viaje de estudio, donde empezamos este artículo, donde a uno le parece que hay dos mundos, el Denso y el Espiritual.

Es muy fácil quedarse atrapado en este ciclo de ir y volver entre estas dos realidades, entre estar totalmente “dormido” en el mundo Denso y sólo parcialmente “despierto” a nivel Sutil.

Posteriormente, el Viajero de los reinos Denso y Sutil toma consciencia de que hay algo más, y empieza a buscar el reino Causal y la esfera de Consciencia pura, la Realidad Absoluta.

Al igual que cuando el Viajero recién entra al nivel Sutil, podría desconocer el lenguaje, los métodos o el terreno de lo Causal y lo Absoluto. Es posible que la existencia de lo Causal y lo Absoluto sólo se intuya, y se dé una especie de desasosiego que incita a despertar.

### Se reconoce que la Verdad está más allá de lo Sutil



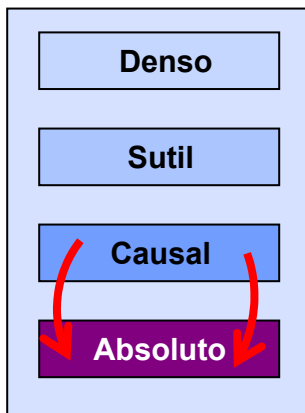
Más adelante, uno se da cuenta que la Verdad, la Realidad Absoluta o lo Divino está más allá del plano Sutil, Astral, Psíquico u Oculto.

Para los Sabios de los Himalayas, los reinos Denso y Sutil se consideran como similares, en el sentido que la Consciencia pura está más allá de ellos o los subyace (aunque los impregna).

Los estados de Vigilia y de Soñar se ven semejantes en tanto fantasías. Conocer esto no implica abandonar el mundo o dejar de cumplir los propios deberes sino más bien esbozar una sonrisa, pues se tiene más claro que la naturaleza del mundo y los sueños equivale a la de un patio de recreo.

De ese modo, la esfera que uno busca en una etapa del viaje, en la próxima se deja de lado, porque se le considera una distracción.

### Surge el No- Apego Supremo



Gradualmente se accede a lo que se llama “paravairagya”, el no-apego supremo.

Aquí uno se percató que incluso los elementos constituyentes más fundamentales del universo no son dignos de interés, cuando se los compara con la Consciencia pura que nunca nació, nunca muere y no tiene forma.

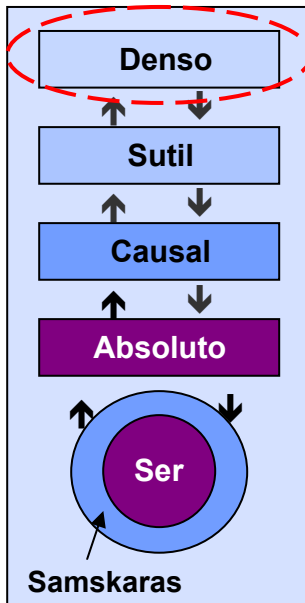
Lo primero que el buscador aprende es que el Gozo que anhela no se halla en lo Denso. Luego se da cuenta que lo Sutil tampoco posee esa Joya.

A esta altura, queda claro que hasta el reino Causal, profundamente lleno de creatividad y conocimiento, tampoco es la esfera de la Verdad o del Absoluto, que está más allá de la muerte, la decadencia y la descomposición.

### Recordar los Niveles de Consciencia



En este momento es útil recordar que los Estados de Consciencia, los Estados de la Mente y los Estados de Manifestación están al mismo nivel unos con otros.



### ¿Se halla la Iluminación en el nivel Denso?

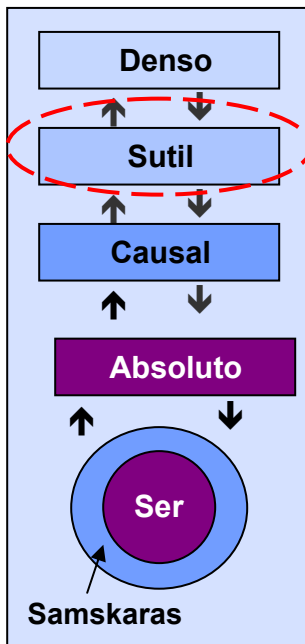
Algunos dicen que la iluminación es un estado en el que uno encuentra paz y tranquilidad en el mundo Denso.

Tal estado de paz puede no involucrar ningún insight o experiencia directa de lo Sutil, lo Causal o la Consciencia de la Realidad Absoluta.

Al final se descubre que la paz mental que se experimenta a nivel Denso no es la iluminación, aunque sí una deseable forma de vida.

En la escalera de la Meditación Yoga, el contento (santosh) es una parte del *segundo* de los *ocho* peldaños, por lo tanto no es la meta sino un prerequisite en el profundo viaje hacia la Auto-Realización.

Así que, si bien el Yogui tiene paz en el mundo externo, dice "Neti, neti!", "ni esto, ni esto!"



### ¿Se halla la Iluminación en el nivel Sutil?

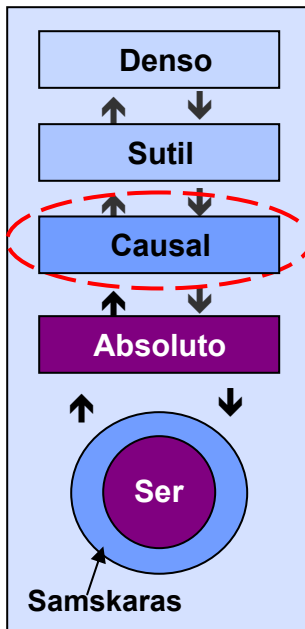
Otros dicen que la iluminación es la capacidad de hacer viajes en el plano Sutil.

Tal capacidad puede que tampoco involucre ningún insight o experiencia directa de lo Sutil, lo Causal o la Consciencia de la Realidad Absoluta.

A menudo quienes conciben así la iluminación se detienen en lo Sutil buscando poderes psíquicos (siddhis), para poderlos usar en el mundo Denso y manipular objetos, acciones o personas.

La ciencia del Yoga sugiere que si éstos aparecen naturalmente durante el viaje, es mejor que el aspirante los descarte cuando suceda.

Viajar en medio de las atracciones del mundo Sutil no es más provechoso que hacer lo mismo respecto del mundo Denso. Cuando esto se comprende, es posible buscar las alturas de la Auto-Realización.



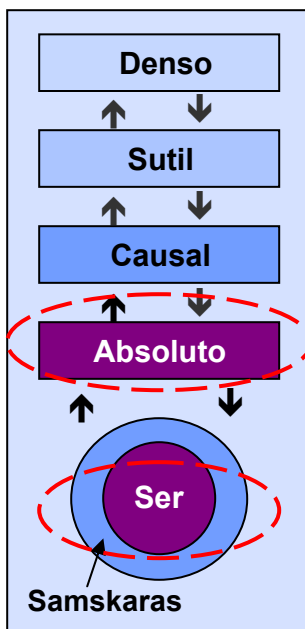
### ¿Se halla a Iluminación en el nivel Causal?

Hay quienes creen que la iluminación es tener acceso al reino Causal, más allá de lo Denso y lo Sutil.

Aquí uno puede sentirse más atraído aún por la búsqueda de poderes, debido a que se tienen cada vez más insights, provenientes de la infinita biblioteca de sabiduría no manifestada, y porque además se empiezan a comprender los elementos del nivel Causal que conforman el reino Sutil. Alguien que se distrae en este nivel puede llegar a considerarse a sí mismo como una especie de dios.

En esta etapa la Meditación Yoga va más allá del No-Apego simple. El aspirante sincero ahora persigue el No-apego Supremo, Paravairagya, que es no-apego incluso a los elementos o partes constituyentes fundamentales del universo.

Por último, uno también abandona el deseo por la sabiduría y los poderes creativos existentes en este nivel Causal, y ya sólo busca la experiencia directa de la Realidad Absoluta, que es lo que constituye la Auto-Realización.



### ¿Se halla la iluminación en el Cuarto Nivel?

Para los Sabios del Yoga, la verdadera iluminación es un asunto de Realización directa de la Consciencia pura, que se encuentra más allá de los otros tres niveles, Denso, Sutil y Causal.

Esto es la Auto-Realización, donde uno descansa en su Real naturaleza, independiente de todo apego a los objetos materiales del mundo Denso. Aquí hay independencia en cuanto las más atractivas distracciones de lo Sutil y de los deseos más finos respecto al conocimiento y creatividad propios del Causal. También hay libertad de los condicionamientos de los samskaras y de sus más sutiles apegos.

En esta etapa uno conoce no sólo el Ser individual (Atman) sino sabe también que el Ser individual y el Ser Universal o Absoluto (Paramatman o Brahman) son lo mismo.

Los samskaras y los niveles de consciencia están aún ahí, haciendo su danza, pero el Viajero ha tenido la experiencia de la Verdad.

### Después de conocer el Absoluto o el Ser



Finalmente se produce un estado de iluminación, en el que se puede estar activo en el mundo, y permanecer a la vez y permanentemente siendo uno con el Ser o el Absoluto, en total No-Apego (Paravairagya). (Primero se busca la experiencia directa del Absoluto, aunque sea un vislumbre, y luego, después de eso, uno continúa purificando las impresiones profundas de la mente, los karmas, como para acceder además al nivel de total no-apego)

La flor del loto simboliza esta libertad, dado que puede vivir en un pantano, y aún así emerger hacia arriba y abrir sus pétalos hermosos.

Es la Realización del Ser en el ser.