



Día a día es un boletín vía e-mail cuya misión es dar a conocer las enseñanzas de **Sesha** —sobre la No-dualidad— aplicadas a la vida cotidiana de las personas.

Este boletín **puede reenviarse** a toda persona interesada en la búsqueda personal, en el conocimiento de sí mismo y de la Realidad Final.

Ningún agente de percepción ni ningún objeto son estables mientras se diferencien uno a otro (1)

¿Qué es la ilusoriedad?

La ilusoriedad es asumir como real algo que no existe. La ilusoriedad es asumir que el mundo diferenciado tal cual es se sustenta en él mismo, es decir; que la parte se sustenta en la parte. Sostener esta condición y afirmar esta circunstancia es darle pie a que la ilusoriedad tenga sustancia, tenga sustento en algo invalido.

La ilusoriedad se sustenta en que el yo, el ego existe por sí mismo y evoluciona por sí mismo cuando realmente no es así. Lo que existe realmente es una condición de existencia conciente no-diferenciada cuya base es esencialmente conciencia.

¿A qué llamamos ignorancia?

Denominamos ignorancia a la falta de comprensión que tenemos sobre nuestra naturaleza real. Ignorancia también es la errónea certeza de asumir que nuestra naturaleza real es cambiante, que se modifica, cuando en el fondo es algo que siempre es estable e inmutable.

La falta de discernimiento metafísico nos impide comprender qué es lo real, llevándonos a asumir que la representación mental dual que hacemos del mundo o de nosotros mismos es la base de la realidad.

Ignorancia es no saber qué somos, lo que fuimos ni lo que seremos. Ignorancia es asumir las propias certezas mentales como fruto perfecto de un mundo dual inestable.

(1) Los Campos de Cognición – Sesha 2003, Gaia Ediciones

¿Quién nos puede enseñar a meditar?

Lo que realmente fructifica como enseñanza es el acto de la comprensión de un hecho, de un conocimiento o de una acción. Lo que se busca mediante la enseñanza es sustentar una comprensión que se mantenga con el tiempo y sea firme ante cualquier eventualidad.

Lograr en ti el acto de la espera meditativa y realizar la observación correcta de tus pensamientos te da la comprensión firme de que evidentemente ellos nacen y mueren, y que entre ellos hay un espacio vacío de atención pura. Esa comprensión, dada la vivencia personal que se ha tenido, genera la fuerza de crear un camino de búsqueda, un sendero de claridad, una expectativa clara del inicio de la práctica meditativa.

Esa certeza meditativa, esa comprensión que se tiene de la practica interior o exterior de lo que llamamos meditación, es lo que el estudiante debe aprender, eso es lo único que vale la pena enseñar.

¿Qué es un maestro?

Un maestro es aquel que es diestro en el estudio de los libros sagrados (*srutis*, los libros que poseen la revelación de lo divino) y aparte tiene la experiencia de lo absoluto a través de la experiencia personal del Nirvikalpa Samadhi. Maestro es quien tiene la experiencia del absoluto No-dual y se empeña por dharma en darlo a conocer a los demás.

¿Cuál es la función de un maestro para nosotros?

Debido a que la realidad No-dual es intransmisible intelectualmente, el maestro tiene esencialmente la condición de servir al discípulo de punto de referencia a una forma ordenada de pensar e interpretar el mundo y a sí mismo.

Para que aquellas preguntas que no tienen solución por parte del estudiante puedan ser resueltas, o las prácticas de meditación sean confiables, se requiere de alguien que de alguna manera haya caminado por ese sendero y lo conozca a profundidad. La referencia que todo estudiante posee sobre su propio mundo interior es francamente laberíntica; le es muy difícil encontrar estabilidad en sí mismo y un sentido amplio y amable de la práctica meditativa.

El maestro, al haber pasado ya por este confuso sendero de incertidumbres metafísicas, logra mostrar un mapa claro del funcionamiento de la mente dual y sabe la forma de encausar las inquietudes de sus discípulos en la búsqueda de la realidad No-dual.

Para saber más sobre **Sesha** puedes visitar la web www.vedantaadvaita.com, donde encontrarás información de sus libros, así como transcripciones, entrevistas, audios y el calendario de seminarios y eventos.