

Swami Vivekananda

**AFORISMOS DEL YOGA DE
PATANJALI**

Patanjali Yoga Aphorisms

(Versión castellana de Federico Climent Terrer)

Ofrecido por VenerabilisOpus.org
Dedicados a preservar el rico patrimonio
cultural y espiritual de la humanidad.



BIBLIOTECA UPASIKA
www.upasika.com

Colección “Viveka” N° 1

ÍNDICE

Prologo del autor.	<i>Pág. 3</i>
Introducción.	<i>Pág. 6</i>
Capitulo I - De la concentración y sus espirituales	
Aplicaciones.	<i>Pág. 9</i>
Notas del traductor.	<i>Pág. 28</i>
Capitulo II – Práctica de la concentración.	<i>Pág. 33</i>
Notas del traductor.	<i>Pág. 51</i>
Capitulo III – Poderes.	<i>Pág. 55</i>
Notas del traductor.	<i>Pág. 64</i>
Capitulo IV - Independencia.	<i>Pág. 66</i>
Notas del traductor.	<i>Pág. 74</i>
Notas del texto.	<i>Pág. 77</i>

PRÓLOGO DEL TRADUCTOR

La existencia de Patanjali, como la de Homero, la del Cid y otros personajes puestos entre la urdimbre de la historia y la trama de la leyenda en el telar de la erudición crítica, no está todavía con acierto investigada por la ciencia profana, pues mientras unos lo diputan personaje mitológico, otros lo suponen un gramático del año 150 antes de la era cristiana; pero la investigación oculta, de la que se mofan escépticos y positivistas, amén de quienes por otra parte creen o aparentan creer a pies juntillas en la revelación, sabe que fue un filósofo hinduista, del siglo VI antes de la era vulgar y autor auténtico e indubitable de los más famosos que leídos y mucho menos meditados aforismos en que se compendia la doctrina de la yoga o mística unión del alma con Dios.

Según verá el lector que reflexione sobre el sentido filosófico de los aforismos de Patanjali, están basados en el sistema Sankhya fundado por Kapila, pero con la importantísima modificación de que reconoce la existencia de Iswara o sea la primera manifestación del Absoluto, idéntica en significado y concepto al Dios personal de los cristianos y al Logos o Verbo de los platónicos y neoplatónicos, De aquí que se considere a Patanjali como el fundador de la filosofía yoguista o ciencia de la yoga, pues en sus aforismos expone los medios de lograr la liberación definitiva, la unión del alma con Dios.

Quienes andan por las columnas de los periódicos y revistas asegurando, pluma en ristre, que la civilización occidental es autóctona y nada, debe a la oriental, de donde según ellos sólo nos vino la lepra, el cólera y otras calamidades, no tendrán más remedio que abatir la pluma y reconocer que aun contrayendo la época de los aforismos de Patanjali a los 150 años antes de Cristo, se encuentran en ellos, con antelación de trece siglos, todos los métodos, prácticas, enseñanzas y procedimientos de los místicos cristianos cuya tan encomiada virginalidad queda reducida a inconsciente remedo.

Lo mismo cabe decir de lo referente a la moderna psicología con sus renombradas escuelas de Bergson y Freud, así como el recién acuñado neoescolasticismo que dando admirable ejemplo de cristiana humildad se planta de un salto en el pináculo de la humana sabiduría para deslumbrar a los bausanes, desconocedores de que el Aquinate estableció su escuela con los materiales que por la segunda mano de los árabes españoles extrajo de las canteras de Aristóteles y Platón cuyas doctrinas derivaron directamente de la antigua India.

Swami Vivekananda, el discípulo predilecto de Ramakrishna, el gran Instructor de nuestra época, comenta en las siguientes páginas los aforismos de Patanjali a quien algunos críticos han apellidado equivocadamente el Platón de la India, cuando en realidad debe decirse a la inversa que Platón fue el Patanjali de Grecia, pues los aforismos preceden a los diálogos en cerca de dos siglos.

Aforismo, por si alguien no lo sabe y tiene pereza de consultar un diccionario, es una sentencia breve y doctrinal que se propone como regla en alguna ciencia o arte.

En este concepto, los aforismos de Patanjali son sentencias breves que van exponiendo los puntos fundamentales de la filosofía yoguista en el estilo casi siempre enigmático por lo lacónico y elíptico de los antiguos autores orientales.

Escuetamente expuestos y literalmente traducidos al sánscrito no estarían al alcance del grado medio de la mentalidad occidental, por lo que el profundo pensador Swami Vivekananda los ha comentado uno tras otro de suerte que los occidentales no acostumbrados a la terminología propia de la índole de mentalidad oriental comprendan su significado.

Sin embargo, los comentarios de Swami Vivekananda no bastan a mí entender para la exacta comprensión de las enseñanzas del yoga de Patanjali, pues necesario es aclarar algunos puntos que todavía quedan algún tanto nebulosos en los comentarios.

Por consiguiente, he procurado en la medida de mis humildes facultades y con sujeción al capital principio de analogía y correspondencia, que tan insistentemente recomendaba la maestra Blavatsky, disipar dichas nebulosidades de modo que se perciba diáfano el pensamiento del autor y la explicación dada en el comentario.

Con todo, se ha de considerar que este libro no es de amena literatura sino de estudio y meditación, y así es indispensable estar mental y espiritualmente preparados para comprender sus enseñanzas, por muy claramente que se expongan.

Si el lector desea aprovechar las enseñanzas de este libro y ponerlas en práctica, necesita estudiar antes detenidamente, si ya no lo hubiese hecho, el Bhagavad Gita en los capítulos o estancias que tratan de las diferentes modalidades de yoga; la obra de Ramacharaka titulada Filosofías y Religiones de la India, para compenetrarse de las enseñanzas respectivas de los sistemas sankhya y vedanta; la de Swami Mukerji titulada: *Doctrina y práctica de la Yoga*, y la de Kharishnanda *Cómo se llega a ser yogui*, que le predispondrán favorablemente a la comprensión rápida y fácil de los aforismos de Patanjali comentados por Swami Vivekananda y puntualizados o escoliados por el traductor.

El proceso mental que se ha de seguir en el estudio de la presente obra es muy parecido al que la experiencia reconoce por más eficaz en la elaboración de los materiales productos de la industria.

La primera materia va sufriendo sucesivas manipulaciones y maquinaciones antes de convertirse en el acabado producto del proceso de elaboración. Es notorio que estas diversas manipulaciones que van metamorfoseando la primera materia se enlazan en serie de modo que cada manipulación es consecuente de la antecedente y antecedente de la consecuente, con la circunstancia de que si una manipulación no está perfectamente efectuada es muy costosa en tiempo, y trabajo ya veces imposible la manipulación siguiente con grave menoscabo de la calidad del producto.

De análoga suerte, a menos que el lector haya educido en suficiente grado la intuición, le costará mucho más tiempo y esfuerzo comprender los aforismos de Patanjali, si previamente no lee y estudia las obras citadas, que le costaría si las estudiase y leyese, pues el tiempo y esfuerzo empleados en este previo estudio será muchísimo menor que el que le exigiría el estudio de la presente obra sin la menor preparación.

Como es natural, abundan en los aforismos y los comentarios los términos sánscritos; pero esta aparente dificultad queda vencida por la traducción española, de modo que una vez conocido el significado del término sánscrito y si no tiene equivalencia en nuestro léxico, no hay inconveniente en darle cédula de naturaleza y vecindad en nuestro idioma, como sucede con las palabras sánscritas karma y dharma, que sin mayor explicación entienden cuantos están familiarizados con las enseñanzas orientales.

Conviene advertir que la escuela sankhya de que se valió Patanjali para fundar la filosofía yoguista es la denominada dualista, porque admite o supone dos principios coeternos, indestructibles e infinitos, el Espíritu, a que llama Purusha y la Materia a que llama Prakriti, en oposición a la escuela monista o vedantina que sólo reconoce un principio, una causa sin causa a que llama lo Absoluto y del que proceden la materia y los espíritus individuales o mónadas.

Según los sankhyas el espíritu es distinto, completamente, esencialmente distinto de la materia, y tal es el criterio actual de los teólogos cristianos, aunque algunos hubo más afines a los vedantinos para quienes la materia y la mente son condensaciones del espíritu y el espíritu la sutilización de la materia, porque dicen que no hay ni puede

Swami Vivekananda- Aforismos del yoga de Patanjali

haber más que una sola Substancia, un solo Ser Absoluto del que todos los demás seres son emanaciones.

Desde la ya remota época de Patanjali, la filosofía yoguista ha evolucionado hacia las enseñanzas vedantinas, de modo que el yoga según Patanjali y el yoga según los yoguis son idénticas aunque los caminos para llegar a ella sean diferentes y aun parezcan contrapuestos.

Esta identidad ya la señaló hace siglos la estancia quinta del Bhagavad Gita, y la echarán de ver cuantos con la aconsejada preparación lean, estudien y mediten sobre la esencia doctrinal de los aforismos, y si sus fuerzas les bastan emprendan después el largo y penoso camino de la práctica de los ejercicios que los conducirán a la meta final.

FEDERICO CLIMENT TERRER

INTRODUCCIÓN

Antes de entrar en el estudio de los aforismos de la Yoga, quiero discutir un importante problema sobre lo que en concepto de los yoguis descansa toda la teoría de la religión.

Parece que en unánime opinión de los más insignes pensadores del mundo y como casi han demostrado las investigaciones de la naturaleza física, somos el resultado y manifestación de una absoluta condición a espaldas de la nuestra relativa, y que evolucionamos progresivamente para retornar a dicha absoluta condición. Esto supuesto ¿qué es mejor? ¿Lo absoluto o el estado en que nos hallamos?

No habrá gente tan menguada que se figure que este estado de manifestación es el estado superior del hombre. Muy capaces pensadores opinan que somos manifestaciones de un diferenciado ser y que el estado diferenciado es superior al estado absoluto. Imaginan que en lo absoluto no puede haber cualidades, y por tanto ha de ser insensible, embotado, sin vida; que sólo es posible gozar de la vida terrena, y en consecuencia debemos apegarnos a ella.

Ante todo conviene inquirir otras soluciones al problema de la vida. Una antigua solución fue que el hombre después de la muerte permanece el mismo y que por siempre subsisten sus buenos y malos aspectos. Lógicamente expuesta esta solución significa que la meta del hombre es el mundo, y que este mundo, perfeccionado y abstraídos de él todos los males, es el estado a que llaman cielo. Esta teoría es absurda y pueril por lo imposible, porque no puede haber mal sin bien ni bien sin mal. Vivir en un mundo donde todo sea bueno sin nada malo es, lo que los lógicos sánscritos llaman "soñar en el aire".

Otra teoría ha expuesto en los tiempos modernos varias escuelas diciendo que el destino del hombre es progresar siempre en incesantes esfuerzos hacia una meta inasequible. Esta afirmación, aunque en apariencia muy sutil, es también absurda, porque el movimiento nunca se efectúa en línea recta sino en círculo. Si proyectamos una piedra en el espacio, volverá a nuestra mano si no tropieza con ningún obstáculo, por largo que sea el trayecto. Una línea recta indefinidamente proyectada acabará en circunferencia de un círculo. Por lo tanto, es absurda la idea de que el destino del hombre sea progresar indefinidamente sin detenerse jamás. Aunque me aparte del tema, debo advertir que esta idea explica la teoría de que hemos de amar y no odiar, pues así como según la moderna teoría electrotécnica, la electricidad sale de la dínamo y a la dínamo vuelve para completar el circuito, así el amor y el odio retornan a su origen. Por lo tanto, no odiéis a nadie, porque con el tiempo a vosotros volverá el odio que de vosotros salga. Si amáis, el amor volverá a vosotros, completando el circuito. No cabe duda de que cada pizca de odio que salga del corazón de un hombre volverá a él con plena fuerza sin que nada la detenga. Análogamente, volverá a él cada impulso de amor de acuerdo con la ley de acción y reacción.

Desde el punto de vista práctico observamos que la teoría, del eterno progreso es insostenible porque la destrucción es el fin de todas las cosas terrenas. ¿Adónde conducen todos nuestros goces y sufrimientos, nuestras luchas, esperanzas y temores? Todo termina en la muerte. Nada hay tan cierto como esto.

Así, pues, ¿dónde está ese movimiento progresivo? Sólo es posible recorrer cierta distancia y retornar al punto de partida. Vemos que de la nebulosa surge el sol y del sol los planetas, que al fin se disuelven y retornan a la nebulosa. Lo mismo sucede por doquiera.

La planta toma su material de la tierra y a la tierra vuelve. Todas las formas en este nuestro mundo se constituyen de los átomos circundantes ya los átomos retornan. No es posible que la misma ley actúe diferentemente en diversos lugares. La ley es uniforme. Nada tan cierto. Si es ley de la naturaleza, también ha de regir en el pensamiento. El pensamiento se disolverá y volverá a su origen. Lo queramos o no, hemos, de volver a nuestro origen, llamado Dios o el Absoluto.

Todos procedemos de Dios y estamos destinados a volver a Dios. Llámesele Dios, Absoluto o Naturaleza, el hecho es el mismo. "De quien todo este universo proviene, en quien todo lo nacido vive ya quien todo vuelve."

Este es un hecho cierto. La Naturaleza obra con arreglo a un mismo plan. Lo que efectúa en una esfera se repite en millones de esferas. Lo que ocurre con los planetas, lo mismo sucederá con esta tierra, con los hombres y con todas las cosas. La enorme ola es un potente compuesto de menudas olas, tal vez de millones. La vida del mundo es un conjunto de millones de menores vidas, y la muerte del mundo es el conjunto de muertes de estos pequeños seres.

Ahora ocurre la pregunta: ¿el retorno a Dios es o no el superior estado? Los filósofos de la escuela Yoga responden resueltamente que lo es. Dicen que el presente estado del hombre es una degeneración, y no hay en la superficie de la tierra religión alguna que afirme que el hombre es un perfeccionamiento. La idea consiste en que el comienzo del hombre es perfecto .y puro, que degenera hasta que ya no le es posible degenerar más, y que debe llegar tiempo en que se remonte para completar el círculo que ha de recorrer.

Por mucho que se degrade, ha de emprender al fin el sendero ascensional para retornar a Dios, su prístina fuente. El hombre dimana de Dios en el principio, llega a ser hombre en el entremedio y al fin vuelve a Dios.

De este modo se supone en forma dualista. En forma monística, el hombre es Dios y a Dios vuelve.

Si vuestro actual estado es el superior ¿por qué hay en él tanto horror y miseria y por qué tiene fin? Si es el estado superior ¿por qué acaba? El que corrompe y degenera no puede ser el estado superior. ¿Por qué habría de ser tan diabólico e insatisfactorio?

Tan sólo es excusable si consideramos que nos conduce a un peldaño más alto, y que hemos de pasar por el estado actual para regenerarnos. Si plantamos una semilla en el suelo, al cabo de algún tiempo se desintegra y disuelve, pero de esta disolución brota el espléndido árbol. Cada alma se ha de desintegrar para llegar a ser Dios. De esto se infiere que cuanto más pronto salgamos del estado a que llamamos "humano", mejor será para nosotros. ¿Podremos salir de este estado por medio del suicidio? En modo alguno.

Empeoraríamos nuestra situación. No es el medio de salir del estado humano torturar nuestro cuerpo ni abominar del mundo. Hemos de pasar por el tremedal del abatimiento, y cuanto más pronto lo pasemos, mejor. Conviene recordar siempre que el estado humano no es el superior.

Lo verdaderamente difícil de comprender es que el estado Absoluto, llamado el supremo, no es, como algunos temen, el del zófito o el de la piedra, y que dicen que sólo hay dos estados de existencia: el de la piedra y el del pensamiento. ¿Con qué derecho limitan la existencia a estos dos aspectos? ¿No hay algo infinitamente superior al pensamiento? No vemos las vibraciones lumínicas cuando son muy lentas; son luz para nosotros cuando aumentan algo más de intensidad; pero tampoco las vemos, y son oscuridad para nosotros, cuando demasiado rápidas. ¿Es la oscuridad del comienzo la misma que la del término? Seguramente que no. Son diferentes como los dos polos. ¿Es el impensamiento de la piedra el mismo que el impensamiento de Dios? Seguramente que no. Dios no piensa ni razona. ¿Por qué habría de pensar y razonar? ¿Le es algo

desconocido para que sobre ello razone? La piedra no puede razonar. Dios no necesita razonar. Tal es la diferencia.

Aquellos filósofos diputan por temerario que nosotros vayamos más allá del pensamiento, pues nada encuentran más allá del pensamiento.

Hay estados de existencia muy superiores al del raciocinio. Realmente, más allá del intelecto se halla el primer estado de la vida religiosa. Quien trasciende el intelecto y todo raciocinio da el primer paso hacia Dios; y tal es el comienzo de la vida. Lo que comúnmente llamamos vida es un estado embrionario.

Otra cuestión es: ¿qué prueba hay de que el estado más allá del pensamiento y el raciocinio sea el estado superior? En primer lugar, todos los grandes hombres del mundo, mucho mayores que quienes tan sólo hablan, los hombres que mueven el mundo, que nunca piensan en nada egoísta, han declarado que la vida terrena no es más que una corta etapa en el camino hacia lo Infinito que la trasciende.

En segundo lugar, no sólo dicen esto, sino que a todos enseñan el camino, explican sus métodos y todos pueden seguir sus pasos.

En tercer lugar, no queda otro camino ni cabe otra explicación. Suponiendo que no hubiese otro estado superior ¿por qué recorreremos continuamente este círculo? ¿Qué razón puede explicar el mundo? Si no podemos ir más allá, si no debemos preguntar por nada ulterior, será el mundo sensible el límite de nuestro conocimiento. A esto se le llama agnosticismo. Pero ¿qué razón hay entonces para creer en el testimonio de los sentidos?

Yo llamaría genuino agnóstico al hombre que permaneciera inmóvil en medio de la calle hasta morir. Si es verdad que todo está en todo, no queda lugar para el nihilismo. Impostor es el hombre agnóstico para todo, menos para el dinero, la fama y la nombradía.

Kant ha demostrado más allá de toda duda que no podemos transponer la tremenda e inerte muralla de la razón. Pero esta es precisamente la primera idea en que se apoya el pensamiento índico y se atreve a inquirir y logra hallar algo superior a la razón, en donde únicamente se encuentra la explicación del presente estado. Tal es el valor del estudio de algo que nos transporte más allá del mundo.

"Tú eres nuestro padre y nos llevarás a la orilla opuesta de este océano de ignorancia."

Esta y no otra alguna es la ciencia de la religión.

Por lo tanto, se ha de entender que la filosofía yoguista cuyo fundamento está en los siguientes aforismos de Patanjali, no es materialista ni crudamente panteísta como sin otra razón que su capricho propalan sus interesados detractores, sino que por el contrario es altamente espiritual y da la única solución posible a los problemas morales y religiosos que tanto preocupan a la selecta minoría de pensadores en la masa general de la humanidad.

CAPÍTULO PRIMERO

DE LA CONCENTRACIÓN Y SUS ESPIRITUALES APLICACIONES

1. Explicaremos la concentración.

2. Yoga es impedir que la materia mental (Chitta) tome diversas formas (Vrittis).

Copiosa explicación es aquí necesaria. Hemos de comprender qué es Chitta y qué son Vrittis. Yo tengo ojos. Los ojos no ven. Si eliminamos el centro cerebral que está en la cabeza, los ojos estarán aún allí con la retina completa, y las imágenes de los objetos en ellos; y sin embargo, los ojos no verán. Por lo tanto, los ojos son únicamente un instrumento secundario, no el órgano de la visión.

El órgano de la visión es un centro nervioso del cerebro. Los dos ojos no bastan. A veces un hombre está dormido con los ojos abiertos. Allí están la luz y la imagen; pero una tercera cosa se necesita; la mente debe unirse al órgano. El ojo es el instrumento externo; necesitamos también el centro cerebral y la agencia de la mente. Pasan carruajes por la calle y no los oímos. ¿Por qué? Porque la mente no estaba unida al órgano del oído. Primero tenemos el instrumento después el órgano, y tercero, la mente unida á los dos. La mente recoge la impresión y la presenta a la facultad determinativa (Buddhi) que reacciona y de esta reacción brota la idea de egotismo. Después esta entremezcla de acción y reacción se presenta a la genuina alma (Purusha) que en dicha entremezcla percibe el objeto.

Los órganos (Indriyas) junto con la mente (Manas) la facultad determinativa (Buddhi) y la egoidad (Ahamkára) forman el grupo llamado el instrumento interno (Antahkarana). Son diversos procesos en la materia mental llamada Chitta. Las oleadas de pensamiento en la materia mental se llaman Vrittis, que literalmente significa "vórtice".

¿Qué es el pensamiento? El pensamiento es una fuerza como la gravitación o la repulsión. El instrumento llamado Chitta se apodera de algo en el infinito almacén de fuerzas naturales, lo absorbe y lo emite en forma de pensamiento. La nutrición nos proporciona fuerza y en virtud del nutritivo alimento puede moverse y funcionar el cuerpo. Las fuerzas sutiles se manifiestan en lo que llamamos pensamiento. Así vemos que la mente no es inteligente aunque lo parece, porque tras ella está la inteligente alma, el único ser senciente, pues la mente es tan solo el instrumento por cuyo medio percibe el alma el mundo externo. Tomad este libro. Como tal libro no existe externamente; lo que existe externamente es desconocido e incognoscible. Lo incognoscible proporciona la sugestión que impresiona la mente, y la mente manifiesta la reacción en forma de un libro, de la propia suerte que cuando se arroja una piedra al agua, el agua reacciona contra la piedra en forma de ondas. El universo real da motivo a la reacción de la mente. La forma de un libro, de un elefante o de un hombre no está en el exterior. Todo lo que conocemos de dichas formas es nuestra mental reacción contra la sugestión externa.

Dice John Stuart Mill: "La materia es la permanente posibilidad de sensaciones." Lo único externo es la sugestión. Pongamos por ejemplo la madreperla. Sabemos cómo se forman las perlas. Un parásito se introduce dentro de la concha y causa una irritación. La madreperla secreta una especie de esmalte alrededor de la irritación, y así se forma la perla. El universo real es el parásito que sirve de núcleo a nuestra esmaltadura constituida por el universo experimental. El hombre vulgar jamás comprenderá el mundo real porque en cuanto lo intente, sólo verá el esmalte secretado.

Ahora comprenderemos qué son los Vrittis.

El verdadero hombre está tras la mente, y la mente es el instrumento de que dispone, es su inteligencia infiltrada en la mente. Tan sólo cuando el verdadero hombre está tras la mente, es inteligente la mente. Cuando el verdadero hombre la abandona, se aniquila la mente. Así comprendemos que CHITTA es la materia mental, la materia de la mente y Vrittis son las ondas, las ondulaciones que levanta en dicha materia mental una causa externa al chocar con ella. Estos Vrittis son nuestro universo.

No es posible ver el fondo de un lago de agitadas aguas. Sólo es posible ver el fondo cuando ha cesado el oleaje y están tranquilas las aguas. Si el agua es cenagosa o está continuamente agitada no podrá verse jamás el fondo. Si el agua es clara y no hay oleaje, veremos el fondo. El fondo del lago es nuestro verdadero ser. El lago es Chitta y las olas son los Vrittis.

También la mente puede hallarse en tres estados análogos que se llaman: Tamas, Rajas y Sattva.

Tamas equivale a obscuridad y tinieblas, y es peculiar de las gentes brutales y necias que sólo obran para dañar, pues no se les ocurre otra idea en semejante estado de la mente.

Rajas es el activo estado de la mente, peculiar de quienes tienen por principal motivo de sus acciones el poderío y los goces, y piensan: "Seré poderoso y mandaré a los demás." Sattva es el estado de serenidad y calma, cuando las aguas del lago de la mente están claras y tranquilas porque cesó el oleaje.

No está la mente inactiva sino más bien intensamente activa. La calma es la mayor manifestación de poder. Muy fácil es ser activo.

Aflojad las riendas y se precipitarán los caballos. Cualquiera puede hacer esto. Pero sólo es fuerte el capaz de detener los caballos desbocados. ¿Qué requiere mayor fuerza, aflojar las riendas o retenerlas? El hombre tranquilo no es el hombre lerdo. No se ha de confundir la calma (Sattva) con la estupidez. El hombre tranquilo es el que domina las oleadas de su mente. La actividad es la inferior manifestación de la fuerza. La calma es su manifestación superior.

La materia de la mente (Chitta) propende siempre a restituirse a su puro estado original, pero los órganos la excitan hacia afuera.

Restringirla, contrarrestar su propensión al exterior y ponerla en marcha hacia el retorno a la esencia de la inteligencia es el primer paso en el sendero de la Yoga, porque sólo así puede Chitta entrar en su propio camino.

Aunque Chitta o materia de la mente existe en todos los animales, desde el inferior al superior, sólo en la forma humana se manifiesta como intelecto. Hasta que la materia mental puede asumir la forma de intelecto no le es posible volver sobre sus pasos y liberar al alma. Aunque el perro y la vaca tienen mente, no les cabe inmediata salvación, porque su materia mental no es todavía capaz de asumir la forma a que llamamos intelecto. La materia mental se manifiesta en las siguientes formas: activa, tenebrosa, recogida, unilateral y concentrada.

La activa propende a manifestarse en forma de placer o dolor. La tenebrosa es embotamiento propenso a dañar. La primera forma dice el comentador que es natural de los devas o ángeles, y la segunda de los demonios.

La forma recogida se entiende cuando la materia mental se esfuerza en centrarse. La forma unilateral cuando trata de concentrarse, y la concentrada conduce al Samadhi.

3. En la hora de la concentración el vidente (Purusha) permanece en su propio estado, sin modificaciones.

Tan pronto como cesa el oleaje y queda el lago tranquilo, vemos el fondo. Así sucede con la mente: cuando está en calma vemos qué es nuestra propia naturaleza sin mezcla alguna, sino tal como es.

4. Fuera de la concentración, el vidente se identifica con las modificaciones.

Por ejemplo, cuando alguien me vitupera, ocasiona una modificación, un vritti, en mi mente. Yo me identifico con la modificación y el resultado es sufrimiento.

5. Hay cinco clases de modificaciones, unas penosas y otras no penosas.

6. Las cinco modificaciones son: recto conocimiento, indistinción, ilusión verbal, sueño y memoria.

7. Las pruebas son: percepción directa, inferencia y competente evidencia.

Llamamos pruebas a dos percepciones que no se contradicen. Cuando oigo algo que está en contradicción con lo anteriormente percibido, lo rechazo y no lo creo.

Hay tres clases de pruebas: 1. La directa percepción (pratyaksham). Todo cuanto vemos y sentimos es una prueba si nada ha alucinado los sentidos. Veo el mundo, y es suficiente prueba de que existe. 2. Inferencia (anumana). Vemos un signo, y del signo inferimos la cosa significada. 3. La competente evidencia (aptavakyam) o sea la directa percepción del yogui, del que ha visto la verdad.

Nosotros estamos luchando por el conocimiento y hemos de luchar duramente y adquirir el conocimiento por un largo y tedioso proceso de razonamiento; pero el yogui está purificado y ha transcendido todo esto. Ante su mente no hay diferencia entre el pasado, el presente y el futuro. Lee en ellos como en un libro abierto, y no necesita seguir el proceso que para adquirir conocimiento seguimos nosotros. Sus palabras son pruebas, porque ve el conocimiento en sí mismo. Por ejemplo, los autores de las Escrituras Sagradas son yoguis, y así son pruebas las Escrituras. Si un yogui está actualmente viviente, sus palabras serán pruebas.

Otros filósofos discuten acerca de la directa percepción del yogui y preguntan: ¿en dónde está la prueba de sus palabras? La prueba es su directa percepción, porque todo cuanto vemos es una prueba si no contradice algún anterior conocimiento. Hay un conocimiento que trasciende los sentidos y este conocimiento será una prueba si no contradice a la razón ni a la pasada experiencia humana. Cualquiera podría venir diciendo que se ve rodeado de ángeles; pero esto no sería prueba, porque una prueba ha de ser en primer lugar, verdadero conocimiento; en segundo lugar no ha de contradecir un conocimiento anterior; y en tercer lugar, depende del carácter de quien la exponga. Suele decirse que el carácter de un hombre no es tan importante como lo que pueda decir, y que primero hemos de oír lo que dice. Podrá esto ser verdad en otras cosas, pues bien puede un malvado hacer un descubrimiento astronómico; pero en religión es diferente, porque ningún hombre impuro ni apegado a la concupiscente mundanalidad podrá jamás alcanzar las verdades de la religión.

Por lo tanto, ante todo hemos de ver si quien se llama yogui es perfectamente in egoísta y santa persona; en segundo lugar, que ha transcendido los sentidos; y en tercer lugar,

que nada de cuanto expone contradice el pasado conocimiento de la humanidad, pues una nueva verdad descubierta no puede contradecir las verdades anteriores, sino que ha de acomodarse a ellas; y en cuarto lugar, que la verdad se ha de poder comprobar. Si alguien me dice: "He visto una visión" y añade que yo no tengo derecho a verla, no le creeré.

Todos deben tener el poder de verla por sí mismos. Nadie que venda su conocimiento es yogui.

Deben cumplirse todas estas condiciones: primero ver que quien se llama yogui es puro y no le mueve el egoísmo ni ambiciona fama ni riquezas; en segundo lugar ha de demostrar que es súper consciente; en tercer lugar debe mostrarnos algo que no podamos nosotros percibir directamente por nuestros sentidos, que sea beneficioso para el mundo, que no contradiga otras verdades, pues si las contradice hemos de repudiarlo en el acto; en cuarto lugar, el yogui no debe mostrarse como un ser excepcional, sino representar lo que todo hombre es capaz de alcanzar.

Por lo tanto, las tres clases de prueba son: directa percepción, inferencia y las palabras de un yogui o, en términos más concretos, de lo que en sánscrito se llama un apta, palabra intraducible, que no significa "inspirado" porque la inspiración procede del exterior, mientras que el conocimiento del apta es peculiar y propio de él. La equivalencia más aproximada es "unido o iluminado".

8. Indistinción es falso conocimiento no establecido en la verdadera naturaleza.

La otra clase de vrittis consiste en confundir una cosa con otra, como el nácar con la plata o la leche con la lechada de cal.

9. La ilusión verbal proviene de palabras sin correspondiente realidad.

Hay otra clase de vrittis llamada en sánscrito vikalpa. Si al oír una palabra inducimos de ella inmediatamente una conclusión sin detenernos a considerar su significado, denotaremos con ello debilidad mental. Así se comprende la teoría de la disciplina de la mente.

Cuanto más débil "es el hombre, menos refrena su mente. Cada cual se ha de examinar en esta piedra de toque. Cuando os sintáis propensos a la ira o a la aflicción, deteneos a discurrir, cómo es que algo nuevo que os ha sobrecogido agita vuestro ánimo.

10. El sueño es un vrittis que entraña la sensación del vacío.

Otra clase de vrittis es el sueño y ensueño. Al despertar conocemos que hemos estado durmiendo. Sólo podemos tener memoria de las percepciones y no podemos acordarnos de lo que no percibimos. Cada reacción es una ola en el lago. Si durante el sueño no hay oleaje en la mente no habrá percepción ni positiva ni negativa y por tanto no las recordaremos. Si nos acordamos de los sueños es porque durante el sueño hay oleaje solamente.

La memoria es otra clase de vrittis, llamada smriti.

11. La memoria consiste en que los vrittis de ella, no se desvanecen o cuando alguna impresión los restituye a la conciencia.

La memoria puede provenir de la directa percepción, del falso conocimiento, de la ilusión verbal y del sueño. Cuando, por ejemplo, oímos una palabra, produce el mismo efecto que una piedra arrojada en el lago de Chitta.

Levanta sucesivas ondas en la materia mental, y estas ondas son la memoria. Lo mismo sucede en el sueño. Cuando la peculiar clase de onda llamada sueño levanta una serie de ondas de memoria, resulta entonces el ensueño. El ensueño es otra modalidad de onda que en estado de vigilia es memoria.

12. Por la práctica y el desapego se gobierna la mente.

Para que la mente no tenga apego alguno ha de ser clara, pura y racional. ¿Por qué hemos de practicar? Porque cada acción agita la superficie del lago. La vibración se desvanece, y ¿qué queda? Las impresiones (Samskaras). Cuando la mente retiene gran número de estas impresiones se aglomeran y forman un hábito. Dícese que "el hábito es una segunda naturaleza; pero también es la "primera naturaleza" y la naturaleza toda del hombre, pues cuanto somos resulta del hábito. Esto nos conforta, porque en cualquier tiempo podemos contraer o desechar un hábito. Las vibraciones dejan impresa su huella al pasar por la mente, y cada impresión o Samskara produce su resultado. Nuestro carácter es la suma total de estas impresiones y toma la tónica de la impresión prevaleciente. Si prevalecen las buenas, el hombre es bueno; si las malas, malvado; si las gozosas, será dichoso. El único remedio para eliminar los hábitos viciosos es contrariarlos. Los malos hábitos que dejaron sus impresiones se han de vencer por medio de hábitos virtuosos. La práctica del bien, la continua emisión de sanos pensamientos es el único medio de anular las viles impresiones. Nunca digamos que un malvado es incorregible sin esperanza de remedio, porque solamente representa un carácter, un manojó de hábitos viciosos que pueden contrariar otros hábitos virtuosos. El carácter está formado por una repetición de hábitos, y únicamente puede reformarlo una repetición de hábitos.

13. Se llama práctica el continuo esfuerzo para mantener perfectamente refrenados los vrittis.

¿Qué es la práctica? El esfuerzo en refrenar la materia mental e impedir que la agite el oleaje.

14. La práctica se consolida firmemente por dilatados y constantes esfuerzos con vivo amor al objeto de logro.

No se logra en un día el dominio de la mente. Se necesita constante y prolongada práctica.

15. Desapego o desasimiento es el resultado de repugnar el ansia de percepciones sensorias y de la posesión de los objetos exteriores.

Dos son los motivos de nuestras acciones:

1º, lo que nosotros mismos vemos; 2º, la experiencia ajena.

Estas dos fuerzas levantan varias ondas en el lago de la mente. Contra estas fuerzas ha de batallar la renunciación para mantener a raya la mente. Nuestra arma ha de ser la renunciación. Voy por la calle y un ratero me atraca y me roba el reloj. Es mi propia experiencia, algo que a mí me sucede, un hecho que yo veo, e inmediatamente se agita

mi ánimo en oleadas de cólera. No permitamos que así se agite el ánimo. El incapaz de reprimir la cólera, es una nulidad porque carece de dominio propio. El capaz de refrenarla o de no sentirla tiene vairágyam o sea renunciación.

Por otra parte, la experiencia de las gentes mundanas nos enseña que para ellas los goces sensuales son el supremo ideal. Estos goces son tentaciones formidables. Repugnarlos y no consentir que la mente se agite en forma con ello congruente, es renunciación.

Vairagyam es el gobierno de las dos fuerzas motoras dimanantes de mi propia experiencia y de la experiencia ajena para impedir que gobiernen la mente. Dichas fuerzas motoras o motivos de las acciones no me han de gobernar. Las he de gobernar yo a ellas. Esta energía mental es la renunciación, el único camino de la liberación.

16. El extremo desapego renuncia también a las cualidades, y deriva del conocimiento de la real naturaleza de "Purusha."

El poder de vairágyam alcanza su máximo grado de manifestación cuando nos substraer la atracción a las cualidades. Pero primero hemos de comprender qué es Purusha y qué son las cualidades. Según la filosofía yoguista, la naturaleza entera está constituida por tres fuerzas o cualidades que son: Tamas, Rajas y Sattva. Estas tres cualidades se manifiestan respectivamente en el mundo físico - como ignorancia o inactividad; atracción y repulsión; y equilibrio entre ambas. Todas las cosas, todos los objetos, todas las manifestaciones de la Naturaleza son combinaciones y recombinaciones de estas tres fuerzas. La filosofía sankhya ha dividido la Naturaleza en varias categorías. El Ser del hombre trasciende todas estas categorías. Está más allá de la Naturaleza. Es efulgente, puro y perfecto. Cuanto observamos de inteligente en la Naturaleza no es más que un reflejo de dicho Ser en la Naturaleza. De por sí es la Naturaleza insenciente. Hemos de tener en cuenta que el concepto de Naturaleza incluye también la mente, pues la mente y el pensamiento pertenecen a la Naturaleza, y desde el pensamiento hasta la más grosera forma de materia, todo, todo pertenece a la Naturaleza, a la manifestación de la Naturaleza.

La Naturaleza envuelve al Ser del hombre, y cuando la Naturaleza substraer la envoltura del Ser, aparece el Ser en su propia gloria.

El desapego, tal como lo describe el aforismo 15, como el dominio sobre los objetos de la Naturaleza, es la más poderosa ayuda hacia la manifestación del Ser.

Et aforismo siguiente define la perfecta concentración (Samadhi) que es la meta del yogui.

17. La concentración, llamada recto conocimiento, da por resultado el raciocinio, el discernimiento, la bienaventuranza y la imposibilidad de egoencia.

El Samadhi se divide en dos modalidades: samprajnata y asamprajnata.

El samadhi samprajnata incluye todos los poderes dominadores de la Naturaleza, y ofrece cuatro variedades.

La primera variedad se llama savitarka y consiste en que la mente medita de continuo sobre un objeto, aislada de todos los demás.

Hay dos clases de objetos de meditación en las veinticinco categorías de la filosofía Sankhya; las veinticuatro categorías insencientes de la Naturaleza, y la única senciente que es Purusha. Esta parte de la Yoga se basa enteramente en la filosofía Sankhya. La egoencia, la voluntad y la mente tienen una base común en la materia mental o Chitta de la que los tres se elaboran. La materia mental absorbe las fuerzas de la Naturaleza y las

proyecta en forma de pensamiento. Ha de haber, además, algo en que se identifiquen la fuerza y la materia. Este algo es el avyaktam o el inmanifestado estado de la Naturaleza antes de la creación, al cual la Naturaleza entera retorna al fin de un ciclo para manifestarse de nuevo después de otro período. Más allá está Purusha, la esencia de la inteligencia.

El conocimiento es poder, y tan pronto como principiamos a conocer una cosa, adquirimos poder sobre ella; y así también, en cuanto la mente empieza a meditar sobre los diferentes elementos o principios fundamentales, adquiere poder sobre ellos.

Savitarka es la meditación sobre los groseros elementos externos. Vitarka significa "pregunta". Savitarka significa "con pregunta".

Por lo tanto, no se ha de meditar sobre los elementos como si los interrogáramos para que nos entregaran las verdades y poderes que entrañan, porque la adquisición de poderes no libera al alma. Cosa mundana es andar tras los placeres, pues no cabe placer en esta vida, y todo afán por el placer es vano. Tal es la antiquísima lección que tanto le cuesta aprender al hombre, y cuando la aprende, trasciende el universo y es libre. La posesión de los llamados ocultos poderes no hace más que intensificar el apego al mundo, y al fin intensifica el sufrimiento. Aunque como cientista nos muestra Patanjali las posibilidades de la ciencia, nunca desperdicia ocasión de prevenirnos contra el deseo de ocultos poderes.

Cuando al meditar sobre los externos elementos groseros se esfuerza el hombre en los, del tiempo y del espacio, la meditación se llama nirvitarka o sea sin pregunta, pues el meditante piensa en ellos tal como son.

Savichara es un grado superior de meditación cuyo objeto son los tanmatras o elementos sutiles considerados en tiempo y espacio, es decir, de un modo relativo, con distinción entre ellos. Nirvichara es la meditación cuyo objeto son también los tanmatras pero considerados en absoluto, fuera del tiempo y del espacio, sin distinción entre ellos.

Otro grado superior de meditación es cuando prescindiendo de todo elemento externo, tanto grosero como sutil, el objeto de la meditación es el interno órgano pensante. Cuando se considera el órgano pensante desprovisto de tamas y rajas o sea de inercia y actividad, se llama la meditación sananda, el beatífico estado de samadhi.

La meditación Sasmita Samadhi es aquella cuyo objeto es la misma mente, la meditación muy madura y concentrada, en que se prescinde de toda idea de los elementos tanto groseros como sutiles, y sólo subsiste la cualidad sátvica del ego, diferenciado de todo otro objeto. Quien alcanza este estado, llega a lo que los Vedas llaman "despojados de cuerpo". Se considerará sin cuerpo denso; pero habrá de considerarse en cuerpo sutil.

Los que en este estado se sumen en la Naturaleza sin alcanzar la meta, se llaman prakritilayas, pero quienes ni aun allí se detienen, llegan a la meta de liberación.

18. Hay otro "Samadhi" que se alcanza por la constante práctica del cese de toda actividad mental, cuando el "Chitta" sólo retiene las impresiones in manifestadas.

Este otro Samadhi es el perfectamente súper consciente Samadhi asamprajnata que nos da la liberación. El primer estado no nos libera, no libera al alma. Un hombre puede alcanzar todos los poderes, y sin embargo caer de nuevo. No hay salvaguarda hasta que el alma trasciende la Naturaleza. Es muy difícil lograrlo aunque el método parece fácil. El método consiste en meditar sobre la mente, de modo que si sobreviene cualquier pensamiento, se le rechace y no se permita entrar ningún pensamiento en la mente, que ha de quedar vacía. Cuando seamos capaces de esto, en el mismo instante lograremos la liberación.

El que sin disciplina ni preparación intenta desalojar de su mente todo pensamiento, dejarla vacía, sólo conseguirá envolverse en lamas, la cualidad de ignorancia que entorpece la mente hasta el embotamiento y la estupidez, aunque se figure que ha hecho el vacío en su mente. Para efectuar realmente este vacío es necesario manifestar potísima fuerza y supremo dominio propio. Cuando se alcanza el súper consciente estado de asamprajnata, el samadhi carece de semillas. ¿Qué significa esto? En la concentración consciente cuyo objeto se contrae a apaciguar las ondas de Chitta y sojuzgarlas, subsisten en forma de tendencias, propensiones o inclinaciones, que son como semillas de nuevas ondas al cabo de algún tiempo. Pero cuando el hombre ha destruido estas tendencias y casi ha destruido la mente, entonces el samadhi no tiene semillas, y no quedan en la mente semillas de donde brote una y otra vez esta planta de vida, esta continua rueda de nacimientos y muertes.

Alguien preguntará: ¿qué estado es ese en que no hay mente ni conocimiento? Lo que llamamos conocimiento es un estado inferior al que trasciende el conocimiento. Se ha de tener siempre en cuenta que los extremos se tocan. Si una muy lenta vibración lumínica es para nosotros oscuridad y una vibración de grado intermedio es la luz, la vibración muy rápida será también oscuridad. Análogamente, la ignorancia es el estado inferior, el conocimiento es el estado intermedio, y el estado superior trasciende al conocimiento y parece también ignorancia. El conocimiento no tiene de por sí realidad. Es una elaboración, una combinación de algos.

¿Cuál es el resultado de la práctica constante de esta superior meditación? Que por de pronto quedarán eliminadas tanto las malas como las buenas tendencias, inclinaciones o propensiones. El caso es análogo al del acrisolamiento del oro. Al fundir el mineral en el crisol queda purificado el oro y se queman las escorias. Así el constante poder disciplinador eliminará las buenas y malas tendencias, y quedará sólo el alma en su propio esplendor, desembarazada de bien y mal, omnipresente, omnipotente y omnisciente. Entonces el hombre no conocerá ni tendrá nacimiento ni muerte ni necesitará cielo ni tierra.

Entonces comprenderá que no iba ni venía sino que la Naturaleza era la moviente y en su alma se reflejaba el movimiento. La luz reflejada en la pared por el espejo, se mueve, y la pared se figura locamente que es ella quien se mueve. Así sucede con todos nosotros: chitta se mueve constantemente y asume diversas formas, y nosotros nos figuramos que somos estas formas. Todas estas ilusiones se desvanecerán. Cuando el alma liberada no pida ni ruegue, sino que mande, entonces se cumplirá inmediatamente cuanto desee y será capaz de lograr cuanto anhele porque todos sus anhelos se cifrarán en la mística unión con Dios.

Según la filosofía Sankhya no existe el Dios de este universo, porque si existiera debería ser un alma, y un alma ha de estar ligada o libre. Si está ligada a la Naturaleza o por la Naturaleza gobernada ¿cómo puede crear puesto que es esclava?

Por otra parte, si Dios fuese una alma libre ¿a qué y por qué ni para qué había de crear y manipular todas estas cosas? Si carece de deseos, ninguna necesidad tiene de crear.

Añade la filosofía Sankhya que la hipótesis de Dios es innecesaria, porque si la Naturaleza lo explica todo ¿de qué sirve Dios?

Pero Kapila enseña que hay almas que si bien muy cercanas a la perfección no la alcanzaron porque no pudieron renunciar a todos sus poderes. Su mente se sumió por algún tiempo en la Naturaleza para reaparecer dominándola. Tales son los dioses. Todos llegaremos a ser así dioses, y según la filosofía Sankhya el Dios de que hablan los Vedas significa realmente una de estas libres almas, y allende ellas no hay un eternamente libre y beatífico creador del universo.

Sin embargo, los yoguis dicen por el contrario que Dios existe, que es una Alma distinta de todas las demás almas, el eterno Dueño de toda la creación, el siempre libre, el Maestro de los maestros.

Los yoguis admiten también la existencia de los que la filosofía Sankhya llama "Sumergidos en la Naturaleza". Son yoguis que fracasaron cerca de la perfección, y aunque por algún tiempo desviados de la meta, fueron por fin gobernadores de partes del universo.

19. Cuando a este samadhi no le sigue el completo desasimiento, es la causa de la remanifestación de los dioses y de quienes se sumergieron en la Naturaleza.

En los sistemas filosóficos de la India representan los dioses ciertos oficios superiores sucesivamente desempeñados por varias entidades. Pero ninguno de ellos es perfecto.

20. Otros alcanzan el samadhi por fe, energía, memoria, concentración y discernimiento de lo real.

Éstos son los que no apetecen la categoría de dioses ni siquiera la de gobernadores de ciclos y alcanzan la liberación.

21. El éxito se acelera por la extremada energía.

22. El éxito de los yoguis difiere según que los medios que adopten sean flojos, medianos o intensos.

23. O por devoción a Isvara.

24. Isvara, el supremo gobernador, es un especial Purusha a quien no afecta el sufrimiento ni las acciones ni sus resultados ni los deseos.

Recordemos nuevamente que la filosofía de Patanjali está basada en el sistema Sankhya que no reconoce la existencia de Dios, mientras que la filosofía yoguista la reconoce. Sin embargo, los yoguis no admiten algunas ideas relativas a Dios, tal como la de la creación.

El Isvara de los yoguis no es el creador del universo, aunque según los Vedas lo es, porque dicen que como el universo es armónico, ha de ser la manifestación de una voluntad.

Los yoguis necesitan admitir la existencia de Dios, pero la conciben según su propio juicio.

Así dicen:

25. En Él es infinita la omnisciencia que en los demás seres sólo está en germen.

La mente oscila de continuo entre dos extremos. Al pensar en el espacio limitado sobreviene la idea del ilimitado espacio. Si con los ojos cerrados pensamos en un espacio limitado, al propio tiempo concebimos en torno de este espacio un círculo de ilimitadas dimensiones. Lo mismo sucede respecto del tiempo. Si pensamos en un segundo de tiempo, simultáneamente pensaremos en la eternidad del tiempo. Así también con el conocimiento.

En el hombre está en germen el conocimiento, pero reconoce que hay infinito conocimiento más allá del suyo, según denota la misma constitución de nuestra mente, y los yoguis llaman Dios a este ilimitado conocimiento.

26. Es el Instructor de los antiguos instructores y no está limitado por el tiempo.

Verdad es que en nuestro interior late todo conocimiento, pero lo ha de actualizar otro conocimiento. Aunque la capacidad de conocer está en nuestro interior, se ha de actualizar, y los yoguis afirman que sólo puede actualizarla otro conocimiento. La ciega e insensible materia no puede actualizar el conocimiento. Únicamente la acción del conocimiento actualiza el conocimiento. Hemos de tener con nosotros quienes conozcan para educir lo que está en nuestro interior, y por tanto siempre son necesarios los instructores. Nunca estuvo el mundo sin ellos y ningún conocimiento es posible adquirir sin ellos.

Dios es el Instructor de todos los instructores, porque estos instructores, por insignes que sean, dioses o ángeles, están todos limitados y sujetos por el tiempo, mientras que Dios no lo está.

Hay dos deducciones peculiares de los yoguis. Primera, que al pensar en lo limitado, la mente ha de pensar en lo ilimitado; y si una parte de esta percepción es verdadera, también ,debe serlo la otra parte, porque es igual su valor como percepciones de la mente.

El mero hecho de que el conocimiento del hombre es limitado, denota que el conocimiento de Dios ha de ser ilimitado. Si admitimos lo primero ¿por qué no hemos de admitir lo segundo? La razón nos obliga a aceptarlos ambos o rechazarlos. Si admito que existe un hombre de limitado conocimiento, debo admitir también que ha de haber alguien con ilimitado conocimiento.

La segunda deducción es que no es posible adquirir conocimiento alguno sin instructor. Cierto es que como dicen los filósofos modernos algo hay en el hombre que de su interior se educa, porque todo conocimiento está en el hombre; mas para actualizarlo se necesita apropiado ambiente. No podemos adquirir conocimiento sin instructores; y si estos instructores son hombres, ángeles o dioses están limitados. Por tanto ¿quién les instruyó? En última conclusión nos vemos forzados a admitir la existencia de un Instructor de infinito conocimiento, sin principio ni fin a quien llamamos Dios.

27. Su manifiesta palabra es AUM.

Toda idea de la mente tiene su manifestación o contraparte en una palabra. La palabra y el pensamiento son inseparables. A la parte externa de una sola y misma cosa le llamamos palabra, y a la parte interna la llamamos pensamiento. Nadie puede separar por análisis la palabra del pensamiento. Se ha demostrado que es errónea la idea de que el lenguaje fue una convencional invención de ciertos hombres que adoptaron de común acuerdo las palabras. Desde que existió el hombre hay palabras y lenguaje. ¿Qué relación hay entre una idea y una palabra?

Aunque vemos que siempre debe haber una palabra con un pensamiento, no es necesario que un mismo pensamiento requiera una misma palabra. El pensamiento puede ser el mismo en veinte países diferentes, y sin embargo ser distinto el idioma. Hemos de tener una palabra para cada pensamiento; pero esta palabra no ha de tener necesariamente el mismo sonido. El sonido o fonía es diferente en cada nación. Nuestro comentador dice: "Aunque la relación entre el pensamiento y la palabra es perfectamente natural no significa una rígida conexión entre un sonido y una idea." Los

sonidos varían; y sin embargo, es natural la relación entre los sonidos y los pensamientos. La conexión entre los pensamientos y los sonidos sólo existe cuando hay verdadera conexión entre la cosa significada y el símbolo. Hasta entonces, hasta que se haya establecido esta verdadera conexión no se generalizará el uso del símbolo, porque el símbolo manifiesta la cosa significada; y si la cosa significada está ya en existencia, y sabemos experimentalmente que el símbolo ha expresado la cosa muchas veces, tendremos la seguridad de que ambos están verdaderamente relacionados. Aunque las cosas significadas no estén presentes, habrá millares de personas que las conozcan por sus símbolos. Debe haber una relación natural entre la cosa significada y su símbolo, de modo que al enunciar el símbolo recuerde la cosa significada. El comentador dice que la palabra simbólica de Dios es Aum. ¿Por qué recalca esta palabra? Hay centenares de palabras que expresan la idea de Dios. Un solo pensamiento está relacionado con muchas palabras. La idea de Dios tiene por expresión centenares de palabras, y cada una es un símbolo de Dios. Perfectamente. Pero entre todas estas palabras ha de haber algo que las generalice, un substrato, un común fundamento de todas ellas, y este símbolo común será el mejor porque representará todas las palabras expresivas de Dios.

Al emitir un sonido nos servimos de la laringe y de la boca como de tablero fonético.

¿Hay algún sonido material del que todos los demás sonidos sean manifestaciones y que sea el sonido más natural? El fundamento de todos los sonidos es AUM. La primera letra A es la raíz del sonido, la clave, pues se pronuncia sin tocar ninguno de los órganos bucales; M representa el último sonido de la serie, pues se pronuncia con los labios cerrados; y U es el sonido intermedio entre la raíz y el fin del tablero fonético bucal. Así Aum representa el entero fenómeno de la emisión del sonido, y por tanto debe ser el símbolo natural, la matriz de los diversos sonidos, y denota toda la escala de cuantas palabras se pueden pronunciar.

Aparte de estas especulaciones, vemos que en torno de la palabra Aum se agrupan las diferentes ideas religiosas de la India y de los Vedas. ¿Qué tiene todo esto que ver con Inglaterra, los Estados Unidos o cualquier otro país? Sencillamente, que la palabra se ha conservado en cada etapa del progreso religioso de la India y ha servido para expresar las varias ideas respecto de Dios. Monistas, dualistas, monodualistas, separatistas y aun los ateos se valen de la palabra Aum, que ha llegado a ser el símbolo de las aspiraciones religiosas de la gran mayoría de seres humanos. Consideremos, por ejemplo, la palabra inglesa God. Abarca muy limitada función, y para ampliarla es necesario añadir adjetivos que den idea del Dios personal, impersonal o absoluto Dios. Así es que las palabras con que cada idioma designa a Dios tienen muy poca significación; pero la palabra Aum tiene en su alrededor los diversos significados, y como tal la han de aceptar todos.

28. El camino consiste en la repetición de la palabra Aum y en meditar sobre su significado.

¿Por qué repetir la palabra? Recordemos la teoría de las samskaras o suma total de las impresiones activas en la mente que en estado de latencia quedan en ella y se actualizan tan pronto como reciben el conveniente estímulo externo. Nunca cesa la vibración molecular. Cuando nuestro universo se destruya, desaparecerán las vibraciones de las masas y se desvanecerán el sol, la luna, las estrellas y la tierra, pero las vibraciones permanecerán en los átomos. Cada átomo desempeña la misma función que los orbes. Así cuando cesan las vibraciones del espíritu desaparecen sus vibraciones no moleculares y reaparecen al recibir el impulso. Ahora podemos comprender lo que significa la repetición de Aum. Es el mayor estímulo que pueden recibir las samskaras

espirituales. "Un momento de compañía con el santo basta para que un buque cruce este océano de vida." Tal es el poder de la asociación. Así la repetición de Aum y la meditación sobre su significado es una buena compañía de la mente. Primero estudiar y luego meditar sobre lo estudiado.

Así recibiremos luz y se manifestará el Yo en todo su esplendor.

Cada cual, debe pensar en Aum y también en su significado. Evitad las malas compañías, porque aún tenéis las cicatrices de viejas heridas, y las malas compañías son lo único necesario para actualizar las siniestras impresiones. De la propia suerte se nos ha enseñado que las buenas compañías actualizarán las buenas impresiones en nosotros latentes. Nada hay tan santo en el mundo como mantener una buena compañía, porque tenderán entonces a manifestarse las buenas impresiones.

29. Así se adquiere el conocimiento de la introspección y se destruyen los obstáculos.

El primer resultado de la repetición de Aum y de la meditación sobre su significado es que se manifestará cada vez más intensamente la facultad de introspección, y empezarán a desvanecerse todos los obstáculos físicos y mentales. ¿Qué son los obstáculos para el yogui?

30. Enfermedad, pereza mental, duda, falta de entusiasmo, apego a los goces sensuales, falsa percepción, fracaso en la concentración, y caída del estado una vez obtenido son las obstruyentes perturbaciones.

Enfermedad. -El cuerpo es el barco que nos transporta a la otra orilla del océano de la vida. Se ha de cuidar el cuerpo. La persona enfermiza o de salud quebrantada no puede ser yogui.

Pereza mental. - La pereza mental nos hace perder todo interés por el asunto, y sin interés no es posible la voluntad ni la energía para la práctica.

Duda. - Siempre se levantarán dudas en la mente sobre la verdad de la ciencia por muy firme que sea el convencimiento intelectual, hasta que se tengan algunas experiencias psíquicas, tales como clariaudiencia, clarividencia, telepatía, etc. Estas vislumbres vigorizan la mente y mueven al estudiante a perseverar en la práctica del yoga.

Fracaso. - Durante los ejercicios, habrá días y aun semanas en que la mente esté tranquila y sin dificultad concentrada, de modo que el ejercitante haga notables y rápidos progresos. Pero un día se detiene de pronto el adelanto y queda encallado.

Perseverad. Todo progreso procede por estos ascensos y descensos.

31. Aflicción, angustia mental, temblor del cuerpo, respiración irregular resultan de la intermitente concentración.

La concentración dará perfecto reposo a la mente y al cuerpo siempre que se practique; pero cuando la práctica de la concentración está mal dirigida o no bien gobernada resultan dichas perturbaciones. La repetición de la palabra Aum y la sumisión al Señor fortalecerán la mente y renovarán la energía.

El temblor del cuerpo o estremecimiento nervioso es muy general perturbación; pero sin hacer caso de ello se ha de seguir practicando. La práctica curará la perturbación y fortalecerá los nervios.

32. Para remediar estas perturbaciones debe practicarse la concentración sobre un asunto.

Si la mente se concentra durante algún tiempo en un asunto desaparecerán dichos obstáculos. Esto es un consejo general que se particularizará y explayará en los siguientes aforismos. Como quiera que no a todos conviene la misma práctica, expondremos varios métodos y cada cual escogerá el que mejor le acomode.

33. Amistad, misericordia, alegría, indiferencia con relación a los asuntos agradables o desagradables, buenos o malos respectivamente pacificarán el chitta.

Debemos tener dichas cuatro clases de ideas. Debemos mostrarnos amistosamente con todos. Tener misericordia de los afligidos; alegrarnos de la dicha ajena, y mirar con indiferencia a los malvados.

La misma conducta hemos de seguir con los asuntos de meditación concentrada. Si el asunto es agradable, lo consideraremos amistosamente; si es aflictivo, nos mostraremos misericordiosos; si es bueno, nos alegraremos; y si malo, nos mantendremos indiferentes. Estas actitudes de la mente respecto de los asuntos que se le ofrecen, la apaciguarán.

La mayor parte de las dificultades con que tropezamos en la vida diaria provienen de no ser capaces de mantener estas actitudes mentales. Por ejemplo, si alguien nos daña, inmediatamente deseamos devolver mal por mal, y esta reacción contra el mal denota que no somos capaces de subyugar la mente, que en seguida se agita en contra de quien nos dañó, y nos debilitamos. Toda reacción en forma de odio o malignidad es una grave pérdida para la mente; y cada mal pensamiento o acción de odio o cualquier pensamiento de reacción contra el mal recibido, si lo refrenamos y resistimos se volverán en nuestro favor.

No por dominarnos de esta suerte perdemos nada; al contrario, ganamos infinitamente más de lo que nos cabe imaginar. Cada vez que rechazamos un sentimiento de odio o nos sobreponemos a un acceso de cólera acumulamos en nuestro provecho gran cantidad de energía que se transmutará en facultades superiores.

34. Por la espiración, inspiración y retención del aliento.

La palabra exacta es prana, que no es precisamente el aliento, sino la energía universal. Todo cuanto vemos en el universo, todo cuanto se mueve y actúa y tiene vida es una manifestación de prana. La suma total de la energía difundida por el universo se llama prana. Antes de comenzar un ciclo permanece prana en un casi inmóvil estado, y al iniciarse el ciclo se manifiesta como movimiento, como acción nerviosa en el hombre y los animales, como pensamiento, etc. El universo entero es una combinación de prana y akasa. Así también es el cuerpo humano. Del akasa extraemos los diferentes materiales de sensación y de prana las diversas formas y modalidades de energía. La emisión y restricción rítmicas de prana se denomina pranayama. Patanjali, el padre de la filosofía yoguista, no da muchas instrucciones acerca del pranayama; pero posteriormente, otros yoguis investigaron diversos puntos relativos al pranayama y establecieron sobre ellos una importante ciencia. Según Patanjali, el pranayama es uno de los varios medios de calmar la mente, pero no insiste mucho en ello. Se limita a decir que por la inspiración, la retención y la espiración del aliento se podrá apaciguar algún tanto la mente. Pero de este principio se desarrolló más tarde toda una ciencia llamada pranayama (1). Algo expondremos de lo que dijeron estos yoguis posteriores a Patanjali. En primer lugar,

conviene tener en cuenta que, según ya dijimos, prana no es precisamente el aliento, sino la energía y la vitalidad motora del aliento.

Además la palabra prana se emplea en muchos sentidos, y también a la mente se le llama prana, porque prana es energía, aunque la energía sólo es la manifestación de prana. Es prana lo que se manifiesta como energía y movimiento. El chitta o materia mental es la dínamo que atrae la prana del circundante ambiente y la transmuta en las diversas fuerzas vitales que mantienen el cuerpo, y en pensamiento, voluntad y otras potencias. Por el proceso de la respiración podemos regir los varios movimientos del cuerpo y las variadas corrientes nerviosas que circulan por el organismo. Primero los reconocemos y después poco a poco los gobernamos.

Los yoguis que establecieron la ciencia del pranayama consideran que en el cuerpo humano hay tres principales corrientes de prana, a saber: ida, pingala y sushumna. La corriente ida circula por el lado izquierdo de la columna vertebral; pingala por el lado derecho, y sushumna por el canal del centro.

Según los yoguis, las corrientes ida y pingala circulan más o menos activamente en todo ser humano y presiden las funciones de la vida orgánica; pero la corriente sushumna está latente en la generalidad de las gentes y sólo activa en los yoguis.

Conviene tener en cuenta que la práctica de la yoga renueva el organismo corporal, que no es el mismo después de la práctica.

Este fenómeno es muy racional, y se explica porque cada nuevo pensamiento traza un nuevo surco o canal en el cerebro, y de aquí se infiere el formidable instinto conservador de la naturaleza humana que siempre gusta de ir por caminos trillados o líneas de menor resistencia, más fáciles de recorrer. Supongamos, por vía de ejemplo, que la mente es una aguja y la substancia cerebral una masa blanda. Cada pensamiento traza un surco en el cerebro, y este surco se cerraría a no ser porque la materia gris forma una especie de linimento que mantiene separadas las paredes del surco. Si no hubiese materia gris en el cerebro, no tendríamos memoria, porque la memoria no es más que la reproducción del pensamiento que trazó el surco, cuando la aguja de la mente vuelve a pasar por él.

Acaso haya observado el lector que cuando uno habla sobre un asunto, expone ideas familiares a todo el mundo y las combina y recombina, y son fáciles de entender porque trazaron los mismos surcos en todos los cerebros y no hay más que recorrerlos. Pero cuando se exponen nuevas ideas no es tan fácil entenderlas porque no está trazado el surco en el cerebro de quienes las escuchan, no precisamente por culpa de éstos sino porque inconscientemente se resiste el cerebro a la impresión de nuevas ideas. La energía pránica intenta trazar nuevos canales y el cerebro no se lo consiente. Tal es el secreto de la rutina y del instinto conservador.

Cuanto menos surcos o canales haya trazado la aguja de la mente en el cerebro, más conservador será el cerebro y más tenaz su lucha contra los nuevos pensamientos. Cuanto más pensador sea el hombre más complicada será la red de surcos o canales trazados en su cerebro y más fácilmente recibirá y comprenderá las nuevas ideas.

Cada nueva idea, al impresionar el cerebro, traza un nuevo surco en la masa cerebral, y de aquí que en la práctica de la yoga, como quiera que se ofrece un nuevo caudal de pensamientos y motivos, se nota al principio tan viva resistencia física. Tal es la causa de que la parte, de la religión referente al aspecto externo y mundano del hombre se difunda con tanta facilidad, mientras que se negligencia tan frecuentemente la parte relativa a la filosofía y psicología que tratan del aspecto interno de la naturaleza del hombre.

Recordemos que este nuestro mundo es tan sólo la Infinita Existencia proyectada en el plano de conciencia. Una misma porción del Infinito se proyecta en la conciencia y la

llamamos nuestro mundo. Así, más allá de nuestro mundo se extiende lo Infinito, y la religión ha de tratar de ambos, esto es, con la mínima porción a que llamamos nuestro mundo y con el Infinito que la trasciende. Será defectuosa toda religión que sólo trate de uno de ambos. Ha de tratar de los dos. La parte de la religión que trata de la porción de Infinito proyectada en el plano de conciencia y limitada por el tiempo, el espacio y la causación nos es familiarmente conocida porque en el mundo estamos y desde tiempo inmemorial poseemos las ideas sobre este mundo, mientras que la parte de la religión que trata del Infinito es enteramente nueva para nosotros, y la adquisición de ideas a ella referentes traza nuevos canales en el cerebro subvierte todo el sistema y de aquí que se conturben los principiantes de la práctica de la yoga. A fin de aminorar en lo posible tal conturbación, expuso Patanjali estos diversos métodos, de los que se puede escoger el más adecuado al temperamento de cada individuo.

35. Las modalidades de concentración que suscitan extraordinarias percepciones sensorias, determinan la perseverancia de la mente.

Es natural resultado de la concentración (dharana). Dicen los yoguis que si la mente se concentra en la punta de la nariz, se perciben al cabo de pocos días exquisitos y maravillosos perfumes; si se concentra en la raíz o arranque de la lengua, se oyen armoniosos sonidos; si en la punta de la lengua, delicados sabores; y si en el medio de la lengua, parece que el individuo se pone en contacto con algo; si en el paladar, se ven cosas extrañas. Pero si un individuo cuya mente esté conturbada intenta efectuar estas prácticas yoguísticas y duda de su eficacia y verdad, se le desvanecerá la duda al cabo de algún tiempo de práctica, cuando experimente su verdad, y entonces perseverará en la concentración.

36. O por la meditación en la Efulgente Luz que trasciende toda tristeza.

Esta es otra modalidad de concentración.

Se ha de pensar en el loto del corazón con los pétalos caídos y por ellos circulante la corriente sushumna. Se inspira el aliento, y al espirar se imagina el loto con los pétalos erguidos y en el interior del loto refulgirá la luz. Medítese.

37. O por meditación en el corazón que ha renunciado a todos los objetos de los sentidos.

Medítese en el corazón de una persona muy santa a quien se reverencie y esté en absoluto desligada de los objetos de sensación. Este ejercicio calmará la mente. Si el individuo no es capaz de practicarlo, pruebe el siguiente:

38. O por meditación en el conocimiento sobrevenido en sueños.

A veces sueña el individuo que ha visto ángeles y le han hablado; que se halla en éxtasis o que ha oído música flotante en los aires.

El individuo es feliz en estos sueños y al despertar le impresionan hondamente. Se ha de considerar el sueño como real y meditar sobre él. Si no es posible esta meditación, se medita sobre cualquier cosa santa que se prefiera, según dice el aforismo siguiente:

39. O por meditación en alguna cosa que se reconozca por buena.

Desde luego que el objeto de meditación no ha de ser maligno sino reconocido por bueno, como un paraje agradable, una escena jubilosa, una idea simpática, algo en que concentrar la mente.

40. A la mente del yogui que así medita no la perturba ni lo atómico ni lo infinito.

Quiere decir que por la práctica de la meditación es capaz la mente de contemplar lo mínimo tanto como lo máximo. Así se aminoran las ondulaciones de la mente.

41. El yogui cuyos vrittis están ya dominados alcanza en el receptor, el instrumento de recepción y lo recibido, o sean el yo, la mente y los objetos externos, la concentración y semejanza, como el cristal ante objetos de varios colores.

¿Qué resulta de esta constante meditación? Recordemos que en un aforismo anterior, al tratar de los varios estados de meditación dice que el primero se ocupa en objetos groseros, el segundo en objetos delicados y el tercero en objetos delicadísimos. El resultado de dichas meditaciones es que con igual facilidad podemos meditar en objetos groseros que en delicados. Así es que el yogui ve el receptor, lo recibido y el instrumento de recepción, correspondientes al alma, a los objetos externos y a la mente. Tres clases de objetos se nos ofrecen a la meditación: primera, los objetos groseros, como los cuerpos materiales; segundos, las cosas delicadas, como la mente; y tercera, el purusha calificado, no el Purusha en sí mismo, sino el ego individual.

Por la práctica llega a dominar el yogui estas tres clases de meditación. Siempre que medita, se aparta el yogui de todos los objetos externos menos del en que medita y con el cual se identifica. Cuando el yogui medita puede compararsele a un cristal que colocado ante unas flores casi se identifica con ellas, pues si las flores son rojas, parece rojo el cristal, y si azules, parece azul.

42. La entrefusión del sonido, del significado y del conocimiento resultante se llama samadhi con interrogación.

Por sonido se ha de entender la vibración de la palabra; por significado, la corriente nerviosa que transmite la vibración de la palabra a la mente; y por conocimiento, la respuesta que da la mente a la impresión recibida.

A todas las modalidades de meditación a que hasta ahora nos hemos referido, las llama Patanjali Savitarka o sea meditaciones con interrogación, en las que el meditante mantiene la dualidad de sujeto y objeto, resultante de la entrefusión de la palabra, el significado y el conocimiento. Primero, la vibración externa, la palabra; después, el significado o corriente sensoria que conduce la vibración a la mente; y en tercer lugar, el conocimiento u ondulación de la mente que responde a la vibración de la palabra. Pero el producto de estos tres factores constituye lo que llamamos conocimiento. En todas las modalidades de meditación estudiadas hasta ahora notamos esta entrefusión. El samadhi que sigue es superior.

43. El samadhi llamado "sin interrogación" se alcanza cuando la memoria está purificada o limpia de cualidades y sólo expresa el significado del objeto de meditación. Por la práctica del samadhi con interrogación, en que se entrefunden la palabra, el significado y el conocimiento, llegamos al estado en que no se entrefunden y podemos prescindir de ellos. Primero hemos de comprender qué son dichos tres factores. Recordemos el símil que compara la mente con la superficie de un lago, y la vibración,

la palabra, el sonido con la impresión recibida por el agua. Cuando la mente está tranquila como las aguas de un lago sereno, al pronunciar alguien una palabra, por ejemplo, "vaca", la vibración de esta palabra se transmite por el nervio acústico al cerebro y del cerebro a la mente en cuya materia mental levanta una onda que representa la idea de la "vaca" el significado de la palabra y actúa en respuesta a la vibración recibida. En cuanto cesa la vibración de la palabra, cesa la onda mental, que no puede existir sin una palabra que la levante. Se objetará que cómo esto es posible, por cuanto a veces pensamos en la "vaca" sin necesidad de oír la palabra; pero si bien reflexionamos nos convenceremos de que al pensar en una cosa pronunciamos mentalmente la palabra que la expresa, y levanta la correspondiente onda en la mente. No puede haber onda mental sin sonido que la suscite, sin vibración externa o interna, y al cesar la vibración cesa la onda.

Pero ¿qué queda? El resultado de la reacción o respuesta, esto es, el conocimiento.

Los tres factores están enlazados con tal intimidad en la mente, que no es posible separarlos. La vibración del sonido se transmite instantáneamente y en el mismo instante se levanta la onda en respuesta a la impresión.

Se suceden tan celérrimamente uno a otro, que no es posible discernir uno de otro. Cuando se ha practicado durante algún tiempo esta clase de meditación se purifica la memoria, el receptáculo de todas las impresiones, y entonces podemos distinguir uno de otro los tres citados factores o elementos de la percepción. A esto se le llama nirvitarka o concentración sin interrogación.

44. Por este procedimiento se explican asimismo las concentraciones con distinción y sin distinción cuyos objetos sean delicados.

Un procedimiento análogo al precedente se aplica en el caso en que sean delicados los objetos de meditación.

45. Los objetos delicados se resumen en pradhana.

Los objetos groseros son los elementos materiales y todo cuanto resulta de sus combinaciones o con ellos se elabora. Los objetos delicados comienzan en los tanmatras o sutiles partículas. Los órganos, la mente, la egoidad, la materia mental (causa de toda manifestación), el equilibrio entre sattva, rajas y tamas, llamado pradhana (el principal) prakriti (naturaleza) o avyakta (inmanifestado) son todos objetos sutiles o delicados de meditación. Sólo se exceptúa el purusha.

46. Estas concentraciones son con semilla.

Estas modalidades de concentración no invalidan la semilla de pasadas acciones, y por tanto no pueden conferir la liberación; pero el siguiente aforismo indica lo que allegan al yogui.

47. Cuando está purificada la concentración sin distinción, queda firmemente fijo el chitta.

48. El conocimiento de esto se dice que está "lleno de verdad".

El siguiente aforismo dará la explicación.

49. El conocimiento adquirido por testimonio e inferencia se refiere a los objetos ordinarios. El conocimiento proveniente del samadhi que acabamos de citar es de muy superior orden y penetra en donde no alcanzan el testimonio ni la inferencia.

Denota este aforismo que hemos de adquirir el conocimiento de los objetos ordinarios por directa percepción, por lo que de esta percepción inferimos o por el testimonio de quienes sean competentes. Los yoguis sólo consideran competentes a los rishis y a los videntes de los pensamientos expuestos en los Vedas. Según los yoguis, la única prueba de las Escrituras es que son el testimonio de personas competentes, aunque añaden que las Escrituras no pueden conducirnos al conocimiento. Podemos leer todos los Vedas y sin embargo no conocer nada, pues para llegar al conocimiento hemos de practicar sus enseñanzas y entonces alcanzaremos aquel estado en que se realiza lo que dicen las Escrituras, en que se penetra lo que la percepción y la inferencia no alcanzan y en que de nada sirve el testimonio ajeno. Esto es lo que significa el aforismo. La práctica, el conocimiento real es la verdadera religión. Todo lo demás sólo sirve de preparación. Escuchar conferencias, leer libros o razonar no es más que preparar el terreno; pero no es religión. El asentimiento intelectual o el disentimiento intelectual no es religión. La idea céntrica de los yoguis es que así como nos ponemos en directo contacto con los objetos de los sentidos, así la religión puede percibirse directamente por un mucho más intenso sentido. Las verdades de la religión, como Dios y el alma, no pueden percibirse por los sentidos externos. No puedo ver a Dios con mis ojos ni tocarlo con mis manos, y también sabemos que no podemos razonar más allá de los sentidos. La razón nos deja en un punto completamente indeciso. Podemos estar razonando toda la vida, como las gentes han estado razonando durante millares de años, y el resultado ha sido que nos vemos incompetentes para aprobar o desaprobamos los hechos relativos a la religión. Tomamos por base lo que percibimos directamente y sobre esta base razonamos. Por lo tanto, es evidente que el razonamiento se mantiene entre los límites de la percepción y no puede ir más allá, y en consecuencia el campo del verdadero conocimiento trasciende la percepción sensoria. Los yoguis afirman que el hombre puede trascender el campo de su percepción sensoria y también el de su razón. El hombre tiene en sí la facultad, la potencia de trascender su intelecto, y esta potencia la posee todo ser humano. Por medio de la práctica de la Yoga se actualiza dicha potencia, y entonces el hombre trasciende los ordinarios límites de la razón y percibe directamente cosas que están más allá de la razón.

50. La impresión resultante de este samadhi sofoca las demás impresiones.

Hemos visto en el precedente aforismo que el único medio de alcanzar el estado de superconciencia es trascender la concentración, y también vimos que lo que a la mente le estorba para la concentración son las pasadas impresiones (samskaras). A veces no están activas, pero cuando necesitamos que no lo estén, con seguridad se aglomerarán en la mente. ¿Por qué así? ¿Por qué han de ser dichas pasadas impresiones más intensas en la hora de la concentración? Precisamente porque con toda su fuerza reaccionan al esforzarnos en reprimirlas, y otras veces no reaccionan. ¡Cuán innumerables deben de ser estas pasadas impresiones, todas alojadas en alguna parte de la mente y dispuestas a saltar prontas como tigres! Se han de suprimir estas pasadas impresiones a fin de que surja la idea en que nos queremos concentrar, con exclusión de todas las demás que se esforzarán por surgir simultáneamente con aquella, pues son las fuerzas de las samskaras que impiden la concentración de la mente. Por lo tanto, el samadhi a que se refiere el aforismo es el de más eficaz práctica porque puede suprimir las samskaras

pasadas, ya que la samskara o impresión dejada por esta clase de samadhi será tan potente, que contrarrestará el empuje de las demás.

51. Cuando también se reprime la impresión que contrarresta todas las demás impresiones, se alcanza el samadhi sin semilla.

Recordemos que la finalidad de todos nuestros esfuerzos es la visión del Yo en sí mismo. No podemos percibir directamente el Yo porque está mezclado con la materia, con la mente y con el cuerpo. El ignorante cree que su cuerpo es el Yo y el hombre culto se figura que su Yo es la mente, pero ambos yerran.

¿Por qué el Yo, el alma humana se mezcla con la materia, la mente y el cuerpo? Diferentes ondulaciones del chitta se levantan y envuelven el alma. Sólo vemos a través de dichas ondulaciones un débil reflejo del alma.

Por tanto, si la ondulación es de cólera vemos el alma colérica, y el hombre dice: "Estoy colérico." Si la ondulación es de amor, nos vemos reflejados en ella y decimos que amamos. Si la ondulación es de flaqueza, el alma se refleja en ella y nos sentimos débiles.

Estas diversas ideas provienen de las impresiones que cubren el alma. La verdadera naturaleza del alma no se podrá percibir mientras haya la más leve ondulación en el lago De chitta. Hasta que no cesen las ondulaciones no se podrá percibir la verdadera naturaleza del alma. Así es que Patanjali nos enseña primero el significado de las ondulaciones; en segundo lugar, el mejor medio de reprimirlas; y terceramente, cómo hacer una ondulación tan intensa que contrarreste y anule todas las demás impresiones, o como si dijéramos que el fuego devore al fuego. Cuando sólo quede una ondulación o sea una impresión, fácil también será reprimirla y una vez reprimida, se alcanza el estado de samadhi sin semilla, que no deja impresión alguna, y el alma se manifiesta tal como es, en todo su esplendor. Sólo entonces reconocemos que el alma no es un compuesto, sino la eterna substancia simple del universo, y como tal no puede nacer ni puede morir. Es inmortal, indestructible, la siempre viva esencia de la inteligencia.

NOTAS DEL TRADUCTOR

1. Concentración, como su mismo nombre indica, es la reunión de algo en determinado centro, como por ejemplo la concentración de los rayos solares en el foco de un vidrio ustorio y la reunión de tropas en un solo punto.

En psicología se llama concentración el acto de fijar todas las facultades de la mente en determinado objeto, con exclusión de cualquier otro.

No sólo se ha de fijar la atención, como de ordinario se cree, sino que la mente toda ha de concentrar sus facultades en el objeto, al modo en que se concentran los rayos solares en el foco del vidrio ustorio, sin que la ocupe ni la distraiga el pensamiento en ninguna otra cosa.

La concentración equivale a disciplina de la mente, o mejor diríamos que la mente se disciplina y se somete a la obediencia del ego por medio de la concentración, que no es ciertamente fácil de adquirir, pues se requiere tan larga, sostenida, insistente y perseverante práctica como para el dominio de un instrumento músico de difícil ejecución cuales el piano o el violín.

Para convencerse de las dificultades que entraña el expedito ejercicio de la concentración, no hay más que intentar mantener fija la mente en cualquier objeto material durante tan sólo dos minutos, y quien no haya efectuado jamás este ejercicio, notará que la mente se le distrae, se le escapa del objeto, piensa en otros distintos y se rebela contra la sujeción como potro indómito que repugna violentamente la brida y el freno.

Sin embargo, la yoga, tema capital de los aforismos de Patanjali, requiere ante todo, sobre todo y contra todo, el dominio de la mente por medio de la concentración, esto es, que el ego, el verdadero ser humano, el purusha individual, como se le llama en estos aforismos, sea capaz de mantener fija la mente en un objeto, todo el tiempo que quiera o le convenga, sin cansancio ni distracción, como si en el universo entero no hubiese otro objeto que el en que tiene concentrada su mente.

Así es que el aspirante al yoga no ha de sentir impacencias por alcanzar tan sublime estado y mucho menos presumir alcanzarlo de súbito, improvisadamente, pues fuera insensatez semejante a la de quien presumiera dominar sin ejercicios prácticos un instrumento músico o remontarse de golpe a las alturas de las matemáticas sublimes sin conocer el álgebra ni la geometría.

Pero conviene advertir que para el ego, para el purusha individual, todo lo que no es él es externo a él; y así también forman parte del No-Yo, del mundo exterior, su cuerpo físico con los diversos órganos que concurren a su funcionamiento, el cuerpo astral con sus sentimientos, afectos y emociones, y el cuerpo mental con sus ideas, imágenes, conceptos, opiniones, creencias y pensamientos.

Por lo tanto, no sólo puede el ego concentrar la mente en un objeto material del que llamamos mundo externo, sino también puede concentrarla en los instrumentos que le sirven de manifestación y expresión o sean su cuerpo físico, su cuerpo astral y su cuerpo mental.

Es muy fácil comprender la posibilidad de que el ego concentre la mente en un órgano de su cuerpo físico, como el estómago, el hígado, los pulmones, etc., y en esta posibilidad se funda la terapéutica mental cuyo conocimiento y práctica están ya muy divulgados entre las gentes.

Tampoco es difícil comprender la posibilidad de que el ego concentre la mente en sus emociones, sentimientos: y afectos, cuando examina su cuerpo astral por introversión.

En cambio, no es tan fácil comprender la posibilidad de que el ego concentre su mente en su propia mente; y sin embargo, esta es la fase de la concentración más necesaria para el yoga o reconocimiento de la verdadera naturaleza espiritual del ego.

Como en todos los aspectos de la evolución, es indispensable proceder por grados y no pasar a uno sin haber dominado por completo el precedente. Así es que el ejercitante ha de empezar por concentrar la mente en un objeto material durante dos minutos e ir aumentando poco a poco el tiempo de concentración hasta que logre mantener fija la mente en el objeto sin la más leve distracción ni pensamiento extraño, durante media hora.

De la propia suerte que en los baños de sol se han de ir exponiendo a los rayos sucesivamente y por grados de tiempo de exposición las diversas partes del cuerpo, hasta que una vez pigmentada la piel ya se pueda exponer el cuerpo al sol todo el tiempo que se quiera sin temor de erosiones ni eritemas ni insolaciones, así también cuando la mente se ha disciplinado hasta el punto de poder concentrarse fijamente en un objeto externo durante media hora, con seguridad será capaz de concentrarse todo el tiempo que al ego le convenga, porque ya estará por completo dominada.

Entonces llega el momento oportuno de emprender la segunda etapa de ejercicios, es decir, la concentración de la mente en los órganos del cuerpo físico, para lo cual es necesario conocer siquiera elementalmente su situación, forma y funcionamiento o servicio, a fin de dirigir la mente al punto del cuerpo en que está situado el órgano respectivo, e imaginarlo como si se tuviera materialmente ante la vista.

La mayoría de las gentes desconocen por completo la fisiología de su organismo corporal y todo lo fían en este respecto al médico, de modo que no saben señalar a punto fijo dónde tienen el estómago, ni el bazo ni el hígado ni los riñones ni los pulmones ni siquiera el corazón.

¿Qué diríamos de un artesano que no conociese las herramientas o instrumentos útiles de su oficio? Pues en la misma condición está el que desconoce por completo los órganos constituyentes de su cuerpo o instrumento de su expresión física.

Una vez dominados los ejercicios de concentración mental correspondientes a la segunda etapa, se emprenden los de la tercera, o sea el examen por introversión de las emociones, afectos, sentimientos y pasiones, de modo que cada uno de estos elementos emocionales se presentará a la mente como un objeto perceptible, y así podrá concentrarse en ellos para modificar ventajosamente su carácter en el aspecto emocional.

La cuarta etapa de la concentración es la de la mente sobre sí misma, y consiste en mantener firme un determinado pensamiento, una idea, una imagen, sin que la mente se distraiga en ninguna otra, y a esta modalidad de concentración pertenecen la meditación y la contemplación, según expone al pormenor la obra de Swami Mujerki titulada: Doctrina y práctica de la Yoga

2. Aunque la palabra Yoga se ha tomado muchas veces como sinónima de concentración o de meditación, no hay tal, porque la concentración es el medio y la Yoga es el fin.

Yoga es en realidad la mística unión con Dios que en otros términos significa el reconocimiento por el ego o purusha individual de su verdadera naturaleza, de que es uno con Dios, de que no es su cuerpo ni sus emociones ni sus pensamientos sino que reconoce al fin su esencial unidad con Dios.

Tal es la yoga de los vedantinos, la mística unión divina de los sufíes musulmanes y de los místicos cristianos, la unión explícitamente señalada por el mismo Cristo no sólo al decir a sus discípulos que fueran perfectos como perfecto es el Padre que está en los cielos, sino más explícitamente todavía cuando en espiritual comunicación con Dios

dijo: "Mas no ruego tan solamente por ellos (por los discípulos), sino también por los que han de creer en mí por la palabra de ellos. Para que sean todos una cosa así como tú, Padre, en mí, y yo en ti, que también sean ellos una cosa en NOSOTROS."

Contra esta explícita y terminante declaración no caben sutilezas ni distingos. La unión de Cristo con el Padre, su consubstancialidad, el ser ambos una misma cosa, el tener idéntica naturaleza, se extiende a los discípulos y a los futuros fieles por medio de la frase así como, esto es, de la misma manera; y si esto no bastara, disipa Cristo toda duda al añadir que también sean ellos una cosa en nosotros, esto es, conjuntamente en el Padre y en Cristo.

Anteriormente a esta declaración, cuando Cristo, según el evangelio de San Juan, capítulo X, se paseaba en el templo por el pórtico de Salomón, le cercaron los judíos, y les dijo: "Yo y el Padre somos una cosa."

Posteriormente, según el capítulo XIV del mismo evangelista, al responder Cristo a la súplica del apóstol Felipe para que les mostrara al Padre, dice: "No creéis que yo estoy en el Padre y el Padre en mí"

En estos dos textos se fundan los teólogos para probar la consubstancialidad de Cristo con Dios; pero el argumento es igualmente válido para la consubstancialidad de los discípulos o la misma cosa con Cristo conjuntamente con el Padre, una cosa en NOSOTROS.

Podrá ser esto herejía, pero es verdad y además es el yoga o unión con Dios.

Bien dice el aforismo que Yoga es impedir que la materia mental (chitta) tome diversas formas (vrittis), porque cuando la materia mental está tranquila sin que nada la afecte, no hay impedimento alguno para que el ego se reconozca a sí mismo tal como es, de la propia suerte que cuando el espejo está del todo limpio, terso y bruñido se reflejan exactamente las imágenes, mientras que resultan borrosas si está empañado.

La palabra sánscrita chitta tiene diversas acepciones y es homónima de chelas; pero en estos aforismos se toma en el sentido de la materia constitutiva de la mente.

Porque se ha de entender que así como la materia física puede asumir los estados sólido, líquido, gaseoso y etéreo, hay otros grados todavía más sutiles de materia, que son la materia astral y la materia mental, y de esta última está constituida la mente.

Un símil esclarecerá esta idea. De una pieza de paño salida del telar se pueden confeccionar muchos trajes. Cada traje será del mismo paño, pero con diferente hechura, tamaño y configuración, pues lo mismo puede confeccionarse un gabán que una chaqueta o cualquier otro indumento.

El paño es la materia del traje, y cuando decimos que se ha manchado o se ha roto o descosido el traje, es lo mismo que si dijéramos que se ha roto, manchado o descosido el paño o materia del traje. Por lo tanto, para el caso lo mismo es hablar del paño o materia que del traje.

Así en los aforismos el chitta o materia mental es sinónimo de mente, pues se emplea la figura retórica llamada sinécdoque que consiste en tomar la materia de que está formada una cosa por la cosa misma, como cuando se dice blandió el acero, por blandió la espada, o el santo leño por la cruz. Así es que siempre que se encuentre en los aforismos la expresión materia mental se ha de considerar como sinónimo de mente.

También la palabra sánscrita vrittis tiene muchas acepciones, pero en los aforismos se emplea en el sentido de modificaciones o alteraciones, es decir, el estado, actitud, condición o disposición en que en determinado momento se halla la mente.

Conviene advertir que los orientales significan con la palabra mente, no sólo el cuerpo mental según los teósofos, sino también el cuerpo emocional, es decir, tanto los pensamientos como las emociones.

En inglés no hay más que una sola palabra, mind, para expresar cuanto se relaciona con los cuerpos mental y emocional; pero en español distinguimos la mente del ánimo, y expresamos con la palabra mente lo relativo al cuerpo mental y con la de ánimo lo referente al cuerpo emocional.

Por lo tanto, al hablar los aforismos de los vrittis o modificaciones de la mente, se ha de entender la variedad de pensamientos y de emociones.

Tampoco el idioma inglés tiene palabra apropiada para traducir sin anfibología la sánscrita ahamkara, que no es egoísmo en el sentido de la pasión contraria a la virtud del altruismo, sino la conciencia del yo soy yo, de la individualidad, separada por ignorancia, del único Yo universal.

Puede un hombre ser muy altruista y muy abnegado y sin embargo ser incluso escéptico, agnóstico y aun ateo, creído de que es una personalidad identificada con su cuerpo físico.

Por lo tanto, es necesaria una palabra que no confunda anfibológicamente el concepto sánscrito de ahamkara o conciencia del yo individual con la brutal pasión del egoísmo, y tal palabra es egoidad, aunque también pudiera ser egoencia o egotismo.

3. El vidente es el Yo, el Ego, el Purusha. También se le llama el perceptor, el que percibe, pues vidente es palabra metafísicamente anfibológica que puede confundirse con el concepto de profeta o vaticinador de las cosas que ve que han de suceder.

7. La competente evidencia o directa percepción del yogui llamada en sánscrito aptavakhyam o sea palabras de un apta, del que ha alcanzado la iluminación, es lo mismo que intuición, es decir, que se ve la verdad sin valerse del raciocinio.

9. Vikalpa significa, entre otras cosas, la ligereza e impremeditación de quienes sin más ni más dan por cierto lo dudoso y se precipitan en formar definitivo juicio sin poseer todos los elementos necesarios para el acierto.

10. Smriti es la memoria retentiva, cuando la modificación producida en la materia mental por una impresión cualquiera es tan honda, que puede reproducirse y avivarse al contacto de otra impresión análoga, según explica el aforismo número 11.

15. No se ha de confundir el desapego o desasimiento con la indiferencia. La indiferencia no tiene mérito alguno, pues no hay atracción ni deseo, mientras que el desapego o desasimiento consiste en refrenar el deseo y rechazar la atracción de los objetos exteriores.

17. Se ha de tener muy en cuenta que en estos aforismos la palabra Naturaleza está empleada en idéntico sentido que materia o prakriti. Por lo tanto, avyaktam es el nombre sánscrito de la materia primordial, caótica, indiferenciada y homogénea, llamada también mulaprakriti en las escrituras sánscritas y aguas en las hebreas. En la materia primordial se identifican esencialmente la materia y la energía, esto es, la unidad de la materia y la unidad de la energía.

Se llaman prakritilayas los que aun habiéndose desapegado de los objetos de sensación no alcanzan a identificarse con el Yo universal, esto es, que no llegan a la definitiva unión con Dios, y necesitan reencarnar o sumirse de nuevo en la materia.

19. Los dioses a que alude este aforismo nada tienen que ver con los de las religiones exotéricas ni con el supremo Dios o Brahman del hinduismo. Se refieren estos dioses a los egos que han alcanzado el reino superhumano, pero que todavía tienen apego a la vida senciente aunque sea con el altísimo propósito de auxiliar a la humanidad. Por esto han de reencarnar siquiera voluntariamente y sumirse de nuevo en la materia.

26. Es muy frecuente calificar de inerte, ciega, muerta e insensible a la materia, y sobre esto conviene alguna aclaración. En primer lugar el concepto de inercia no se contrae como vulgarmente se supone a los cuerpos materiales que no están en movimiento relativo, o sea que están en el estado a que los físicos llaman de reposo, como por

ejemplo, un cadáver, un pedrusco, todo objeto material en reposo. También son inertes, aunque parezcan paradójicos los cuerpos materiales que están en continuado movimiento, como los planetas alrededor de los soles, porque inercia es el estado de un cuerpo en reposo en espera de una fuerza que lo ponga en movimiento o de un cuerpo en movimiento que lo ponga en reposo. En consecuencia tan inerte es un peñasco como el planeta Marte.

Tampoco es congruente llamar muerta, ciega o insensible a la materia porque aunque nos parezca en reposo no lo está en absoluto sino en incesante movimiento de los electrones de sus átomos, y este movimiento es su vida propia que tiene por alma la energía divina. No es ciega porque no procede de cualquier manera en sus combinaciones y recombinaciones sino que obedece a leyes invariables y muestra según su índole afinidad entre unos cuerpos y repulsión entre otros. En cuanto a lo de insensible ahí están los ya famosos experimentos de Vosee para demostrar concluyentemente la sensibilidad de los minerales y de las plantas.

Sin embargo, es tanta la diferencia entre el grado de conciencia de los minerales y vegetales y el del aún más atrasado hombre, que la materia nos parece muerta, ciega, inerte e insensible con relación a nosotros, aunque no lo sea en absoluto.

34. Para la mejor comprensión de este aforismo recomendamos la lectura y estudio de la obra de Ramacharaka titulada: Ciencia Hindu-Yogi de la Respiración.

37. Este aforismo explica el oculto sentido de la devoción a los corazones de Jesús y de María, que tanto incremento ha tomado en el catolicismo romano en estos últimos tiempos. Decimos devoción y no obligación ni siquiera culto, porque la esencia de semejante devoción es la Ineditación en el corazón de quienes como Jesús el Cristo y María su madre renunciaron a todos los objetos de los sentidos. Patanjali aconsejó esta práctica yoguista centenares de siglos antes de que la beata Margarita de Alacoque la introdujera en el catolicismo. Lo deplorable es que los católicos en su inmensa mayoría consideran el corazón de Jesús como un amuleto y no aciertan a meditar en él ni saben una palabra de concentración mental.

CAPÍTULO II

PRACTICA DE LA CONCENTRACIÓN

1. La mortificación, el estudio y la entrega a Dios del fruto de las obras constituye la Yoga Kriya.

Los samadhis o modalidades de concentración con que terminamos el primer capítulo son muy difíciles de lograr, y por tanto hemos de proceder lentamente en su práctica. El paso preliminar es el yoga kriya, que literalmente significa obra, esto es, actuando hacia el yoga. Los órganos son los caballos, la mente son las riendas, el intelecto es el cochero, el alma es el viajero y el cuerpo es el coche. El dueño de la casa, el rey, el Ser del hombre va sentado en el coche. Si los caballos son muy fogosos y no obedecen a las riendas, si el cochero, el intelecto, no acierta a refrenarlos, el coche estará en peligro. Pero si los caballos, los órganos, están bien regidos y si el cochero, el intelecto, sostiene firmes en sus manos las riendas, la mente, entonces el coche llegará a su destino. Por tanto ¿qué significa en el aforismo la mortificación? Sostener firmemente las riendas al guiar el cuerpo y los órganos, de modo que no se les deje hacer lo que quieran, sino mantenerlos ambos sujetos al dominio de las riendas.

¿Qué significa el estudio en el aforismo?

No es el estudio de las ciencias y letras humanas, sino el estudio de las obras que enseñan la liberación del alma, pero en modo alguno significa el estudio por controversia y debate.

El yogui ha transcendido el período de controversia, pues ya está harto de sus pasadas discusiones. Sólo estudia para intensificar su convencimiento.

Las dos clases de conocimiento escritural son vada y siddhanta. Vada es el argumentativo y siddhanta el decisivo. El hombre completamente ignorante adopta el vada para luchar con argumentos y razonar en pro y en contra; pero una vez cansado de discutir estérilmente, adopta el siddhanta, el decisivo, y llega a una conclusión. Sin embargo, no basta llegar a esta conclusión. Es necesario intensificarla. Hay infinidad de libros y el tiempo es corto. Por tanto, el secreto del conocimiento es aprender lo esencial y vivirlo. Refiere una antigua leyenda índica que si se pone delante de un cisne una copa de leche aguada, el cisne se beberá la leche y dejará el agua. Así debemos tomar lo de valioso conocimiento y dejar la escoria.

Al principio será necesaria la gimnasia intelectual, pues no hemos de proceder nunca ciegamente en nada. El yogui ha transcendido la etapa argumentativa y ha llegado a una conclusión incommovible como la roca. Lo único que entonces procura es intensificar la conclusión y dice no discutáis si alguien os arguye. Callad. No repliquéis a ningún argumento sino manteneos tranquilos y apartaos de discusiones que no hacen más que perturbar la mente: Lo único necesario es disciplinar el intelecto; por tanto ¿de qué sirve perturbarlo con nimiedades? El intelecto es muy débil instrumento y sólo alcanza a darnos muy limitado conocimiento por medio de los sentidos. El yogui trasciende los sentidos, y en consecuencia de nada le sirve el intelecto.

Está segurísimo de lo que sabe y no necesita argumentar, pues cada argumento desequilibraría su mente, perturbaría el chitta y toda perturbación es un retroceso. La argumentación y las indagaciones de la razón sólo sirven durante el camino, pues hay allende muchas y más altas cosas. La plenitud de la vida no es para certámenes escolares y corporaciones de controversia.

"La entrega a Dios del fruto de las obras" consiste en no alabarnos ni vituperarnos sino ponerlo todo en manos del Señor y permanecer en paz.

2. Por la práctica del samadhi se aminoran las penosas obstrucciones.

La mayoría de los hombres dejan que su mente haga lo que se le antoje como chiquillo mimado. Por lo tanto, es necesario practicar constantemente la yoga kriya a fin de mantener bien regida la mente. Los impedimentos contra el yoga provienen de falta de disciplina y ocasionan sufrimiento. Sólo es posible vencer dichos impedimentos sujetando la mente y manteniéndola a raya por medio del yoga kriya.

3. Las obstrucciones penosas son: ignorancia, egoísmo, apetito, aversión y apego a la vida.

Estas son las cinco aflicciones, el quíntuple lazo que nos liga. De ellas, la ignorancia es la causa, y las otras cuatro los efectos. La ignorancia es la única causa de nuestra desdicha. ¿Qué otra cosa puede hacernos miserables? La naturaleza del alma es eterna felicidad; pero la afligen la ignorancia, la alucinación y la ilusión. Toda pena del alma es simplemente ilusión.

4. La ignorancia es el fértil campo de todas las obstrucciones que la siguen, ya estén dormidas, atenuadas, reprimidas o explayadas.

La ignorancia es la causa del egoísmo, apetito, aversión: y apego a la vida. Estas impresiones existen en diversos estados. A veces duermen. A menudo oímos la expresión: "es inocente como un niño"; y sin embargo en el niño puede subyacer el estado de un demonio o, de un dios, que gradualmente se irá manifestando.

En el yogui; estas impresiones o samskaras que dejaron pretéritas acciones están atenuadas, es decir, en estado sutil, y puede dominarlas de modo que no se manifiesten. A veces estas impresiones están temporáneamente reprimidas por otras más intensas, pero se manifiestan en cuanto cesa la represión. Por fin, cuando el ambiente las favorece se manifiestan en toda su actividad las buenas o las malas impresiones.

5. La ignorancia se apega a lo perecedero, impuro y penoso, al No-Yo, en vez de reconocer el eterno, puro y feliz Atman.

Toda clase de impresiones manan de una sola fuente: la ignorancia. Primero hemos de saber qué es ignorancia. Creemos que el hombre es su cuerpo. Tal es la gran ilusión.

6. Egotismo es la identificación del perceptor con el instrumento de percepción.

El perceptor es realmente el Yo, el puro, el santo, infinito e inmortal. Este es el Yo humano. ¿Cuáles son sus instrumentos? El chitta o materia de la mente; el buddhi o facultad determinativa; el manas o mente; y los indriyani u órganos de sensación. Estos son los instrumentos de que el Yo se vale para percibir el mundo exterior, y la identificación del Yo con sus instrumentos es la ignorancia del egotismo. Nosotros decimos: "Yo soy la mente"; "Yo soy el pensamiento"; "Estoy colérico"; "Soy feliz".

¿Cómo es posible que nos encolericemos ni cómo podemos odiar? Debemos identificarnos con el inmutable Yo; y si el Yo es inmutable ¿cómo puede ser unas veces feliz y otras desdichado? El Yo es arrúpico, infinito, omnipresente. ¿Qué puede

mudarlo? Transciende toda ley. ¿Qué puede afectarlo? Nada hay en el universo capaz de afectarlo; pero movidos por la ignorancia nos identificamos con la materia de la mente y creemos experimentar placer o dolor.

7. El apego se posa en el placer.

Hay cosas que nos dan placer y la mente se dirige hacia ellas; y a esta inclinación en busca del centro de placer le llamamos apego, afición o apetito. Nunca nos aficionamos a lo que no nos causa placer. A veces encontramos placer en cosas estrafalarias o extravagantes; pero subsiste el principio de que nos aficionamos a lo que nos causa placer.

8. La aversión se posa en el dolor.

Inmediatamente nos apartamos de todo cuanto nos causa dolor.

9. El apego a la vida dimana de su propia naturaleza y lo vemos hasta en los hombres cultos.

En todo ser animado observamos el apego a la vida. Sobre este apego se ha intentado basar la teoría de una vida futura, porque los hombres aman de tal modo la vida que anhelan también otra vida después de la terrena.

Desde luego que este argumento no tiene mucho valor; pero lo extraño es que en los países occidentales, la idea de que el apego a la vida, denota la posibilidad de una vida futura, se aplique tan sólo al hombre y no a los animales.

En la India, el apego a la vida se considera como una prueba de las pasadas vidas y experiencias. Por ejemplo, si es verdad que todos nuestros conocimientos provienen de la experiencia, también será verdad que no podemos imaginar ni comprender lo que jamás hayamos experimentado. Sin embargo, tan pronto como los polluelos salen del cascarón empiezan a picotear el grano. Muchas veces se ha visto que una gallina ha empollado huevos de pato, y al romper los polluelos el cascarón se zambulleron inmediatamente en el agua, y la clueca se figuró que se iban a ahogar.

Si la experiencia es la única fuente de conocimiento ¿en dónde aprendieron los recién nacidos polluelos a picar el grano y quién les enseñó a los patitos que el agua era su predilecto elemento? Si se responde que obran por instinto, replicaremos que el instinto es una palabra, pero no una explicación. ¿Qué es tal instinto? Tenemos varios instintos. Por ejemplo, las muchas mujeres que saben tocar el piano recordarán con cuánta precaución habían de pulsar el teclado; pero al cabo de largos años de práctica, la pianista puede hablar con sus amigas mientras toca sin que los dedos equivoquen ni una tecla. La práctica se convirtió en instinto.

Lo mismo sucede con todo cuanto hacemos.

La práctica se transmuta en instinto y actuamos automáticamente; pero en cuantos casos conocemos hasta ahora, en las acciones automáticas o instintivas parece que no interviene la razón. En cambio, en la terminología de los yoguis, el instinto es la razón involucionada, pues involuciona el discernimiento y entonces son automáticas las impresiones. Por lo tanto, es perfectamente lógico opinar que lo que llamamos instinto en este mundo es la razón involucionada; y como quiera que la razón no puede existir sin experiencia, todo instinto ha de ser el resultado de pasadas experiencias.

Las aves de corral temen al halcón, y los patitos gustan del agua, como resultado de pasadas experiencias.

La cuestión está en si estas experiencias pertenecen a una alma determinada o simplemente al cuerpo; si la experiencia del pato proviene de sus antepasados o es propia del recién nacido pato. Los modernos científicos afirman que las experiencias pertenecen al cuerpo; pero los yoguis sostienen que son experiencias de la mente transmitidas por medio del cuerpo. Tal es la teoría de la reencarnación.

Hemos visto que todo nuestro conocimiento, tanto si lo llamamos percepción, razón o instinto, debe proceder de la experiencia, y que el instinto no es más que la razón involucionada, de modo que el instinto puede revertir en razón. Así sucede en el universo entero, y en esto se basa uno de los principales argumentos que en pro de la reencarnación aduce la India. La repetida experiencia de varios temores produce en el transcurso del tiempo el apego a la vida. El niño es instintivamente medroso porque en él subsisten las pasadas experiencias de dolor. Aun en los hombres más cultos, que saben que su cuerpo ha de perecer y dicen que aunque hayan tenido centenares de cuerpos el alma no puede morir, aun en éstos, con todos sus intelectuales convencimientos, hallamos el apego a la vida. ¿De qué proviene este apego a la vida?

Ya hemos visto que ha llegado a ser instintivo, y en la terminología psicológica de los yoguis es uno de tantos samskaras, que sutiles y ocultos dormitan en el chitta. Todas las pasadas experiencias de la muerte, todo lo que llamamos instintivo es experiencia transmutada en subconsciente, que late en el chitta y no está manifiesta sino que actúa subyacentemente. Los vrittis del chitta, las ondas mentales groseras se notan fácilmente y no hay mayor dificultad en regirlas; pero ¿y los instintos sutiles? ¿Cómo regirlos?

Cuando me encolerizo, toda mi mente es una ola de cólera. La siento, la veo, la manejo, puedo fácilmente manipularla y luchar contra ella, pero no saldré airoso de la lucha hasta que penetre en sus causas. Alguien me insulta y noto que se me calienta la sangre, pero el insultador prosigue insultándome hasta que no puedo contenerme, me arrebato y me identifico con la cólera. Cuando el insultador empezó a maltratarme, pensé: "Me voy a irritar". La cólera era una cosa y yo otra; pero al encolerizarme, yo era la misma cólera.

Las emociones se han de dominar en su modalidad sutil, en germen y raíz, antes de que nos dominen. La inmensa mayoría de las gentes no conocen las sutiles modalidades de las emociones en el estado en que surgen de la subconciencia. No vemos la burbuja cuando surge del fondo del lago ni tampoco cuando se acerca a la superficie sino cuando estalla y forma un rizo en el agua. Sólo podemos dominar las ondas mentales cuando es posible manejarlas en estado naciente, y hasta que no seamos capaces de subyugarlas antes de que se embravezcan, no habrá esperanza de refrenar perfectamente una pasión. Para subyugar nuestras pasiones hemos de sofocarlas de raíz y sólo entonces podremos quemar sus semillas. Así como las semillas una vez fritas ya no germinan aunque se las siembre, tampoco rebrotarán las pasiones sofocadas al nacer.

10. Las samskaras sutiles se han de vencer reduciéndolas a su estado causal.

Samskaras son las sutiles impresiones que más tarde se manifiestan en forma grosera. ¿Cómo subyugar las samskaras sutiles? Reduciendo el efecto a su causa. Cuando el chitta, que es el efecto, se reduce a su causa, se desvanecen las sutiles impresiones por medio de la meditación.

11. Las groseras modificaciones se han de eliminar por meditación.

La meditación es uno de los más eficaces medios de regir las ondulaciones mentales.

Por la meditación es posible que la mente subyugue las ondulaciones, y si el individuo practica la meditación día tras día, mes tras mes y año tras año hasta que se concrete en hábito y medite aun a su pesar, quedarán vencidos la cólera y el odio.

12. El "receptáculo de las obras" tiene su raíz en las aflictivas obstrucciones y su experiencia está en esta vida visible o en la vida invisible.

El "receptáculo de las obras" significa la suma total de samskaras. Siempre que ejecutamos una acción, se levanta una onda en la mente, y cuando acabamos de ejecutar la acción, creemos que se desvanece la onda; pero no se ha desvanecido sino que aún subsiste en más sutil modalidad, y cuando tratamos de recordar la acción vuelve a intensificarse la onda que estaba todavía allí, pues si no estuviera no habiéramos podido recordar la acción. Así cada acción, cada pensamiento, buenos o malos, se utilizan y se almacenan en la subconciencia. Tanto los pensamientos placenteros como los ingratos se califican de obstrucciones aflictivas porque según los yoguis, al fin y a la postre ocasionan dolor. Todo placer dimanante de los sentidos acarreará eventualmente dolor. Todo goce acrecienta el deseo de un goce más vivo hasta que al fin ocasiona dolor. No tiene límites el deseo del hombre, y cuando llega a un punto en que no puede satisfacerlo, ocasiona dolor. Así es que los yoguis consideran la suma total de impresiones, buenas o malas, como obstrucciones penosas, porque obstruyen el camino de la liberación del alma.

Lo mismo cabe decir de las samskaras, las sutiles raíces de todas nuestras acciones, que son las causas que han de producir repetidos efectos en esta vida o en las venideras. En casos excepcionales, cuando las samskaras son muy vigorosas, producen rápidamente el efecto, es decir, que las acciones en extremo malvadas o las de máxima bondad producen su efecto aun en esta misma vida.

Afirman los yoguis que si un hombre logra adquirir formidable poder de buenas samskaras, no morirá, pues aun en esta misma vida puede mudar su cuerpo humano en cuerpo de los dioses. Los yoguis mencionan en sus libros varios casos de esta índole. Un hombre tal transmuta la materia de su cuerpo y reordenan sus partículas de modo que se exime de las enfermedades y de la muerte corporal.

¿Por qué no ha de ser esto posible? El fisiológico significado del alimento es la asimilación de energía solar que está en la planta comida por un animal que a su vez se lo come el hombre. Así es que nos asimilamos energía solar; y en consecuencia ¿por qué habría de haber tan sólo un medio de asimilarnos dicha energía? La planta no se la asimila de la misma manera que el hombre, ni tampoco es el mismo el procedimiento por el cual se la asimila la tierra. Pero la tierra, la planta, el animal y el hombre se similan de un modo u otro energía solar. Dicen los yoguis que por medio de la mente pueden asimilarse cuanta energía solar necesiten sin recurrir a los medios ordinarios. Así como la araña teje la tela de su propia substancia, y en la tela queda limitada de suerte que no puede ir más allá del límite de su tela y sólo por los hilos de la tela puede moverse, así el hombre ha proyectado de su propia substancia la red de nervios y sólo puede actuar por medio de los nervios. Pero los yoguis no necesitan sujetarse a esta condición.

Análogamente, podemos transmitir electricidad a todas las partes y puntos del mundo, mas para transmitirla necesitamos alambres.

Sin embargo, la Naturaleza emite cantidades enormes de electricidad sin valerse de alambres. ¿Por qué no hacemos nosotros lo mismo? Podemos emitir y transmitir electricidad mental, pues lo que llamamos pensamiento es muy semejante a la electricidad. El fluido nervioso tiene algo de electricidad, pues se polariza y responde a

las direcciones eléctricas. Sólo podemos transmitir nuestra electricidad por conducto de los nervios. ¿Por qué no transmitir la electricidad mental sin esta ayuda? Los yoguis dicen que es perfectamente posible y practicable y que quien logre realizarlo podrá actuar en todo el universo y doquiera con cualquier cuerpo sin valerse del sistema nervioso.

Cuando el hombre actúa por medio de los nervios decimos que vive y cuando cesa de actuar por medio de los nervios decimos que ha muerto. Pero cuando el hombre sea capaz de actuar tanto con nervios como sin ellos, nada significarán para él ni el nacimiento ni la muerte. Todos los cuerpos del universo están constituidos por tanmatras de cuya diversa combinación resultan las diferencias. Pero como el hombre es el que combina y ordena los tanmatras, puede ordenar su cuerpo en una u otra forma. ¿Quién construye el cuerpo sino el mismo hombre? ¿Quién se asimila el alimento? Si otro tomara el alimento por nosotros, no podríamos vivir. ¿Quién da a la sangre su tónica por medio de los alimentos? Ciertamente el hombre. ¿Quién purifica la sangre y la hace circular por las venas sanguíneas? El hombre. Somos los dueños del cuerpo en que vivimos; pero hemos perdido el conocimiento de cómo rejuvenecerlo. Nos hemos degenerado hasta el automatismo. Hemos olvidado el procedimiento de ordenar las moléculas. Lo que hacemos automáticamente lo hemos de hacer conscientemente. Somos los dueños y hemos de regular la ordenación de las moléculas de nuestro cuerpo, y tan pronto como de esto seamos capaces lo seremos también de rejuvenecer el cuerpo como queramos, libres de enfermedades, muertes y nacimientos.

13. Si la raíz subsiste, llega la fructificación en forma de efectos, vida y experiencia de placer y dolor.

Si las raíces, las causas, las samskaras subsisten, manifiestan sus efectos. La causa concretada se transmuta en efecto; y el efecto utilizado se transmuta en causa de un nuevo efecto. El fruto de un árbol lleva semilla que produce un nuevo árbol y así sucesivamente.

Todas nuestras acciones de ahora son efectos de pasadas samskaras, y a su vez estas actuales acciones se transmutarán en samskaras que ocasionarán futuras acciones y así sucesivamente. Por esto dice el aforismo que mientras subsista la causa habrá fruto en forma de especies de seres, y uno será ángel, otro hombre, otro animal y otro demonio. El karma produce diferentes efectos en la vida.

Un hombre vive cincuenta años, otro cien, otro a los dos años sin llegar a la madurez. Todas estas diferencias en la vida están reguladas por el pasado karma. Si un hombre ha nacido para gozar, aunque se recluya en una selva le seguirá el placer. Si otro hombre ha nacido para sufrir, sufrirá doquiera vaya. Es la consecuencia de su pasado. Según la filosofía yoguista las acciones virtuosas allegan placer y las viciosas acarrearán dolor. Todo el que obra mal cosechará el fruto de sus maldades en forma de dolor.

14. El placer y el dolor son el fruto de la virtud y del vicio.

15. Para el que alcanzó el discernimiento, todo es, por decirlo así, penoso, porque todas las cosas acarrearán dolor, ya como consecuencia, ya como anticipación de la pérdida de felicidad o como un nuevo anhelo levantado de las impresiones de felicidad y también por la oposición de cualidades.

Dicen los yoguis que el hombre de discernimiento y buen sentido ve a través de todo lo que llamamos placer y dolor, y sabe que a todos les tocan, pues el placer se entremezcla

con el dolor. Ve el yogui que los hombres persiguen durante toda su vida un fuego fatuo y nunca satisfacen cumplidamente sus deseos. El gran rey Judhishthira dijo una vez que lo más admirable de esta vida es que a cada momento vemos morir a las gentes en nuestro rededor y nos figuramos que nunca hemos de morir. Rodeados por todas partes de insensatos, creemos que somos el único cuerdo. Al ver por doquiera tantos casos de veleidat, presumimos que nuestro amor es el único constante. ¿Cómo así? Porque aun el amor es egoísta, y los yoguis dicen que al fin y al cabo, veremos que lentamente se amortigua el amor de marido y mujer, de hijos y amigos. A decadencia están sujetas todas las cosas de esta vida. Cuando todo, hasta el amor, decae, entonces ve el hombre relampagueantemente cuán vano y como un sueño es este mundo. Entonces vislumbra la renunciación (vairagyam) y también vislumbra el más allá. Sólo por renuncia a este mundo se llega al otro; nunca apegándose exclusivamente a este mundo. Todas las grandes almas renunciaron a los goces y placeres de los sentidos para alcanzar su grandeza. La causa de la aflicción es el entrecchoque de las diferentes fuerzas naturales, que cada cual arrastra por su lado de modo que imposibilitan la permanente felicidad.

16. Puede evitarse la aflicción que todavía no ha llegado.

Ya hemos agotado parte de nuestro karma; estamos agotando ahora otra parte; y el resto espera dar fruto en el porvenir. La primera parte ya no existe, pues se agotó. Estamos agotando la segunda. Únicamente podemos contrarrestar la parte del karma que está en espera de dar fruto, ya contrarrestarlo deben dirigirse nuestros esfuerzos. Esto es lo que Patanjali da a entender cuando dice que las samskaras se han de vencer por ondulaciones contrarias.

17. La causa de lo que se ha de evitar es la unificación del perceptor con lo percibido.

¿Quién es el preceptor? El Yo del hombre, el Purusha. ¿Qué es lo percibido? El conjunto de las cosas objetivas, desde la mente hasta la más densa forma de materia. Todo placer y todo dolor provienen de la unificación de Purusha con la mente. Recordemos que según el yoga de Patanjali Purusha es puro, y cuando se unifica con el mundo exterior, parece que por reflejo siente placer o dolor.

18. Lo experimentado está compuesto de elementos y órganos y es de la índole de iluminación, acción e inercia, con el propósito de dar experiencia y liberación al experimentador.

Lo experimentado, esto es, la Naturaleza, está compuesto de elementos y órganos: de los elementos sutiles y densos que componen el conjunto de la Naturaleza, y de los órganos de los sentidos, de la mente, etc. Lo experimentado es de la índole de la iluminación o sattva, de la de acción o rajas y de la de inercia o tamas. ¿Qué finalidad tiene la Naturaleza? Que Purusha adquiriera experiencia. El Purusha ha olvidado, por decirlo así, su potente naturaleza divina.

Refiere una leyenda que Indra, el rey de los dioses, se infundió una vez en el cuerpo de un cerdo y se revolcaba en el cieno. Tenía por compañera una verraca que le dio lechoncillos, y era dichoso. Al verle los dioses en semejante apuro, le dijeron: "Eres el rey de los dioses y tienes a todos los dioses bajo tu mando. ¿Por qué estás aquí?" A lo que respondió Indra: "No importa. Estoy muy bien aquí. Ningún cuidado me da el cielo mientras tenga esta verraca y estos lechoncitos." Los dioses no supieron qué replicar, y

al cabo de algún tiempo decidieron ir matando los lechoncillos uno tras otro y por fin a la verraca. Cuando todos murieron, Indra afligióse y lloró. Entonces los dioses abrieron en canal el cuerpo del cerdo, y de él salió Indra que rióse del horrible sueño que había tenido, creyendo que en la vida del cerdo cifraba su dicha, con deseo de que el universo entero adoptara tal vida.

Esta leyenda simboliza que cuando Purusha se unifica con la Naturaleza olvida que es puro e infinito. Purusha no ama, porque es el mismo amor. Purusha no existe, porque es la misma existencia. Purusha no conoce, porque es el mismo conocimiento. Es un error decir que el Yo ama, existe y conoce. El amor, la existencia y el conocimiento no son cualidades del Purusha sino su esencia. Cuando Purusha se refleja en una cosa, la esencia se diversifica en las cualidades de dicha cosa.

No son cualidades de Purusha sino su esencia, la esencia de Atman, del Ser infinito sin nacimiento ni muerte, establecido en su propia gloria. Sin embargo, parece tan degenerado, que si se le dice que "no es un cerdo" gruñe y muerde.

Así nos sucede en este mundo de maya, de sueño, donde todo es miseria, clamor y llanto, donde ruedan unas cuantas rodajas de oro tras de las que a la rebatiña andan las gentes.

Ni la Naturaleza ni sus leyes sujetan al Yo.

Así lo enseñan los yoguis y se ha de aprender pacientemente. Los yoguis muestran cómo al unificarse Purusha con la mente y el mundo exterior se cree miserable. Después nos enseñan los yoguis que la experiencia es el medio de liberación, y cuanto antes sea posible hemos de pasar por todas las experiencias para salir de esta red que nos aprisiona. Nos hemos metido en la trampa y por nuestro esfuerzo hemos de escapar de ella. Por lo tanto, hemos de pasar por la experiencia de maridos y mujeres, hijos y amigos, y las pasaremos sin tropiezo si no olvidamos lo que en realidad somos. No olvidemos nunca que es transitorio nuestro actual estado y que lo hemos de pasar. La experiencia del placer y del dolor es el único maestro que nos los da a conocer, y paso a paso nos conduce al estado en que todas las cosas se empequeñecen y el Purusha se magnifica hasta el punto de que el universo entero parece una gota en el océano y se desvanece por su propia nulidad.

Hemos de pasar por diferentes experiencias, pero no olvidemos nunca el ideal.

19. Los estados de las cualidades son: el definido, el indefinido, el solamente indicado y el no indicado.

La Yoga de Patanjali está fundada enteramente en la filosofía sankhya según ya dijimos; y conviene recordar los puntos capitales que sobre cosmología mantiene la escuela sankhya, en cuya opinión, la Naturaleza es a la par la causa material y eficiente del universo. En la Naturaleza hay tres clases de elementos: sattva, rajas y tamas. El elemento sátvico es armonía, luz, serenidad; el rajásico es actividad; el tamásico es tinieblas, pesadez e ignorancia. Los sankhyas llaman avyaktam (indefinida u homogénea) a la Naturaleza antes de la creación, cuando no hay distinción de forma ni de nombre, porque los tres elementos están en perfecto equilibrio. Al romperse el equilibrio, los tres elementos se entremezclan en infinidad de diversas proporciones, de que resulta el universo. También en todo hombre existen dichos tres elementos o materiales. Si predomina sattva se manifiesta en conocimiento; si rajas, en actividad; si tamas, en ignorancia, tinieblas, pereza y lasitud. Según la escuela sankhya, estos tres elementos son la suprema manifestación de la Naturaleza y constituyen el Mahat o inteligencia universal de la que cada intelecto humano es parte. La psicología sankhya establece muy aguda distinción entre Manas o mente y Buddhti o intelecto. La función de la mente se contrae a recoger y transmitir impresiones y presentarlas al individual

Mahat que las discierne. De Mahat proviene la egoidad, de que a su vez dimanen los sutiles materiales cuya combinación engendra los materiales densos que constituyen el universo exterior.

Afirma la filosofía sankhya que desde el intelecto hasta la piedra toda es producto de una sola substancia cuyas variedades sólo difieren en grados de densidad o existencia.

Las variedades sutiles son la causa y las densas son el efecto. Según la filosofía sankhya, más allá del universo material está Purusha, que no es en modo alguno material ni análogo a Buddhi ni a Manas ni a los tanmatras ni a los materiales densos, sino que está separado de todos ellos y es de naturaleza del todo diferente. De aquí arguye la escuela sankhya que Purusha debe ser inmortal porque no resulta de ninguna combinación. No puede morir lo que no es resultado de una combinación.

El número de purushas o almas es infinito. Ahora comprenderemos por qué dice el aforismo que los estados de las cualidades son definidos, indefinidos, indicados y sin indicación.

Los estados definidos son los elementos densos que percibimos sensorialmente. Los indefinidos son los elementos sutiles, los tanmatras, que no puede percibir el hombre ordinario; pero por medio de la práctica de la Yoga, dice Patanjali que al cabo de algún tiempo, serán las percepciones tan sutiles que podrán verse efectivamente los tanmatras. Por ejemplo, dicese que cada persona está rodeada de una aura luminosa, y los yoguis ven esta aura aunque el hombre ordinario no la vea a pesar de irradiar los tanmatras como la flor exhala el aroma que percibimos. Cada día de nuestra vida emitimos efluvios de bien o de mal que llenan la atmósfera por doquiera vamos. De esta suerte acude inconscientemente la idea de construir templos e iglesias. ¿Por qué ha de construir el hombre iglesias donde adorar a Dios? ¿Por qué no adorar a Dios en otra parte? Aunque el hombre no conozca la razón, comprenderá que el lugar en donde las gentes adoran a Dios, ha de estar lleno de buenos tanmatras. Cada día van allí las gentes y cuantas más veces vayan más armónicos y santos efluvios se asimilarán y más santificado estará el lugar. Si un hombre no tiene muy actualizada la cualidad sátvica y va a aquel lugar, recibirá su influencia y despertará mayormente la cualidad sátvica. Tal es, por tanto, el significado de los templos y lugares santos; pero conviene tener presente que la santidad del lugar depende de la santidad de las gentes que en él se congregan. La dificultad está en olvidar el significado original y poner el carro delante del caballo. Las gentes santificaron el lugar, y el efecto se invirtió en causa, pues el lugar santificó a los hombres. Si sólo fueran allí los malvados, el lugar sería tan siniestro como otro cualquiera. No es el edificio, sino la congregación, lo que constituye una iglesia, y esto es lo que siempre se olvida. Por esto los sabios y santos en quienes abunda la cualidad sátvica pueden emitirla y ejercer día y noche tremenda influencia en su vecindad. Un hombre puede ser tan puro que su pureza devenga tangible, de modo que se purifiquen cuantos con él se pongan en contacto.

El "solamente indicado" de que habla el aforismo, significa Buddhi, el intelecto. El "solamente indicado" es la primera manifestación de la Naturaleza de la que proceden todas las demás manifestaciones. La última manifestación es el "no indicado". En este particular parece que hay muy honda discrepancia entre la ciencia moderna y las religiones. Todas las religiones tienen la idea de que el universo procede de la inteligencia.

La teoría de Dios, en su significado psicológico, dejando aparte todo concepto de personalidad, es que la inteligencia es lo primero en el orden de la creación y que de la inteligencia procede lo que llamamos materia densa. Por el contrario, los filósofos modernos opinan que la inteligencia aparece en último lugar, porque los minerales evolucionan en vegetales y los vegetales en animales y los animales en hombres, de

suerte que los seres inteligentes son los últimos, por lo que en vez de proceder todas las cosas de la inteligencia, es la inteligencia lo último en aparecer. Pero la religión y la ciencia, aunque a primera vista se contradigan, afirman ambas la verdad.

Supongamos una serie indefinida, tal como A - B - A - B - A - B, etc. ¿Qué es primero, A o B? Si tomamos la serie como A - B - A - B... diremos que primero es A; pero si tomamos la serie en el sentido B - A - B - A - B... diremos que primero es B. Depende de la manera de considerar la serie. La inteligencia se modifica y transmuta en materia densa que a su vez se transmuta en inteligencia y así continúa el proceso. Los sankhyas y otros religionistas colocan primero la inteligencia, y la serie es inteligencia - materia - inteligencia - materia. . . El cientista coloca primero la materia, y la serie es entonces materia - inteligencia - materia - inteligencia. . . Ambos indican la misma cadena. Sin embargo, el filósofo índico va más allá de la inteligencia y la materia y encuentra a Purusha, el Yo, de quien la inteligencia es prestada luz.

20. El perceptor es la esencia de la inteligencia, y aunque puro, percibe a través del color del intelecto.

También este aforismo pertenece a la filosofía sankhya. Hemos visto que según esta filosofía, desde la forma más densa hasta la inteligencia, todo es Naturaleza, y más allá de la Naturaleza están los purushas que no tienen cualidades. Así pues ¿cómo aparenta el alma ser dichosa o desdichada? Por reflejo.

Si cerca de un trozo de límpido cristal colocamos una flor roja, el cristal parecerá rojo. Análogamente las apariencias de dicha o desdicha, del alma no son más que reflejos. El alma en sí permanece incolora. El alma está separada de la Naturaleza. La Naturaleza es una cosa y el alma otra, eternamente separada.

Añade la escuela sankhya que la inteligencia es un compuesto, que crece y se desvanece y cambia como cambia el cuerpo, pues su índole es muy análoga a la del cuerpo. Lo que una uña es respecto del cuerpo, así es el cuerpo respecto de la inteligencia. La uña es parte del cuerpo; pero se la puede recortar centenares de veces sin menoscabo del cuerpo.

De la propia suerte, la inteligencia subsiste durante eones aunque vayan pereciendo los cuerpos. Sin embargo, la inteligencia no puede ser inmortal porque cambia, crece y se desvanece. Lo que se muda no puede ser inmortal. Evidentemente la inteligencia está elaborada, y esto demuestra que ha de haber algo allende la inteligencia. Tampoco puede ser libre porque todo lo relacionado con la materia está en la Naturaleza y por lo tanto sujeto para siempre. ¿Quién es libre? Quien trascienda la causa y el efecto será ciertamente libre. Si se objeta diciendo que la idea de libertad es ilusión, responderé que también es ilusión la idea de esclavitud. Llegan a nuestra conciencia íntimamente enlazadas las ideas de libertad y esclavitud. Si queremos atravesar una pared y damos de cabeza contra ella, vemos que estamos limitados por la pared; pero al propio tiempo reconocemos en nosotros la fuerza de voluntad y creemos que la podemos dirigir a cualquier parte. A cada paso nos asaltan estas dos ideas contradictorias. Creemos que somos libres y a cada momento notamos que no lo somos. Si una idea es ilusoria, también ha de serlo la otra, y si una es verdadera también lo es la otra, porque ambas tienen por base la conciencia.

Los yoguis dicen que ambas ideas son verdaderas, pues somos esclavos en cuanto se refiere a la inteligencia, y libres en cuanto concierne al alma. El Yo, el Purusha trasciende la ley de causación. Su libertad infiltra diversas capas de materia en las diversas formas de inteligencia, mente, etc. El Yo es la luz que todo lo ilumina. La inteligencia no tiene luz propia. Cada órgano tiene un peculiar centro en el cerebro, de

modo que cada órgano está separado, de los demás, pues no tienen un órgano común. ¿Cómo armonizo todas las percepciones? ¿De dónde obtengo su unidad? Si fuese del cerebro, sería necesario que los cinco sentidos tuviesen un centro común en el cerebro, y sabemos que hay un centro para cada uno. Pero es posible ver y oír al mismo tiempo, y por tanto ha de haber una unidad tras la inteligencia. Si bien es verdad que la inteligencia está relacionada con el cerebro, tras la inteligencia está siempre el Yo, el Purusha, la unidad, en quien se concentran todas las percepciones. El Yo es libre y a cada punto proclama su libertad; pero nos equivocamos al mezclar esta libertad con la inteligencia y la mente. Tratamos de atribuir dicha libertad a la inteligencia e inmediatamente notamos que la inteligencia no es libre, y si tratamos de atribuirla al cuerpo, vemos nuestro error, porque el sentimiento de la libertad está entremezclado con el de la sujeción. El yogui discierne entre lo que es libre y lo que es esclavo y se desvanece su ignorancia. Reconoce que Purusha es libre, que es la esencia de aquel conocimiento que dimanante de buddhi se convierte en inteligencia y como tal queda esclavo.

21. La índole de lo experimentado es para Purusha.

La Naturaleza no tiene luz propia. Mientras Purusha está presente en la Naturaleza, parece luminosa, pero es prestada su luz, como prestada y refleja es la luz de la luna. Según los yoguis, todas las manifestaciones causadas por la Naturaleza no tienen otro propósito que lograr la liberación final de Purusha.

22. Aunque desvanecida la Naturaleza para quien llegó a la meta, no está desvanecida porque sirve para otros.

Toda la actividad de la Naturaleza se contrae a infundir en el Yo el conocimiento de su individualidad distinta de la materia.

Cuando el Yo se reconoce a sí mismo, la Naturaleza ya no tiene para él ningún atractivo. Pero la Naturaleza sólo se desvanece para quien ha logrado la liberación, pues hay infinito número de seres, todavía en proceso de evolución, en las primeras etapas del sendero, en cuyo provecho, seguirá actuando la Naturaleza.

23. La unificación es la causa de que se manifiesten a la par los poderes de lo experimentado y de su Señor.

Según este aforismo, los poderes del Alma y de la Naturaleza se manifiestan a la par cuando ambas están en conjunción. Entonces aparecen todas las manifestaciones. La ignorancia es la causa de esta conjunción. Cada día notamos que la causa de nuestros placeres y dolores es nuestra unificación con el cuerpo. Si tengo la completa certidumbre de que no soy mi cuerpo, no me afectarán el calor ni el frío ni cosa alguna externa. El cuerpo es una combinación. Es ficticio decir que yo tengo un cuerpo, mi vecino otro y el sol otro, pues sabemos que la materia de los cuerpos está cambiando continuamente. Las moléculas existentes un día en la masa del sol pueden formar parte otro día de la materia de nuestros cuerpos.

24. La ignorancia es la causa de la unificación.

Por ignorancia nos hemos unido a un cuerpo particular, exponiéndonos a la aflicción.

Esta idea del cuerpo es puramente supersticiosa. La superstición nos hace sentirnos dichosos o desdichados. La superstición causada por la ignorancia nos hace sentir frío o calor, placer o dolor. Hemos de sobreponernos a esta superstición. Se ha demostrado que en ciertas condiciones puede una persona quemarse sin sentir dolor. La dificultad está en que este repentino solevantamiento de la mente sobreviene como un torbellino que a poco se desvanece; pero si lo alcanzamos por medio del yoga, permanecerá el Yo separado del cuerpo.

25. Si no hay ignorancia no hay unificación que es lo que se ha de evitar para la liberación del yo.

Según el Yoga de Patanjali, el alma se unifica con el cuerpo a causa de la ignorancia. Nuestro propósito ha de ser librar al alma del dominio del cuerpo, y tal es la finalidad de todas las religiones. Toda alma es potencialmente divina. Hemos de lograr la manifestación de la interna divinidad sujetando la naturaleza externa e interna. Se logra este propósito por las obras, por la devoción, por disciplina psíquica, por la filosofía, por uno, varios o todos estos medios. Tal es la esencia de la religión. Las doctrinas, los dogmas, los rituales, los libros, los templos y los formulismos son pormenores secundarios. El yogui procura alcanzar la liberación por disciplina psíquica. Mientras no nos libremos de la Naturaleza seremos sus esclavos en obediencia a sus dictados. El yogui afirma que quien domina la mente, domina también la materia.

La Naturaleza interna es mucho más sutil que la externa y más difícil de domeñar y regir, por lo que quien logra dominarla la hará su sierva y será capaz de dominar el universo entero.

La yoga raja expone los medios de lograr este dominio. Se habrán de subyugar fuerzas naturales mucho más sutiles que las conocidas. Nuestro cuerpo es la externa corteza de la mente. No son la mente y el cuerpo dos cosas diferentes, sino que pueden compararse a, la ostra y su concha. Son dos aspectos de una misma cosa. El molusco se asimila materia del exterior y elabora su concha. De la propia suerte, las internas y sutiles fuerzas a que llamamos mente, se asimilan del exterior materia densa con la que elaboran la externa concha a que llamamos cuerpo. Por lo tanto, si dominamos lo interno, fácil nos será dominar lo externo. Tampoco son esencialmente distintas las fuerzas físicas de las psíquicas. No hay por una parte fuerzas físicas y por otras fuerzas mentales. Las fuerzas físicas son más concretas modalidades de las psíquicas, así como el mundo físico es la concreta manifestación del mundo mental.

26. El medio de vencer la ignorancia es el incesante ejercicio del discernimiento.

La verdadera finalidad de la práctica del yoga es discernir entre lo real y lo ilusorio y reconocer que Purusha no es la materia ni la mente, y por tanto no puede cambiar. Únicamente cambia la materia que se combina, recombina y disuelve incesantemente. Cuando por la constante práctica sepamos discernir, se desvanecerá la ignorancia y brillará Purusha en todo el esplendor de su verdadera naturaleza, omnisciente, omnipotente y omnipresente.

27. El conocimiento del Yo tiene séptuplo superior fundación.

El conocimiento de la verdadera naturaleza del Yo se adquiere por siete grados sucesivos, uno después de otro, y cuando uno de ellos principia comprendemos que estamos adquiriendo conocimiento. El primer grado será aquel en que nos convenzamos

de haber conocido lo que deseábamos conocer, y quede la mente satisfecha. Mientras anhelamos conocimiento, lo buscamos aquí y allá, doquiera creemos encontrar algo de verdad, y si no la hallamos, buscamos en otra parte; pero toda investigación será vana hasta que nos percatemos de que el conocimiento está en nuestro interior y que nadie puede ayudarnos, pues debemos ayudarnos a nosotros mismos.

Cuando principiemos a ejercitar el discernimiento, el primer indicio de que nos acercamos a la verdad será el desvanecimiento de la insatisfacción. Estaremos completamente seguros de haber encontrado la verdad y que no puede ser otra cosa que la verdad. Entonces conoceremos que amanece para nosotros, y cobrando ánimo debemos perseverar hasta el fin.

El segundo grado será la carencia de dolor, pues nada externo ni interno en el universo será capaz de causarnos dolor.

El tercer grado será el logro del pleno conocimiento. Será nuestra la omnisciencia.

El cuarto será el término de todo deber por medio del discernimiento.

El quinto, la liberación del chitta, pues notaremos que han desaparecido todas las dificultades, luchas, esfuerzos y vacilaciones de la mente, así como la piedra caída de la montaña al valle, jamás vuelve a la montaña.

El sexto grado será el en que el chitta se resuelva en su causa siempre que así lo queramos.

El séptimo y último nos dará el pleno conocimiento del Yo libre ya de la mente y del cuerpo. Entonces conoceremos que siempre estuvimos separados del universo y que ni mente ni cuerpo se relacionaron ni mucho menos se identificaron con el Yo, pues mente y cuerpo seguían su propio camino, y nosotros por ignorancia nos unimos a ellos. Pero en esencia hemos sido independientes, omnipotentes, omnipresentes, siempre bienaventurados. Nuestro verdadero Yo era tan puro y perfecto que nada más necesitábamos para ser felices, porque éramos la felicidad. Reconoceremos entonces que nuestro conocimiento no depende de otra cosa alguna y que todo en el universo se ilumina con nuestro conocimiento. Este será el último grado y el yogui gozará de la eterna paz, sin que ya nunca experimente dolor ni engaño ni aflicción. Conocerá que siempre ha sido bienaventurado, perfecto y omnipotente.

28. Por la práctica de las diferentes partes del yoga se eliminan las impurezas y el conocimiento efulge hasta la discriminación.

Ahora llega la práctica del conocimiento.

Todo cuanto antes hemos dicho es sumamente elevado. Está muy por lo alto de nuestro entendimiento. Pero es el ideal. Primero es necesario dominar cuerpo y mente. Después, poco a poco realizaremos el ideal. Una vez conocido el ideal, se ha de practicar el método para realizarlo.

29. Yama, Niyama, Asana, Pranayama, Pratyahara, Dharana, Dhyana y Samadhi son las ocho partes de la Yoga.

30. Yama consiste en no matar, no mentir, no hurtar, continencia y abstinencia de dádivas.

El que aspire a ser perfecto yogui ha de renunciar al apetito sexual. El alma no tiene sexo; ¿por qué se ha de degradar con pensamientos de sexualidad? Más adelante comprenderemos mejor por qué se ha de desechar toda idea de sexualidad. La mente del hombre que recibe dádivas está influida por la mente del donante, y así el que recibe la dádiva se expone a degenerarse, anular la independencia de la mente y esclavizarse. Por lo tanto hay que abstenerse de recibir dádivas.

31. Universales son estos votos, inquebrantables por el tiempo, lugar, propósito y casta.

Significa que todo ser humano, sin distinción de edad, nacionalidad, posición social y casta ha de practicar los preceptos de no matar, no mentir, no hurtar, castidad y abstención de dádivas.

32. Niyamas son la purificación externa e interna, el contento, la mortificación, el estudio y la adoración a Dios.

La purificación externa significa un cuerpo limpio. El hombre desaseado no puede ser yogui. También ha de haber purificación interna, que se obtiene por el ejercicio de las virtudes enumeradas en el aforismo 33 del capítulo primero. Por supuesto que la purificación interna es más valiosa que la externa, pero ambas son necesarias, y la externa sin la interna, de nada vale.

33. Para eliminar los pensamientos adversos al yoga, se han de fomentar pensamientos contrarios.

Tal es el medio indicado para practicar las virtudes. Por ejemplo, cuando una oleada de cólera asalta la mente ¿cómo reprimirla? Levantando una oleada de índole opuesta. Pensemos entonces en el amor. A veces una esposa y madre está enfadada con su marido; pero interviene el niño y ella besa al niño movida del amor que le profesa, y la oleada de amor así levantada neutraliza la suscitada por el enfado. El amor es opuesto a la cólera.

Análogamente cuando asalte el pensamiento de hurtar, debe suscitarse el pensamiento de no hurtar y cuando apunte la idea de recibir dádivas, se ha de forjar la idea de la abstención.

34. Los impedimentos de la yoga son matar, mentir, hurtar, etc., ya por acción, inducción o aprobación, ya por avaricia, ira o ignorancia, ya en grado leve, mediano o grave. Dan por resultado infinita aflicción e ignorancia. Se ha de pensar en sus contrarios.

Igualmente delinque el que miente que quien induce a mentir y quien aprueba una mentira, Una mentira leve no deja de ser mentira. Todo pensamiento vicioso reacciona contra quien lo emitió. Cada pensamiento de odio que uno haya emitido, aunque fuere en una caverna, se mantiene en espera de recaer algún día en forma de aflicción sobre el que lo emitió. Nada será capaz de impedirlo.

Recuérdese esto para no cometer malas acciones.

35. Cuando se afirma el hombre en la idea de no matar ya no mira a nadie como enemigo.

Si un hombre se afirma en la idea de no matar, se le mostrarán mansos hasta los animales más naturalmente feroces. El tigre y el cordero jugarán juntos ante el yogui. Cuando se alcanza el estado de yogui se tiene el convencimiento de estar firme en la idea de no matar.

36. Por la afirmación en la veracidad el yogui adquiere el poder de allegar para sí y para los demás el fruto de la acción sin las acciones.

Cuando la veracidad esté firmemente establecida en el hombre, ni aun en sueños mentirá. Será verídico en pensamiento, palabra y obra. Todo cuanto diga será verdad. Le dirá a otro hombre: "Bendito seas." Y el otro hombre recibirá la bendición. Si otro está enfermo y le dice: "Sana", inmediatamente sanará.

37. La afirmación de no hurtar allegará toda riqueza al yogui.

Cuanto más arrebatéis de las cosas materiales, en mayor sujeción os tendrán; pero si no hacéis caso de ellas, a vosotros se someterán.

38. La afirmación de la continencia acrecienta la energía.

El cerebro del hombre casto manifiesta tremenda energía y gigantesca fuerza de voluntad. Sin castidad no es posible tener energía espiritual. La continencia confiere admirable dominio sobre las gentes. Los instructores espirituales del mundo fueron todos muy castos, y de la castidad dimanaba su poder. Por lo tanto, el yogui ha de ser continente.

39. Cuando se afirma en la idea de no recibir dádivas, adquiere la memoria de pasadas vidas.

Cuando el hombre no admite dádivas ni regalos ni dones no depende del donante sino que permanece independiente y libre. Se purifica su mente, porque si recibiera la dádiva se contaminaría de los males del dador. Si no admite dádivas, se purifica su mente, y la primera facultad que adquiere es la memoria de pasadas vidas. Entonces se afirma el yogui en su ideal. Ve que ha venido a este mundo y salido de él muchas veces, por lo que determina liberarse esta vez para ya no volver más a ser esclavo de la materia.

40. Establecida firmemente la limpieza interna y externa siente el hombre aversión a su propio cuerpo y no tiene comercio con el de otros.

Cuando hay verdadera purificación del cuerpo, externa e interna, nace la aversión al cuerpo y se desvanece la idea de mantenerlo hermoso. Un rostro que a otros les parecerá bello, será para el yogui meramente animal si no lo anima la inteligencia. En cambio, lo que a las gentes les parezca un rostro vulgar, será celestial para el yogui si lo ilumina el espíritu. El afán de mimar el cuerpo es el peor tósigo de la vida humana. Así el primer indicio de la afirmación de la pureza será no pensar en identificarse con el cuerpo. Únicamente cuando la pureza se establece desechamos la idea del cuerpo.

41. También proviene la purificación de sattva, de la apacibilidad del ánimo, de la concentración, del dominio de los órganos y de la aptitud para el reconocimiento del Yo.

Por la práctica de la purificación prevalece la cualidad sátvica y la mente se concentra jubilosamente. El primer indicio de religiosidad es el júbilo. Cuando un hombre está taciturno, podrá ser síntoma de dispepsia, pero no de religión. Las emociones jubilosas

son de índole sátvica. Todo le place al hombre sátvico, y cuando a este punto llegue, comprenderá que adelanta en la práctica del yoga.

Todo dolor dimana de tamas, y por tanto hemos de desechar esta tenebrosa cualidad, uno de cuyos resultados es la aspereza. Sólo tienen aptitud para ser yoguis, los fuertes, sanos, juveniles, de buena contextura y osados. Para el yogui todas las cosas son santas y todo rostro humano que ve le regocija. Tal es la característica del hombre virtuoso. La aflicción no tiene otra causa que el pecado. ¿De qué sirve un rostro ceñudo? Es terrible cosa.

Quien esté malhumorado, no salga de casa aquel día, porque ¿con qué derecho ha de difundir su mal humor por el mundo? Cuando el hombre sea dueño de su mente, gobernará también su cuerpo, y en vez de ser esclavo de esta máquina será su dueño. En vez de que la máquina corporal supedita al alma, será su más eficaz instrumento.

42. Del contento proviene la superlativa felicidad.

43. La mortificación confiere poderes a los órganos del cuerpo y elimina las impurezas.

Los resultados de la mortificación se notan inmediatamente a veces en la clarividencia, clariaudiencia y otras facultades psíquicas.

44. Por la repetición del mantra se logra el reconocimiento de la adorada deidad.

Significa que cuanto más alto es el estado espiritual a que se aspira más penosa ha de ser la práctica.

45. Cuando todo se sacrifica a Iswara se alcanza el samadhi.

La resignación a la voluntad del Señor conduce al perfecto samadhi.

46. La postura ha de ser firme y placentera.

Hasta que el hombre se coloca en una firme postura (asana) no puede practicar debidamente los ejercicios de respiración y otros igualmente necesarios. La firmeza de postura significa que hemos de quedar como si no tuviéramos cuerpo físico. De ordinario, cuando nos sentamos se nota al cabo de rato cierta molestia, pero cuando se desecha la idea del cuerpo material se pierde toda sensación física, sin sentir placer ni dolor y al restituirse el hombre al cuerpo lo encontrará descansado. Este es el único descanso perfecto que se le puede dar al cuerpo. Una vez logrado el completo dominio del cuerpo, manteniéndolo firme, será también firme la práctica de la yoga; pero no habrá manera de concentrar la mente mientras los disturbios del cuerpo perturben los nervios, porque los nervios, y especialmente los del sistema simpático, presiden las funciones del organismo.

47. Si se reprime la natural tendencia a la inquietud y se medita en lo infinito, se logra la postura firme y placentera.

Podemos hacer firme la postura meditando sobre lo infinito; pero como no es posible meditar sobre el Absoluto infinito, meditemos sobre la infinidad del espacio, ya que el espacio es el más apropiado símbolo del Absoluto.

48. Lograda la postura, no obstruirán las cualidades.

Ya no molestarán las dualidades, el bien y el mal, el calor y el frío y demás pares de opuestos.

49. Entonces se pueden dominar los movimientos de exhalación e inhalación.

Cuando se ha logrado la postura es posible dominar e interrumpir a voluntad los movimientos de prana. Entonces obtiene el hombre la facultad de pranayama o dominio de las fuerzas vitales del cuerpo. Prana no es el aliento, aunque así se le llama figuradamente. Prana es la suma total de energía cósmica. Es la energía existente en cada cuerpo y su más notoria manifestación es el movimiento de los pulmones, ocasionado por la prana inherente en el aliento cuyo dominio se denomina pranayama. Empecemos por dominar el aliento como medio más fácil de llegar al dominio de prana.

50. Las modificaciones de pranayama son externas, internas e inmóviles y están reguladas por el lugar, el tiempo y el número.

Significa que por el pranayama podemos inspirar el aliento a voluntad y es el pranayama externo; espirarlo también a voluntad, y es el pranayama interno; o también retener el aliento, y es el pranayama inmóvil. Por lugar se entiende el punto del cuerpo en donde queremos concentrar la prana, y por tiempo, el número de segundos que hemos de retener el aliento y mantener la prana en el punto elegido. El pranayama da por resultado el udghata o despertar de kundalini.

51. La cuarta es restringir la prana por su reflejo sobre un objeto externo o interno.

Se refiere el aforismo a la cuarta modificación de pranayama o sea el udghata que se logra por larga práctica acompañada del reflejo, que está ausente en las otras tres modificaciones.

52. Pranayama desgarrar el velo que cubre la luz de chitta.

La chitta posee por su propia naturaleza todo conocimiento. Está constituida por partículas sátvicas, pero cubiertas por partículas rajásicas y tamásicas. Pranayama rasga el velo.

53. Entonces la mente está dispuesta para dharana.

Una vez rasgado el velo es posible concentrar la mente.

54. La restricción de los órganos proviene de tomar la forma propia de la materia mental.

Los órganos son distintos de la materia mental. Veo un libro. La forma no está en el libro, está en la mente. Algo externo produce aquella forma; pero la verdadera forma está en chitta. Los órganos se identifican con cuanto perciben y toman la forma de los objetos.

Si es posible impedir que la materia mental tome dichas formas, la mente quedará en calma. A esto se le llama pratyahara.

55. Entonces se adquiere el supremo dominio de los órganos.

Cuando el yogui logra que los órganos en vez de identificarse con la forma de los objetos externos asuman la propia de la materia mental, entonces adquiere el pleno dominio de los órganos. Cuando los órganos están completamente sometidos, lo estarán también los músculos y nervios, pues los órganos son los centros de todas las sensaciones y movimientos. Los órganos se clasifican en de acción y de sensación. Esto significa en términos de la ciencia fisiológica que el sistema nervioso tiene dos aspectos: el llamado cerebro-espinal cuyos elementos sirven para recibir y transmitir las sensaciones y el llamado simpático cuyos elementos no reciben ni transmiten sensaciones, sino que sirven para poner en acción los órganos. Cuando están dominados los órganos, el yogui puede dominar todas sus emociones y acciones, y el cuerpo todo queda sujeto a su voluntad. Sólo entonces se alegra el hombre de haber nacido, bendice la hora en que nació y reconoce cuán admirable es en realidad su cuerpo.

NOTAS DEL TRADUCTOR

1. El comentario de Vivekananda nos dice que la mortificación a que alude el aforismo significa el dominio del cuerpo y los órganos del cuerpo; y este dominio requiere penosos esfuerzos. Por lo tanto, nada tiene que ver esta mortificación con los cilicios, ayunos, disciplinazos y demás torturas del cuerpo físico.

El mérito está en dominar el cuerpo con la voluntad, como el hábil jinete doma al potro con freno y riendas sin valerse del látigo.

10. Asmita es sinónimo de ahankara o egoidad, esto es, la conciencia del yo soy yo.

Por lo tanto, cuando las modificaciones de la materia mental se reducen a la conciencia del yo soy yo, y se medita sobre ellas por introversión, o lo que vulgarmente se llama examen de conciencia, se desvanecen dichas modificaciones, porque el ego las rechaza.

11. También la meditación elimina las groseras modificaciones que no son más que la activa manifestación de las latentes o sutiles.

El que se ha encolerizado una vez, está propenso a volver a encolerizarse; pero si medita profundamente sobre la siniestra emoción de la cólera, se desvanecerán las impresiones o modificaciones que en su materia mental produjo el primer acceso de cólera.

14. Vivekananda no comenta este aforismo, que si bien se considera es axiomático. Encierra en breve sentencia la moral de todas las religiones. En efecto, la virtud, aunque al principio parezca penosa, da por fruto el intenso placer espiritual, a que vulgarmente se llama "la satisfacción del deber cumplido", mientras que el vicio, aunque al principio parezca halagador y placentero, da por fruto el remordimiento, el hastío y el dolor.

15. Este aforismo resume y compendia todas las enseñanzas y prácticas de los sufíes musulmanes y de los místicos cristianos, que no enseñaron ni practicaron nada merecedor de privilegio de invención, pues sólo fue copia e inconsciente remedo del yoga de Patanjali.

16. Es opinión vulgar que el hombre está inexorablemente sujeto a la llamada fuerza del destino, y no es capaz de contrarrestarla aunque quiera. Pero esto es un error, es el fatalismo musulmán que pasivamente se resigna a la voluntad de Dios que ya tiene escrito en sus designios la que ha de suceder.

La verdadera enseñanza en este punto es que por medio de las buenas e in egoístas acciones, sin apetencia del fruto de la acción, renunciando de antemano al provecho personal que pudieran allegar, es capaz el hombre de contrarrestar los efectos del mal karma que tiene pendiente de agotamiento, y así por medio de las armónicas ondulaciones o impresiones de la mente, o lo que es igual, por medio de armónicos pensamientos concretados en buenas obras, será capaz de neutralizar los malos efectos de las siniestras causas que pretéritamente estableció, de la propia suerte que en dinámica física se neutraliza una fuerza negativa con otra positiva de la misma magnitud e intensidad, pero en opuesto sentido.

25. Dice Vivekananda al comentar este aforismo que toda alma es potencialmente divina, y la misma afirmación encontramos implícita o explícita en todas las religiones, incluso en la secta romana del cristianismo, cuando se examinan atentamente las Escrituras sagradas. La esencia de la religión es liberar al alma de la esclavitud de la materia y restituirla a su divino origen, simbolizado en el cielo. Añade Vivekananda que las doctrinas, dogmas, rituales, libros, templos y formulismos son pormenores secundarios. Pero se ha de entender que también son los medios que los egos atrasados en su evolución necesitan para su adelanto; y así en vez de calificarlos de secundarios, fuera mejor adecuada denominación llamarlos relativos, pues si bien no son esenciales para quien comprende la filosofía yoguista y por la práctica de la yoga se encamina a la

liberación, son necesarios para el vulgo de las gentes que recorre las primeras etapas del reino humano. Los anacoretas de la Tebaida prescindieron de todos esos medios relativos, porque en realidad eran practicantes del yoga, pues no asistían a los templos ni frecuentaban los sacramentos ni se sometían a ceremonias ni formulismos, sino que pasaban la vida en contemplación, como los yoguis de la India, y sin embargo, la Iglesia romana los venera en sus altares.

28. Discriminación es lo mismo que discreción y discernimiento. Es saber distinguir. Requiere el ejercicio simultáneo de todas las facultades intelectuales y está en la frontera de la intuición.

29. Este aforismo y los sucesivos hasta el 45 encierran toda la moral religiosa incluso la católica que presume de original y de superior y anterior a toda otra moral. La lectura reflexiva de estos aforismos convencerá de que la moral cristiana es siglos anterior a Jesucristo, y que nada hay nuevo alrededor del sol.

46. Asana es el nombre sánscrito de la postura en que se ha de colocar el ejercitante para la meditación. No todas las posturas o posiciones del cuerpo son convenientes, porque se han de relajar los músculos y nervios y se han de inhibir los sentidos de percepción, de modo que parezca como si el ego se desprendiera del cuerpo físico. Por lo tanto, la postura ha de ser cómoda, esto es, que no ocasione molestia, pues en tal caso la mente quedaría perturbada por la sensación molesta.

50. Se entiende genéricamente por pranayama el dominio, restricción y regulación del aliento respiratorio. El movimiento de inspiración se llama en sánscrito pranayama puraka; el de retención del aliento en el interior del cuerpo es el pranayama kumbhaka, el movimiento de espiración es el pranayama rechaka. Estos pranayamas o ejercicios de respiración se han de practicar siempre bajo la guía de un experto yogui, nunca autónomamente hasta dominarlos, pues aunque a primera vista parezcan puramente fisiológicos, producen extraordinarios efectos psíquicos, muy peligrosos por cierto, y el más temible de ellos es el despertamiento de kundalini.

Es kundalini la energía pránica en todo su formidable poderío, mil veces más intenso que el del magnetismo y la electricidad. Está latente en el chacras o centro de energía situado en la base de la columna vertebral, y la fértil imaginación de los orientales lo ha comparado a una serpiente enroscada y dormida, de donde su nombre sánscrito kundalini, terminación femenina del sustantivo kundalin, que significa serpiente.

Es kundalini la energía divina que confiere a los yoguis su poder sobrehumano porque saben manejarla como el ingeniero electricista maneja la electricidad y la aplica a maravillosos artificios; pero al propio tiempo es kundalini una energía que mata y destruye el cuerpo físico de quien no sabe manejarla, de la propia suerte que mata el cuerpo la electricidad imprudente e ignorantemente manejada.

Se ha llamado a kundalini poder o fuerza; pero mejor le conviene la denominación de energía porque en realidad es la energía divina, la energía única, la prana en toda su intensidad, de la que son atenuadas modalidades el magnetismo y la electricidad. Por esto es tan peligroso para el ignorante que ha logrado el completo dominio de sus cuerpos físico, astral y mental, el despertamiento o actualización de kundalini, como fuera para un niño jugar con materias explosivas.

51. El pranayama kumbhaka, según queda indicado en el aforismo 50, es la retención del aliento sin objeto determinado, es decir, sin reflejo del prana en ningún objeto interno ni externo. Pero cuando al retener el aliento se piensa en un órgano del cuerpo o en determinado ganglio o centro nervioso, para que en él se refleje la retenida energía pránica, entonces tenemos la cuarta modalidad del pranayama o sea el udghata o retención del aliento con el deliberado propósito de que se concentre o refleje en determinado órgano del cuerpo o en un objeto externo.

En este último caso resultan los en apariencia prodigiosos efectos de los yoguis que hacen brotar la planta de una semilla, cuando lo que en realidad hacen es concentrar la prana en dicha semilla de modo que en corto tiempo se efectúa por acumulación de energía el mismo fenómeno que requiere largo tiempo cuando, como sucede en el natural proceso de vegetación, no está acumulada la energía pránica.

52. La chitta o sea la mente como instrumento del ego posee por su propia naturaleza todo conocimiento. También aquí se emplea una sinécdoque, pues quien posee latente todo conocimiento es el ego, el purusha, el verdadero ser del hombre. Así como de un insigne pintor se dice que es un hábil pincel y de un eminente escritor se dice que es una brillante pluma, así dice el aforismo que la mente o chitta posee todo conocimiento, en vez de decir que lo posee el ego.

Sin embargo, aun así parece la afirmación muy atrevida .y opuesta a lo que observamos en la vida diaria, pues hay gentes muy ignorantes y aun cretinas en quienes parece ridículo decir que poseen todo conocimiento.

Pero este conocimiento está latente, en espera de actualización por medio del estímulo que produzca otro conocimiento venido del exterior, de suerte que cuando un instructor enseña y un educando aprende, no es como ordinariamente se dice y cree que el instructor comuniqué, imparta o infunda sus conocimientos en el educando, sino al contrario, que el instructor o educador educa, actualiza, saca afuera de la mente del educando el conocimiento que allí estaba en espera de estímulo que lo actualizase.

En apoyo de esta verdad tenemos la opinión de San Agustín, quien dice textualmente, en intuitivo acuerdo con el aforismo que comentamos:

"La verdad formalmente considerada sólo puede existir en la inteligencia (la mente o chitta, según Patanjali). ¿Por qué, pues, ir a buscarla fuera de nosotros? Entra, pues, dentro de ti mismo, despréndete de la turba confusa y atronadora de las imágenes de los sentidos (rasga el velo de partículas rajásicas y tamásicas), purifica tu espíritu y penetra con la mirada escrutadora del pensamiento hasta el fondo del alma y allí descubrirás el reflejo de aquella luz increada (Purusha) que esclarece y enseña a todo hombre que viene a este mundo.

"Las cosas y los hombres pueden amonestarnos, advertirnos, pero quien nos enseña, que es la verdad, está en nuestro interior.

"Las cosas del mundo sirven para despertar nuestra inteligencia para suscitar ideas y hacernos entrar dentro de nosotros mismos, pero quien nos enseña es la verdad interior.

"Cuando leemos un libro, creemos que éste es el que nos instruye y amonesta; pero en realidad, la verdad es quien nos ilustra y nos descubre en el libro las verdades que antes ignorábamos.

"Cuando el maestro nos enseña fácilmente nos figuramos que él es quien con su palabra hace brotar la verdad en nuestra inteligencia; sin embargo, sus palabras sólo pueden advertirnos de la verdad; interiormente ésta es la que nos ilumina y hace ver la razón misma de lo que se nos enseña.

"Las palabras no enseñan más que palabras o a lo más el sonido o ruido que producen; de aquí que para comprender las cosas inteligibles, no consultemos la voz exterior del que nos habla, sino la verdad interior que reside en nuestro espíritu; mas ésta no a todos se descubre igualmente, sino en la medida de la disposición con que se le acercan.

"Por tanto, si alguno se engaña en sus juicios, no eche la culpa a la verdad que consulta, sino a sí mismo, como no es culpa de la luz el que nuestros ojos se ilusionen a veces con sus reflejos."

Diga quien imparcialmente juzgue si en todo y por todo no coincide esta opinión de San Agustín con los aforismos del yoga de Patanjali.

54. Parece absurdo decir que la forma de un libro no está en el libro. Tomada esta afirmación al pie de la letra no resulta clara; pero si se considera que más adelante dice el comentador que la verdadera forma está en la mente, quiere esto decir que como la materia mental o materia constitutiva de la mente es muy plástica por lo muy sutil, asume la forma del objeto percibido, que los sentidos le transmiten.

La restricción consiste en abstraer los sentidos de los objetos exteriores, de modo que no transmitan ninguna forma, ninguna sensación, y se mantengan identificados con la forma propia .y tranquila de la imperturbada materia mental.

CAPÍTULO III

PODERES

1. Dharana es la concentración de la mente en un particular objeto.

Dharana es el estado en que la mente se concentra en algún objeto, ya del cuerpo, ya exterior al cuerpo y se mantiene en dicho estado.

2. Un flujo constante de conocimiento en aquel objeto es Dhyana.

La mente piensa en un objeto y se concentra en un punto determinado, como la coronilla de la cabeza, el corazón, etc. y si logra recibir sensaciones de aquella parte del cuerpo y no de otra alguna estará en dharana. Si consigue mantenerse durante algún tiempo en dicho estado se dice que está en meditación (dhyana).

3. Cuando en la meditación prescinde la mente de las formas y se fija únicamente en el significado, está en samadhi.

Se llega al estado de samadhi cuando en la meditación se prescinde de la forma externa. Si medito en un libro y logro concentrar poco a poco la mente en el libro, percibiendo tan sólo el significado del libro, prescindiendo de sus accidentes y condiciones, como forma, volumen, etc., a este estado de dhyana se llama samadhi.

4. La conjunción de las tres con referencia a un objeto es samyama.

Cuando el hombre puede fijar la mente en un particular objeto y mantenerla fija largo rato y abstraer la forma del objeto se dice que está en samyama o sea la conjunción de los sucesivos estados de dharana, dhyana y samadhi. La forma del objeto desaparece y sólo queda su significado en la mente.

5. Cuando esto se logra, se recibe la luz del conocimiento.

Quien logra el estado de samyama es dueño de todos los poderes. Dicho estado es el más eficaz instrumento del yogui. Los objetos de conocimiento son infinitos y se clasifican en densos, muy densos, densísimos y en sutiles, muy sutiles y sutilísimos. Primero se ha de aplicar el samyama a las cosas densas o groseras, y una vez logrado el conocimiento de ellas se procede a aplicar el samyama a las sutiles.

6. Esto se ha de efectuar por etapas.

Nos advierte Patanjali que no hemos de ir demasiado aprisa.

7. Estos tres son más internos que los que los preceden.

Los tres a que alude el aforismo son los estados dharana, dhyana y samadhi, y los precedentes son pratyahara, pranayama, asana, yama y niyama, considerados como las partes externas de los tres primeros y por tanto se han de alcanzar previamente. Cuando el hombre logre los tres últimos estados alcanzará la omnisciencia y la omnipotencia,

pero no la liberación, porque dichos tres estados no conferirán a la mente la inmutabilidad (nirvikalpa) y dejarán las semillas de la reencarnación. Únicamente cuando las semillas están "fritas", como dicen los yoguis, pierden la posibilidad de producir nuevas plantas. Los referidos poderes no son capaces de freír las semillas.

8. Aún son externos en relación al samadhi sin semillas.

Comparados los citados poderes con el samadhi sin semillas son todavía externos. Aún no hemos alcanzado el verdadero y superior samadhi, sino el inferior, en el cual existe el universo tal como lo vemos y al cual pertenecen dichos poderes.

9. Por la supresión de las impresiones perturbadoras mediante las impresiones que las neutralizan, la mente puede dominar las modificaciones.

En el primer estado de samadhi no se han dominado del todo las modificaciones de la mente, pues si se hubiesen dominado quedaría la mente inmutable. Si una modificación impele a la mente a valerse de los sentidos y el yogui intenta reprimirla, la misma represión la modificará, pues una oleada quedará anulada por otra, de suerte que no habrá verdadero samadhi cuando todas las oleadas estén sometidas, porque subsistirá la oleada que las someta. Sin embargo, el samadhi inferior está mucho más cerca del superior que cuando la mente se agita y la materia mental fluctúa como oleaje marino.

10. Su flujo se sosiega por hábito.

El flujo de esta continua represión de la mente se sosiega cuando después de larga práctica adquiere la mente la facultad de concentración.

11. Cuando después de atender la mente a varios objetos se concentra en uno solo, está en samadhi.

El estado inferior de la mente es en el que pasa sucesivamente de unas cosas a otras. Cuando se concentra en un solo objeto, con exclusión de todos los demás, está en samadhi.

12. Cuando la impresión pasada se unifica con la presente está el chitta concentrado.

¿Cómo conoceremos que la mente está concentrada? Porque se habrá desvanecido la idea de tiempo. Cuanto más tiempo pase sin advertir que pasa, más concentrados estaremos. En la vida ordinaria notamos que cuando leemos con vivísimo interés un libro no tenemos noción del tiempo, y cuando terminamos la lectura nos sorprendemos al notar las horas que han pasado. Durante la lectura todo el tiempo nos parece presente. Por esto dice el aforismo que cuando se unifican el pasado y el presente se dice que la mente está concentrada.

13. Así se explica la triple transformación en forma, tiempo y estado, en densa o sutil materia y en los órganos.

El triple cambio en la materia mental, de forma, tiempo y estado explica los correspondientes cambios en densa y sutil materia y en los órganos. Supongamos que

tenemos una barrita de oro y la transformamos en un brazalete, y después el brazalete en una arracada. Estos son cambios de forma. El mismo fenómeno, considerado desde el punto de vista de la duración, nos da el cambio de tiempo. Además, el brazalete o la arracada pueden ser brillantes o mates, gruesos o delgados, etcétera. Esto es el cambio de estado. Refiriéndonos ahora a los aforismos 9, 11 y 12, la materia mental se muda en vrittis, esto es, cambia de forma, y también cambia de tiempo al transcurrir por el pasado, el presente y el futuro. El estado se entiende por la variación de intensidad de las vibraciones en el particular período presente. La práctica de las concentraciones enseñadas en los precedentes aforismos dará al yogui voluntario dominio sobre las transformaciones de su materia mental, que le capacitarán para practicar el samyama citado en el aforismo 4.

14. Lo calificado es aquello sobre que actúan las transformaciones pasadas, presentes o que todavía se han de manifestar.

Es decir, lo calificado es la substancia influida por el tiempo y por las samskaras, que cambia de manifestación.

15. La sucesión de cambios es causa de múltiple evolución.

16. Por la aplicación de samyama a las tres clases de cambios se adquiere el conocimiento del pasado y del futuro.

No hemos de perder de vista la primera definición de samyama. Cuando la mente alcanza este estado y se identifica con la interna impresión del objeto, prescindiendo de la externa, y cuando por dilatada práctica, retiene la mente dicha interna impresión, y puede colocarse instantáneamente en tal estado, se dice que está en samyama. Para conocer el pasado y el futuro es necesario aplicar el samyama a los cambios de las samskaras. Algunas samskaras actúan en el presente; algunas han actuado ya; y otras están por actuar. Aplicando el samyama a estas samskaras se conoce el pasado y el futuro.

17. Por la aplicación del samyama a la palabra, al significado y al conocimiento, que de ordinario se entrefunden, se adquiere el conocimiento de todos los sonidos animales.

La palabra representa la causa externa; el significado representa la interna vibración que por conducto de los sentidos transmite la externa impresión a la mente; el conocimiento representa la reacción de la mente de que resulta la percepción. Estos tres elementos entrefundidos nos dan la sensación del objeto. Supongamos que oigo una palabra.

Ocurre primero la vibración externa; después la interna sensación transmitida a la mente por el órgano del oído; luego reacciona la mente y yo comprendo la palabra, que es una entremezcla de vibración, sensación y reacción. Ordinariamente estos tres elementos son inseparables, pero por la práctica puede el yogui separarlos. Si entonces aplica el samyama a cualquier sonido, comprende el significado que este sonido intentaba expresar, tanto si lo emite un hombre como un animal.

18. Por la percepción de las impresiones, se obtiene el conocimiento de las vidas pasadas.

Cada experiencia que tenemos levanta una onda en la materia mental, que si bien se va amortiguando cada vez más, nunca se pierde, sino que allí permanece en sutilísima forma, de suerte que si logramos reavivar la onda, determina la memoria. Por tanto, si el yogui puede aplicar el samyama a las pasadas impresiones de la mente, recordará todas sus vidas pasadas.

19. Por la aplicación del samyama a los signos del cuerpo de otro, se adquiere el conocimiento de su mente.

Cada persona tiene en su cuerpo signos que la distinguen de las demás. Cuando el yogui aplica el samyama a dichos signos, conoce la índole de la mente de la persona.

20. Pero no su contenido, porque este no es el objeto del samyama.

El yogui no conocería el contenido de la mente de la persona a cuyos signos corporales aplicara el samyama, pues para ello se requerirían dos samyamas, uno en los signos del cuerpo y otro después en la mente. Entonces conocería el yogui todo cuanto está en la mente de la persona.

21. Por la aplicación del samyama a la forma del cuerpo, se intercepta la perceptibilidad de la forma, y como el poder de manifestación en el ojo está separado, el cuerpo del yogui es invisible.

Un yogui que esté en un aposento puede desaparecer aparentemente. No se desvanece en realidad, pero nadie puede verlo. La forma y el cuerpo quedan, por decirlo así, separados. Conviene recordar que esto sólo es posible cuando el yogui adquirió el poder de concentración en que la forma se separa de la cosa formada. Entonces aplica el yogui el samyama y se suspende el poder de percibir formas porque este poder proviene de la unificación de la forma con la cosa formada o del perceptor con lo percibido.

22. Así se explica también la desaparición u ocultamiento de las palabras habladas y de otras cosas.

23. El karma es de dos clases: pronto a dar fruto y tardío en fructificar. Por el samyama en ambos karmas o por los signos de arishta, los yoguis conocen exactamente cuándo se han de separar del cuerpo.

Cuando el yogui aplica el samyama a su propio karma, es decir, a las impresiones que actúan en su mente y a las que están en expectación de actuar, conoce exactamente por medio de estas últimas cuándo morirá su cuerpo. Sabe qué día, a qué hora y aun a qué minuto morirá. Los hinduistas piensan mucho en este conocimiento o conciencia de la hora de la muerte, porque el Bhagavad Gita enseña que los pensamientos en el momento del tránsito influyen muchísimo en la determinación de la vida siguiente.

24. Por la aplicación del samyama a la amistad, benevolencia, misericordia, etcétera, el yogui sobresale en las respectivas cualidades.

25. Por la aplicación del samyama a la fuerza del elefante y otros, adquiere el yogui su respectiva fuerza.

Cuando el yogui llega al estado de samyama y necesita fuerza, aplica el samyama a la fuerza del elefante y la adquiere. Infinita energía está a la disposición de cuantos sepan adquirirla. El yogui ha descubierto la ciencia de adquirirla.

26. Por el samyama en la efulgente luz (I-36) se adquiere el conocimiento de lo sutil, de lo obstruido y de lo lejano.

Cuando el yogui aplica el samyama a la efulgente luz subyacente en el corazón, ve las cosas lejanas, las que están obstruidas por cordilleras de montañas y también ve las cosas sutiles.

27. El samyama en el sol confiere el conocimiento del mundo.

28. En la luna, confiere el conocimiento del enjambre de estrellas.

29. En la estrella polar, el del movimiento de las estrellas.

30. En el ombligo, el de la constitución del cuerpo.

31. En la garganta, produce el cese del hambre.

Cuando el hombre está muy hambriento, la aplicación del samyama a la garganta le aliviará el hambre.

32. En el nervio llamado kurma, determina la fijeza del cuerpo.

Quiere decir este aforismo, que cuando se practica el samyama, no se perturban las funciones del cuerpo.

33. En la luz que brota de lo alto de la cabeza, se ve a los "siddhas".

Los siddhas son entidades algo superiores a los duendes. Cuando el yogui concentra su mente en lo alto de la cabeza ve a los siddhas.

La palabra siddha no se refiere a los hombres que han alcanzado la liberación, aunque a veces se la suele emplear impropriamente en este sentido.

34. O también se allega todo conocimiento por el poder de "pratibha".

Todos los expresados conocimientos puede recibir el hombre por el poder de pratibha o espontánea iluminación derivada de la pureza. Cuando el hombre alcanza el alto estado de pratibha, recibe la iluminación y todo lo ve claro y evidente. Todas las cosas conocen sin necesidad de samyama.

35. En el corazón, recibe el conocimiento de las mentes.

36. El gozo proviene de no confundir el alma con sattva, que son totalmente diferentes. Samyama en el centrado Yo da el conocimiento de Purusha.

Toda acción de sattva, modificación de prakriti, caracterizada por luz y felicidad, es en provecho del alma. Cuando sattva está libre de egoísmo, e iluminado por la pura

inteligencia de Purusha, se dice que está centrado, porque ya es independiente sin ninguna relación.

37. De esto dimana el conocimiento perteneciente a pratibha y las supernaturales sensaciones de oído, tacto, vista, gusto y olfato.

38. Estos son impedimentos para el samadhi, pero son poderes en el estado terreno.

El yogui allega de la unificación de Purusha con la mente, el conocimiento de los goces del mundo. Si aplica el samyama para conocer que la materia y el alma son dos cosas diferentes, adquiere el conocimiento de Purusha.

De aquí proviene la discriminación, y cuando adquiere el yogui la discriminación o discernimiento, alcanza el pratibha, la luz del supremo genio. Sin embargo, estos poderes son impedimentos para llegar a la meta suprema, el conocimiento del puro Yo y la liberación.

Dichos poderes se interponen en el camino y si el yogui los rechaza, logra la liberación. Si cede a la tentación de admitir los poderes, le obstruirán su ulterior progreso.

39. Cuando se anula la causa de la esclavitud de chitta, el yogui, por su conocimiento de los canales de actividad de chitta, entra en otro cuerpo.

El yogui puede infundirse en un cadáver y resucitarlo, aunque él actúe en otro cuerpo. También puede infundirse en un cuerpo vivo y mantener en suspenso la mente y los órganos de la persona a quien el cuerpo vivo pertenece, y actuar temporáneamente en este cuerpo. Así lo efectúa el yogui al discernir entre Purusha y Prakriti. Si desea entrar o infundirse en el cuerpo de otro, le aplica el samyama y en él se infunde, pues su alma y su mente son omnipotentes, según enseñan los yoguis, porque es una porción de la mente universal. Sin embargo, sólo puede actuar por medio de las corrientes nerviosas de su propio cuerpo; pero cuando se desliga de estas corrientes puede actuar por cualquier otro medio.

40. El dominio de la corriente llamada "udana" capacita al yogui para no hundirse en el agua ni en los tremedales, para andar sobre abrojos y morir a voluntad.

Udana es la corriente nerviosa que rige los pulmones y todas las partes superiores del cuerpo, y cuando el yogui la domina es su cuerpo menos denso que el agua, y puede andar sobre espinas y abrojos, sobre hojas de espada, permanecer en el fuego y dejar el cuerpo cuando quiera.

41. Cuando domina la corriente "samana" le rodea fulgurante luz.

Siempre que quiere despide luz su cuerpo.

42. Si aplica el samyama a la relación entre el oído y el akasa, adquiere la divina audición.

Tenemos el akasa y el éter, con el oído por instrumento, y cuando el yogui aplica a ellos el samyama, lo oye todo por muy lejano que suene.

43. Si aplica el samyama a la relación entre el akasa y el cuerpo, se hará tan ligero como el algodón en rama y podrá atravesar los aires.

Significa que la materia del cuerpo es akasa condensado; y por tanto, si el yogui aplica el samyama al cuerpo, lo hará tan sutil como el akasa y podrá ir por los aires a donde quiera. Así también en los demás casos.

44. Todo cuanto encubre la luz desaparece por la aplicación del samyama a las reales modificaciones de la mente fuera del cuerpo en la "gran desincorporación".

La mente en su locura cree que actúa en el cuerpo. ¿Por qué he de ligarme a un sistema de nervios y recluir al ego en un cuerpo si el ego es omnipresente? No hay razón para ello. El yogui necesita sentir el ego donde quiera. Las ondas mentales que se levantan en ausencia del egotismo del cuerpo, se llaman "reales modificaciones" o "la gran desincorporación". Cuando el yogui logra aplicar el samyama a estas modificaciones se desvanece cuanto encubre la luz, toda tenebrosidad e ignorancia. Todo se le muestra al yogui en la plenitud de conocimiento.

45. El yogui llega a dominar todos los elementos cuando aplica el samyama primero a los densos, después a los sutiles y a las cualidades en ellos inherentes y a su contribución a la experiencia del alma.

El yogui aplica el samyama a los elementos densos y después a los sutiles. Una secta de budistas practican este samyama en un trozo de arcilla y poco a poco van percibiendo los sutiles elementos que lo constituyen, y cuando han conocido todos los sutiles materiales adquieren el poder sobre aquel elemento y así con todos los demás elementos. El yogui puede dominarlos todos.

46. De esto se sigue la disminución y los demás poderes, la "glorificación del cuerpo" e indestructibilidad de las cualidades corporales.

Esto significa que el yogui ha adquirido los ocho poderes. Es capaz de hacerse tan diminuto como una partícula o tan ingente como una montaña, tan pesado como la tierra o tan ligero como el aire. Puede lograr y regir y alcanzar cuanto quiera. Un león se agachará a sus pies sumiso como un cordero y todos sus deseos cumplirá a voluntad.

47. La "glorificación del cuerpo" es belleza, calidad, vigor y diamantina dureza.

El cuerpo llega a ser indestructible. Nada puede dañarlo. Nada es capaz de destruirlo hasta que el yogui lo consienta. "Rompe la vara del tiempo y con su cuerpo vive en este universo." Dicen los Vedas que para un hombre así ya no hay enfermedades ni dolores ni muerte.

48. Se llegan a dominar los órganos aplicando el samyama a su objetividad y poder de iluminación, a la egoidad, a la inherencia en ellos de las gunas y a su contribución a la experiencia del alma.

En la percepción de los objetos externos los órganos transmiten la impresión a la mente. A esto sigue el conocimiento. La egoidad está también presente en el acto. Cuando el yogui aplica gradualmente a todo ello el samyama, domina los órganos. Por ejemplo, el

objeto es un libro, hemos de concentrar primero la mente en el libro, después en el conocimiento del libro y después en el ego que ve el libro y así sucesivamente. Por la práctica se dominarán todo los órganos y por consiguiente sus respectivas funciones.

49. Así adquiere el cuerpo el poder de tan rápido movimiento como la mente, el poder de los órganos independientes del cuerpo y el dominio de la materia.

Así como por el dominio de los elementos se glorifica el cuerpo, así también el dominio de los órganos confiere los mencionados poderes.

50. Por el samyama en el discernimiento entre sattva y purusha se adquiere la omnipotencia y la omnisciencia.

Cuando dominada la materia y reconocida la diferencia entre purusha y la materia, reconoce el yogui que purusha es indestructible, puro y perfecto, entonces adquiere la omnipotencia y la omnisciencia.

51. La renunciación a todos estos poderes aniquila la simiente del mal y conduce al kaivalya.

Entonces alcanza el yogui la soledad, la independencia, la liberación. Cuando desecha hasta las ideas de omnipotencia y omnisciencia, rechaza enteramente el gozo y las tentaciones de los seres celestiales. Cuando el yogui sabe qué son estos maravillosos poderes y los rechaza, llega a la meta. ¿Qué son todos estos poderes? Simplemente manifestaciones.

No son cosa mejor que sueños. Aun la omnipotencia es un sueño, pues depende de la mente, y mientras subsista la mente podrá haber omnipotencia; pero la meta está más allá de la mente.

52. El yogui no debe sentirse alucinado ni lisonjeado por las insinuaciones de los seres celestiales, pues se expondría de nuevo al mal.

Además hay otros peligros. Los dioses y otros seres tientan al yogui. No quieren que nadie alcance la perfección. Son envidiosos, tanto como lo somos los hombres, y a veces más que nosotros. Tienen mucho miedo de perder su sitio. Los yoguis que no alcanzan la perfección, se convierten en dioses al morir, pues, dejando el camino recto se extravían por un andurrial y aceptan los poderes, por lo que han de renacer. Pero el yogui lo bastante fuerte para rechazar tales tentaciones, va en derechura a la meta y alcanza la liberación.

53. Por el samyama en una partícula de tiempo y en su presesión y sucesión, se adquiere el discernimiento.

¿Cómo evitar todas estas cosas, estos devas y cielos y poderes? Por el discernimiento que distingue el bien del mal. Por lo tanto hay un samyama que intensifica el poder del discernimiento. Es el samyama aplicado a una partícula de tiempo y al tiempo que la precede y la sigue.

54. Las cosas que no pueden diferenciarse en especie, signo y lugar, las discernirá el antedicho samyama.

Nuestras aflicciones provienen de la ignorancia, de no discernir entre lo real y lo ilusorio. Tomamos el mal por el bien y el sueño por realidad. Hemos olvidado que el alma es la única realidad. El cuerpo es un sueño ilusorio y nos figuramos que somos nuestro cuerpo. Esta falta de discernimiento es causa de nuestra desdicha y tiene por origen la ignorancia. Cuando alcanzamos el discernimiento nos fortalece, y sólo entonces podemos evitar las varias ideas de cuerpo, cielos y dioses. La ignorancia proviene de la diferenciación por especies, signo y lugar. Tomemos por ejemplo una vaca. Este animal es de diferente especie del perro. ¿Cómo distinguir una vaca de otra dentro de su misma especie? Por signos o señales. Si dos objetos son exactamente iguales podrán distinguirse si están en diferentes lugares. Cuando los objetos son tan iguales y tan confundidos están que no puedan distinguirse ni por el signo ni por el lugar, el poder del discernimiento adquirido por la mencionada práctica nos capacitará para distinguirlos. La superior filosofía del yogui está basada en que Purusha es puro y perfecto y lo único "simple" que existe en este universo. El cuerpo y la mente son compuestos; y sin embargo, siempre nos identificamos con ellos. El grave error consiste en haber perdido el discernimiento. Cuando se alcanza el discernimiento ve el hombre que todo lo de este mundo, tanto mental como físico, está compuesto y no puede ser Purusha.

55. Conocimiento salvador es el discernimiento que abarca todos los objetos en todas sus variaciones.

Es salvador este conocimiento porque conduce al yogui a través del océano de nacimientos y muertes. Toda Prakriti en todos sus estados sutiles y densos está dentro del círculo de este conocimiento. No hay sucesión de percepciones en este conocimiento, pues todo lo percibe de una mirada.

56. Por la similitud de pureza entre sattva y purusha se obtiene el kaivalya.

Cuando el alma reconoce que no depende de nada ni de nadie en este universo, desde los dioses hasta el ínfimo átomo, obtiene el kaivalya (aislamiento) y la perfección. Por aislamiento o soledad se ha de entender la separación del espíritu, de purusha o verdadero ser, de la única realidad, llamada también alma, de todo cuanto es ilusorio, en el sentido de temporáneas manifestaciones del Absoluto, que al Absoluto han de retornar al fin de cada ciclo de manifestación. Se alcanza el kaivalya cuando la mezcla de pureza e impureza llamada sattva (intelecto) es tan pura como Purusha. Entonces sattva sólo refleja la genuina esencia de pureza de Purusha.

NOTAS DEL TRADUCTOR

3. Samadhi es el nombre sánscrito de éxtasis o sea cuando el ego se abstrae por completo del mundo externo y de sus cuerpos o instrumentos de manifestación, y es consciente de sí mismo.

4. Para la mejor comprensión de este aforismo, véase la obra de Swami Mukerji titulada: Doctrina y práctica de la Yoga.

5. Los poderes o más propiamente las facultades superiores del ego, que sólo se manifiestan activas cuando llega al nivel del reino superhumano, no liberan al ego ni lo unen con Dios, pues lo exponen al llamado orgullo espiritual que amenaza sumirlo de nuevo en la materia, forzándole a reencarnar. El mito de Luzbel, arrojado del cielo al abismo por su soberbia es un símbolo del orgullo espiritual y sus consecuencias. Para obtener la liberación es necesario renunciar también a los poderes o facultades superiores, renunciar a la separada individualidad y unirse e identificarse con lo Absoluto, como la gota de agua pierde su individualidad al unirse al inmenso mar.

17. Las fábulas de los antiguos en que hablaban los animales tienen su fundamento en este aforismo, así como también explica el sentido oculto del pasaje de las Escrituras hebreas en que habló la burra de Balaam.

Por otra parte, las personas muy sensitivas, que sin darse cuenta practican el samyama, comprenden intuitivamente si es verdad o no lo que alguien les dice, y aunque las palabras que oigan expresen determinadas ideas, descubren su falacia si en la mente de quien les habla está la idea contraria.

También hay quienes comprenden las voces de los animales con quienes domésticamente conviven.

18. Este aforismo es de difícil comprensión y de todavía más difícil explicación.

Por una parte, el argumento Aquiles que contra la reencarnación aducen sus adversarios e impugnadores consiste en que no nos acordamos de las vidas pasadas, sin tener en cuenta que no han ido preguntando uno por uno a los mil quinientos millones de seres humanos que pueblan la tierra si las recuerdan o no, pues bien pudiera ser que algunos las recordaran y diesen indubitables pruebas del recuerdo.

Por otra parte, los partidarios y defensores de la reencarnación dicen que si no nos acordamos de las vidas pasadas es porque el ego no tiene en una vida los mismos cuerpos físico, astral y mental, por lo que reciben muy distintas impresiones, pues las impresiones recibidas por los cuerpos anteriores se desvanecieron con ellos.

¿Cómo es que el aforismo dice que si el yogui puede aplicar el samyama a las pasadas impresiones de la mente recordará todas sus vidas pasadas?

La dificultad se allana al considerar que no todo el cuerpo mental, no toda la mente se renueva en cada encarnación, sino que una porción de ella, la mente superior o abstracta, llamada cuerpo causal por los teósofos, es la misma en todas las encarnaciones. Por lo tanto, el hombre tiene estampadas en su mente superior, en su cuerpo causal, en la materia mental de este cuerpo, todas las impresiones que fue recibiendo en cada una de sus vidas; pero están impresas de una manera tan tenue y sutil que las sofocan las groseras impresiones de la mente concreta o inferior, de la propia suerte que la reciente escritura de un palimpsesto oculta pero no borra la escritura permanente en el pergamino.

Así es que si el yogui sutaliza su mente inferior de modo que no sofoque con sus groseras vibraciones las sutiles y tenuísimas que dejaron las impresiones recibidas en vidas pasadas, y si se concentra en la mente superior, allí estarán registradas todas cuantas vidas pasó en este mundo.

20. Una cosa es conocer la índole de la mente de una persona y otra muy distinta conocer sus pensamientos. Sin embargo, cuando el yogui aplica el samyama a la mente de otra persona, una vez conocida su índole, no sólo conoce lo que piensa sino también conoce las pasadas vidas de aquella persona. De esta verdad hay numerosos ejemplos que sería prolijo citar.

Jesús el Cristo, que era perfecto yogui, conoció el pensamiento de la samaritana.

21. Quienes se burlan y niegan lo que no comprenden, dirán que es delirio admitir la posibilidad de que el cuerpo de un yogui se haga invisible, como Bulwer Lytton en Zanoni refiere que se hizo invisible el cuerpo de Menjour al terminar su conferencia con el príncipe napolitano. Sin embargo, Jesús el Cristo se hizo invisible a los ojos de sus compatriotas de Nazareth cuando querían despeñarle desde la cumbre del monte donde estaba edificada la ciudad.

23. Arishta es el signo o presagio de muerte. Algunas personas que no son yoguis ni han practicado deliberadamente durante su vida los ejercicios yoguistas, presienten como si alguien se lo revelara el día y hora de su muerte. De estos casos se conocen más de lo que cabe sospechar y este presentimiento no es más que el resultado del samyama intuitivo en su karma por el moribundo.

24. Desde este aforismo al 50 todos tratan más o menos simbólicamente de los efectos del samyama o compendio de las tres modalidades de concentración mental.

51. Kaivalya es la liberación, el último término o meta de las prácticas de la Yoga, la emancipación del Ego de la materia, cuando deja de ser Ego o individualidad y rechaza hasta los goces celestiales. Entonces se ve el purusha unido consubstancialmente a Dios. Ya no es dios. Es uno con Dios.

CAPÍTULO IV

INDEPENDENCIA

1. Los poderes psíquicos ("siddhis") se obtienen por nacimiento, por medios químicos, por virtud de las palabras, por mortificación o por concentración.

A veces nace el hombre con poderes psíquicos, con los que ganó en anteriores encarnaciones. Entonces nace para disfrutar de los poderes adquiridos. Dícese que Kapila, el fundador de la filosofía sankhya, nació siddha, lo que literalmente significa el hombre que logró éxito.

Afirman los yoguis que los poderes psíquicos pueden obtenerse por procedimientos químicos. Todos sabemos que la química tuvo origen en la alquimia, cuando los alquimistas buscaban la piedra filosofal y el elixir de vida.

En la India hubo una secta llamada de los rasayanas cuya idea era que la idealidad, el conocimiento, la espiritualidad y la religión eran todas cosas muy buenas, pero que sólo se podían obtener por medio del cuerpo, de modo que si el cuerpo muere, se necesita mucho más tiempo en el nuevo cuerpo para lograr el anhelado fin. Por ejemplo, si un hombre desea practicar el yoga o espiritualizarse, y antes de adelantar gran cosa en su propósito muere el cuerpo, necesita comenzar otra vez en el nuevo cuerpo y así sucesivamente nuevo comienzo en cada nuevo cuerpo. Por lo tanto, si el cuerpo pudiera hacerse vigoroso y perfecto, de modo que se librara de nacimientos y muertes, no necesitaría el hombre tanto tiempo para llegar a ser espiritual. Así es que los rasayanas cuidan primeramente de fortalecer el cuerpo y afirman que es posible conferirle inmortalidad, pues si la mente construye el cuerpo, y si es verdad que la mente es una proyección de la infinita energía, no puede tener límite su capacidad de extraer cuanta energía necesite. ¿Por qué ha de ser imposible conservar perpetuamente nuestro cuerpo? Hemos de construir cuantos cuerpos hayamos de tener, pues cuando el que ahora tenemos muera, habremos de construir otro; y si podemos hacer esto, ¿por qué no hacerlo desde luego sin necesidad de desprendernos del cuerpo que ahora tenemos?

Esta teoría de los rasayanas es perfectamente exacta. Si es posible que vivamos después de la muerte y tengamos que construirnos otro cuerpo, ¿por qué ha de ser imposible la continua renovación del cuerpo que ahora tenemos, sin necesidad de desintegrarlo? También opinan los rasayanas que el mercurio y el azufre entrañan maravillosa virtud, y por medio de ciertas preparaciones de estas substancias puede el hombre conservar su cuerpo tanto tiempo como quiera. Otros creen que mediante ciertas drogas podrían adquirir poderes psíquicos tales como volar por los aires.

A los rasayanas debemos muchas de las más eficaces medicinas del presente día, especialmente el empleo de los metales en terapéutica. Algunas escuelas yoguistas afirman que algunos de sus principales instructores viven todavía en sus viejos cuerpos. Patanjali, la prestigiosa autoridad de la filosofía yoguista, no niega esta posibilidad.

El poder de las palabras. - Hay ciertas sagradas palabras, llamadas mantras, que si se repiten en las apropiadas condiciones confieren extraordinarios poderes psíquicos. Día y noche estamos viviendo en medio de un cúmulo de prodigios sin que nos demos cuenta de ellos. No hay límite para el hombre en el poder de las palabras ni el de la mente ni en el del pensamiento que brota de la mente.

Mortificación. - Sabemos que en todas las religiones se han practicado la mortificación y el ascetismo. En estos dos conceptos religiosos los hinduistas han llegado siempre a los extremos. Hay quienes permanecen constantemente con las manos en alto hasta que

se anquilosan. Otros se mantienen erguidos día y noche hasta que se les hinchan los pies y se les envaran las piernas de modo que ya no pueden doblarlas y han de estar de pie toda su vida. Una vez vi a un hombre que mantenía sin cesar las manos en alto, y al preguntarle qué sintió en los primeros días de aquella mortificación, me dijo que era un tormento horrible, hasta el punto de verse obligado a bañarse en el río para experimentar algún alivio. Al cabo de un mes ya no sufría mucho. Por medio de estas prácticas es posible adquirir poderes psíquicos.

Concentración - Es el yoga propiamente dicha, el estado de samadhi, el principal tema y el supremo medio de la ciencia de la Yoga.

Los medios precedentes son secundarios y por ellos no puede llegarse al superior estado.

Samadhi es el medio de alcanzarlo todo en el orden mental, moral o espiritual.

2. La transmutación del cuerpo se opera eliminando los obstáculos que se oponen a su naturaleza.

Nos ha dicho Patanjali que los poderes psíquicos pueden ser congénitos o adquirirse por medios químicos o por mortificación. También admite que puede conservarse el cuerpo indefinidamente. Ahora nos dice cuál es la causa de la transmutación del cuerpo, y afirma que por la eliminación de los obstáculos que se oponen a su naturaleza o sea por el cumplimiento de las leyes de su naturaleza según explica en el siguiente aforismo.

3. Las buenas y malas acciones no son las causas directas de las transformaciones de la naturaleza sino que actúan como quebrantadores de obstáculos en la evolución de la naturaleza, así como el agricultor quebranta los obstáculos que se oponen a la corriente del agua, para que fluya por su propia naturaleza.

El agua para el riego de los campos está ya en el canal, pero las compuertas la detienen. El agricultor abre las compuertas y el agua fluye naturalmente por ley de gravitación. De la propia suerte, todo poder y todo progreso está ya en los hombres, pues la naturaleza humana es de por sí perfecta; pero los obstáculos le impiden seguir su propio curso. Si alguien elimina los obstáculos, se desembarazará su naturaleza y se actualizarán sus latentes poderes. Los que llamamos malvados se transmutan en santos tan pronto como, eliminados los obstáculos, se libera la naturaleza. La naturaleza nos impele a la perfección, y a la perfección conducirá a todos con el tiempo. Las prácticas y esfuerzos de las religiones exotéricas son obra negativa e ineficaz para quitar los barrotes y abrir las puertas de la perfección que es nuestro derecho de nacimiento, nuestra naturaleza.

Hoy día se comprende mejor a la luz de las modernas investigaciones la teoría de la evolución de los antiguos yoguis, aunque la teoría de los yoguis da más satisfactoria explicación. Son inadecuadas las dos causas que los modernos pensadores atribuyen a la evolución: la selección sexual y la supervivencia del más apto. Supongamos que el humano conocimiento adelante hasta el punto de eliminar toda competencia, tanto en lo relativo al sustento físico como en lo referente a la selección sexual. En este caso, según los modernos pensadores, se detendría el progreso humano y desaparecería la humanidad. El resultado de esta teoría es proporcionar a todo opresor un argumento para acallar los escrúpulos de su conciencia. ¡No faltan quienes echándose las de filósofos quisieran suprimir a los malvados y a los inútiles (siendo ellos, por supuesto, los únicos jueces de la inutilidad) para así resguardar a la raza humana!

Pero el insigne antiguo evolucionista Patanjali declara que el verdadero secreto de la evolución consiste en manifestar la perfección ya latente en todo ser, pero obstruida de modo que el infinito flujo lucha por manifestarse. Las luchas y competencias son resultado de nuestra ignorancia porque desconocemos la manera eficaz de abrir la compuerta para que fluyan las aguas. El infinito flujo debe manifestarse y es la causa de toda manifestación. Las competencias y luchas por la vida y por la satisfacción sexual son momentáneas, innecesarias, de extraños efectos y ocasionadas por la ignorancia. Aun cuando toda competencia haya cesado, la latente perfección de la naturaleza nos impelerá hacia adelante hasta que por completo se actualice.

Por lo tanto, no hay razón para creer que la competencia sea necesaria para el progreso. En el animal estaba latente y reprimido el hombre, pero tan pronto como se abrió la puerta surgió el hombre. De la propia suerte, en el hombre está potencialmente el dios reprimido y encerrado por los cerrojos y barras de la ignorancia. Cuando el conocimiento quebranta los cerrojos y barrotes, se manifiesta el dios.

4. De la egoidad proceden las mentes creadas.

Según la teoría del karma recibimos el resultado de nuestras buenas o malas acciones, y toda la finalidad de la filosofía consiste en alcanzar la gloria del hombre. Todas las Escrituras cantan la gloria del hombre, del alma y con el mismo acento predicán la doctrina del karma. Una buena acción produce tal o cual resultado y una mala acción produce tal o cual otro; pero si el alma pudiera quedar influida por una buena o una mala acción dejaría de ser alma. Las malas acciones entorpecen la manifestación de la naturaleza de Purusha. Las buenas acciones eliminan los obstáculos y se manifiesta la gloria de Purusha. Nunca se altera ni se muda ni cambia la esencia de Purusha. Haga lo que haga el individuo, jamás anulará su propia gloria, su propia naturaleza, porque el alma no puede quedar afectada por cosa alguna; tan sólo la envuelve un velo que encubre su perfección.

A fin de agotar prontamente su karma los yoguis crean kayavyuha o grupos de cuerpos en que agotarlo, y para estos cuerpos crean mentes en virtud de su egoidad. Las llaman "mentes creadas" para distinguirlas de su mente original.

5. Aunque son diversas las actividades de las diferentes mentes creadas, la mente original las gobierna a todas.

Estas diversas mentes que actúan en dichos diferentes cuerpos son mentes artificiales, y también son artificiales los cuerpos, es decir, mentes y cuerpos elaborados. La materia y la mente son como dos inagotables almacenes, y el yogui sabe cómo gobernarlas.

Este secreto es propiedad de todo hombre, pero se les ha olvidado, y cuando lleguen a yoguis lo recordarán. Entonces será posible modelar la materia y la mente en cualquier forma que convenga. El material de que se elabora una mente artificial es el mismo que se emplea en la construcción del macrocosmos. No se ha de entender que la mente sea una cosa y la materia otra sino que son distintos aspectos de la misma cosa. Asmita, la egoidad, es el material, el sutil estado de existencia del que elaboran los yoguis sus mentes y cuerpos artificiales. Por lo tanto, cuando el yogui descubre el secreto de las energías de la naturaleza, puede elaborar cuantos cuerpos y mentes quiera, de la substancia llamada egoidad.

6. Entre las diversas chittas, únicamente está libre de deseos la que alcanzó el samadhi.

Entre las diversas mentes que vemos en los hombres, sobresalen las que alcanzaron el estado de samadhi o de perfecta concentración. El que obtiene algunos poderes psíquicos por medio de medicinas, de palabras o de mortificaciones todavía tiene deseos; pero libre de deseos está quien por concentración alcanzó el estado de samadhi.

7. Las obras no son blancas ni negras para los yoguis. Para otros son negras, blancas y grises.

Cuando el yogui alcanza la perfección, sus acciones y el karma de ellas resultante no le ligan, porque no le movió el deseo. Mas para el hombre ordinario, que todavía no llegó a la perfección, las obras son de tres clases: negras las malas, blancas las buenas; y grises las entreveradas de bien y mal.

8. De estas tres clases de obras sólo se manifiestan en cada estado aquellas cuyos deseos convienen al respectivo estado. Las demás quedan interinamente en suspenso.

Supongamos que yo he contraído las tres clases de karma bueno, malo y entreverado. Supongamos que muero y llego a ser un dios en el cielo. Los deseos en un cuerpo de dios no son los mismos que los deseos en un cuerpo humano. El cuerpo de un dios no come ni bebe. ¿Qué es de mis pasados karmas resultantes del deseo de comer y beber? ¿Qué se hace de estos karmas cuando yo llegue a ser un dios? La respuesta es que los deseos sólo pueden manifestarse en su propio ambiente.

Sólo se manifestarán los deseos apropiados al ambiente y los demás quedarán en reserva.

Durante la vida terrena tenemos deseos divinos, deseos humanos y deseos animales. Si me revisto de un cuerpo divino, sólo se manifestarán los buenos deseos, porque les conviene el ambiente que me rodea. Si me revisto de un cuerpo animal, sólo se manifestarán los deseos animales, y los buenos deseos permanecerán en espera. ¿Qué demuestra esto? Que por medio del ambiente podemos contrarrestar los deseos. Solamente se manifestará el karma adecuado al ambiente. Esto demuestra que el poder del ambiente es capaz de regir el karma.

9. Los deseos son consecutivos aunque estén separados por clases, por espacio y tiempo, pues hay identificación de memoria e impresiones.

Las experiencias se transmutan en impresiones, y las reavivadas impresiones se transmutan en memoria. Se entiende aquí por memoria la inconsciente coordinación de pasadas experiencias reducidas a experiencias con la presente acción consciente. En cada cuerpo sólo son causa de acción el grupo de impresiones adquiridas en un cuerpo análogo, pues las experiencias adquiridas en un cuerpo distinto, quedan en suspenso. Cada cuerpo actúa como si fuera el descendiente de una serie de cuerpos de su propia especie. Así no se interrumpe la consecutividad o encadenamiento de los deseos.

10. Como quiera que el deseo de felicidad es eterno, el deseo no tiene principio.

Toda experiencia está precedida por el deseo de felicidad; y por tanto, si cada nueva experiencia se basa en la tendencia engendrada por una experiencia anterior, el deseo de felicidad no tuvo principio.

11. Como el deseo está mantenido por la causa, el efecto, el soporte y los objetos de sensación, si éstos no existen, tampoco existirá el deseo.

Los deseos están mantenidos por la causa y el efecto. Suscitado un deseo no se desvanecerá sin producir su efecto. Además, la materia de la mente es el vasto almacén, el soporte de todos los pasados deseos en forma de samskaras, y hasta que por sí mismos se consuman no se desvanecerán. Por otra parte, mientras los sentidos perciban objetos exteriores se suscitarán deseos. Si fuera posible eliminar la causa, el efecto, el soporte y los objetos de sensación se desvanecerían por completo el deseo.

12. El pasado y el futuro existen de por sí. Las cualidades tienen diferentes modos.

Significa este aforismo que la existencia nunca procede de la inexistencia. Aunque el pasado y el futuro no existan en forma manifestada, existen en forma sutil.

13. El pasado y el futuro están o manifestados o en forma sutil y son de la naturaleza de las gunas.

Las gunas son las tres cualidades: sattva, rajas y tamas cuya grosera manifestación es el universo sensible. El pasado y el futuro provienen de los diferentes modos de manifestación de estas gunas.

14. La unidad de las cosas deriva de la unidad en los cambios.

Aunque hay tres cualidades fundamentales, sus cambios están coordinados; y por tanto, todos los objetos tienen su unidad.

15. Puesto que la percepción y el deseo varían con relación al mismo objeto, la mente y el objeto son de diferente naturaleza.

Hay un mundo objetivo independiente de nuestra mente, y por lo tanto no puede ser verdadera la enseñanza del idealismo budista. Puesto que cada cual considera diferentemente una misma cosa, no puede ser esta cosa mera imaginación o concepto formado por la mente de un particular individuo.

16. La mente conoce o desconoce las cosas según cómo colorean la mente.

17. Siempre son conocidos los estados de la mente, porque el señor de la mente, Purusha, es inmutable.

El fundamento de esta teoría está en que el universo es a la par mental y material. Lo mental y lo material están en constante fluctuación. ¿Qué es este cuerpo? Una combinación de moléculas en constante cambio. Unas salen y otras entran. Es como un vórtice; pero ¿qué constituye la unidad? ¿Qué hace que sea el mismo cuerpo? Los cambios son rítmicos y en armónico orden envían impresiones a mi mente, y estas impresiones forman en conjunto una continua imagen, aunque las partes cambian sin cesar. También la mente está cambiando de continuo.

La mente y el cuerpo son como dos capas de la misma substancia que se mueven a diferente grado de velocidad; y así, como una es más rápida que la otra, podemos distinguir entre los dos movimientos.

Pongamos, por ejemplo, los movimientos de un tren y de un carro que marchen paralelamente. Será posible computar hasta cierto punto el movimiento de ambos; pero se necesita algo más, pues el movimiento sólo puede percibirse relacionando el móvil con un punto en reposo. Cuando dos o tres objetos se mueven relativamente, percibimos cuál es el que va más aprisa y notamos después los que van más despacio. ¿Cómo se ha de percibir el movimiento de la mente? También se mueve en flujo, y por tanto se necesita otra cosa que se mueva más despacio y otra después de todavía más pausado movimiento y así indefinidamente. Pero la lógica nos obliga a detenernos en algún punto y completar la serie con el conocimiento de algo que nunca cambie y este algo es Purusha, el inmutable, incoloro y puro, que cierra la cadena sin fin de movimientos y en el que se reflejan las impresiones como las imágenes de una linterna mágica se proyectan en la pantalla sin dejar huella ni mancharla.

18. La mente no tiene luz propia, porque es un objeto.

Por formidable que sea el poder de la mente, no tiene luz propia, es decir, que no es inteligente de por sí. Tan sólo Purusha es luminoso por sí mismo y todas las cosas iluminan. El poder de Purusha se infiltra en la materia y en la energía.

19. La mente no puede conocerse a sí misma al propio tiempo que conoce un objeto.

Si la mente fuera luminosa por sí misma podría conocerse al propio tiempo que conoce un objeto; pero cuando conoce un objeto no puede reflejarse sobre sí misma. Por lo tanto, Purusha es luminoso de por sí y no lo es la mente.

20. Si suponemos otra mente concedora, serán indefinidas las suposiciones, de lo que resultará la confusión de la memoria.

Si suponemos que otra mente superior conoce la mente ordinaria, habrá de haber otra mente más superior todavía que conozca a aquella, y así sucesivamente. Por lo tanto, no podría haber memoria por falta de un punto de partida de la reiteración de impresiones en que consiste la memoria.

21. Purusha, la esencia del conocimiento, es inmutable, y cuando la mente toma su aspecto es consciente.

Cuando la mente se acerca a Purusha se refleja en la mente y entonces parece que la mente es Purusha.

22. Coloreada por el perceptor y lo percibido, la mente es capaz de comprenderlo todo.

Significa que cuando por una parte se refleja en la mente el mundo exterior, lo percibido, y por otra se refleja en la mente Purusha, el perceptor, es la mente capaz de conocer todas las cosas.

23. Aunque matizada por innumerables deseos, la mente actúa para el Purusha, porque actúa en combinación.

La mente es una combinación de varias cosas y por tanto no puede actuar para sí misma. Toda combinación en este mundo tiene alguna finalidad, una tercera cosa para la cual sirve la combinación. Así la combinación de la mente está destinada a Purusha.

24. El discernimiento reconoce que Atman no es la mente.

El yogui reconoce por discernimiento que la mente no es Purusha.

25. Entonces la mente alcanza el previo estado de kaivalya (aislamiento).

La, práctica de la yoga conduce al discernimiento, a la claridad de visión. Cae la venda de los ojos y vemos las cosas tal como son. Hallamos entonces que la Naturaleza es una combinación que muestra su panorama a Purusha, el espectador. La Naturaleza no es el Señor, pues todas las combinaciones de la Naturaleza tienen por fin mostrar estos fenómenos al Purusha, el entronizado rey interno.

Cuando por larga práctica del yoga se alcanza el discernimiento, cesa el temor y queda anulada la mente.

26. De las impresiones derivan pensamientos que obstruyen el camino de la liberación.

Las diversas ideas que nos hacen creer en la necesidad de algo externo para nuestra dicha son obstáculos para la perfección. El Purusha es feliz y bienaventurado por su propia naturaleza. Pero las pasadas impresiones encubren esta verdad. Se han de extinguir estas impresiones.

27. Se extinguen de la misma manera que dijimos respecto a la ignorancia, egoísmo, etc.

28. Quien alcanza el discernimiento conocedor de las esencias y sin embargo renuncia a los frutos, logra por resultado del perfecto discernimiento el samadhi llamado cúmulo de virtud.

Cuando el yogui logra el discernimiento que le da a conocer la esencia de las cosas, recibe todos los poderes mencionados en el capítulo anterior, pero renuncia a todos ellos. Entonces recibe un peculiar conocimiento, una particular luz llamada Dharma Mecha, el cúmulo de virtud, que poseyeron todos los grandes profetas del mundo que registra la historia, pues en sí mismos hallaron la base del conocimiento. La verdad era real para ellos. La paz, la calma y la perfecta pureza fueron su naturaleza en cuanto renunciaron a las vanidades de los poderes.

29. De esto proviene el cese del dolor y de las acciones.

Cuando el yogui alcanza el cúmulo de virtud y a no ha de temer el fracaso ni nada lo puede derribar. Ya no sufre males ni dolores.

30. El conocimiento libre de velos e impurezas se magnifica hasta lo infinito y lo cognoscible se empequeñece.

Despojado de los velos que lo encubrían, permanece en sí mismo el conocimiento. Una escritura budista define el estado de buda diciendo que es conocimiento infinito como el firmamento. Jesús alcanzó este estado y fue el Cristo. Todo ser humano ha de alcanzarlo.

Cuando el conocimiento es infinito, se empequeñece lo cognoscible. El universo entero con todos sus objetos de conocimiento se anonada ante Purusha. El hombre vulgar se ve pequeño porque lo cognoscible le parece infinito.

31. Entonces terminan las sucesivas transformaciones de las cualidades que llegaron al fin.

Cesan para siempre las varias transformaciones de las cualidades con sus cambios de especie.

32. Sucesión es la serie de cambios que con relación a los momentos de tiempo, se notan al término de la serie.

Llama Patanjali sucesión a los cambios relacionados con los momentos. Mientras pienso, transcurren, muchos momentos y a cada momento hay un cambio de idea; pero sólo se notan estos cambios al final de la serie. A esta serie se le llama sucesión; mas para la mente que ha realizado la omnipresencia no hay sucesión, pues todo lo tiene presente y no existen para ella el pasado ni el futuro. Todo lo conoce fulgurantemente.

33. Kaivalya es la resolución inversa de las cualidades faltas ya de motivo para obrar en beneficio de Purusha, o el establecimiento del poder de conocimiento en sí mismo.

Al llegar a este punto, ha cumplido la Naturaleza, nuestra tierna nodriza, la tarea que se impuso. Suavemente tomó de la mano al alma de sí misma olvidada y le mostró todas las experiencias que había de adquirir en el universo, todas las manifestaciones, llevándola de alto en alto en diversos cuerpos, hasta que recobrada su perdida gloria recordó su esencial naturaleza. Entonces la amorosa madre volvióse por el mismo camino por donde había venido para favorecer a otros que también se habían extraviado en el desierto sin ruta de la vida. Y así actúa sin principio ni fin. Así a través del placer y del dolor, del bien y del mal fluye el infinito río de las almas hacia el océano de perfección, del conocimiento de sí mismas.

¡Gloria a quienes reconocieron su propia naturaleza! ¡Que su bendición recaiga en todos nosotros!

NOTAS DEL TRADUCTOR

1. Los siddhis, en la acepción que esta palabra se emplea en los aforismos, significan los poderes o facultades psíquicas, que no se han de confundir con los poderes espirituales. Puede un hombre alcanzar por medios artificiosos, por hechizos y encantamientos, por prácticas ascéticas ciertas facultades que le confieren el poder de realizar fenómenos al parecer sobrenaturales, pero que en rigor son muy naturales aunque exceden de las ordinarias posibilidades del hombre vulgar, y sin embargo emplear dichas facultades o poderes con fines egoístas y malvados.

Son los magos negros, los brujos, hechiceros, encantadores de las narraciones medievales, con la particularidad de que la ignorancia de los doctos no acertaba a distinguir entre el mago blanco y el mago negro, y a todos los confundía en la misma abominación, como si la magia de por sí fuese cosa vitanda, sin tener en cuenta que la Iglesia romana venera a los que sin fundamento bíblico llama reyes, cuando sólo merecen el calificativo de magos, en prueba de que puede haber y en efecto hay magos santos.

Los poderes psíquicos no son de por sí nocivos, sino por el mal uso que de ellos suele hacerse y por la apetencia de alcanzarlos sin reparar en los medios.

Están latentes en todo ser humano, y se actualizarán a su debido tiempo, cuando se llegue a la etapa de evolución en que se puedan emplear con recto discernimiento.

De aquí que nadie ha de apetercerlos ni educirlos violentamente, porque si los apetece, prueba será de que ansía emplearlos en provecho propio, y las consecuencias serán funestas, pues quedará el hombre preso en sus propias redes.

4. La doctrina del karma está explícita o implícitamente expuesta en todas las religiones, sin excluir a la cristiana en todas sus sectas, según se comprueba con citas de los Antiguo y Nuevo Testamento de las Escrituras hebreocristianas, en la obra de Yogui Karishnanda titulada: Teosofía práctica.

7. Toda acción es una causa que produce su efecto en el actor, cuando el actor ejecuta la acción con el deliberado propósito de aprovecharse del fruto o efecto de la acción.

Pero el hombre perfecto, el yogui, nunca obra movido por el deseo de allegar provecho de la obra, y por tanto no queda ligado al fruto o consecuencia de la acción, porque de antemano lo rechazó. Obra bien por ser bien y no obra mal por ser mal, y así trasciende el bien y el mal.

8. Es evidente que cuando el ego después de las vidas física y astral pasa a la vida celeste, en un ciclo de evolución individual, quedan en suspenso los efectos de los karmas físico y astral, así como durante la vida astral quedan en suspenso los efectos del karma físico. En cada mundo, o lo que es lo mismo, en cada ambiente, se manifiestan los efectos kármicos correspondientes a dicho mundo o ambiente.

Por un dios en el cielo debe entenderse la vida en el mundo celeste con cuerpo divino o causal, y por cuerpo animal se ha de entender el cuerpo físico cuyo funcionamiento fisiológico es análogo al de los animales.

15. Si la mente o instrumento de percepción del ego fuese de la misma naturaleza que el objeto percibido, siempre nos produciría la misma sensación un mismo objeto, y no sucede así, porque lo que hoy nos gusta mañana nos disgusta, lo que un día nos atrae otro nos repugna, por lo que siendo el mismo el objeto, difiere según las circunstancias el resultado de la percepción.

Dice el adagio que a nadie le amarga un dulce, pero también es verdad que el dulce le repugna a quien se indigestó de ellos.

16. Este aforismo equivale al tan conocido adagio de que todas las cosas se ven según el color del cristal con que se miran.

17. Parece paradójico que el universo, esto es, el mundo objetivo, el No-Yo sea a la par mental y material. La dificultad está en los erróneos conceptos que de la materia y la mente predominan no sólo en el vulgo sino en las gentes cultas y de elevada posición social.

Si dijésemos, como dice el aforismo número 5, que no se ha de entender que la mente sea una cosa y la materia otra, sino que son distintos aspectos de una misma cosa, redargüirían los escolásticos que tal afirmación es absurda, porque para ellos y para la generalidad de las gentes, la materia es tan sólo lo que afecta a los sentidos.

Pero esta definición es inexacta, pues hay cuerpos materiales, como por ejemplo los gases oxígeno, nitrógeno y argo que no se ven ni se tocan ni se huelen ni se gustan, no tienen color ni sabor ni olor ni suficiente compacticidad para impresionar el tacto.

Si se objeta que es posible percibir sensorialmente el aire en estado de viento, responderemos que en este caso se recibe la impresión de los tres dichos gases mezclados en diversas proporciones, pero no es posible distinguir cuál es el oxígeno, cuál el nitrógeno y cuál el argo.

Durante millares de años estuvo la humanidad ignorante de la naturaleza del aire, y si Priestley en Inglaterra y Scheele en Suecia descubrieron la existencia del oxígeno en el año 1774 fue de modo que indirectamente manifestara su existencia.

Por lo tanto, cabe la posibilidad científica de que haya materia imperceptible por los sentidos físicos, pues así como el oxígeno y el nitrógeno en estado natural son gaseosos, pero pueden liquidarse y solidificarse, así puede haber materia cuyo natural estado sea mil veces más sutil que el del hidrógeno, que es el gas más sutil que se conoce, y sin embargo, pueda dicha sutilísima materia asumir formas densas, sobre todo si se tiene en cuenta la unidad esencial de la materia.

Por lo tanto, no es absurdo afirmar la posibilidad de que la materia sólida, líquida y gaseosa, de que está constituido el universo sensible sea condensación de la materia mental y ésta a su vez materia física sutilizada.

Por otra parte, el constante cambio de moléculas de los cuerpos, aunque imperceptible a somera observación, es un hecho reconocido por la ciencia positiva, pues todo está en movimiento y en incesante intercambio.

Estas modificaciones del universo objetivo impresionan a la mente cuya materia cambia de forma en correspondencia con aquellas modificaciones, pero el purusha contempla inmutable las variaciones de la mente y ve la unidad en la variedad, a la manera que el inmutable espectador de una película ve la unidad del argumento entre la variedad de las escenas proyectadas en la pantalla.

26. El ego, el purusha, el alma individual es puro, feliz y bienaventurado por su propia naturaleza.

Lo que llamamos experiencia de la vida práctica parece contradecir esta afirmación, pues no es fácil concebir cómo los malvados, los viciosos impenitentes, los asesinos puedan ser espíritus puros por naturaleza, esencialmente divinos.

Pero si consideramos que el purusha está envuelto en la materia que lo cubre como con un tupido velo, y que las malas acciones, lo que llamamos mal no es más que el negativo aspecto del bien, comprenderemos algún tanto la verdad expuesta en el aforismo, y la acabaremos de comprender por comparación con los siguientes símiles.

Supongamos un foco de brillante luz envuelto en una serie de pantallas que límpida y diáfana la inmediata a la luz van siendo cada una de ellas menos transparentes hasta llegar a la externa tan opaca que no deje pasar los rayos de la luz.

Al que sólo atiende a las apariencias le parecerá que la lámpara está apagada; y sin embargo, en realidad sigue la luz brillando en todo su esplendor.

De la propia suerte el espíritu humano siempre brilla con luz propia, pero su luz está eclipsada por las materiales envolturas de creciente densidad que lo encubren a manera de pantallas.

Al quitar las pantallas, al desvanecer los obstáculos que impiden la radiación de la luz, queda aislada, independiente, y tan fúlgida como siempre, aunque parecía extinta y no estaba más que eclipsada.

Sabemos que el agua pura es una combinación de los gases oxígeno e hidrógeno. Tal es su peculiar naturaleza. Brota del manantial límpida, diáfana, cristalina, forma un arroyo que al pasar por un terreno de fétido lodo se contamina al parecer con tan nauseabunda materia, y decimos que el agua es hedionda y repugnante, cuando en rigor lo hediondo y repugnante son las inmundas materias que lleva en disolución.

Pero estas materias fétidas no alteran en lo más mínimo la esencial naturaleza química del agua, que sigue siendo tan combinación de oxígeno e hidrógeno como cuando brotó del manantial.

Sigue fluyendo el arroyo de aguas turbias y al pasar por un terreno finamente arenoso, se filtra el agua y va dejando poco a poco las materias hediondas que llevaba en disolución hasta que vuelve a ser tan límpida, cristalina y diáfana como cuando salió del manantial.

Así el espíritu humano emana puro, feliz, bienaventurado, del seno mismo de Dios, es de la misma naturaleza de la eterna Fuente de que mana, pero al pasar por la materia parece que de sus impurezas se contamina, aunque en realidad estas impurezas no alteran su divina esencia.

Y cuando de ellas se desprende por la práctica de la Yoga vuelve a manifestarse en su prístina y eternal pureza.

Si estos símiles no bastaran, ahí están las conversiones de grandes pecadores en grandes santos.

Ejemplo concreto de ello tenemos en el caso rigurosamente histórico de María Madgalena de Aubray, que a los veinte años conocía las peores abyecciones de la carne y apenas contraído matrimonio con el que después fue marqués de Brinvilliers, lo adulteró con el capitán Sainte Croix y en connivencia con su amante envenenó a su padre, no sin antes asegurarse de los efectos del tósigo mezclándolo con los manjares que habían de comer sus criados y los enfermos de los hospitales a quienes visitaba con mentidas palabras de consuelo, ofreciéndoles golosinas cuidadosamente envenenadas. Todos morían presa de horribles sufrimientos sin que nadie sospechara la causa.

Posteriormente envenenó a sus dos hermanos, todo ello por el afán de alzarse con toda la herencia paterna.

Descubiertos por fin sus espantosos crímenes, fue condenada a muerte; pero su arrepentimiento en la última hora causó la admiración de su confesor Piro, quien dijo que nada más excelso que el sincero arrepentimiento de María Magdalena de Aubray.

Si el espíritu de esta mujer hubiese alterado esencialmente su naturaleza, ¿cómo le fuera posible recobrarla? Estaba empañado por el crimen como el espejo por el polvo y el vaho. El arrepentimiento borró el polvo y el vaho del crimen.

28. No hay más que citar a Gautama el Buda y a Jesús el Cristo, por los más conocidos instructores y redentores del mundo, para comprender la verdad innegable de este aforismo.

Ambos poseían todos los poderes mencionados en el capítulo anterior; y sin embargo, jamás los emplearon en provecho propio, pues sabían que su magisterio era de abnegación y sacrificio.

Gautama el Buda renuncia a los placeres de este mundo con que le brindaba el trono y el poderío terrenal y trueca la púrpura regia por el sayal del monje y el cetro por la escudilla del mendicante.

Jesús el Cristo puede desclavarse de la cruz y en ella se mantiene crucifijo, para redimir a la humanidad con su sacrificio.

De nadie aprendieron la verdad, porque la verdad estaba en Ellos.

33. Cuando el yogui llega a serlo, ya no existe la materia para él. Tiene el completo convencimiento de que todo cuanto le rodea, el No-Yo, el universo visible, sus propios pensamientos y emociones son cosas temporáneas, pasajeras, transitorias, que sólo tienen relativa realidad mientras subsisten, pero que han de volver a la inmanifestación y sumirse en el Absoluto. Comprende que el Purusha, su verdadero ser, es la única Realidad. Trasciende el bien y el mal, el dolor y el placer, los pares de opuestos. Se desvanece lo relativo y mora en la sempiterna paz del Absoluto Espíritu.

NOTAS DEL TEXTO

(1) Equivale a ciencia de la respiración, y a este propósito conviene la lectura y estudio de la interesantísima obra de Ramacharaka: Ciencia Hindu-Yogi de la respiración; Antonio Roch, editor; Aragón, 118, Barcelona (España).