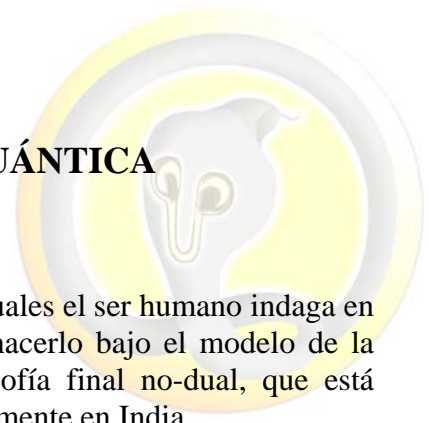


# MEDITACIÓN, NO-DUALIDAD Y CUÁNTICA



## Introducción

Existen diversos modelos de pensamiento a través de los cuales el ser humano indaga en la esencia de lo que Es el individuo. Nosotros trataremos de hacerlo bajo el modelo de la filosofía *Vedanta*, específicamente el *Vedanta advaita* o filosofía final no-dual, que está profundamente instaurada en la tradición oriental y muy especialmente en India.

Hay otros modelos filosóficos que son cercanos al *Vedanta*, como el del budismo *Zen* o el Taoísmo, y ciertamente hay una gran cantidad de elementos de estas y otras tradiciones que ofrecen un vislumbre coherente y esclarecedor sobre lo que es la naturaleza del ser humano, es decir, interpretaciones metafísicas respecto a su esencia.

De estos grandes sistemas universalmente conocidos escogeremos el *Vedanta advaita*. Ello no significa que sea el mejor, simplemente es aquel modelo a través del cual vamos a describir las ideas metafísicas que más adelante compararemos con algunos planteamientos que hace la física cuántica.

Si, por ejemplo, fuésemos a tratar de entender la naturaleza de la mente con las líneas y los planteamientos occidentales, seguramente escogeríamos por ejemplo la psicología freudiana, la Gestalt o la humanista o quizás otra modalidad cualquiera de las que la psicología nos ofrece; tendríamos que escoger una manera de abordar el proceso fundamental de lo que se quiere analizar.

De este modo, para entender lo que somos en esencia, vamos a escoger un modelo que, si bien no se diferencia en gran medida de los grandes modelos orientales, se asienta en la idea fundamental y profunda denominada “no-dualidad”. Dicho sistema *Vedanta* posee la particularidad de ser un modelo altamente abstracto y, por ende, algo complejo de entender.

## La no-dualidad

La no-dualidad no es una idea comúnmente cultivada en Occidente, ni siquiera la suelen citar los filósofos dentro del prontuario de ideas existentes. Es una idea que, aunque es muy simple, es profundamente compleja por las implicaciones que de ella se derivan en todos los órdenes, ya sean científicos, metafísicos, éticos o epistemológicos. Para poder sumergirnos en ella vamos a acercarnos a otra disciplina occidental cuyo desarrollo nace de las matemáticas y de la física, con la que nos va a ser mucho más fácil entender más adelante el concepto de la no-dualidad.

Las ideas expuestas por la filosofía *Vedanta* se parecen mucho y tienen imbricaciones muy cercanas con el modelo de la física cuántica. Trataremos, pues, de analizar algunas ideas muy simples de esta disciplina científica y, a través de ellas, saltaremos a describir cuál es la razón y el porqué de la Meditación dentro del ambiente de las tradiciones orientales y específicamente dentro del *Vedanta advaita*.

## Física Clásica y Cuántica

Básicamente existen dos modelos en física: el de las partículas microscópicas, atómicas y subatómicas, y el de las partículas grandes o macroscópicas. A la física que estudia las partículas grandes se la suele llamar “física clásica” y a la que estudia el funcionamiento de las leyes que exploran y explican el comportamiento de las partículas muy pequeñas, las partículas subatómicas, se la llama “física cuántica”.

Ambos modelos, clásico y cuántico, poseen algunos factores en común; en ciertos aspectos sí que son cercanos, pero las leyes que describen el comportamiento de las partículas cuando son grandes son muy diferentes de cuando son muy pequeñas. Aunque los elementos grandes son la suma o una composición de los elementos pequeños, cuando se estudian uno a uno y no como suma de ellos en gran cantidad, las leyes a través de las cuales se describen los procesos físicos varían.

La principal diferencia entre la física clásica y la física cuántica es que en la física clásica el observador no interviene ni modifica lo observado. Por ejemplo, al ver un avión, por más que se lo observe el avión sigue con sus características y sus condiciones especiales, va a la misma velocidad y los pilotos o los pasajeros en él no muestran modificación alguna porque haya alguien desde la tierra observándolos; por tanto, en la física clásica no es necesario analizar la naturaleza del observador, pues se considera a éste totalmente independiente de lo observado.

Bajo esta modalidad “clásica”, los objetos son todos claramente diferentes unos de los otros: el observador es diferente de lo observado; lo observado es diferente de otra cosa observada; un observador difiere de cualquier otro observador. Una característica especial de la física clásica es que todos los objetos y todos los sujetos son específicamente “uno” y diferentes cada uno de ellos. Así, entonces, las paredes son diferentes de las ventanas, las ventanas de los cristales, los cristales de las cortinas, las cortinas del techo, el techo del suelo y así sucesivamente. Cada cosa guarda una condición que le es propia y única y el hecho de que sea observada por cualquier sujeto no la modifica.

Sin embargo, esta condición de clara independencia no se da en la física cuántica. Los objetos en la física cuántica no funcionan como eventos independientes unos de los otros sino que funcionan como “probabilidades”. Normalmente, para nosotros, los objetos son “cosas” unas tras otras, pero en el mundo de la física cuántica adquieren la condición de comportarse como simples probabilidades.

En 1926 Erwin Rudolph Schrödinger, tras muchos intentos, expuso por primera vez un tipo de ecuación que podía predecir el comportamiento de las partículas cuánticas. Fue un hallazgo extraordinario y supuso un gran impulso a la investigación de la naturaleza del universo y en especial de las partículas subatómicas, pero esa ecuación tenía el problema de que, aunque pretendía describir las partículas, no se sabía muy bien si lo que realmente describía eran las propias partículas o algunas de sus condiciones.

Aunque no todos los científicos pudieron o quisieron entender tales circunstancias, la mayoría de ellos llegaron al acuerdo de que lo que describía dicha ecuación eran probabilidades. Imaginemos, por ejemplo, que en la mano sostenemos una semilla de naranja. En estos momentos tan sólo es una semilla pero, ¿qué puede llegar a ser en unos pocos años? Esa semilla puede llegar a ser un naranjo, puede ser una simple naranja; también puede llegar a ser otra semilla, parte de un zumo, la sombra del naranjo, leña para el fuego, un objeto de madera, un adorno, un utensilio, parte de un nido para pájaros, etc.; también puede llegar a convertirse en vitaminas que, al ser tomadas por un niño, sean asimiladas por su organismo para aumentar sus defensas ante enfermedades. Puede convertirse en tantas cosas que resulta inacabable registrar el número posible de opciones cuya cantidad es prácticamente infinita. Ahora bien, esas probabilidades ¿son todas potenciales en un futuro?, o bien, ¿esta semilla es simultáneamente cualquiera de las probabilidades o solamente una de ellas?, ¿puede ser solamente un objeto o solamente sombra o solamente fruto?, ¿puede ser “una” y solo “una”, o “una” y potencialmente todas las demás de forma simultánea? Lo que acordaron la mayoría de los científicos es que la ecuación de Schrödinger describe “una” condición y potencialmente todas las restantes.

Una condición fundamental que poseen las partículas subatómicas es que actúan como probabilidades: pueden potencialmente estar en cualquier lugar y en cualquier tiempo, pueden estar en el futuro y en el pasado. Hay partículas que pueden estar en cualquier región del universo para, al instante siguiente, estar aquí mismo. La condición de las partículas subatómicas es muy compleja; no es posible saber nada de las complejidades de su funcionamiento con absoluta exactitud, es decir, no es posible conocer su condición ni la suma de sus condiciones en un momento cualquiera; lo único que se puede saber de cualquiera de ellas, al ser detectada, es una de las probabilidades que posee en sí misma de todas las que simultáneamente en ella existen.

En el mundo de las cosas grandes, las cosas son “cosas”: les damos nombre, conocemos su peso, su masa, su velocidad, sabemos si se mueven o se quedan quietas, si se aceleran o no; si el objeto es un ser vivo, podemos saber si está triste o no, si está cansado, si está sano o enfermo. En el mundo de las cosas grandes se pueden definir con claridad los objetos y, una tras otra, sus condiciones son específicas y definidas, pero con las partículas subatómicas no sucede lo mismo: cuando buscamos una partícula subatómica, podemos saber las probabilidades donde ella pueda estar a través de la ecuación de Schrödinger pero, hasta que no la observemos, no sabremos efectivamente dónde se encuentra. Antes de ser observada la partícula es una probabilidad y solamente deja de serlo cuando se la detecta, para convertirse en un objeto que hace parte de las innumerables probabilidades que antes habíamos determinado. Los objetos sólo son algo si son observados pero, si no, solamente son probabilidades.

Por consiguiente, se puede afirmar que en el mundo subatómico la naturaleza del observador cambia la realidad de las partículas porque, si él se hace presente, el objeto parece ser “algo”, pero si el observador no se hace presente el objeto aparece sólo siendo una probabilidad. Es curioso el momento en que un objeto pasa de ser una probabilidad a ser un objeto: en el ejemplo anterior de la semilla de naranja se decía que ella podía potencialmente ser un número indeterminado de cosas distintas con el paso de los años, era un número ilimitado de probabilidades; si se la vuelve a observar transcurrido el tiempo, todas esas probabilidades se concretarán en una sola opción. A esa concreción de “muchas probabilidades” a “sólo una” se la llama “colapso de la función de onda”. En la física cuántica se dice que el observador colapsa la función de onda y, al colapsar, una de las innumerables probabilidades se hace presente.

### **El gato de Schrödinger**

Schrödinger, que fue quién describió la ecuación de onda que determinaba de forma dinámica el movimiento de las partículas y la energía que poseían en un momento cualquiera, ideó en 1935 un experimento imaginario que se ha venido llamando “la paradoja del gato de Schrödinger”, para mostrar lo paradójico de los nuevos planteamientos que manifestaba la física cuántica.

El experimento consiste en imaginar un gato que está encerrado en una pequeña caja totalmente cerrada, lo que inicialmente hace imposible verlo dentro de ella. En el interior de la caja, además del gato, hay un veneno que está en una botella y un martillo dispuesto a romperla. El martillo está conectado a un mecanismo detector de partículas radioactivas que, de ser detectadas, lo haría caer sobre la botella, con lo que provocaría el vertido del veneno y, como consecuencia, la muerte del gato. Junto al detector se sitúa un material radioactivo que puede o no generar radiación, y que por tanto puede ser detectada en el interior de la caja dentro de un periodo de tiempo específico. Al finalizar dicho periodo habrá ocurrido uno de los dos sucesos posibles pero, si no se mira en el interior de la caja, no se podrá saber cuál de las dos probabilidades se ha producido y, por tanto, no podemos saber a ciencia cierta si el

gato sigue vivo o está muerto. Mientras el gato no pueda ser observado podría decirse que está simultáneamente “vivo y muerto”. Evidentemente no puede haber un gato que esté simultáneamente vivo y muerto, sin embargo, en el caso que nos ocupa el gato posee simultáneamente la suma de las probabilidades de “vivo” y “muerto”. Por el contrario los objetos, como ordinariamente los conocemos, no son suma de probabilidades sino simplemente condiciones específicas y unitarias.

Hasta ahora nadie ha resuelto la paradoja del gato de Schrödinger. Ni el mismo Einstein ni ninguno de los físicos cuánticos que ha habido hasta la fecha ha desentrañado lo absurdo de asumir que pueda existir la doble condición de vivo-muerto para el gato, pues no existe la probabilidad solapada y simultánea de un gato “vivo y muerto”: o está vivo o no lo está. Pero ¿cómo saber si está vivo o muerto? Sólo cabe la opción de observarlo pero, al hacerlo, sólo aparece una de las dos opciones. Antes de ser observado lo que existe es la ecuación de onda de Schrödinger que determina las innumerables variables de una partícula subatómica, es decir, para nuestro ejemplo se asimila a que se solapen las probabilidades de vivo y muerto.

Por tal razón, en el universo de las partículas subatómicas “objeto” y “sujeto” no poseen un distingo tácito, pues el objeto no puede ser completamente independiente de quien hace la medición de sus condiciones físicas, es decir, el observador está involucrado esencialmente con el objeto, sin poder crear un sesgo diferencial, cosa que sí ocurre en la física clásica.

Hecha esta pequeña introducción, veremos cómo estas ideas se asemejan al modelo de realidad que plantea la filosofía oriental desde el *Vedanta*.

### **Probabilidad y colapso en la Cognición**

Desde el *Vedanta* lo que se analiza fundamentalmente es la naturaleza de la Conciencia y el proceso cognitivo que determina la aparición de los diversos estados de conciencia. Lo que esencialmente se propone desde la física cuántica, y en concreto desde la ecuación de Schrödinger, coincide en gran medida con lo que ocurre cuando estudiamos la naturaleza de la mente.

A modo de ejercicio, si intentamos recordar un evento cualquiera que haya acontecido a lo largo de nuestras vidas, el número de probables recuerdos que puedan aparecer es prácticamente infinito. Todos los eventos que potencialmente se puedan recordar están ahí, en la memoria, y cualquiera de ellos puede aparecer en cualquier instante. Si bien puede que aparezcan con mayor facilidad aquellos recuerdos que están en la superficie de la memoria comparados con los procesos del inconsciente, todos ellos están en disposición de aflorar cuando el instante así lo requiera.

Para nosotros la memoria actúa como una especie de ecuación de Schrödinger, es una inmensa masa probabilística. En el instante en que el pensamiento se concreta en “algo”, dentro de la inmensa probabilidad de todo lo que potencialmente pueda ser pensado o recordado, se colapsa la función de onda de la memoria. La inmensa masa mental, al determinarse un pensamiento, asume una condición y rompe la condición probabilística que solapa innumerables eventos de la memoria.

A ese proceso pensante en la filosofía se le llama “dialéctica”. Cuando se razona, cuando ocurre el proceso dialéctico, lo que se da es una comparación entre el objeto conocido y toda la información potencial que se tenga previamente en la memoria, de modo que, de toda la potencialidad de historia que hay en la memoria del individuo, se opte por una información determinada que esté disponible. Por consiguiente, el acto de pensar reduce el paquete de ondas o, lo que es lo mismo, colapsa la función de onda mental, de tal modo que sólo aparece activa aquella condición de la historia que más se parezca al objeto conocido. El logro de emitir un juicio sintético que determine la existencia de un “nombre” y una “forma”

colapsa la memoria e induce una única opción. A ese juicio que emitimos cada vez que al pensar diferenciamos aquella zona de la memoria que mayor parecido tiene con el objeto observado se le llama, en filosofía, “síntesis”.

### **El Presente como solución**

Veamos, por ejemplo, esta pelota. ¿Quién observa la pelota? Evidentemente quien la observa es el observador y podemos plantear, desde la percepción común y al hilo de lo expuesto, que el observador colapsa la función de onda mental al estar presente a través de su propia historia. Realiza la función de comparar ese objeto que experimenta fuera de sí con uno que está dentro de sí en su historia y, de esa unión, de esa codificación, se deriva la emisión de un juicio en forma de síntesis. Eso hace que, de toda la historia del observador, claramente se denomine el nombre “pelota” y emerja un observador diferenciado que la observa.

Al proceso de comparar un objeto con la información que de él tenemos y emitir así un juicio le llamamos “pensar”. Entonces, si razonamos el objeto, en este caso la pelota, ¿qué podemos afirmar? Podemos decir que es redonda, de color amarillo y rosa, que es blanda, que tiene dibujos. También podemos decir que fue fabricada en China, con materiales procedentes del Tercer Mundo, que... podríamos seguir definiendo cualidades del objeto casi ilimitadamente pero, ¿qué escogemos para decir cuando se observa el objeto y se lo piensa? Un concepto tras otro: que es una pelota, que es redonda, que es amarilla, que es blanda... No aparecen todas las probabilidades, lo que aparece es sólo una pero inmediatamente seguida de otra, todas ellas de manera secuencial.

Esto ocurre evidentemente si razonamos el objeto observado. Sin embargo, ¿qué ocurre si, en vez de emitir un juicio, el observador “contempla” el objeto y no emite juicio mental?, ¿qué pasa entonces con la pelota y qué con el observador? Esto es, ¿qué ocurre si el observador no razona lo conocido? Pensar en el objeto es recordarlo y, evidentemente, recordarlo es situarse en algún lugar del pasado, en la historia. ¿Qué pasa si el objeto, en vez de situarlo en el pasado, se lo sitúa aquí y ahora, en el Presente? ¿Qué ocurriría con la ecuación de onda que determina y delimita las potenciales informaciones de este objeto? ¿Se colapsa la memoria a un único evento o no se colapsa? En teoría no se colapsa.

Quien colapsa vez tras vez la función de onda es el observador a través de su propia historia instalada en la memoria, por el hecho de recordar y por el proceso dialéctico que ello conlleva en forma de asignación de “nombres” a los objetos observados. Entonces, para que la función no se colapse, en el Presente no puede haber un observador pensante.

### **No-diferenciación observador-observado.**

De ello resulta la paradójica situación de que, si en verdad estamos en el Presente, no hay un observador pensante: es al pensar cuando aparecen el observador diferenciado, la historia y el colapso, pero si el observador contempla el objeto sin pensarlo, si en la observación no introduce nada de sí ni de su historia, no deja de haber observador pues está participando de la observación, lo que no hay es “alguien” que lo distinga respecto a lo conocido dentro del proceso mismo del saber y, en consecuencia, el observador se hace no-diferente de lo observado.

No es que lo observado y quien lo observa sean “uno”, que sean la misma cosa, sino que en el Presente no se diferencia la ubicación del observador respecto a lo observado. Es similar a cuando al ver una película de cine, si esta es interesante, llega un punto en que el espectador está tan metido en ella que no hay distancia entre él y la pantalla donde se proyecta la

película. No desaparece el espectador: hay observador, ya que hay comprensión de lo que está aconteciendo, sin embargo el espectador no se distingue a sí mismo distanciado de la pantalla.

Hemos visto que en física cuántica se llega a la conclusión de que, mientras el observador no está presente, la partícula es una suma de probabilidades simultáneas; de hecho él mismo es una suma de probabilidades simultáneas. Es extraño un mundo así. El gato del ejemplo es simultáneamente un gato vivo y un gato muerto. A nivel perceptivo cabe afirmar desde la perspectiva del *Vedanta* que, si cuando se observa un objeto se está en el Presente y no se lo piensa, el observador no fractura la información, haciéndose no-diferente de lo observado; dicho de otra manera, el observador no colapsa la función de onda histórica, no colapsa la historia, a tal punto que el observador es simultáneamente todas las potenciales probabilidades de lo que el objeto es y puede llegar a conocerlas de manera simultánea y no secuencial.

### **El Presente y la Meditación**

Así pues, el *Vedanta* afirma que si una persona es capaz de sostenerse en el Presente y no emitir juicio alguno sobre aquello que observa, ya sea un objeto interno o externo, es capaz de convertirse en no-diferenciado de toda la infinita e ilimitada suma de probabilidades que el objeto en sí mismo ya posee. Y cuando esa persona es capaz de hacer eso, cuando es no-diferente a todo el universo que ha existido, existe y existirá, porque toda la información está implícita en todas partes, advierte una excepcional forma de cognición denominada *samadhi* o *nirvana*.

He ahí entonces qué se plantea en la Meditación: la Meditación es aprender a ver el mundo sin colapsarlo y aprender a observarse sin colapsarse. Meditación es ver el mundo desde el Presente, desde el aquí y el ahora, desde lo que está aconteciendo. Meditar es el arte de aquietar las fluctuaciones de la mente, es decir, de impedir que la mente adopte la historia que potencialmente posee de manera secuencial en cualquiera de sus innumerables condiciones.

A todos nos ha ocurrido en alguna ocasión aquello de estar tan metidos y focalizados en alguna actividad, ya sea practicando algún deporte, algún juego, en los estudios o el trabajo, que el tiempo pasa sin darnos cuenta, que desaparece todo lo que no hace parte de la actividad, no nos enteramos de si hace frío o no, de si alguien nos está llamando, etc. Son instantes muy gratos e interesantes donde nos sentimos totalmente integrados con la actividad misma que se está realizando. Son momentos de tan alta eficiencia que, si tuviésemos la mente educada para permanecer habitualmente en ese nivel, realizaríamos cualquier actividad en mucho menos tiempo y con menor esfuerzo.

La pregunta es muy simple: ¿es posible llegar a permanecer en esta forma de cognición? ¿Es posible percibir el mundo sin pensarlo?

No solemos estar en el Presente. Cuando éramos niños vagábamos abiertamente en él, pero esa destreza natural se olvidó hace mucho tiempo. Por una cuestión cultural y a través del sistema educativo imperante, desde niños hemos aprendido a acumular información y a utilizarla mediante procesos dialécticos, a razonar más allá de lo que las situaciones han requerido. A tal punto que ya no sabemos dejar de pensar, no sabemos contemplar el mundo sin interpretarlo, no sabemos actuar y permanecer en lo que se está haciendo sin pensar en otras cosas. Pero no solamente nos pasamos todo el tiempo pensando, sino que ahora la mente ha tomado tal inercia que ya no podemos controlarla.

Al ser humano le cuesta estar atento. Cuando por momentos se consigue hacerlo, por ejemplo, al escuchar a alguien que está hablando, nos perdemos en las palabras, nos perdemos ante cualquier condición interna o externa. El Presente suele ser muy esporádico en las

personas; por ejemplo acontece cuando hay sorpresa, cuando hay novedad, cuando hay aprendizaje. Cuando el asombro ocurre, hay tanta intensidad puesta en el hecho que acontece que no tenemos la necesidad de recordar lo que se está haciendo sino que, simplemente, somos libres de reaccionar libremente y experimentarlo sin razonar.

Las personas habitualmente están invadidas por los sentimientos, las emociones y los pensamientos. Toda esa fuerza inestable llega a cobrar tal magnitud y tal nivel de intensidad que no es posible controlarlos. Entonces las personas se sienten tristes, abrumadas. Tanto tiempo, tantos años reforzando procesos mentales de pensamientos compulsivos generan una inercia implacable. Dicha inercia es como un tornado emocional donde las pasiones esclavizan y nos controlan. Así, cuando se va por la calle vemos a la gente caminando y los observamos metidos en su interior sin percatarse de cuanto acontece a su alrededor. Llegados a sus casas ni siquiera son capaces de gozar con una comida, pues no logran permanecer atentas a ese pequeño instante por estar pensando en mil cosas diversas.

### **El “yo”.**

Esa situación de proceso dialéctico constante sobre los diversos eventos de la cotidianidad hace que exista una condición de ser sujeto diferenciado de los objetos conocidos, y a ese ser diferenciado de los objetos le llamamos “yo”, “ego”, “yoidad”. Pero esa yoidad se disuelve cuando una persona contempla el mundo desde el Presente y se diluye en el campo que se está conociendo, siendo parte no-diferenciada del mismo.

Por esa razón, el *Vedanta* fundamenta su sistema metafísico en la no-existencia del “yo” diferenciado o, lo que es lo mismo en el orden práctico, en la experiencia de un “yo” no-diferenciado en la percepción. Buscamos una percepción continua y constante en el Presente. Buscamos educar la mente en el Presente para que llegue el instante donde ese sujeto no-diferenciado se realice en la convergencia de todas las infinitas probabilidades de aquello que conoce y se haga no-diferente de la infinita probabilidad de informaciones que existen en el Presente. A ese proceso le llamamos *samadhi* o *nirvana*.

Esa es la esencia del ser humano: concienciarse no-diferenciado del universo entero y de todas sus probabilidades de existencia. Eso es lo que busca la Meditación: no colapsar la cognición, que no emerja una probabilidad tras otra de manera secuencial sino que el individuo sea capaz de percibir la totalidad del infinito en un instante cualquiera para ser él mismo ese infinito, ser el Absoluto, ser el Eterno. Eso es lo que buscamos y ese es el fundamento de la Meditación.