

Capítulo Sexto

YOGA DE MEDITACIÓN

INTRODUCCIÓN AL CAPÍTULO SEXTO

LA PALABRA “*DHYĀNA*” se traduce en muchos Textos como “meditación”. Ella es superior a la simple capacidad de concentrarse o “*Dhârâna*”, y se halla a medio camino del más elevado logro del corazón humano: el *Samâdhi*. Sin embargo, antes de estos tres conceptos se halla otro: *Pratyâhâra* o control de los sentidos. Sin esto último jamás podremos lograr ningún tipo de concentración, lo que tornará imposible la meditación que da como resultado el estado de *Samâdhi* o absorción en Dios. Esta es la razón por la cual en Capítulos anteriores Krishna nos habló de la importancia del control de los sentidos.

“Mantente firme —nos ha dicho el Señor— no te dejes poseer por los objetos de sensación, porque lo único que lograrás es ambicionarlos ciegamente. Día y noche cargarás con el fardo sombrío de tus deseos, incubados a causa de la impertinencia de tu vista, de tus sentidos, que desarrollaron en ti el apetito por lo intrascendente. No supiste cerrar tus sentidos a los ofrecimientos de la esclava del dios Cronos: la Madre Efimeridad. En la gigantesca vidriera del mundo se te mostraron objetos deleitosos al paladar de tu ego. Ello te desarrolló una trágica sed. Esa sed insaciable te obnubiló y volvió olvidadizo para todo lo que fuera tu Ser Superior. El olvido y la desmemoria te hicieron perder el discernimiento, y luego, muerto para lo sublime, te precipitaste a *Prânashati* o muerte del ser. Muerto como Ser, ahora eres sólo una “cosa” que deriva, encarcelada entre las orillas del río del Tiempo”.

En este Capítulo Sexto Krishna nos habla del hombre que no siente apego por las cosas de este mundo, nos habla del que es capaz de realzar o metamorfosear su efimeridad, postrándose a los pies de *Ātman*. Desde el Verso 10 nos habla del *Yogi*, de esa Bendita Criatura que tan perfectamente realizó la acción, que ahora puede abocarse a su encuentro con lo Divino. También nos dice cómo debe realizarse esa meditación o *Dhyâna*. Por sobre todas las cosas

debemos recordar Sus palabras finales, en el Verso 47, cuando nos dice: *“Y entre todos los Devotos, el que rebosante de fe Me adora con su interno Ser en Mí posado, es para Mí el Devoto más perfectamente armonizado”*.

Es muy importante que este Capítulo, titulado *“Yoga de Meditación”*, sea leído en silencio y pausadamente, una y otra vez.

Capítulo VI

YOGA DE MEDITACIÓN

ध्यानयोगः

Dhyânâ Yoga

—Consta de 47 Versos—

Verso 1

El Bendito Señor Krishna dice:

Quien ejecuta la acción como un deber, independientemente del resultado de la acción es un asceta, es un Yogi; no el que sólo prescinde de ritos y sacrificios.

श्रीभगवानुवाच ।

अनाश्रितः कर्मफलं कार्यं कर्म करोति यः ।

स संन्यासी च योगी च न निरग्निर्न चाक्रियः ॥

Sri Bhagavân Uvâcha:

Anâshritah karmaphalam kâryam karma karôti yah;

Sa sannyâsî cha yôgî cha na niragnirna châkriyah.

Anâshritah: independientemente; *karmaphalam:* fruto de la acción; *kâryam:* obligatoria; *karma:* acción; *karôti:* ejecuta; *yah:* quien; *sah:* él; *sannyâsî:* renunciante; *cha:* y; *yôgî:* Yogi; *cha:* y; *na:* no; *niragnih:* sin fuego; *na:* no; *cha:* y; *akriyah:* sin acción.

NOTAS:

Hay acciones que se deben hacer por *Dharma*, esto es, por deber, tales como las pequeñas obligaciones diarias, mantener la familia, cuidar los hijos, etc., y también hay acciones religiosas, como las

Sandhyâ Vandanas (meditaciones del amanecer, del mediodía y del anochecer), que son prescriptas para todos los grupos sociales. Si una persona las realiza sin ningún pensamiento sobre *Karma Phalam* (el fruto que le darán esas acciones), ese hombre puede llamarse *Sannyâsin* o *Yogi*, ya que no trabaja, como decimos, pensando en lo que esas acciones le otorgarán a sus ambiciones mundanas.

¿Y por qué se lo llama *Sannyâsin* o renunciante si aún no ha renunciado completamente a la acción? Porque, al igual que el perfecto *Sannyâsin*, él se ha constituido en un *Tyagi*, o sea, en un renunciante al fruto de su acción. El término “*Sannyâsin*” a veces es usado en un sentido figurado para designar a los *Karma Nishtas* (los hombres hogareños que hacen buenas acciones), para elogiarlos e impulsarlos a seguir adelante. Por eso se los llama *Sannyâsi-Yogis*, pues, al renunciar al deseo, la mente de ellos está serena. Se les aplica el adjetivo de “*Yogis*” porque sus mentes se hallan sin deseos.

En India, la acción es simbolizada por el fuego, ya que él está presente en casi todas las actividades. Cuando se dice “*Niragnih*” (sin fuego) se está señalando a quien se apartó de la acción. Ese es un *Yogi* o *Sannyâsin*. No se considera *Sannyâsin* al que meramente se aparta de la acción, y no la realiza. Este último no realiza la acción, pero no cosecha méritos ya que se aparta de la acción por simple indolencia.

La siguiente historia nos ayudará a ilustrar este Verso:

En un *Ashram* ubicado en las cercanías de Kerala, al sur de la India, vivía un discípulo llamado Madhu.

Cierta vez, en una tarde del mes de Julio, Madhu —quien se llamaba orgullosamente a sí mismo un “*Karma Yogin*”— dormitaba plácidamente en el patio de su *Ashram*.

El calor era intenso. Los animales del *Ashram* —cervatillos y perros— se hallaban sedientos, y el río, lejano. Madhu, observándolos, se dijo:

—Estos animales parecen tener sed, sin embargo no me preocuparé en ir a buscar el agua necesaria para calmarla. Todo el

universo es ilusión, y así, la sed que los aflige también es una ilusión, y por ello, desaparecerá de un modo u otro.

Dicho esto, se levantó y fue al pozo del *Ashram*, extrayendo con su *kamandalú* (vasija) un poco de agua, a la cual bebió gustosamente. Luego, volvió al patio y continuó descansando.

Un *Sannyâsin* que bien sabía de su indolencia, tomó un recipiente y se alejó rumbo al río en busca del agua necesaria para hombres y animales. Todo el camino iba repitiendo el Nombre sagrado de su *Deva*: el Señor Ganesha. Y así decía: “*Om Gam, Gam, Gam*”, con el alma sumida en la contemplación de su Dios.

El *Sannyâsin* se llamaba Kriya.

—Todo el universo —pensaba— pertenece al Señor. Su Voluntad reside en él como el más exquisito de los vinos en la copa hecha con el más perfecto de los cristales. Nada existe sino la Voluntad del Padre.

Kriya llegó al río, introdujo el recipiente en sus aguas, y regresó a dar de beber a quienes lo necesitaban, totalmente inconsciente de las acciones que realizaba. Pensamiento y corazón se encontraban a los pies del Señor, de modo que sus acciones (buscar agua del río, dar de beber, etc.) las realizaba mecánicamente. Él se hallaba totalmente desprendido del fruto de la acción.

Madhu, que contemplaba sus movimientos, se sintió invadido por una profunda vergüenza.

—No sé lo que es renunciar al fruto de mi acción; ni siquiera sé lo que es la acción. He estado aquí sumido en pensamientos que juzgaba filosóficos, sin hacer nada más que holgar, creyendo que actuaba correctamente. No, yo no he renunciado al fruto de la acción, en tanto que Kriya ha renunciado a la acción y a su fruto. Realizó la acción, es cierto, pero no se dejó poseer por ella, y renunció al fruto de cuanto hacía con el alma indiferente y totalmente apartada de esa renuncia. Sí, Kriya es un *Sannyâsin*; mantiene su mente en nuestro bienamado Señor; no se compromete con ninguno de los movimientos realizados por su cuerpo físico. Él ha aprendido el arte de la soledad en el mundo, sin abandonar el

mundo, ha aprendido cómo ingresar a la fiesta del Alma, que es la re-uni3n constante con Dios. Kriya realiza la acci3n, pero en verdad, no actúa, porque su acci3n se halla en el plano de las entidades infinitas. Yo, aqu3, prisionero de mi haraganer3a, he negado el agua que calmar3a la sed de mis hermanos. No. Yo no soy un *Karma Yogin*, ni siquiera soy un buen *Karmin* (el que sigue el camino de la acci3n).

Luego se incorpor3, y humildemente se dedic3 a la tarea de asear los patios del *Ashram*.

Con el paso del tiempo, Madhu lleg3 a ser un *Karma Yogin*, y mucho despu3s, lleg3 a ser un *Sannyâsin*, como lo fuera su Maestro, el santo Kriya.

Verso 2

Has de saber, ioh Pandava!, que la renunciaci3n equivale al Yoga. Nadie puede llegar a ser Yogi si no renuncia a la voluntad intencionada.

यं संन्यासमिति प्राहुर्योगं तं विद्धि पाण्डव ।

न ह्यसंन्यस्तसङ्कल्पो योगी भवति कश्चन ॥ २ ॥

Yam sannyâsamiti prâhuryôgam tam viddhi pândava;
Na hyasannyastasankalpô yôgî bhavati kashchana.

Yam: cual; *sannyâsam:* renunciaci3n; *iti:* así; *prâhuh:* ellos llaman; *yôgam:* Yoga; *tam:* que; *viddhi:* has de saber; *pândava:* ioh Pandava!; *na:* no; *hi:* en verdad; *asannyastasankalpah:* quien no renuncia a la voluntad intencionada; *yôgî:* Yogi; *bhavati:* llega a ser; *kashchana:* nadie.

NOTAS:

Aquel que se considera un *Sannyâsin* es también considerado un *Yogi*, ya que ambos tienen algo en común: los dos renuncian al fruto de la acci3n. El *Karma Yogi* renuncia al fruto de la acci3n; el *Sannyâsin*, a la acci3n y a su fruto.

Nadie que no haya abandonado su *Kâma* o deseo puede considerarse *Yogi*. La raíz del deseo es *Sankalpa*. Debemos entender por “*Sankalpa*” la facultad imaginativa de la mente que proyecta, hace planes para el futuro, etc. A través de *Sankalpa*, se destruye la correcta Visión que lleva a *Âtman*.

El arte de gobernar la mente imaginativa es propio de los sabios espirituales. Pocos son los que llegan a serlo. Sobre este punto, es muy importante que el estudiante lea atentamente y reflexione sobre los *Yoga Sûtras* de Patañjali.

Verso 3

La acción es el medio para el Sabio que vislumbra el Yoga; para el Sabio ya establecido en el Yoga, el recogimiento es el medio.

आरुरुक्षोर्मुनेर्योगं कर्म कारणमुच्यते ।

योगारूढस्य तस्यैव शमः कारणमुच्यते ॥ ३ ॥

Ârurukshôrmunêryôgam karma kâranamuchyatê;
Yôgârûdhasya tasyaiva shamah kâranamuchyatê.

Ârurukshôh: deseoso de ascender; *munêh:* para el Sabio; *yôgam:* Yoga; *karma:* acción; *kâranam:* la causa (el medio); *uchyatê:* se dice; *yôgârûdhasya:* el ya establecido en el Yoga; *tasya:* para él; *êva:* aún; *shamah:* recogimiento; *kâranam:* la causa; *uchyatê:* se dice.

NOTAS:

En este Verso se nos explica la conexión existente entre *Jñâna* (conocimiento) y *Karma* (acción). Ya se habló de ello en los Capítulos anteriores, pero el Señor vuelve a exponerlo para que las dudas se disipen.

Aquí se dice que el *Karma Yoga* (la acción ofrendada a Dios) debe ser practicado por el aspirante espiritual como disciplina

externa para poder llegar luego a *Jñâna*, o sea la disciplina interna que nos otorga un nivel de Conocimiento Superior.

Los *Rishis* enseñan que se debe comprender muy bien lo siguiente: *Karma Yoga* y *Jñâna Yoga* no se hallan separados. *Karma Yoga* es el aspecto externo de *Jñâna Yoga*, y *Jñâna Yoga* es el aspecto interno de *Karma Yoga*. No puede existir el uno sin el otro, del mismo modo en que no puede haber calor sin fuego. ¿Y por qué? Porque, como ya hemos visto, *Karma Yoga* prepara el sendero espiritual para que *Jñâna Yoga* y *Bhakti Yoga* (el *Yoga* de la Devoción) se manifiesten.

Recordemos que “*Muni*” es el Sabio que practica *Manana* o reflexión sobre *Âtman*. Esta práctica es extremadamente importante. En los Versos del Capítulo V el Señor habló de este *Muni* o Sabio como *Sannyâsin* (renunciante a la acción). Ahora nos habla de él como *Karma Nishta* (establecido en la acción ofrendada a Dios). Así, los sabios que desean tomar el camino a *Jñâna*, deben practicar primeramente *Karma Yoga*. Indudablemente el fruto de ser un *Karma Nishta* es llegar a ser un *Jñâna Nishta*.

El *Muni* o sabio que busca la unión con su Esencia Divina debe separarse de toda acción. Él ha sido primero un *Karma Nishta*; luego devino un *Jñâna Nishta*; y finalmente se halla preparado para alcanzar *Moksha* o Liberación de la Ignorancia. El *Karma Yoga* es el medio para lograr esa Liberación, porque purifica la mente y el corazón. Sin rectas acciones no es posible limpiar nuestro corazón de sus antiguas máculas. El Sabio Iluminado comprende a través de la experiencia directa que “*Yoga*” es “Unión” (*Yug*) con Dios, y que a esto se llega comenzando por *Karma Yoga*.

Verso 4

Cuando un hombre no siente apego alguno a las acciones, ni a los objetos de sensación, y renuncia a la voluntad intencionada, queda establecido en el Yoga.

यदा हि नेन्द्रियार्थेषु न कर्मस्वनुषज्जते ।

सर्वसङ्कल्पसंन्यासी योगारूढस्तदोच्यते ॥ ४ ॥

*Yadâ hi nêndriyârthêshu na karmasvanusajjatê;
Sarvasankalpasanyâsî yôgârûdhastadôchyatê.*

Yadâ: cuando; *hi*: en verdad; *na*: no; *indriyârthêshu*: a los objetos de sensación; *na*: no; *karmasu*: a las acciones; *anusajjatê*: apego; *sarvasankalpasannyâsî*: renuncia a la voluntad intencionada; *yôgârûdhah*: establecido en el Yoga; *tada*: entonces; *uchyatê*: se dice.

NOTAS:

El Señor nos habla del hombre Sabio. Para este Divino Iluminado “ya no hay apegos, ya no hay atracción por los objetos del mundo”. Los objetos de los sentidos (*Indriya Arthêshu*), ya no lo atraen, no queda atrapado por los objetos externos ni tampoco se siente inclinado a realizar ninguna acción. Él ha entendido que la raíz de toda acción es el deseo. Deseo de hacer el bien, deseo de hacer el mal, deseo de curar, deseo de matar, deseo de dar, deseo de hurtar: todos ellos —algunos buenos y otros malos— son deseos cuyas raíces se hallan en *Avidyâ* (ignorancia del Ser-*Âtman*). Los buenos deseos purifican el corazón, los malos lo entenebrecen. Sin embargo, la verdadera finalidad del hombre es la Unión con Dios, más allá de todos ellos. El Despierto sabe esto, y por eso se dice que el verdadero *Sannyâsin*, el *Yogi*, “renuncia a todos los deseos” (*Sarva Sankalpa Sannyâsî*).

Cuando se nos habla de la “voluntad intencionada” (*Sankalpa*), se refiere al ego humano. El hombre siempre cree que puede “hacer cosas”. La verdad es que él hace lo que la Voluntad de Dios le manda. Cuando pierde su yo personal y se sublima como lo hiciera San Francisco de Asís, ¿dónde quedan los infinitos “yo quiero” del ego? No se renuncia de buenas a primeras a la “voluntad intencionada”, sino que hay que tener una larga preparación espiritual antes de entender esto. Hay muchos que se apoyan en el hecho de “creer que pueden hacer cosas”. Ese “creer” es útil para esas personas, porque tienen tal apego al mundo material que todo su ser se aniquilaría si comprendiesen que en realidad ellos no pueden hacer absolutamente nada.

El ser humano, en realidad, es un simple vehículo de las Leyes Divinas. Éstas cumplen el *Dharma* valiéndose del instrumento cuerpo-mente de los hombres. Pero... como decimos... esta idea resulta intolerable para la mayoría de las personas. ¿Y cuál es la razón de esta visión equivocada? La razón por la cual el ser humano está convencido de que es él quien “hace las acciones” es que Dios mismo ha puesto esta idea de “actores” en nuestras mentes, ya que sólo a través de la acción es como el hombre se purifica. En Su infinita misericordia, el Señor hace que pensemos que nosotros podemos hacer proyectos, preparar planes para el futuro, realizar obras, inventar cosas, etc. No debemos olvidar que para que el ser humano actúe en este mundo, es necesario que él crea que es el primer actor en la gran obra de *Mâyâ*, pero la Suprema Realidad es otra, y es que la Enorme Inteligencia de Aquel cuya Voluntad vela por Sus innumerables hijos, es quien se halla comandando todas las actividades que se realizan en la morada de la Vida.

Verso 5

Realza al ego por Âtman y no permitas que el ego se degrade. Porque en verdad, Âtman es amigo del ego y también Âtman enemigo del ego.

उद्धरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत् ।

आत्मैवह्यात्मनो बन्धुरात्मैव रिपुरात्मनः ॥ ५ ॥

Uddharêdâtmanâtmânânam nâtmânânavasâdayêt;
Âtmaivahyâtmanô bandhurâatmaiva ripurâatmanah.

Uddharêt: realza; *âtmanâ:* por Âtman; *âtmânânam:* el ser; *na:* no; *âtmânânam:* el ser; *avasâdayêt:* permitas que se degrade; *âtmanâ:* Âtman; *êva:* sólo; *hi:* en verdad; *âtmanah:* del ser; *bandhu:* amigo; *âtmanâ:* Âtman; *êva:* sólo; *ripuh:* enemigo; *âtmanah:* del ser.

NOTAS:

Con la ayuda de la mente discriminativa se eleva el ser. Por eso, en la primera parte de este Verso, el Señor nos dice “eleva tu ser por

Viveka-Buddhi (la mente discriminativa) y no permitas que en ti se eleve *Avidyâ* (la ignorancia), esto es, *Aviveka* (el no-discernimiento) que todo lo confunde y que pierde a *Âtman*".

En este Verso la palabra *Âtmanam* o "ser" tiene el significado de "mente". La mente que discrimina, que discierne, es amiga, o sea, se halla próxima al Ser o *Âtman*. En cambio, esa misma mente, si no conquista la capacidad de discriminar entre lo que es presencia y lo que es Esencia, es enemiga de *Âtman*. Se dice que es "enemiga" de *Âtman* porque nos aleja de nuestra Naturaleza Divina y nos sumerge en *Mâyâ* o ilusión.

Verso 6

Âtman es amigo del ego en quien Âtman ha vencido al ego; mas, para el ego indómito llega a ser Âtman hostil como enemigo.

बन्धुरात्मात्मनस्तस्य येनात्मैवात्मना जितः ।

अनात्मनस्तु शत्रुत्वे वर्तेतात्मैव शत्रुवत् ॥ ६ ॥

Bandhurâtmâtmanastasya yênatmaivâtmanâ jîtah;
Anâtmnastu shatruvê vartêtaiva shatruvat.

Bandhuh: amigo; *âtmâ:* Âtman; *âtmanah:* del ser; *tasya:* su; *yênâ:* en quien; *âtmâ:* el ser; *êva:* aún; *âtmanâ:* por Âtman; *jîtah:* conquistado; *anâtmnastu:* del ser no conquistado; *tu:* pero; *shatruvê:* en el lugar de un enemigo; *vartêta:* permanecerá; *âtmâ:* el ser; *êva:* aún; *shatruvat:* como enemigo.

NOTAS:

Este Verso complementa al anterior, explicándolo con mayor detalle.

Para la mente que ha conquistado al ego (es decir, el conjunto compuesto por el cuerpo, la mente y los sentidos), *Âtman* es su amigo (*Âtmanah Bandhuh*). Él ha conquistado su cuerpo y sentidos a través de su mente discriminativa, y por lo tanto, el Espíritu se convierte en su Guía y Amigo Supremo.

Pero, para el que no controla su cuerpo, mente, sentidos, etc., ese mismo *Âtman* se convierte en su enemigo. Ello es porque la mente mundana lo incita a comprometerse con lo sensible, con *Mâyâ* (Ilusión) y con *Avidyâ* (Ignorancia), en tanto que el Espíritu o *Âtman* conduce a la completa renuncia a los objetos de los sentidos, a la Absoluta Realidad y al Conocimiento Divino.

Verso 7

El Espíritu de quien está en plenitud de paz y regulado por Âtman, se mantiene inalterable en el calor y en el frío, en el gozo y en la pena, en la honra y en la infamia.

जितात्मनः प्रशान्तस्य परमात्मासमाहितः ।

शीतोष्णसुखदुःखेषु तथा मानापमानयोः ॥ ७ ॥

Jitâtmanah prashântasya paramâtmâsamâhitah;
Shîtôshnasukhaduhkhêshu tathâ mânâpamânayôh.

Jitâtmanah: auto-controlado; *prashântasya:* en plenitud de paz; *paramâtmâ:* Espíritu; *samâhitah:* equilibrado (inalterable); *shîtôshnasukhaduhkhêshu:* en el calor y en el frío, en el gozo y en la pena; *tathâ:* y también; *mânâpamânayôh:* en la honra y en la infamia.

NOTAS:

Jitâtmanaha es “el que conquistó su cuerpo y sentidos”. Recordemos que cuando se dice “sentidos”, debe comprenderse también por ellos la mente, pues ésta es el vehículo interno que recibe todo aquello que le entregan éstos (los sentidos). Así pues, en el que conquistó su ser interno se eleva *Prashântasya*, esto es, la serenidad, la tranquilidad.

¿Qué sucede con esa mente de la cual hablamos? En el caso del Hombre Despierto, la mente se une con Dios (*Paramâtmâ*), la mente toma la Forma de Dios (*Brahman*). Cuando se nos dice “la mente toma la Forma de Dios”, lo que en verdad se quiere significar es que Dios es el único pensamiento de esa mente. Cuando esta

sagrada bienaventuranza del alma tiene lugar, todo es ya igual en el corazón de ese bendito despierto. Placer y dolor (*Sukha* y *Duhkha*) son iguales, y son también iguales *Mâna* (respeto, honores) y *Apamâna* (desprecio). Él ha salido del mundo contingente. Él no actúa en lo espacio temporal. Por amor inconmensurable, él se ha elevado a Divinas Esferas que nosotros ni siquiera podemos imaginar.

Las características que se dan en este Verso son las del *Jivanmukta* (el Hombre ya Liberado). Los que son *Mumukshutvas* (los discípulos que se hallan anhelosos de alcanzar la Liberación) deben tratar de adquirirlas, porque están en el Sendero Espiritual, aunque todavía les falte un largo camino por recorrer. Todas estas virtudes son mencionadas aquí porque son necesarias para lograr la inefable iluminación a través del Amor a Dios, la cual nos conduce a *Moksha*. ¿Qué es *Moksha*? Es Liberación de la ceguera que nos identifica con lo Ilusorio, que nos separa de Dios (*Âtman*) y nos hace creer que somos este cuerpo y esta mente impermanentes.

Verso 8

Armonizado está el Yogi de sentidos sujetos, que firme cual roca se satisface con la sabiduría y el conocimiento, y por igual estima la piedra, el oro y la arcilla.

ज्ञानविज्ञानतृप्तात्मा कूटस्थो विजितेन्द्रियः ।

युक्त इत्युच्यते योगी समलोष्टाश्मकांचनः ॥ ८ ॥

Jñânavijñânatriptâtmâ kûtasthô vijitêndriyah;
Yuktah ityuchyatê yôgî samalôshtâshmakâñchanah.

Jñânavijñânatriptâtmâ: quien se satisface con la sabiduría y el conocimiento; *kûtasthah:* inamovible (firme cual roca); *vijitêndriyah:* quien ha conquistado sus sentidos; *yuktah:* unido (armonizado); *iti:* así; *uchyatê:* se dice; *yôgî:* Yogi; *samalôshtâshmakâñchanah:* por igual estima la piedra, el oro y la arcilla.

NOTAS:

Aquí la palabra “*Jñâna*” tiene el significado de “Escrituras Sagradas”. El fruto de su estudio es *Vijñâna* o Auto-Conocimiento o Realización del Espíritu en Dios. Por esta razón “está satisfecho” (*Tripta*) con ese conocimiento que le dio su Ser.

Luego aparece el término “*Kûtastha*”, el cual tiene por significado “lo Inmutable”, “lo que jamás varía”, “lo firme”, esto es, la Conciencia Pura o *Brahman*.

¿Y de qué modo puede llegar el *Yogi* a un nivel tan elevado? Él es capaz de alcanzar ese nivel superior porque es *Vijitêndriyah*, es decir, “el que conquistó sus sentidos”. Además se halla *Yuktaha* (equilibrado), o sea, tiene equilibrio mental. Los movimientos de sus pensamientos cesaron, se hallan bajo control.

¿Y cómo logra el *Yogi* detener los movimientos de su mente? Logra hacerlo fijando su conciencia en *Âtman*.

Para ese Hombre Despierto todo es lo mismo, puesto que ya no participa de los valores cambiantes del mundo. Para él no existe diferencia alguna entre “el oro, la piedra y la arcilla”.

Quien ha ascendido hasta la cumbre de una gran montaña, ¿puede acaso abandonarla para adorar a una simple piedrecilla de sus laderas? Ese *Yogi* ha visto la Luz; entonces, las innumerables obras teatrales de *Mâyâ*, la Gran Ilusión, nunca podrán tenerlo ya de actor. Ha trascendido la farándula del universo, gigantesca y magnífica, pero farándula a los ojos de la Realidad, y Realidad es Dios. Ese *Yogi* ha alcanzado esa Realidad. Goza de un estatismo incomprendible para nosotros, porque no es el estatismo de los cuerpos materiales. Él está fijo en *Brahman*, él es un verdadero *Jivanmukta* o vida liberada de la Gran Ilusión.

Verso 9

Excelente es quien con ánimo ecuánime mira al enemigo y al amigo, al propio y al extraño, al indiferente y al deudo, al forastero y al convecino, al pecador y al justo.

सुहृन्मित्रार्युदासीनमध्यस्थद्वेष्यबन्धुषु ।

साधुष्वपि च पापेषु समबुद्धिर्विशिष्यते ॥ १ ॥

Suhrnmitrâryudâsînamadhyasthadvêsyabandhushu;
Sâdhushvapi cha pâpêshu samabuddhirvishishyatê.

Suhrnmitrâryudâsînamadhyasthadvêsyabandhushu: al enemigo y al amigo, al propio y al extraño, al indiferente y al deudo, al forastero y al convecino; *sâdhushu:* al justo; *api:* también; *cha:* y; *pâpêshu:* al pecador; *samabuddhih:* con mente ecuánime; *vishishyatê:* excelente.

NOTAS:

Este Verso nos habla de los diferentes tipos de seres humanos, cuyas mentes se hallan conformadas por distintos *Samskaras*. Ellos son:

1. *Suhr:* es el hombre que naturalmente hace el bien a los otros. Él anhela el bienestar de todos, sin esperar nada a cambio.
2. *Mitra:* aquel que es amigo de alguien por su afecto natural al otro.
3. *Ari:* aquel que es enemigo de otra persona por alguna razón.
4. *Udâsîna:* es el hombre indiferente por naturaleza, o bien, el sabio que no toma partido por ninguna acción. Se mantiene apartado de la acción en el mundo.
5. *Madhyastha:* es el que tiene naturaleza de mediador. Está interesado en lo que sucede y participa en los acontecimientos, pero sin comprometerse con ninguna de las partes.
6. *Dvêshu:* el que odia a otro.
7. *Sâdhushu:* el hombre bueno.
8. *Pâpêshu:* el que comete pecados constantemente.

Estas son algunas de las características psíquicas de los seres humanos.

Estas gentes de las que hablamos, van y vienen continuamente en el mundo, y quien los observa “con ánimo ecuánime” es el *Jīvanmukta*, el Liberado de la Ilusión (no confundir con el *Mumukshutva*, que es el anheloso de Liberación). Ese *Jīvanmukta* mantiene una visión igual para con ellos. ¿Por qué? ¿Cómo puede haber logrado esto? Lo logró sumiéndose en Dios o *Âtman*, o *Vijñâna*, Auto-Conocimiento y Devoción a “Aquello”. Ha descubierto la Gran Realidad, entonces, el mundo efímero y tambaleante —que es esclavo del cambio constante— ya no lo atrapa. Él descubrió que todo movimiento cesa cuando se alcanza la suprema Inmovilidad de Aquello que hace girar al universo valiéndose de los *Prârabdhas* (los *Karmas* presentes) de sus múltiples criaturas. Cuando estos *Karmas* se agotan a través de las acciones purificadoras (*Karma Yoga*), entonces, para ese espíritu liberado —el *Jīvanmukta*— sólo hay un lugar donde morar, y éste es el Corazón del Señor.

Verso 10

Dedíquese el Yogi constantemente al Yoga y more en escondido paraje, con cuerpo y mente subyugados, libre de esperanza y deseo.

योगी युञ्जीत सततमात्मानं रहसि स्थितः ।

एकाकी यतचित्तात्मा निराशीरपरिग्रहः ॥ १० ॥

Yôgî yuñjîta satatamâtmânam rahasi sthitah;

Êkâkî yatachittâtmâ nirâshîraparigrahaḥ.

Yôgî: el Yogi; *yuñjîta*: manteniendo la mente firme; *satatam*: constantemente; *âtmânam*: con el ser; *rahasi*: en soledad; *sthitah*: permaneciendo; *êkâkî*: solo; *yatachittâtmâ*: con mente y cuerpo controlados; *nirâshîh*: libre de esperanza; *aparigrahaḥ*: libre de deseos.

NOTAS:

A partir de este Verso, el Señor nos hablará de la disciplina que se debe seguir en la práctica de la vida espiritual. Y así nos dice que para obtener el estado de *Moksha*, ese *Yogi* debe practicar siempre *Nididhyâsana* o meditación en Dios.

En todas estas Notas repetiremos una y otra vez las mismas enseñanzas. Este constante estudio de verdades similares se llama *Abhyâsa* o “repetición”. Ello es necesario porque la mente es tornadiza, inquieta, se desvía fácilmente y olvida lo que ha aprendido una vez. Así pues, se dice que el discípulo tiene que seguir los cuatro pasos capitales para llegar a ser un Aspirante a la Liberación de la Ilusión. Estos cuatro pasos son:

1. *Shravana* (escuchar). *Shravana* no es simplemente “oír”, porque ésta es una acción mecánica que no puede evitarse, como cuando decimos “Juan me oye como quien oye llover”, es decir, sin atención alguna, distraídamente. La palabra “*Shravana*” proviene de “*Shru*”, que es escuchar atentamente, con profundo interés, lo que el Maestro enseña. En “*Shru*” es el espíritu quien escucha, no sólo el órgano sensorio.
2. El segundo paso es *Manana*, o sea, reflexionar sobre lo que se ha aprendido. *Manana* no es “opinar” sobre lo que se ha escuchado, sino profundizar su significado con un corazón puro y una mente serena.
3. El tercer paso es *Nididhyâsana*, o sea, meditar sobre aquello que se escuchó y se reflexionó.
4. Estos tres pasos conducen al cuarto o *Samâdhi*, estado de Bienaventuranza Interior que acerca el alma a *Moksha* o Liberación.

El *Yogi* debe fijar la mente en *Âtman*, y debe también vivir apartado, donde la gente no lo perturbe. Por eso es que muchos *Yogis* evitan renombre y gloria, y moran en ermitas o cuevas, lejos de las ciudades y de las actividades de la sociedad. Él debe aprender a estar *Êkâkî*, esto es, solo y libre de parientes y amigos, por eso es un *Sannyâsin*, un desapegado o renunciante a toda compañía. Mencionemos que la palabra *Êkâki* proviene de “*Eka*”, que significa “uno”, o sea, el que está “unificado”.

Recordemos que el constante roce con la gente no es bien visto en el camino discipular. Alguien podría interrogar: ¿y por qué no es bien visto?, ¿no son acaso los hombres mis hermanos?, ¿no debo fraternizar con todos ellos? Sí, es cierto, todos son mis hermanos, pero ocurre que cada criatura posee un *Karma* distinto. Imaginemos a un grupo de mercaderes de diferentes productos. Cada uno lleva un muestrario de aquello que ofrece. Uno lleva perfumes, otro lleva medicinas, un tercero transporta relojes, otro ofrece cuchillos y un quinto porta venenos. ¿Qué sucedería si en nuestra ignorancia o inocencia, pensamos que todos ofrecen lo mismo? Si así ocurriera es posible que ingiramos veneno creyendo que es medicina, acarreándonos, de este modo, la muerte. Este sencillo ejemplo hace referencia al *Prârabdha Karma* (el *Karma* de la vida presente). Hay quienes tienen el *Prârabdha Karma* de un asesino, mientras que otros, como Francisco de Asís, el de un santo. Unos se inclinan al mal, otros, se inclinan al bien. Unos están llenos de odio, otros, plétóricos de santidad y de amor. Esos son los *Prârabdha Karmas* de las criaturas humanas.

El discípulo debe estar alerta —no decimos temeroso— en cada una de las situaciones de la vida; sin embargo, tampoco debe tener una actitud antifraternal. Él ha de saber que existen dos grandes compañeros en la vida. Uno es el error, y se llama *Sangadosha* (la mala compañía, la compañía del error y de hombres mundanos). El otro es la virtud, y se llama *Satsanga* (la buena compañía, la compañía divina). Quien va por la vida de la mano de *Sangadosha*, construye un destino de sombras. Quien, por el contrario, toma como camarada a *Satsanga*, se llena de bienaventuranzas. Es por eso que a un discípulo espiritual se le enseña a estar alerta con respecto a lo que escoja por compañía en el camino de su existencia.

Es muy importante que sepamos que en la lengua sánscrita una misma palabra puede tomar significados muy diferentes, según sea su ubicación dentro de una frase y también según los términos que la acompañen. Este Verso es un buen ejemplo de ello. Aquí aparece el término *Yata Chitta Âtmâ*, que significa “con mente y cuerpo controlados (*Yata*)”. La palabra *Âtma* a veces es *Paramâtma*

(Espíritu Supremo), otras es *Jīvâtman* (el alma encarnada), otras veces es “mente” y otras, “cuerpo”. En este caso, “*Âtma*” está por cuerpo. ¿Y cómo podemos saber esto? No puede ser *Paramâtma* porque sería absurdo pensar que se puede controlar (*Yata*) a Dios Absoluto. Tampoco es *Jīvâtman*, porque de él se está hablando en todo el contexto. Tampoco es “mente”, porque en la misma frase (*Yata Chitta Âtmâ*) se la menciona específicamente (*Chitta*). De modo que lo único que puede significar aquí *Âtma* es cuerpo. Esta es la opinión de algunos sabios *Pandits* de India.

Verso 11

En lugar incontaminado establezca su fijo asiento, ni muy alto ni muy bajo, aderezado con hierba kusha tapizada con una tela y una piel negra de antílope.

शुचौ देशे प्रतिष्ठाप्य स्थिरमासनमात्मनः ।

नात्युच्चैर्द्वैतं नातिनीचं चैलाजिनकुशोत्तरम् ॥ ११ ॥

Shuchau dêshê pratishthâpya sthiramâsanamâtmanah;
Nâtyuchchhritam nâtinîcham chailâjinakushôttaram.

Shuchau: limpio (incontaminado); *dêshê*: en un lugar; *pratishthâpya*: habiéndose establecido; *sthiram*: firme; *âsanam*: asiento; *âtmanah*: su propio; *na*: no; *atyuchchhritam*: muy alto; *na*: no; *atinîcham*: muy bajo; *chailâjinakushôttaram*: una tela, una piel y hierba kusha, colocadas una sobre la otra.

NOTAS:

Habiendo explicado el medio por el cual se llega a ser un *Jñâna Nishtha*, ahora el Señor dará la *Âsana* (postura) adecuada para meditar, ya que sólo cuando hay armonía en todos nuestros niveles (físico, psíquico y emocional) se logra hacerlo, pero siempre con la Gracia de Dios. Afirmar la mente en el Ser, es algo muy difícil.

Para comenzar se debe buscar primeramente un lugar puro (*Shuchau*). ¿Cuáles son estos lugares puros? Son aquellos que se

encuentran cerca de los Templos, a las orillas de los ríos sagrados, en las montañas, en los bosques y también en las selvas —dicen los hindúes— porque aunque haya animales salvajes, éstos no dañan, ya que carecen de la energía negativa de algunos seres humanos. Se cree que estos lugares poseen vibraciones armónicas, debido a que —de modo misterioso para nosotros— poseen *Samskaras* elevados.

Una vez que se halló ese lugar propicio, debe establecerse en la posición de meditación (*Āsana*), la cual debe ser firme (*Sthiram*). Además de ello, uno debe concentrarse en sí mismo. Sin esta postura y sin esta predisposición hacia lo Divino, no se puede ingresar en la meditación.

Luego el Verso dice “ni muy alto ni muy bajo”, es decir, “en un lugar apropiado”. Estas palabras son producto de una larga experiencia. No se debe tratar de meditar por ejemplo en un risco, o cerca de un precipicio, o sobre piedras. Muchos *Sadhus* en India, al meditar también realizan levitación, y pueden caerse desde una posición alta y lastimarse, cosa que ha ocurrido a más de un *Sannyâsin*. Se considera que deben evitarse también lugares subterráneos, como sótanos, etc., ya que pueden dificultar la práctica.

También se nos dice cómo debe ser el asiento. Antes que nada se debe contar con un trozo de *Chaila* (pieza de tela suave). Es importante también tener una *Ajina* (piel de antilope, o ciervo, o tigre). ¿Qué tipo de piel? De un animal que haya muerto por su propio *Karma*, y no por la violencia humana. También se debe tener hierba *Kusha*, que es un pasto especial (presumiblemente pariente de nuestra “paja brava”). Cuando tenemos estos elementos debemos poner directamente sobre el suelo la alfombrilla de hierba *Kusha*, sobre ella la *Ajina* y sobre esta una *Chaila*.

¿Y por qué los Maestros han elegido la hierba *Kusha*? Porque ellos aseveran que este vegetal posee la virtud de canalizar vibraciones positivas que contribuyen a la meditación. Pero... ¿qué podemos saber nosotros, o discutir, u opinar al respecto? ¡Nosotros, analfabetos totales para la lectura del idioma vegetal, nosotros que no sabemos distinguir un jacarandá de una magnolia! Los antiguos Sabios

que han aprendido a leer las misteriosas palabras del reino de Dios, conocen profundamente las virtudes de animales y vegetales. A los hombres santos les interesa conocer la Ciencia de Dios para ayudar a sus semejantes, y ante Sus pies se detienen tratando de interpretar con toda humildad la clave de la vida que se halla inmersa en Sus reinos mineral, vegetal, animal y humano. Ellos observan estas cuatro manifestaciones de la vida desde un punto de conciencia que estamos lejos de imaginar, ya ni hablemos de comprender. Esos santos, hace miles de años, han descubierto en esas pieles y esos vegetales que nombramos anteriormente, condiciones que contribuyen a la buena meditación.

Ahora bien, cuando el discípulo se hubo sentado en la respectiva *Âsana*, ¿qué debe hacer? Nos lo dirá el Señor en los próximos Versos.

Verso 12

Allí, firme en su asiento, con la mente concentrada sobre un punto, con el pensamiento subyugado, y restrictas las funciones de los sentidos, practique la meditación para purificar su ser.

तत्रैकाग्रं मनः कृत्वा यतचित्तेन्द्रियक्रियाः ।

उपविश्यासने युञ्ज्याद्योगमात्मविशुद्धये ॥ १२ ॥

*Tatraikâgram manah kritvâ yatachittêndriyakriyah;
Upavishyâsanê yuñjyâdyôgamâtmavishuddhayê.*

Tatra: allí; *êkâgram:* un punto; *manah:* la mente; *kritvâ:* habiendo; *yatachittêndriyakriyah:* teniendo bajo control la actividad de la mente y de los sentidos; *upavishya:* sentado; *âsanê:* en el asiento; *yuñjyât:* practique; *yôgam:* el Yoga; *âtmavishuddhayê:* para la purificación del ser.

NOTAS:

Una vez que el discípulo se establece de modo firme en la *Âsana*, entonces debe fijar la mente en un punto y controlar todas sus funciones.

El *Antahkarana* u “órgano interno del ser humano”, como sabemos, tiene cuatro tipos de actividades principales. Ellas son:

1. *Manas* (la mente). El discípulo debe esforzarse para lograr el control de los pensamientos y no permitir que la mente derive.
2. *Buddhi* (el órgano del discernimiento). Se debe cuidar a *Buddhi* o actividad de *Viveka*. Esto es muy importante, porque el ser humano es un crítico constante de defectos y virtudes. Así dice: “esto me agrada”, “esto me desagrade”, “esto es bueno”, “esto es malo”, etc. La facultad discriminativa en él no se orienta a diferenciar lo Real de lo irreal, sino que los ejercicios de *Viveka* suelen operar en sus planos inferiores.
3. *Chitta* (memoria). Esta es otra característica muy importante de la mente. El almacén de los recuerdos humanos que están dentro de la memoria nos quita muchas horas de felicidad y de paz. *Chitta* nos sumerge en el pasado, muchas veces haciéndonos sufrir. Y si esto no sucede —porque en el pasado fuimos felices— entonces surge la nostalgia por aquellos tiempos supuestamente mejores, nostalgia que es otra modalidad de sufrimiento. Así pues, el control de la memoria es imprescindible para quien desea algún fruto en sus prácticas de meditación. Por cierto, podemos también tener memoria de enseñanzas, de libros espirituales que hemos leído, de conocimientos que hemos adquirido, etc. Sin embargo, como durante los ejercicios de meditación se requiere quietud, todo esto también debe ser apartado.
4. *Ahamkâra* (el ego).

Estas cuatro actividades de la mente deben ser controladas para llegar a *Êkâgra*, mente firme, unívoca, sólo concentrada en *Âtman*. Todo esto ayuda al control de los *Indriyas* o sentidos. La visión, por ejemplo, se inclina a admirar las formas bellas y a apartarse de las que no lo son; el oído gusta del sonido agradable, etc., y de este modo se sale “afuera”, la mente se “escapa” hacia el mundo exterior.

Ahora bien, ¿qué se debe hacer para lograr esa concentración de la mente en *Âtman*? Lo que ya llevamos dicho, esto es, hacer

Âsanas, practicar meditación y realizar los esfuerzos necesarios para alcanzar la meta del *Yoga*. ¿Y para qué se debe hacer esto? Para lograr *Âtmavishuddhayê*. En este contexto la palabra “Âtma” significa “mente” y “*Vishuddhayê*” es “purificación”, o sea, todo esto debe realizarse para la purificación de la mente.

Yuñjyât Yôgam significa “practicar el *Yoga*”, que a veces se lo identifica con *Nididhyâsana* o meditación en Dios.

Verso 13

Con pecho, cuello y cabeza erguidos, firmemente inmóvil, mirando fijamente al extremo de la nariz, sin desviar la vista a lado alguno.

समं कायशिरोग्रिवं धारयन्नचलं स्थिरः ।

संप्रेक्ष्य नासिकाग्रं स्वं दिशश्चानवलोकयन् ॥ १३ ॥

Samam kâyashirôgrîvam dhârayannachalam sthirah;
Samprêkshya nâsikâgram svam dishashchânavalôkayan.

Samam: erguido; *kâyashirôgrîvam*: cuerpo, cabeza y cuello; *dhârayan*: manteniendo; *achalam*: inmóvil; *sthirah*: firme; *samprêkshya*: mirando; *nâsikâgram*: el extremo de la nariz; *svam*: su propio; *dishah*: direcciones; *cha*: y; *anavalôkayan*: sin mirar.

NOTAS:

El *Yogi* tiene que hallarse en una posición firme a fin de evitar que *Tamas* se apodere de él; no debe mover los miembros porque ello lo desconcentraría; es muy importante que permanezca inmóvil para que pueda practicar la meditación. Además la columna vertebral debe hallarse recta, por ello nos dice “con cuerpo (*Kâya*), cabeza (*Shira*) y cuello (*Grîva*) erguidos”.

Luego de sentarse de la manera en que se aconseja, con los ojos semicerrados (para evitar que se duerma), el *Yogi* se debe concentrar en el extremo de la nariz, esto es, en el entrecejo (donde se sitúa el *Âjñâ Chakra*). Muchos han cometido el error de concentrarse en la punta de la nariz; si se hace esto último lo que se desarrollará será

simplemente el olfato y no otra cosa; eso no es *Yoga*. Así, el *Yogi*, sin mirar alrededor, se concentra en el *Âjñâ Chakra*, el centro de la mente, para llegar a *Âtman*.

El concepto de *Âtman* suele ser mal comprendido, aún por Discípulos avanzados. *Âtman*, como dice el *Bhagavad Gîtâ*, es Inteligencia Pura, es Esencia de Dios en el Hombre, es Conciencia Absoluta y se halla por igual en todas las criaturas. El hombre, debido a su *Ahamkâra* o personalidad, viste de características manifiestas y corporiza a cuanto llega a su conocimiento, y de este modo hace que todo concepto se transforme en una “cosa”. Aún los pensamientos más sutiles sufren esta errada transformación hecha por el ego del hombre, y *Âtman* no es la excepción. Una persona dice “tengo dinero”, “tengo esposa”, “tengo un perro”, “tengo un título de abogado”, etc., y “tengo *Âtman*”. La verdad es que el hombre-ego no “tiene” *Âtman*, porque *Âtman* es Dios en el hombre. Cuando nos acaricia un rayo de Sol, ¿tenemos acaso ese rayo de Sol como si fuera una moneda en nuestras manos? No. El rayo de Sol nos ilumina, pero yo no lo “poseo”. Así también, el esplendor divino, por misericordia de Dios, hace su morada en las criaturas, pero no como una “cosa”, que es poseída por cada criatura. Este creer que “yo tengo *Âtman*” es otra modalidad sutil del egoísmo y la puerilidad humana. Esta es una errada visión de la Verdad; bueno es apartarse de ella.

Verso 14

Sereno y libre de temor todo su ser, constante en el voto del brahmâchary, disciplinada la mente y pensando en Mí, permanezca armonizado en su aspiración a Mí.

प्रशान्तात्मा विगतभीर्ब्रह्मचारिव्रते स्थितः ।

मनः संयम्य मच्चित्तो युक्त आसीत् मत्परः ॥ १४ ॥

Prashântâtâmâ vigatabhîrbrahmachârivratê sthitah;
Manah samyamya machchittô yukta âsîta matparah.

Prashântâtâmâ: de mente serena; *vigatabhîh:* libre de temor;

brahmachârivratê: en el voto del brahmâchary; *sthitah*: firme; *manah*: la mente; *samyamya*: habiendo controlado; *machchittah*: pensando en Mí; *yukta*: armonizado; *âsîta*: sentado; *matparah*: considerándome a Mí como la Meta Suprema.

NOTAS:

Prashântâtmâ es “mente tranquila”, “mente en paz”, libre de fluctuaciones y movimientos. Esta quietud de la mente conduce a Dios.

Vigatabhîh significa estar “libre de temor”; es la ausencia de miedo. El ser humano tiene miedo de la gente, miedo del mundo, miedo de las cosas, miedo de lo que le pueda ocurrir, etc. Ese miedo suele paralizar al ser humano, impidiéndole realizar buenas acciones. Cuando no se tiene miedo, hay paz.

Luego el Señor nos dice *Brahmachâry Vrata Sthitah*, esto es “firme (*Sthitah*) en el voto (*Vrata*) del *Brahmachâry*”. ¿Qué es el *Brahmachâry*? Es el versado en lo divino. Esta palabra proviene de *Brahma* (Dios) y *Achârya* (sabio), esto es, “sabio en los conocimientos que llevan a Dios”. Se dice también que el *Brahmachâry* es el discípulo que practica celibato. ¿Y por qué lo hace? ¿Y por qué se esfuerza en hacerlo? El constituirse en una criatura célibe proviene del Amor. Ama a Dios sobre todas las cosas, y por lo tanto vive entregado a Él. Su tan mentado celibato, es una mera consecuencia de su mente constantemente unida con la Divinidad. A veces se habla de la renunciación que realizan los ascetas como si fuera algo encomiable, heroico. ¿Decimos lo mismo de las criaturas que viven en el agua? ¿Decimos acaso “¡oh delfín heroico que has abandonado la tierra y te has lanzado a vivir en el océano!”? Esto nos sonaría ridículo. El delfín vive en el mar porque el mar es su morada. Para estar en él, no hizo sacrificio alguno, simplemente adecuó su naturaleza a la del océano, porque uno es para el otro. El *Yogi*, ese sublime delfín espiritual que se halla sumergido en el océano de la Divinidad, vive feliz en Dios, reside en su Hogar, en perfecto contentamiento. Por cierto que el hombre de pocas luces interiores, el hombre a quien la atracción del mundo lo

arrastra hacia él, debe realizar gigantescos esfuerzos para apartarse de lo terrenal. Pero no es este el caso del *Yogi*.

Ese aprendiz de *Yogi* del cual hablamos, debe mantenerse firme en su voto. ¿Y en qué consiste ese voto o *Vrata* que mencionamos? Él se halla conformado por tres *Sâdhanas* o disciplinas espirituales. Ellas son:

1. *Practicar el celibato*. Porque no se puede servir al mismo tiempo a dos amos: el cuerpo y el alma.
2. *Estudiar diariamente las Escrituras Sagradas*. ¡Diariamente! Esto debemos repetírnoslo una y otra vez. La memoria y nuestro interés por lo Divino son débiles. Se tiende a olvidar la luz cuando se vive entre las sombras (*Mâyâ*).
3. *Vivir con su Guru y servirlo con devoción*. Este es el milagro del *Karma* de un discípulo, y la más sagrada de las uniones.

Ese aspirante a *Yogi* debe también “controlar su mente” (*Manah Samyamyâ*). Estas verdades se repiten una y otra vez para afianzar la enseñanza y así lograr que, como dice el Señor Krishna, la mente pueda estar fija en Dios. La mente siempre necesita fijarse en algo. No puede estar vacía, por ello hay que darle fijeza en Dios cuando se la extrae del mundo. Esta es la razón por la cual son tan importantes las Imágenes Divinas; en ellas concentramos nuestra mente y de este modo sólo la Imagen de Dios permanece en nuestro interior.

El Señor Krishna dice: “*así, la mente deviene interesada sólo en Mí (Matparah)*”. Si uno busca amorosamente a Dios, ¡Él responde!

Verso 15

El Yogi, así unido siempre con Âtman y disciplinada la mente, logra la Paz, la Suprema Bienaventuranza que en Mí mora.

युञ्जन्नेवं सदात्मानं योगी नियतमानसः ।

शान्तिं निर्वाणपरमां मत्संस्थामधिगच्छति ॥ १५ ॥

Yuñjannêvam sadâtmânam yôgî niyatamânasah;

Shântim nirvânaparamâm matsamsthâmadhigachhati.

Yuñjan: equilibrada; *êvam*: así; *sadâ*: siempre; *âtmânam*: el ser; *yôgî*: el Yogi; *niyatamânasah*: con la mente controlada; *shântim*: la Paz; *nirvânaparamâm*: Suprema Bienaventuranza; *matsamsthâm*: en Mí mora; *adhigachhati*: logra.

NOTAS:

El Señor nos habla en este Verso del resultado que obtiene el *Yogi* al fijar su mente de modo constante en la Esencia Divina (*Âtman*) que mora en él. Al lograr ese beatífico estado de equilibrio interior, termina uniéndose a *Âtman*. Al amar a Dios con todo su corazón, al controlar su mente, él obtiene *Shante*, o sea, Paz. Él está en *Nirvânaparamâm*, esto es, *Moksha* o Liberación. Se inclina ante Él y descubre la llave de Sus secretos. Llega al Auto-Conocimiento, y se convierte en un *Jñâna Nishta*. El Señor dice: “él obtiene Mi Estado”, o sea, “él Me obtiene, Me realiza, ingresa a Mi propia Esencia”.

Verso 16

Verdaderamente, ioh Arjuna!, el Yoga no es para el que come en abundancia, ni para quien se excede en la abstinencia, ni tampoco para quien mucho duerme, ni para el que en demasía vela.

नात्यश्नतस्तु योगोऽस्ति न चैकान्तमनश्नतः ।

न चातिस्वप्नशीलस्य जाग्रतो नैव चार्जुन ॥ १६ ॥

Nâtyashnatastu yôgôsti na chaikântamanashnatah;
Na châtisvapnashîlasya jâgratô naiva chârjuna.

Na: no; *atyashnatah*: el que come en abundancia; *tu*: verdaderamente; *yôgah*: Yoga; *asti*: es; *na*: no; *cha*: y; *êkântam*: por completo; *anashnatah*: quien no come; *na*: no; *cha*: y; *ativapnashîlasya*: quien mucho duerme; *jâgratah*: quien está despierto; *na*: no; *êva*: aún; *cha*: y; *Arjuna*: ioh Arjuna!

NOTAS:

Para poder manifestarse, un estado elevado de conciencia requiere vehículos armónicos. Así, un hombre inclinado a las comidas abundantes, o bien su opuesto, el que cree que puede hallar el Camino Espiritual ayunando más de lo debido, o privando a su vehículo físico de los alimentos necesarios para su buen mantenimiento, operan ambos equivocadamente. La comida excesiva despierta en nosotros la *Guna Tamas*, y la inercia, la haraganería, se manifiestan, ya que toda energía se neutraliza para reunirse en el trabajo de la digestión. A su vez, el que come poco, se halla exánime, carece de fuerzas para la concentración.

El que duerme mucho tampoco puede meditar, pues genera *Nidra Vritti*, o sea, el *Vritti* del sueño, y esto es *Tamásico*. Se halla a menudo como en estado “flotante” y carece de conciencia clara; de igual modo, el que siempre está despierto y no duerme colabora para un desequilibrio corporal, y como sabemos, un cuerpo desequilibrado, no sirve para el *Yoga* espiritual.

Ninguna de estas gentes puede llegar a ser *Yogi*.

Verso 17

Toda pena mata el Yoga en quien sobriamente come y moderadamente se recrea, en quien con templanza cumple las acciones, en quien sin exceso duerme ni en demasía vela.

युक्ताहारविहारस्य युक्तचेष्टस्य कर्मसु ।

युक्तस्वप्नावबोधस्य योगो भवति दुःखहा ॥ १७ ॥

Yuktâhâravihârasya yuktachêstasya karmasu;
Yuktasvapnâvabôdhasya yôgô bhavati dukkhahâ.

Yuktâhâravihârasya: quien sobriamente come y moderadamente se recrea; *yuktachêstasya karmasu*: quien con templanza cumple las acciones; *yuktasvapnâvabôdhasya*: quien sin exceso duerme ni en demasía vela; *yôgah*: Yoga; *bhavati*: deviene; *dukhkahâ*: destructor del dolor.

NOTAS:

Aquí Krishna nos enseña sobre la importancia de la moderación en la alimentación y en nuestras acciones. Nos dice que se debe tener:

1. *Yukta Ahâra*: “alimento moderado”.
2. *Yukta Vihâra*: “movimientos armónicos y moderados”.
3. *Yukta Chêstasya Karmasu*: “acciones moderadas”; nuestras acciones deben carecer de violencia o de una actividad excesiva.
4. *Yukta Swapna*: “sueño moderado”.
5. *Yukta Avabôdhasya*: “estado vigílico moderado”, esto es, no permanecer despiertos por un período excesivamente largo.

Los estados de *Samâdhi* podrán mantenerse tan sólo cuando todo esto sea realizado, entonces el *Viveki* —el que posee Discernimiento elevado— poseerá la fuerza necesaria como para destruir la existencia ilusoria, que es dolor (*Dukha*). Ese *Viveki* sale, pues, del *Karma*, lo “quema”, y se eleva a su “Sí Mismo” (*Âtman*).

Verso 18

Cuando sus domeñados sentidos se fijan en Âtman y no ansía cosa alguna apetecible, entonces se dice que: “está armonizado”.

यदा विनियतं चित्तमात्मन्येवावतिष्ठते ।

निःस्पृहः सर्वकामेभ्यो युक्त इत्युच्यते तदा ॥ १८ ॥

Yadâ viniyatam chittamâtmanyêvâvatishthatê;
Nihsprihah sarvakâmêbhyô yukta ityuchyate tadâ.

Yadâ: cuando; *viniyatam*: perfectamente controlados; *chittam*: la mente; *âtmani*: en Âtman; *êva*: sólo; *avatishtthatê*: se fijan en; *nihsprihah*: no ansía; *sarvakâmêbhyah*: todos los objetos de deseo; *yukta*: unido (armonizado); *iti*: así; *uchyatê*: se dice; *tadâ*: entonces.

NOTAS:

Cuando el *Yogi* (o *Vivekī*) controla su mente, entonces puede permanecer en *Ātman*. A su vez, no tiene apegos ni deseos. Cuando esto es realizado, se dice que ese Divino Despierto se halla en estado de *Yoga*. Su mente está centralizada en *Ātman*, o sea, se halla en *Samādhi* en forma muy pura y límpida, como un cristal. Sin embargo, en este estado la mente no desaparece, porque si así ocurriese, la persona que permanece en *Samādhi* por bastante tiempo (varios días), no podría regresar a la vida en el mundo.

Verso 19

Semejante a inmóvil llama de lámpara que arde en quieto ambiente es el Yogi de subyugado pensamiento que se abstrae en la contemplación de Ātman.

यथा दीपो निवातस्थो नेङ्गते सोपमा स्मृता ।

योगिनो यतचित्तस्य युञ्जतो योगमात्मनः ॥ १९ ॥

Yathâ dīpô nivâstathô nēngatê sôpamâ smritâ;
Yôginô yatachittasya yuñjatô yôgamâtmanah.

Yathâ: como; *dīpah:* lámpara; *nivâstathah:* en un lugar sin viento; *na:* no; *îngatê:* movimiento; *sâ:* que; *upamâ:* semejante; *smritâ:* pensamiento; *yôginah:* el *Yogi*; *yatachittasya:* quien tiene la mente controlada; *yuñjatah:* el que practica; *yôgam:* el *Yoga*; *âtmanah:* de *Ātman*.

NOTAS:

Dīpah es “lámpara” o “llama”. Al igual que una lámpara que se halla en quieto y reparado lugar, así el *Yogi* se halla pletórico de luz y lleno de paz, puesto que ha dominado su mente. No tiene otros *Vrittis* (remolinos mentales), sino que posee un solo pensamiento: *Ātman*. Ese *Yogi* que ha apartado de sí los cambios mentales, progenitores de tanto dolor en la Humanidad, ese *Yogi*, posee la mente bajo control (*Yata Chittasya*). Ese *Yogi* —repitémoslo una y otra vez— se halla en estado de *Samādhi*. Practica a diario *Samādhi*, ya que este es su ejercicio espiritual cotidiano. “Puedas tú practicar diariamente *Samādhi*”, nos dice el *Drg Drshya Viveka*.

Yuñjatô Yôgam Âtmanah es “el que practica el *Yoga* en *Âtman*”. Él está establecido en *Âtman*, el mundo de los objetos sensibles ya no le afecta.

Verso 20

Aquel cuya mente halla sosiego y descanso por experiencia del Yoga; el que viendo a Âtman por Âtman se satisface en Âtman;

यत्रोपरमते चित्तं निरुद्धं योगसेवया ।

यत्र चैवात्मनात्मानं पश्यन्नात्मनि तुष्यति ॥ २० ॥

Yatrôparamatê chittam niruddham yôgasêvayâ;
Yatra chaivâtmanâtmânânam pashyannâtmani tushyati.

Yatra: donde; *uparamatê*: halla la quietud; *chittam*: la mente; *niruddham*: restricta; *yôgasêvayâ*: por la práctica del Yoga; *yatra*: donde; *cha*: y; *êva*: sólo; *âtmanâ*: por *Âtman*; *âtmânânam*: *Âtman*; *pashyan*: viendo; *âtmani*: en *Âtman*; *tushyati*: se satisface.

NOTAS:

El término “*Yatra*” significa “en esta morada”, “en este lugar”, refiriéndose a *Âtman*. En *Âtman* el *Yogi* va a ser capaz de contemplar a *Paramâtman*, o sea que *Âtman* y *Paramâtman* (Dios en el Hombre y Dios Absoluto) son idénticos. Y así, la mente llega a tener firmeza en *Âtman*.

Con esfuerzo constante se pueden controlar los *Vrittis*, y así, la mente, al conquistar la inmovilidad (*Uparamatê*), se establece en *Âtman*. Pero debemos tener cuidado de no malinterpretar la palabra “inmovilidad”. Ella es una fijeza en el Todo que es la Esencia del universo. No es una mera inmovilidad física o mental, sino una superación de todo movimiento intrascendente, y un arribar del Espíritu a lo Supremo. Es muy difícil explicar esto, porque, como sabemos, toda experiencia es inexplicable. Al estar absorbido en *Âtman*, el *Yogi* ve a *Paramâtman*, puesto que su mente se halla controlada. Puede así ser feliz en *Âtman*, y no en las cosas mundanas que le alcanza su *Ahamkâra* o ego.

Tengamos presente en nuestra memoria lo siguiente: *Âtman* es goce en Dios, mientras que “*Ahamkâra* o ego”, es goce en el mundo.

Verso 21

Quien halla en sí el supremo deleite que el Discernimiento puede percibir más allá de los sentidos y en él se complace, no se aparta de la Realidad;

सुखमात्यन्तिकं यत्तद्बुद्धिग्राह्यमतीन्द्रियम् ।

वेत्ति यत्र न चैवायं स्थितश्चलति तत्त्वतः ॥ २१ ॥

Sukhamâtyantikam yattadbuddhigrâhyamatîndriyam;
Vêtti yatra na chaivâyam sthitashchalati tattvatah.

Sukham: bienaventuranza; *âtyantikam*: infinita; *yat*: la cual; *tat*: aquello; *buddhigrâhyam*: que el Discernimiento puede percibir; *atîndriyam*: más allá de los sentidos; *vêtti*: conoce; *yatra*: donde; *na*: no; *cha*: y; *êva*: aún; *ayam*: este; *sthitah*: establecido; *chalati*: aparta; *tattvatah*: de la Realidad.

NOTAS:

Cuando la mente se halla libre de *Vrittis* (constantes fluctuaciones mentales que la desequilibran), sólo queda en ella un solo anhelo, y este es: el anhelo de unirse a Dios. Finalmente, ese último y único *Vritti* (*Êkâgrata Vritti*), también se diluye, y la mente se detiene. En ese estado, la mente llega a *Sattva* (armonía) y allí sólo puede manifestarse lo Divino.

En ese estado el *Yogi* experimenta *Sukham Âtyantikam*, esto es, “Felicidad Permanente” a través de *Buddhi* u órgano de discernimiento. Esa Felicidad está mucho más allá de la mera dicha sensible, ya que está allende los *Indriyas* o sentidos, etc.

Verso 22

Y cuando esto haya alcanzado, sabiendo que ya no hay ulterior logro, y se afirme en ello, de modo que ni aun el más intenso dolor pueda conmoverle,

यं लब्ध्वा चापरं लाभं मन्यते नाधिकं ततः ।

यस्मिन्स्थितो न दुःखेन गुरुणापि विचाल्यते ॥ २२ ॥

*Yam labdhvâ châparam lâbham manyatê nâdhikam tatah;
Yasminsthitô na duhkhêna gurunâpi vichâlyatê.*

Yam: cual; *labdhvâ:* haya alcanzado; *cha:* y; *aparam:* otro; *lâbham:* logro; *manyatê:* piense; *na:* no; *adhikam:* mayor; *tatah:* que aquel; *yasmin:* en el cual; *sthitô:* establecido; *na:* no; *duhkhêna:* el dolor; *gurunâ:* el más intenso; *api:* aún; *vichâlyatê:* conmoverle.

NOTAS:

Cuando el sabio llega a esa alegría perenne, a esa Infinita Felicidad, ya no encuentra nada que sea superior a ello. Todos los otros estados experienciales que otorga la vida mundana, no pueden opacar a esa Dicha Eterna, ni tampoco las más grandes miserias y dolores pueden hacer que el Santo se desvíe de Aquello, ni la muerte misma. Al respecto vamos a narrar una historia que es famosa y que se repite una y otra vez en India:

Cierta vez, un santo *Jîvanmukta* se hallaba totalmente desnudo —como signo externo de su absoluta renunciación— en medio de un prado. Él estaba sumido en *Samâdhi*, unido a Dios con todo su corazón y nada sabía de lo que ocurría a su alrededor. Él sólo percibía a Dios por doquier.

Desdichadamente, en ese momento acertó a pasar un musulmán con una dama cerca del *Sadhu*. Tomando a mal su desnudez, dijo:

—Daré un escarmiento a este hombre a fin de enseñarle a vestir decentemente.

Seguidamente, tomó su espada y le cortó las manos.

Sin embargo, el *Sadhu* no mostró el menor indicio de dolor. Es más, parecía que ni siquiera había notado lo sucedido. Él continuaba inmerso en *Samâdhi*.

Al notar esto, el musulmán, turbado y arrepentido por lo que había hecho, sólo atinó a colocar las manos nuevamente en los muñones. Y ante la sorpresa de los presentes, ellas se volvieron a adherir al cuerpo perfectamente, como si nada hubiera ocurrido.

Luego, el viajero siguió su camino confuso y conmovido por ese asombroso hecho, mientras que el *Sadhu* en ningún momento se enteró de lo sucedido. Él sólo veía a Dios.

En un estado *Samâdhico*, la Energía Divina envuelve completamente a la bendita criatura que se halla en absorción. La posibilidad de la restauración de las manos del santo de nuestra historia, como se supondrá, es algo trivial para semejante Infinita Energía. Desde luego que es poco común, por cierto, tener la inmensa felicidad de hallar a un santo en verdadero estado de *Samâdhi*. Esto de “verdadero” lo decimos porque, como el lector supondrá, hay muchos grados de *Samâdhi*. El más alto de ellos es difícil de conquistar, pero cuando esto sucede, sea en una aldea, en un Templo o en un *Ashram* de India, las campanas repican para que todos sepan que hay alguien que ha llegado al Señor, alguien que está atrayendo hacia la Tierra Energía Divina. Puede entonces verse a paralíticos arrastrándose con sus muletas hacia el Divino Despierto, pueden verse a ciegos tanteando las paredes o los caminos, en fin, toda clase de desdichados intentando llegar al lugar donde se halla el santo. Es muy probable que los primeros en llegar salgan curados de sus males. En India, siglos atrás, eso era tan común para los grandes *Yogis* como el secreto de *Sanjivani* o el arte de la resurrección de los muertos (al respecto ver la nota al Verso 37 del Capítulo Décimo).

Verso 23

Sepa entonces que esa separación de la pena es Yoga, y que el logro de ese Yoga requiere convencimiento firmísimo y mente sin desmayo.

तं विद्वाद्दुःखसंयोगवियोगं योगसंज्ञितम् ।

स निश्चयेन योक्तव्यो योगोऽनिर्विण्णचेतसा ॥ २३ ॥

Tam vidyâdduhkhasamyôgaviyôgam yôgasamjñitam;
Sa nishchayêna yôktavyô yôgônirvinnachêtasâ.

Tam: esa; *vidyât:* sepa; *duhkhasamyôgaviyôgam:* estado de separación del dolor; *yôgasamjñitam:* es conocido bajo el nombre de Yoga; *sah:* este; *nishchayêna:* con determinación; *yôktavyah:* debería ser practicado; *yôgô:* Yoga; *nirvinnachêtasâ:* mente entusiasta.

NOTAS:

Krishna dice a Su discípulo que este *Yoga* separa al ser humano de su asociación con el dolor (*Dukha*), lo separa de la existencia dolorosa dentro del mundo, en cuya morada está inexorablemente conminado a reír hoy y llorar mañana, o viceversa. El verdadero *Yoga* cercena ese *Dukha* o dolor. Así el aspirante debe practicar definitivamente ese *Yoga*. ¿Y con qué tipo de mente? Con una mente *Nirvinna*, o sea, entusiasta. Hay que estar lleno de alegría para practicarlo, ya que dominar la mente es muy difícil. Se dice que la insistencia destruye los más grandes escollos del camino espiritual. Así pues, hay que insistir una y otra vez.

Al respecto hay una bellísima historia en los sagrados *Upanishads* sobre una avecilla que puso sus huevos en el nido hecho a orillas del mar. Cuando subió la marea, el mar llevó sus huevos, mas, el ave se dijo:

—Desagotaré el mar con mi pico, y rescataré los huevos.

Seguidamente, comenzó a tomar gotitas de agua a las que depositaba sobre la arena.

Actuaba con gran entusiasmo y sin descanso, lo cual le valió la consideración de los *Devas* que la observaban. Así fue cómo, poco después, el Devarishi Nârada, el gran devoto de Narayana, descendió en el ave Garuda, el vehículo de Vishnu, y rescató los huevos del mar para entregárselos al ave.

Este es un ejemplo sublime. La moraleja es que cuando uno trabaja con entusiasmo, si faltan las fuerzas, Dios ayuda.

Verso 24

Repudiando sin reserva todo deseo nacido de la imaginación y repeliendo con la mente las multilaterales propensiones de los sentidos,

सङ्कल्पप्रभवान्कामांस्त्यक्त्वा सर्वानशेषतः ।

मनसैवेन्द्रियग्रामं विनियम्य समन्ततः ॥ २४ ॥

Sankalpaprabhavânkâmâmstyaktvâ sarvânashêshatah;
Manasaivendriyagrâmam viniyamya samantatah.

Sankalpaprabhavân: nacido de la imaginación; *kâmâm:* deseo; *tyaktvâ:* abandonando; *sarvân:* todo; *ashêshatah:* sin reserva; *manasâ:* con la mente; *êva:* aún; *indriyagrâmam:* la totalidad de los sentidos; *viniyamya:* completamente restringidos; *samantatah:* multilaterales.

NOTAS:

Nos dice el Señor que hemos de renunciar a los deseos, a todos, sin excepción. Debemos evitar el ingreso de *Sankalpa* en nuestra mente, o sea, evitar los movimientos mentales constantes que se relacionan con lo mundano. Se deben ordenar los pensamientos y las imágenes mentales, ya que el pensamiento es la madre, padre, raíz y matriz de *Kâma* (deseo). Si no se piensa “yo voy a hacer esto” o “yo quiero aquello”, etc., el deseo no nace; el deseo nace cuando se lo piensa, cuando se lo pone en la mente. Por supuesto, el deseo está antes en la persona, pero es la mente la que lo aparta, o bien, le da vida y posibilidades, aceptándolo dentro ella. Por eso se dice que el pensamiento es madre, padre, raíz y matriz del deseo. No está de más repetir esta última frase todas las veces que fuese necesario.

Es por medio de la mente que se deben controlar los sentidos, los recuerdos, los pensamientos y también la imaginación. Digamos una

vez más que *Sankalpa* son los pensamientos de deseos a los cuales hay que renunciar.

Verso 25

Poco a poco logrará tranquilidad mediante el Discernimiento regulado por la constancia; y dando a la mente morada en Dios, no ha de pensar en cosa alguna.

शनैः शनैरुपरमेद्बुद्ध्या धृतिगृहीतया ।

आत्मसंस्थं मनः कृत्वा न किञ्चिदपि चिन्तयेत् ॥ २५ ॥

Shanaih shanairuparamêdbuddhyâ dhritigrhîtayâ;
Âtmasamstham manah kritvâ na kiñchidapi chintayêt.

Shanaih: poco a poco; *shanaih*: poco a poco; *uparamêt*: logrará tranquilidad; *buddhyâ*: mediante el Discernimiento; *dhritigrhîtayâ*: manteniéndose en la firmeza; *âtmasamstham*: establecida en Âtman; *manah*: la mente; *kritvâ*: habiendo; *na*: no; *kiñchidapi*: alguna; *chintayêt*: pensar.

NOTAS:

Dice el Señor: “Puedas tú dominarte poco a poco (*Shanair Shanair*) por la firmeza de *Buddhi* (Discernimiento) a través de *Dhârâna* (concentración)”.

Primero se han de apartar los sentidos de los objetos densos, luego se debe apartar de ellos la mente, y luego la facultad discriminativa o *Buddhi*, que posee dos aspectos primordiales:

1. *Vyashti Buddhi*: el *Buddhi* individual, el de cada persona.
2. *Samashti Buddhi*: el *Buddhi* cósmico, que es *Hiranyagarbha* o Semilla del universo. Es la primera manifestación de Dios en el universo.

Primero se debe recoger la mente en el *Buddhi* individual, y luego éste en el *Buddhi* cósmico. ¿Por qué se debe hacer esto?

Porque así se diluye lo individual en lo cósmico, lo particular en lo universal. Desde ese nivel se recoge el ser en *Paramâtman*. Recordemos siempre que lo importante es recogerse. ¿Y de qué modo debe efectuarse este recogimiento? De la siguiente forma:

1. Apartando la atención del mundo material; perdiendo interés en él.
2. No atencionando en demasía los sentidos.
3. Controlando la mente y elevándola al nivel del *Viveka* superior. ¿Y por qué? Porque allí ya no hay identificación con el nivel del pensamiento común, ya que se alcanza el nivel discriminativo superior.
4. Elevándose desde el discernimiento para recogerse en el *Buddhi* cósmico. Atención: es en *Buddhi* donde se halla *Ahamkâra* o ego o yo personal, pues es allí donde dicho ego dice “yo haré esto”, “yo soy artista”, “yo soy obrero”, “yo soy Juan”, etc.
5. Desde el *Buddhi* superior se debe fijar la mente en *Âtman*, y fijándola allí, no pensar en nada, ni siquiera en *Brahman*.

El Verso dice “*Na Kiñchidapi Chintayêt*”, esto es “no pensar en nada”, porque la mejor manera de pensar en *Brahman* es no pensar en Él, pues *Âtman* es paramental. Recordar y releer “Subida al Monte Carmelo” de San Juan de la Cruz. Todos los místicos llegan a la misma conclusión, a la misma Verdad: evitar el pensamiento en este último ascenso.

Verso 26

Cuando a menudo la mudable y veleidosa mente se desvíe, refrénela y sujúzguela bajo el dominio de la Conciencia Divina.

यतो यतो निश्चरति मनश्चञ्चलमस्थिरम् ।

ततस्ततो नियम्यैतदात्मन्येव वशं नयेत् ॥ २६ ॥

Yatô yatô nishcharati manashchañchalamasthiram;

Tatastatô niyamyaitadâtmanyêva vasham nayêt.

Yatahyatah: por cualquier causa; *nishcharati:* se desvíe; *manah:* la mente; *chañchalam:* mudable; *asthiram:* veleidosa; *tatahtatah:* de ello; *niyamyâ:* sojúzguela; *âtmani:* Âtman; *êva:* sólo; *vasham:* bajo el dominio; *nayêt:* llévela.

NOTAS:

Manashchañchalamasthiram es “mente inquieta”. El *Yogi* debe tratar de fijar su mente en Dios aunque ella se desvíe repetidamente de su cometido. Una y otra vez el *Yogi* trata de aquietarla. De lo contrario, no se podrá llegar a *Âtman*.

Dos son las clases de objetos que disputan su reinado en el hombre:

1. *Los objetos internos*, esto es, los objetos pensados e imaginados.
2. *Los objetos externos*, esto es, los que conforman el mundo material que percibimos a través de los sentidos.

Cuando la mente se aleja de Dios y va detrás de estas dos clases de objetos, el *Yogi* debe practicar *Dhârâna* o concentración para recoger su mente y fijarla en *Âtman*. La concentración de la mente en Dios es sumamente difícil para quien se halla extrovertido e interesado en el caleidoscópico universo de las mil variaciones. Los deseos del corazón hacen que la mente viaje de modo constante. Al igual que una mariposa, la mente vuela de uno a otro objeto mundano. ¿Por qué? Porque el llamado de Dios en su alma es aún débil. Hay que fortificar pues, el Amor al Señor, para que *Dhârâna* nos otorgue su fruto. Si sólo busco el auto-conocimiento y me aparto del Amor a Dios, mi búsqueda sufrirá mil vicisitudes.

Verso 27

Gozo supremo le está reservado al Yogi de mente pacífica y sosegada naturaleza pasional, que limpio de pecado participa de la Esencia de Dios.

प्रशान्तमनसं ह्येनं योगिनं सुखमुत्तमम् ।

उपैति शान्तरजसं ब्रह्मभूतमकल्मषम् ॥ २७ ॥

*Prashântamanasam hyênam yôginam sukhamuttamam;
Upaiti shântarajasam brahmabhûtamakalmasham.*

Prashântamanasam: el de mente pacífica; *hi*: verdaderamente; *ênam*: este; *yôginam*: el Yogi; *sukham*: bienaventuranza; *uttamam*: suprema; *upaiti*: llega a; *shântarajasam*: aquel cuya naturaleza pasional se halla sosegada; *brahmabhûtam*: quien ha devenido Brahman; *akalmasham*: el limpio de pecado.

NOTAS:

Shântarajasam es “el quietamiento de la turbulencia de *Rajas* (la cualidad pasional)”. Esa paz es alcanzada si se pone en práctica lo dicho en los Versos anteriores. *Rajas* es una tormenta constante en el alma del hombre, pero al igual que toda tormenta, su destino final es la quietud. Las pasiones violentas nunca perduran. Su destino inexorable es la muerte.

La historia de la Humanidad nos enseña que siempre ha habido imperios que anhelaron regir sobre el mundo entero. Se esforzaron con violencia (*Rajas*) por hacerlo. Lo hayan logrado o no, su destino final siempre fue su desaparición. Pensemos en las ruinas de Roma y Grecia, en las derruídas construcciones del imperio persa, en Tiahuanaco, en las pirámides de Egipto. Todas ellas son fantasmas de piedras que fueron carcomidas por los siglos. Ese es el efecto de *Rajas*. La soberbia de los imperios triunfadores yace en las tumbas abiertas por los azadones de los siglos. En el cuerpo humano, sucede lo mismo. Día a día, la mujer y el hombre joven, atlético y bello, se acerca a la morada de su maestra: la vejez. Poco querida, se la trata de alejar de cuerpo y mente; sin embargo, ella se halla plétórica de enseñanzas sublimes que no queremos aprender. En ese “descascaramiento” de la vida, la criatura conciente puede dar un salto a lo Infinito. El apegado al cuerpo se retuerce, maldice y llora, el de mayores luces espirituales halla regocijo en ese divorcio de las formas, en ese salto sobre el abismo de las mil nadidades, salto por

el cual el alma se acerca a la luz. Con suprema sabiduría, los egipcios hablaron de ese sagrado instante que al hombre espera cuando, luego de su vejez, halla la muerte, y así dijeron que es una “Salida a la Luz” o “Regreso a la Claridad”.

De todos modos, cada paso que el hombre da en la vida, inexorablemente lo acerca a Dios. Incluso su vivencia en *Rajas*. Por eso se dice que el destino de la mente rajásica es *Prashântamanasam*, o sea, conquistar una mente de paz, y así experimentar esa suprema paz en *Âtman*, o sea, *Sukhamuttamam* (Bienaventuranza Suprema); el hombre deviene *Brahman*, y en todas las criaturas él ve a Dios. Así, este hombre se liberará de *Tamas* (la inercia), de toda impureza, deviniendo *Akalmasham*, es decir, “el que puede ascender más allá de toda mácula”.

Verso 28

El Yogi que así armoniza sin cesar su ser y repudió el pecado, prontamente goza la infinita bienaventuranza de la unión con Dios.

युञ्जन्नेवं सदात्मानं योगी विगतकल्मषः ।

सुखेन ब्रह्मसंस्पर्शमत्यन्तं सुखमश्नुते ॥ २८ ॥

Yuñjannêvam sadâtmânânam yôgî vigatakalmashah;
Sukhêna brahmasamsparshamatyantam sukhamashnutê.

Yuñjan: practicando el Yoga; *êvam:* así; *sadâ:* siempre; *âtmânânam:* el ser; *yôgî:* el Yogi; *vigatakalmashah:* libre de pecado; *sukhêna:* fácilmente; *brahmasamsparsham:* la unión con Brahman; *atyantam:* infinita; *sukham:* bienaventuranza; *ashnutê:* goza.

NOTAS:

¿Cómo se deviene libre de impurezas? Con la práctica correcta de la acción, o sea, *Karma Yoga*. Tan sólo la realización de la acción sin apego otorga la purificación del ser, para que éste, a su debido tiempo, pueda llegar al último tramo del Camino Espiritual, que es la experiencia de *Brahman* o Dios.

“*Brahma Samsparsha Yoga*” es el *Yoga* que se pone en contacto con *Brahman*. Florece entonces en su corazón *Atyantam Sukham* o Felicidad que no tiene fin.

Verso 29

El ser armonizado por el Yoga de la devoción ve morar a Dios en todos los seres y a todos los seres en Dios y a Dios ve por doquiera.

सर्वभूतस्थमात्मानं सर्वभूतानि चात्मनि ।

ईक्षते योगयुक्तात्मा सर्वत्र समदर्शनः ॥ २९ ॥

Sarvabhûtasthamâtmânam sarvabhûtâni châtmani;
Îkshatê yôgayuktâtâmâ sarvatra samadarshanah.

Sarvabhûtastham: morando en todo los seres; *âtmânam:* a Âtman (a Dios); *sarvabhûtâni:* en todos los seres; *cha:* y; *âtmani:* en Âtman (en Dios); *îkshatê:* ve; *yôgayuktâtâmâ:* el armonizado por el Yoga; *sarvatra:* por doquiera; *samadarshanah:* el de visión ecuánime.

NOTAS:

Quiera el Señor que podamos ser medianamente concientes de la enseñanza de este Verso. Nos habla del universalismo total que posee la bendita criatura humana que a través de mil senderos y búsquedas incesantes, llega por fin a la culminación de tantos sacrificios, esto es, la conquista de la Visión Divina. Con esa bendita Visión, él ha trascendido las diferencias. Antes, sólo era un observador de objetos disímiles. Su conciencia estaba llena de heterogeneidades. En él reinaba la diferenciación. Árbol, piedra, hombre, ciudades, campos, etc., cubrían su mente de divisionismos. Todo eso ha cesado para el Sabio; ahora no se ven los cuerpos que envuelven las cosas, ahora sólo se ve la Esencia que habita en ellos, y la Esencia es Dios. Él ya no ve criaturas, sólo ve a *Âtman* en todas ellas. Se ha convertido en un *Yôgayuktâtâmâ*, esto es, se ha convertido en alguien que se halla en estado de Unión con Dios. Es un *Yogi* que ve al mismo *Brahman* en todas las cosas.

Narremos una historia al respecto.

Había una vez en India un santo llamado Guham, de quien el pueblo se burlaba, porque rendía culto a cuantas criaturas hallaba en su camino. Si ante él pasaba un campesino sobrecargado de bultos, inmediatamente compartía con él su pesada carga, y lo acompañaba hasta el lugar a donde iba, por lejos que estuviera, mientras repetía:

—*Âtman* se halla en mi hermano campesino.

Si en vez de este trabajador, se encontraba con un niño, lo conducía a la escuela de su mano, repitiendo:

—Este niño es *Âtman*.

Y si un enfermo, le curaba sus heridas, mientras decía:

—En este, mi hermano convaleciente, vive *Âtman*.

Cierta vez, los aldeanos quisieron jugarle una mala pasada. Había muerto un burro, y así, pusieron su cadáver en el camino de Guham, para que este lo viera. Todos observaban lo que ocurría, ocultos tras unos arbustos.

Sabedor de sus burlas, Guham quiso dar a sus hermanos una lección de amor, y así, al llegar hasta el animal, se arrodilló frente a él y rezó con toda su alma diciendo:

—En mi hermano burro caído, *Âtman* tiene su morada.

Instantes después, el burro se levantó y comenzó a andar, dejando a la Madre Muerte detrás. Guham había puesto en práctica la famosa ceremonia mágica llamada "*Sanjivani*", mediante la cual es posible devolver la vida a un cuerpo muerto. Los *Yogis* de la India del pasado sabían muy bien cómo hacerlo, pero no le daban importancia, pues vida y muerte pertenecen al reino de *Mâyâ*; vida y muerte están en las *Gunas*, en lo impermanente. El *Yogi* busca en otras esferas, él anhela a Dios, anhela a *Âtman*.

Verso 30

Quien por doquiera Me ve y ve toda cosa en Mí, no perderá nunca en Mí el sostén ni Yo dejaré jamás de sostenerle.

यो मां पश्यति सर्वत्र सर्वं च मयि पश्यति ।

तस्याहं न प्रणश्यामि स च मे न प्रणश्यति ॥ ३० ॥

*Yô mâm pashyati sarvatra sarvam cha mayi pashyati;
Tasyâham na pranashyâmi sa cha mê na pranashyati.*

Yah: quien; *mâm:* a Mí; *pashyati:* ve; *sarvatra:* por doquiera; *sarvam:* todo; *cha:* y; *mayi:* en Mí; *pashyati:* ve; *tasya:* de él; *âham:* Yo; *na:* no; *pranashyâmi:* desaparecerá; *sah:* él; *cha:* y; *mê:* a Mí; *na:* no; *pranashyati:* desaparecer.

NOTAS:

En estos Versos 29 y 30 se habla del *Âtma-Darshi*, el que ve a *Brahman* en cuanto existe.

Dice Krishna: “*el hombre de Sabiduría ve a todas las cosas en Mí. Para esa divina criatura, Yo no perezco nunca, para él, estoy siempre presente. Tampoco muero jamás para ese hombre. Para ese ser Yo soy su constante pensamiento y Yo tampoco lo abandono, o sea, ese devoto jamás es olvidado por Mí*”.

Por eso se dice en India que los *Devas*, de algún modo, se tornan siervos de sus devotos, pues, cuando estos los llaman, los *Devas* tienen el deber de escucharlos. Es un deber de amor que se halla muy lejos de nuestra comprensión.

Verso 31

El Yogi que afirmado en la Unidad Me adora residente en todos los seres, vive en Mí comoquiera que viva.

सर्वभूतस्थितं यो मां भजत्येकत्वमास्थितः ।

सर्वथा वर्तमानोऽपि स योगी मयि वर्तते ॥ ३१ ॥

*Sarvabhûtasthitam yô mâm bhajatyêkatvamâsthitah;
Sarvathâ vartamânôpi sa yôgî mayi vartatê.*

Sarvabhûtasthitam: residente en todos los seres; *yah:* quien; *mâm:* Me; *bhajati:* adora; *êkatvam:* en la Unidad; *âsthitah:* afirmado;

sarvathâ: comoquiera; *vartamânah*: permaneciendo; *api*: también; *sah*: ese; *yôgî*: Yogi; *mayi*: en Mí; *vartatê*: mora (vive).

NOTAS:

El *Yogi*, habiendo entendido la identidad del hombre y Dios, es decir, hallándose establecido en la Unidad (*Êkatvam*) que enseña la Gran Sentencia Védica *Tat Tvam Así* (Tú eres Aquello), llega a morar en Dios.

Los *Bhaktas*, cuando inician el camino hacia Dios son proclives a meditar en una determinada manifestación Divina, pero, los no dualistas o *Advaitas*, practican *Nididhyâsana*; para ellos, el hombre y Dios conforman una Unidad.

Podemos hablar de dos tipos de adoración: afuera y adentro. La adoración “afuera” es cuando se reverencia a una Imagen Divina, en un Templo, en un altar, etc. La adoración “adentro” es cuando se ve a Dios en nuestro propio ser.

Bhajaty Êkatvam Âsthita significa “Adorar a Dios establecido en la Unidad”. El que es devoto por sentimiento de comprensión a *Brahman*, o sea, el que practica *Nididhyâsana*, ese *Yogi* vive en Dios.

De todas maneras, es infinitamente difícil, en cualquiera de sus niveles, conquistar la Devoción a Dios. Es la tarea más álgida para un ser humano. El que alcanza *Nididhyâsana* ha completado el Camino, pero, como decimos, todo acto devocional inegoísta, tarde o temprano, conduce al Señor.

Verso 32

Yogi perfecto es, ioh Arjuna!, quien por la Identidad de Dios ve igualmente todas las cosas, ya placenteras, ya aflictivas.

आत्मौपम्येन सर्वत्र समं पश्यति योऽर्जुन ।

सुखं वा यदि वा दुःखं स योगी परमो मतः ॥ ३२ ॥

*Âtmaupamyêna sarvatra samam pashyati yôrjuna;
Sukham vâ yadi vâ duhkham sa yôgî paramô matah.*

Âtmaupamyêna: por la Identidad de Dios; *sarvatra*: por doquiera; *samam*: igualmente; *pashyati*: ve; *yah*: quien; *Arjuna*: ioh Arjuna!; *sukham*: placenteras; *vâ*: y; *yadi*: si; *vâ*: o; *duhkham*: aflictivas; *sah*: él; *yôgî*: Yogi; *paramah*: perfecto; *matah*: es considerado.

NOTAS:

El que dice “yo y Dios somos Uno”, o “la Esencia de Dios mora en mí”, no hace diferencia entre placer y dolor, porque él sabe que “*Guna Guneshu Vartante*” (las cualidades revolucionan entre las cualidades). Al Amar a Dios, que es lo Absoluto, Indestructible y Eterno, él está más allá de esas cualidades. El Amor a Dios hace que el ser humano se eleve por sobre todo lo manifiesto y se establezca en la Suprema Realidad.

Habiendo realizado a *Âtman* en sí, el *Yogi* puede ver a *Âtman* en toda la Creación. ¿Y por qué? La respuesta es maravillosa. ¡Es porque él refleja lo que ha conquistado interiormente! Él piensa o siente que la felicidad o el dolor suyos son también dolor y alegría de los otros. Si el dolor llega hasta una persona común, ésta sabe que no es deseable por ella, pero no piensa mucho en el dolor de los otros; en cambio el *Jñânin* sí lo hace, y sabe que ese dolor que él siente también afecta a los demás. Por lo tanto, busca compartir con los otros la gloria inefable de estar en el Señor para que toda mácula de dolor, de aflicción y de desasosiego desaparezca del corazón humano.

Verso 33

Arjuna dice:

No comprendo, ioh Madhusûdhana!, cómo, en la mente turbulenta pueda tener estable fundamento ese Yoga que has declarado ecuánime.

अर्जुन उवाच ।

योऽयं योगस्त्वया प्रोक्तः साम्येन मधुसूदन ।

एतस्याहं न पश्यामि चञ्चलत्वात् स्थितिं स्थिराम् ॥ ३३ ॥

Arjuna Uvâcha:

Yôyam yôgastvayâ prôktah sâmyêna madhusûdana;

Êtasyâham na pashyâmi chañchalatvât sthitim sthirâm.

Yah: cuál; *ayam:* este; *yôgah:* Yoga; *tvayâ:* por Ti; *prôktah:* enseñado; *sâmyêna:* ecuánime; *madhusûdana:* ¡oh Madhusûdhana!; *êtasya:* su; *âham:* yo; *na:* no; *pashyâmi:* veo; *chañchalatvât:* inquieta (turbulenta); *sthitim:* continuo (estable); *sthirâm:* fundamento.

NOTAS:

Sâmyêna Yoga es “visión unívoca” o “visión ecuánime”. El *Yogi* ve a *Âtman* en todos los seres, y a todos los seres ve en *Âtman*, o sea que ve una sola cosa, y por eso es *Sâmyêna* (ecuánime). La visión de las criaturas humanas se halla infectada por la errada visión que sólo ve las diferencias entre uno y otro ser. Así, el hombre común dice: “ese es bueno”, “ese es malo”, “ese es inteligente”, “aquel es torpe”, etc. El que observa a través de los Ojos Divinos y ha llegado a *Samâdhi*, ese Divino Despierto, se separa de nombre y forma (*Nama* y *Rupa*).

Sin embargo, Arjuna no puede percibir esa Divina Unidad, pese a haber entendido las enseñanzas de su Maestro, es decir, no puede comprender ese *Sâmyêna Yoga*, pues aún “ve” a los Kuravas, “ve” a sus enemigos, “ve” las diferencias entre las cosas; su visión está maculada por *Râga-Dvêsha* (gusto y disgusto), y también, por cierto, por *Moham* (ilusión).

Entonces nace una pregunta capital: ¿cómo podemos sujetarnos a la majestad de Krishna? ¿Cómo “atarnos” a Krishna? La respuesta —que por cierto Arjuna ya conoce— es “controlando la mente y tornándonos así uno con Él”. Pero Arjuna confiesa que no puede llevar esto a cabo. No puede fijar su mente en *Âtman*, no puede unirse aún a Dios, no puede realizar ese *Sâmyêna Yoga*. Esto le resulta demasiado difícil.

En el Verso siguiente Arjuna continúa describiendo los impedimentos que ve en sí mismo.

Verso 34

Porque la mente es, en verdad, inquieta, ¡oh Krishna! Es impetuosa, violenta, y a la sujeción rebelde. La juzgo de tan difícil enfreno como el viento.

चञ्चलं हि मनः कृष्ण प्रमाथि बलवद्दृढम् ।

तस्याहं निग्रहं मन्ये वायोरिव सुदुष्करम् ॥ ३४ ॥

*Chañchalam hi manah krishna pramâthi balavaddhrdham;
Tasyaâham nigraham manyê vâyôriva sudushkaram.*

Chañchalam: inquieta; *hi:* en verdad; *manah:* la mente; *krishna:* ¡oh Krishna!; *pramâthi:* turbulenta (impetuosa); *balavat:* fuerte; *drdham:* difícil de sujetar; *tasya:* su; *âham:* yo; *nigraham:* control; *manyê:* pienso; *vâyôh:* el viento; *iva:* como; *sudushkaram:* difícil.

NOTAS:

Uno de los significados de la palabra Krishna es “el que magnetiza”, “el que atrae a Sus devotos”. Y también significa “el que quita los males”, “el que destruye los pecados de Sus devotos”, “el que purifica a Sus devotos”.

Arjuna le dice con humildad a Krishna: “*soy débil para mantenerme en ese Yoga. Mi mente fluctúa y varía*”.

¿Y por qué es turbulenta y tan difícil de conquistar la mente humana? Por sus *Visheyas Samskaras*, esto es, por sus *Samskaras* mundanos. Debido a ellos, la mente se torna de muy difícil control. Cuando esto sucede, es la mente la que se abandona a los sentidos, y estos la dominan. Por eso dice Arjuna a su Maestro: “*la mente, Señor, es como el viento, no puede ser controlada*”.

Verso 35

El Bendito Señor Krishna dice:

Sin duda, ioh Armipotente!, que inquieta y rebelde al yugo es la mente, pero a subyugarla bastan el esfuerzo sostenido y la carencia de pasiones.

श्रीभगवानुवाच ।

असंशयं महाबाहो मनो दुर्निग्रहं चलम् ।

अभ्यासेन तु कौन्तेय वैराग्येण च गृह्यते ॥ ३५ ॥

Sri Bhagavan Uvâcha:

*Asamshayam mahâbâhō manō durnigraham chalam;
Abhyâsēna tu kauntēya vairâgyēna cha grhyatē.*

Asamshayam: sin duda; *mahâbâhō:* ioh el de largos brazos!; *manah:* la mente; *durnigraham:* difícil de controlar; *chalam:* inquieta; *abhyâsēna:* por la práctica; *tu:* pero; *kauntēya:* ioh Kaunteya!; *vairâgyēna:* por el desapego; *cha:* y; *grhyatē:* es subyugada.

NOTAS:

En este Verso, Krishna llama a su discípulo con el nombre de *Mahâbâhō*, esto es, “el de brazos largos”. En India se cree que el hombre de brazos largos se halla capacitado para ser un *Yogi*, pero hay, por cierto, otros requisitos.

El Señor dice que la mente es *Durnigraham* (difícil de controlar); le dice “difícil”, no “imposible”. Es muy difícil subyugarla porque siempre es *Chalam*, esto es, siempre se mueve, es excesivamente dinámica. Por eso se aconseja practicar *Vairagya*, que en este caso sería “no hacer olas” dentro de la mente, desapegarse de las fluctuaciones mentales. Ella puede ser controlada por medio de *Abhyâsa*, o sea, “práctica constante”, la cual ya ha sido recomendada en el Verso 26 de este mismo Capítulo. Cuando ella se desorienta y aleja de *Âtman*, es necesario traerla de nuevo y volver a fijarla en Él, para lo cual hay que hacer que quede sin pensamientos; se la debe apartar de todo objeto mundano; sólo así se torna *sattvica* y puede

Dios reflejarse como en un cristal puro. Ella es turbulenta y lodosa como una poza de agua. Si se la aquieta, esto es, si se remueve su *Vikshepa* o fluctuación, y también su impureza, se la puede dominar. Así, es necesario el control y el desapego. Hay que practicar *Vairâgya*, ya que sólo de este modo uno se puede alejar de los objetos de los sentidos.

Es importante tener en cuenta lo siguiente: cuando la mente se halla elevada, se puede pensar en *Âtman* con amor y pureza, se puede pensar en lo más excelso. Pero cuando esa misma mente descende porque se halla comprometida con lo mundano no es posible tener esos pensamientos puros. Es por ello que algunos yogis aconsejan emplear el método negativo, esto es, ver los defectos de aquello que nos atrae, y de este modo, generar desapego.

Debemos también tener en cuenta que casi siempre hay desequilibrios en el pensamiento, o sea, no hay un pensar único, sino que ello depende de la regencia de las *Gunas* en la vida de una persona. Cuando predomina *Rajas* o *Tamas*, la experiencia se da en lo mundano, ya que la mente está “abajo”, en el fenómeno. Hay que oponerse a ello a fin de contrarrestar su influencia.

Verso 36

Según entiendo, difícil de alcanzar es el Yoga para quien no tiene al ego disciplinado; mas, para quien lo tiene en disciplina es asequible el Yoga mediante la adecuada dirección de su energía.

असंयतात्मना योगो दुष्प्राप इति मे मतिः ।

वश्यात्मना तु यतता शक्योऽवाप्तुमुपायतः ॥ ३६ ॥

Asamyatâtmanâ yôgô dushprâpa iti mê matih;

Vashyâtmanâ tu yatatâ shakyôvâptmupâyatah.

Asamyatâtmanâ: quien no tiene el ser disciplinado; *yôgô*: Yoga; *dushprâpa*: difícil de alcanzar; *iti*: así; *mê*: Mi; *matih*: opinión; *vashyâtmanâ*: el que tiene su ser disciplinado; *tu*: pero; *yatatâ*: por el que se esfuerza; *shakyah*: posible; *avâptm*: obtener; *upâyatah*: por

los medios adecuados.

NOTAS:

El Bendito Señor Krishna nos enseña en este Verso que la persona que no puede controlar su cuerpo, sentidos y mente, difícilmente pueda alcanzar el *Yoga*. En cambio, el que los controla y se esfuerza (*Yatatâ*) una y otra vez, para superar *Kâma* (deseo), *Krôdha* (ira), etc., y apartar *Vikshepa* (la fluctuación de la mente), alejándose de este modo de *Tamas* y *Rajas*, esa persona puede tener un acercamiento al *Yoga*.

¿Y de qué modo es posible controlar la mente y los sentidos? Siguiendo los métodos y disciplinas que el Señor Krishna nos enseñó en los Versos anteriores.

Verso 37

Arjuna dice:

Quien no está subyugado, aunque tenga fe, pero con la errabunda mente alejada del Yoga, sin conseguir perfección en el Yoga, ¿qué sendero pisará, ioh Krishna!?

अर्जुन उवाच ।

अयतिः श्रद्धयोपेतो योगाच्चलितमानसः ।

अप्राप्य योगसंसिद्धिं कां गतिं कृष्ण गच्छति ॥ ३७ ॥

Arjuna Uvâcha:

Ayatih shraddhayôpêtô yôgâchchalitamânasah;

Aprâpya yôgasamsiddhim kâm gatim krishna gachhati.

Ayatih: no subyugado; *shraddhayâ:* por la Fe; *upêtah:* tenga; *yôgât:* del Yoga; *chalitamânasah:* mente errabunda; *aprâpya:* sin conseguir; *yôgasamsiddhim:* perfección en el Yoga; *kâm:* cual; *gatim:* sendero; *krishna:* ioh Krishna!; *gachhati:* hallará.

NOTAS:

Arjuna, en este Verso y en los siguientes, pregunta a su Maestro qué sucede en el futuro con el Discípulo que tiene Fe en la enseñanza recibida. Habla del Discípulo que se ha tornado incapaz de hacer cosas malas (bajas y negativas), pero que no hizo el esfuerzo necesario (*Abhyâsa*) para llegar a Dios, ya que fue débil y no pudo apartar su mente de lo mundano; no tuvo desapego (*Vairâgya*), pero conservó su Fe en Dios, su Fe en el Sendero Espiritual.

En realidad es una breve descripción del hombre normal. Éste se halla en el mundo, no es malo, pero no se esfuerza en continuar con su senda espiritual, sino que da la espalda al Camino, y se dedica más bien a vivir una vida sin trascendencia.

Arjuna pregunta: “Cuando un hombre se halla lejos del estado de Yoga, ¿cuál es el sendero que seguirá después de morir?”

Verso 38

Doblemente caído y alucinado en el sendero del Eterno, ¿se aniquila tal vez ¡oh Armipotente!, como jirón de vagabunda nube?

कचचिन्नोभयविभ्रष्टश्चिन्नाभ्रमिव नश्यति ।

अप्रतिष्ठो महाबाहो विमूढो ब्रह्मणः पथि ॥ ३८ ॥

Kachchinnôbhayavibhrashtashchinnâbhramiva nashyati;
Apratishthô mahâbâhô vimûdhô brahmanah pathi.

Kachchit: es ello; *na:* no; *ubhayavibhrashtah:* doblemente caído; *chhinnam:* vagabunda; *abhram:* nube; *iva:* como; *nashyati:* se aniquila; *apratishthah:* sin soporte; *mahâbâhô:* ¡oh Armipotente!; *vimûdhah:* alucinado; *brahmanah:* de Brahman (del Eterno); *pathi:* en el sendero.

NOTAS:

Este Verso es una continuación del anterior. Arjuna dice a su Maestro que hay algunas personas que fracasan en el Sendero de la

Recta Acción o *Karma Yoga* pero, sin embargo, han perdido el sentimiento de “yo soy el actor”, y por lo tanto no gozan del fruto de sus acciones. Estas personas han perdido ya en ambos lados, el divino y el mundano. Ellos no cosechan el fruto de sus acciones en el mundo, pues han comprendido las leyes del *Karma Nishta* (actuar sin apego al fruto de la acción) pero al mismo tiempo, no pueden llegar a *Moksha* o Liberación de la ignorancia. Así pues, ¿cuál es el destino de esos hombres? ¿A dónde van? Esto es lo que desea saber Arjuna.

También, en un sentido más amplio, la pregunta se puede interpretar del siguiente modo: ¿qué sucede con el que fracasa como *Karma Nishta* y también como *Jñana Nishta*? Arjuna efectúa esta pregunta, pues él sabe muy bien que hay *Jñânines* que no pudieron llegar a *Moksha*.

Hay miles de monjes, de *Sadhus*, anacoretas, *Yogis*, etc., que practican *Karma Yoga* o *Jñâna Yoga* y sin embargo fracasan. Ninguno de ellos llega a la Gran Meta. Estos hombres hacen grandes esfuerzos, a diferencia del caso expuesto en el Verso anterior que no realiza ningún tipo de trabajo espiritual.

Ahora bien, este hombre que fracasa a pesar de haberse esforzado, ¿se diluye como una nube en el cielo? Recordemos a esas pequeñas nubes que se desprenden de la nube madre y no se unen a ninguna otra, sino que desaparecen y se pierden. ¿Es eso lo que ocurre con el hombre que ha fracasado?

Ahora es Arjuna quien llama a Krishna “*Mahâbâhô*”, pero aquí está en un sentido diferente al del Verso 35, ya que al llamarle de ese modo quiere decirle: “*Krishna, Tú eres Yogi. Tú sabes la Verdad*”.

Verso 39

Dígnate, ¡oh Krishna!, desvanecer por completo éstas, mis dudas, pues nadie sino Tú, fuera capaz de resolverlas.

एतन्मे संशयं कृष्ण छेत्तुमर्हस्यशेषतः ।

त्वदन्यः संशयस्यास्य छेत्ता न ह्युपपद्यते ॥ ३९ ॥

*Êtanmê samshayam krishna chêtumarhasyashêshatah;
Tvadanyah samshayasyâsya chêtâtâ na hyupapadyatê.*

Êtat: éstas; *mê:* mis; *samshayam:* dudas; *krishna:* ioh Krishna!; *chêtum:* desvanecer; *arhasi:* debes (dignate); *ashêshatah:* por completo; *tvat:* que Tú; *anyah:* otro; *samshayasya:* de dudas; *asya:* de éste; *chêtâtâ:* disipador; *na:* no; *hi:* en verdad; *upapadyatê:* es capaz.

NOTAS:

Este Verso es un devoto ruego de Arjuna a su Maestro. En ningún lugar de los tres mundos (esto es, en la totalidad del universo), existe nadie tan competente como el Señor para aclarar estas dudas que tiene Arjuna. Sólo Dios, que trasciende al universo, es capaz de disipar las tinieblas de la ignorancia con la lámpara de la Sabiduría.

Verso 40

El Bendito Señor Krishna dice:

¡Oh hijo de Prithâ!, ni en este mundo, ni en la vida futura habrá aniquilación para tal hombre. Quien en justicia obra, ioh mi bienamado!, jamás huella el sendero de la angustia.

श्रीभगवानुवाच ।

पार्थ नैवेह नामुत्र विनाशस्तस्य विद्यते ।

नहि कल्याणकृत्कश्चिद्दुर्गतिं तात गच्छति ॥ ४० ॥

Sri Bhagavan Uvâcha:

Pârtha naivêha nâmutra vinâshastasya vidyatê;

Nahi kalyânkrtkashchiddurgatim tâta gachchati.

Pârtha: ¡Oh hijo de Prithâ!; *na:* no; *êva:* en verdad; *iha:* aquí (en este mundo); *na:* no; *amutra:* en el próximo mundo; *vinâshah:* aniquilación; *tasya:* de él; *vidyatê:* es; *na:* no; *hi:* en verdad; *kalyânkrit:* el que obra bien; *kashchit:* quien; *durgatim:* sendero del dolor; *tâta:* ioh hijo mío! (ioh mi bienamado!); *gachchati:* va.

NOTAS:

Ahora Krishna responde a Su discípulo diciendo que no hay destrucción para el hombre que realizó esfuerzos espirituales a fin de superar el yugo del mundo material, aunque no haya alcanzado la Meta Suprema. Tampoco hay destrucción alguna para el hombre bueno (el de buen corazón, el que obra con rectitud), aunque este no se haya dedicado a ningún tipo de práctica espiritual como el anterior. Ninguno de los dos llegaron a tener éxito, pero de todos modos, el *Svarga*, o sea, el Cielo, los aguarda a ambos.

En este Verso, el Señor se dirige a Arjuna con gran afecto, utilizando el término “*Tâta*” (“hijo mío”) a fin de llenar de ternura la respuesta a sus preguntas. Hay una gran intimidad entre Maestro y discípulo, ya que ambos están interesados tan sólo en los conocimientos sagrados.

Luego el Señor continúa diciéndole que no hay *Durgatim*, o sea, “mal destino” para esos hombres de los cuales ha estado hablando. Ellos no irán al *Naraka* (infierno) ni tampoco nacerán en malos hogares, puesto que el mal ya no los sigue, debido a que transitaron la senda del Bien.

Verso 41

Llegado a los mundos de la pura acción y después de morar allí por innúmeros años, el que flaqueó en el Yoga renace en hogar puro y bendito.

प्राप्य पुण्यकृतां लोकानुषित्वा शाश्वतीः समाः ।

शुचीनां श्रीमतां गेहे योगभ्रष्टोऽभिजायते ॥ ४१ ॥

Prâpya punyakritâm lôkânusitvâ shâshvatîh samâh;
Shuchînâm shrîmatâm gêhê yôgabhrashtôbhijâyatê.

Prâpya: habiendo obtenido; *punyakritâm*: de la rectitud (de la pura acción); *lôkân*: mundos; *usitvâ*: después de morar; *shâshvatîh*: innúmeros; *samâh*: años; *shuchînâm*: puro; *shrîmatâm*: poseedores de riquezas; *gêhê*: en hogar; *yôgabhrashtah*: el que flaqueó en el Yoga; *abhijâyatê*: nace.

NOTAS:

El que fracasó en el sendero del *Yoga*, o sea, el que no pudo obtener *Moksha* o Liberación, es un *Yôgabhrashtah*, o sea, se “cayó en el camino del *Yoga*”. Sin embargo habiendo obtenido buen *Karma* por los *Punyas* (méritos) realizados, o sea, por la práctica de buenas acciones, va al *Svarga* (el Cielo), va a ser feliz en *Punyakritâm Lôkân* (los mundos de la recta acción). Luego regresará al hogar de alguien que lleve una vida pura (*Shuchîna*). Este es el destino del hombre que es bueno de corazón, pero que sin embargo fracasó en una mayor conquista espiritual.

Por regla general, los hombres, en algún aspecto de su *Karma* poseen *Prabala Samskaras*, o sea, *Samskaras* muy fuertes, muy poderosos, que motivan el tipo de vida que se tendrá en la próxima encarnación.

Una encarnación se rige por dos aspectos:

1. El *Karma* efectuado en vidas anteriores.
2. El estado de la mente y del sentimiento.

Estos dos aspectos serán los que determinarán la idiosincrasia del futuro nacimiento.

Verso 42

O en una familia de sabios yogis, si bien sea muy difícil obtener en la Tierra semejante nacimiento.

अथवा योगिनामेव कुले भवति धीमताम् ।

एतद्धि दुर्लभतरं लोके जन्म यदीदृशम् ॥ ४२ ॥

Athavâ yôginâmêva kulê bhavati dhîmatâm;
Êtaddhi durlabhataram lôkê janma yadîdrisham.

Athavâ: o; *yôginâm:* de Yogis; *êva:* también; *kulê:* en una familia; *bhavati:* nace; *dhîmatâm:* de sabios; *êtat:* este; *hi:* en verdad; *durlabhataram:* muy difícil; *lôkê:* en el mundo; *janma:* nacimiento; *yat:* cual; *îdrisham:* semejante.

NOTAS:

En este Verso el Señor nos dice que aquel que realizó disciplinas espirituales en su vida anterior renace en la casa de un *Yogi Dhîmatâ*, o sea, un buen conocedor de las Escrituras. “*Dhîmatâ*” significa “un hombre sabio”. Su *Vairagya* (desapego), hace que esa alma divina no desee ya el goce de los bienes mundanos, y es por ello que nace de padres santos, lo cual es muy difícil de lograr en la Tierra.

Narremos una historia al respecto:

Había una vez un joven llamado Miru, quien era conocido por todos en su pequeña aldea. Él era el bondadoso hijo de la sirvienta que atendía a la reina de Chidor, al norte de India. Para la gente del lugar Miru era un santo. Delgado, sencillo, humilde, parecía alimentarse diariamente de oraciones. Si bien vivía con su madre, el verdadero hogar de Miru era el Templo del Señor Shiva, Dios de la Liberación, Templo que era el orgullo de la aldea. Desde pequeño había sentido un profundo amor por ese *Deva* de *Devas*, del cual, durante sus primeros años, le hablara su abuelo materno.

El sagrado Señor Shiva-Ji, velaba por la vida del universo y sus criaturas. Les otorgaba inteligencia para que se acercaran al Padre o Dios Absoluto: *Brahman*. Desde el diminuto átomo hasta las inmensas galaxias, Shiva-Ji se preocupaba por todos. Shiva-Ji era la conciencia de la vida, Shiva-Ji era el amor y la sabiduría, Shiva-Ji era el corazón de *Moksha* (la Liberación de la Ilusión), para Miru.

¡Cuán intensamente grabado se hallaba el sentimiento de la grandeza del Dios Shiva en él! En las horas en que su madre atendía a la reina, Miru cuidaba del hogar. Efectuaba todas sus tareas con sublime diligencia, y luego trabajaba haciendo telas que vendería en el mercado para ganar algunas paisas (monedas), que le permitieran vivir.

Es claro que sus trabajos hogareños y su labor en la rueca, así como sus viajes de ida y vuelta al mercado de la aldea eran efectuados por él mecánicamente. Toda su conciencia estaba en Shiva. Shiva era la luz de sus ojos, era cada latido de su corazón, era cada uno de los pasos de sus pies y la labor de sus manos. Del mismo

modo en que el universo se mueve en torno a *Brahman*, así Miru se movía en torno a Shiva-Ji. Lo amaba profundamente, y por ello, ir a visitar diariamente Su Templo era la suprema bendición que la vida le otorgaba.

Sucedió que cuando Miru cumplió veintitrés años, el Dios de la Sublime Claridad, el piadoso Dios Yama, tomó el alma de su cuerpo y la llevó a la región donde moran los espíritus de los hombres puros.

Miru nunca supo si permaneció en él un día o mil años humanos. Lo cierto es que en el momento propicio descendió nuevamente a la Tierra en el cuerpo de un niño.

Tan pletórica de amor por Shiva había sido su vida pasada, que en la vida presente mereció la infinita gracia de tener por padre al *Rishi* Mahendra, un santo iluminado y pleno de compasión hacia todas las criaturas vivientes.

Desde pequeño, su padre lo guió en el Sendero del Amor a Dios, lo acompañaba a los Templos y le leía Historias Sagradas, y al paso de los años, volvió a tener el tesoro de su juventud, y por cierto, también su inmenso amor por el bendito Shiva, como en su pasada encarnación, de modo que continuó con sus largas meditaciones a los pies del Señor.

Cierta vez, Miru —que ahora se llamaba Kunda—, se hallaba profundamente inmerso en sus meditaciones frente a un *Lingam* (símbolo sagrado de Shiva) en el bosque. Su padre se acercó a él silenciosamente y permaneció a su lado. Luego de un largo tiempo, Kunda regresó a su conciencia mayávida. Entonces su padre le dijo:

—Hijo mío, hace ya mucho que la Madre Vida te observa regresar y partir de su Casa. En su morada has descubierto la existencia de Dios Absoluto en la imagen de Shiva-Ji. Pues bien, ésta es tu última encarnación como devoto. Has llegado al *Nirvana*, y ya no regresarás más. Las innumerables casas de la Madre “Vida Manifiesta” han cerrado sus puertas para tus pasos. Te has hecho dueño de la Vida Absoluta, te has convertido en un habitante de la Eternidad. Eres la Esencia de la Liberación, eres *Moksha* porque eres puro, eres *Moksha* porque eres bueno, y sobre todo eres *Moksha* porque has llenado el ánfora de tu corazón con el *Amrita* de

la Devoción. No puedes permanecer aquí. Vete a tu Verdadera Patria.

Al oír estas palabras, el joven Kunda, que hacía ya muchas vidas se hallaba enamorado de la Luz, se inmergió en ella, abandonando para siempre la vieja escuela planetaria, en la cual había aprendido a ser Perfecto, de la mano de su Maestra, la Divina Devoción al Supremo.

Verso 43

Allí recupera las características de su anterior existencia corporal y con ellas se esfuerza de nuevo en alcanzar la perfección, ioh joya de los Kurus!

तत्र तं बुद्धिसंयोगं लभते पौर्वदेहिकम् ।

यतते च ततो भूयः संसिद्धौ कुरुनन्दन ॥ ४३ ॥

*Tatra tam buddhisamyôgam labhatê pauravadêhikam;
Yatatê cha tatô bhûyah samsiddhau kurunandana.*

Tatra: allí; *tam:* que; *buddhisamyôgam:* unión con el Conocimiento; *labhatê:* obtiene; *pauravadêhikam:* adquiridos en su anterior existencia corporal; *yatatê:* se esfuerza; *cha:* y; *tatah:* que; *bhûyah:* más; *samsiddhau:* la perfección; *kurunandana:* ioh hijo de los Kurus!

NOTAS:

Todas las acciones que realizamos en el transcurso de una vida generan nuevos *Samskaras*, que son impresiones mentales, las cuales determinan la naturaleza futura. Cuando el ser humano deja su cuerpo físico, lleva esos *Samskaras* consigo, para traerlos nuevamente al mundo cuando vuelve a nacer.

En el caso del *Yogi* que realizó prácticas espirituales en una vida previa, cuando nace nuevamente, adquiere la comprensión que ya tuviera en su vida pasada. Gracias a ello toma conciencia de la Verdad, de Dios; esto es lo que se llama tener un “segundo nacimiento”, y cuando esto sucede ya nadie lo puede hacer

retroceder. El *Yogi*, como lo hiciera ayer, vuelve a hacer sacrificios para lograr la perfección o *Samsiddhau*, y de este modo, poder obtener *Moksha* o Liberación de la Ignorancia.

Verso 44

Por aquellas anteriores prácticas se ve irresistiblemente impelido. Con el solo anhelo de conocer el Yoga va quien busca la Unión con Dios más allá de la brahmánica palabra.

पूर्वाभ्यासेन तेनैव ह्रियते ह्यवशोऽपि सः ।

जिज्ञासुरपि योगस्य शब्दब्रह्मातिवर्तते ॥ ४४ ॥

Pûrvâbhyâsêna tênaiva hriyatê hyavashôpi sah;
Jijñâsurapi yôgasya shabdabrahmâtivartatê.

Pûrvâbhyâsêna: por las anteriores prácticas; *têna*: por aquellas; *êva*: en verdad; *hriyatê*: nace; *hi*: sin dudas; *avashah*: irresistiblemente impelido; *api*: aún; *sah*: él; *jijñâsuh*: el que anhela conocer el Yoga; *api*: aún; *yôgasya*: del Yoga (Unión con Dios); *shabdabrahma*: la brahmánica palabra; *âtivartatê*: va más allá.

NOTAS:

Cuando hay *Pradibandhas* (obstáculos mentales) en nuestro Sendero Espiritual, ellos deben ser “secados” del mismo modo en que se seca un pozo de agua lodosa. Los *Pradibandhas* y los *Vâsanâs* (deseos sutiles), se extinguen por medio del conocimiento espiritual y las continuas prácticas. Por cierto, es dificultoso remover los *Pradibandhas* que existen en nuestro interior, a fin de que *Jñâna* o conocimiento divino brille en el Ser.

Estos obstáculos mentales o *Pradibandhas* de los cuales hablamos son *Kâma* (deseo), *Krôdha* (ira, la cual nace cuando ese deseo no se lleva a cabo), *Râga* (gusto), *Dvesha* (disgusto) y *Ahamkâra* (ego). Los *Pradibandhas* brotan de la excesiva unión con las acciones mundanas.

También existen los *Kâma Vâsanâs* o *Bhoga Vâsanâs* (recordemos que *Kâma* y *Bhoga* son sinónimos, y que ambos son el deseo de gozar en el mundo). Luego están los *Visheya Vâsanâs*, o sea, los deseos por los objetos sensibles que despiertan nuestro interés, y también los *Loka Vâsanâs* (“*Loka*” es “mundo” o “lugar”, y se refiere a los deseos dentro del mundo).

Por la fuerza de los *Samskaras* espirituales que el alma adquirió en sus vidas previas, se esfuerza de nuevo y a su debido tiempo retoma el camino para conquistar una vez más su lugar en el Sendero Espiritual. El instante en que una persona despierta, o sea, toma conciencia de lo espiritual, está dado por el momento en que ella quema o consume sus *Samskaras* mundanos. Esto puede ocurrir en cualquier edad. A veces, la fuerza de los *Samskaras* es muy grande, y cuando esto sucede, si esos *Samskaras* son negativos, se puede ser malhechor a los quince años, y si son espirituales, se puede llegar a ser un *Guru* aún en la niñez, como por ejemplo el caso de Prahlada, el niño devoto del Señor Narayana, cuya historia se narra en el *Srimad Bhagavatam*.

La persona que anhela conocer a Dios es un *Jijñâsuh*, es aquel que desea conocer la Verdad, y por lo tanto, la busca.

En el contexto de este Verso, el término “*Shabda-Brahma*” (la brahmánica palabra) está por la sección “*Karma Kandha*” de los *Vedas*, que, como sabemos, es la parte moral, social, ritual y formal de estos Libros Sagrados, así como los *Upanishads* son su parte de mayor contenido metafísico. Todas las Religiones, en sus Libros Sagrados, tienen secciones semejantes y es importante que el Discípulo sepa diferenciarlas.

El término “*Shabda*” también significa “sonido”, el cual se halla en estrecha relación con la enseñanza espiritual, ya que esta se transmite de *Gurus* a discípulos a través de la palabra.

Así, pues, esa persona de la que estamos hablando, va más allá de ese *Shabda-Brahma*. Recordemos que *Shravana* y *Manana*, esto es, escuchar y reflexionar las enseñanzas dadas por un Maestro, preparan la mente y el corazón, pero por sí solos no realizan a *Âtman* en *Moksha*. Para ello es necesario el Conocimiento Directo de

Dios, al cual se llega a través de *Nididhyâsana* o profunda meditación acompañada del Supremo *Bhakti* o Amor a Dios.

Verso 45

El Devoto, con esfuerzo constante, limpio de culpa, perfeccionado a través de reiterados nacimientos, alcanza la Meta Suprema.

प्रयत्नाद्यतमानस्तु योगी संशुद्धकिल्बिषः ।

अनेकजन्मसंसिद्धस्ततो याति परां गतिम् ॥ ४५ ॥

Prayatnâdyatamânastu yôgî samshuddhakilbishah;
Anêkajanmasamsiddhastatô yâti parâm gatim.

Prayatnât: constante; *yatamânah:* esfuerzo; *tu:* pero; *yôgî:* el Yogi (el Devoto); *samshuddhakilbishah:* purificado de sus pecados (limpio de culpa); *anêkajanmasamsiddhah:* perfeccionado a través de reiterados nacimientos; *tatah:* entonces; *yâti:* alcanza; *parâm:* Suprema; *gatim:* Meta.

NOTAS:

El *Yogi* que se vuelve a encontrar con la Sabiduría en esta vida, gracias a lo anteriormente conquistado, nuevamente fija su mente en *Âtman*, vuelve a realizar los viejos esfuerzos, y así, todos sus *Samskaras* se purifican. Aun sus *Punyas* o méritos, pues, desde un punto de vista muy elevado también éstos son *Pâpas* o pecados, por ser hijos del *Karma*. Pues bien, todo esto se diluye en una sagrada y ultrerrima purificación. Esto se da a través de muchas vidas, luego de las cuales, el *Yogi* recoge el fruto, que en realidad no era algo “deseado”. Si se desea ese fruto, se cae en *Kâma* (deseo, apego), en tanto que el fruto espiritual no llega por deseo alguno, sino naturalmente, por merecimiento.

Contemos un cuento al respecto que —dicho sea de paso— es muy popular y muy conocido por los monjes en la India.

Una vez existieron dos grandes santos. El uno se hallaba sentado bajo un árbol pipal, al cual sólo le quedaban dos hojas, en tanto que el otro se hallaba bajo un frondoso tamarindo, poseedor de miles de hojas.

Ambos estaban meditando. El que se hallaba bajo el árbol pipal estaba impaciente y anheloso de alcanzar la Liberación, y pensando en el día en que su ser alcanzaría *Moksha*. El otro, debajo del tamarindo, en cambio, tenía la mente absorta en Dios, agradecido de poder sentirlo dentro de su corazón.

En ese momento se presentó ante ellos el sabio Devarishi Nârada, quien iba camino al Vaikunta (el Cielo), para visitar a los Dioses. Saludó Nârada a los dos santos, y dirigiéndose al que se hallaba bajo el árbol pipal, le dijo:

—Para que conquistes la Liberación Final te faltan tantas vidas como hojas tiene el árbol bajo el cual te hallas sentado. Así, te faltan sólo dos vidas.

—¡Dos vidas más! —exclamó éste, horrorizado, y comenzó a quejarse amargamente.

Ante semejante reacción, Nârada quedó perplejo, pero no agregó nada.

Luego observó al *Yogi* sentado bajo el tamarindo, y le dijo:

—Deberás meditar durante tantas vidas como hojas tiene el árbol bajo el cual te hallas. En verdad deberás meditar durante cinco mil vidas más. Cinco mil son las vidas que te aguardan en el reino de *Mâyâ* antes de la conquista de la Gran Liberación.

—¿Sólo cinco mil vidas más? —dijo el *Yogi* lleno de algarabía. Y agregó:

—¡Oh Padre de los Cielos, cuánta felicidad me ha traído tu hijo, el sabio Nârada! Sólo cinco mil vidas más y llegaré a abrazarme a Tus sagrados pies, para nunca abandonarte, Padre querido.

Nârada observó a los dos *Yogis*, y dijo:

—A partir de este momento Dios ha cambiado el destino de ambos. En este instante, eres tú —dirigiéndose al *Yogi* sentado bajo el tamarindo— el que con tu optimismo y bienaventurado amor has destruido tus cadenas en el tiempo. Ya no tendrás cinco mil vidas más, sino que serás un liberado en este preciso momento. En cuanto a ti —dijo luego dirigiéndose al monje sentado bajo el árbol pipal — hijo mío, quejoso y entristecido, sin entusiasmo ni aceptación de las leyes divinas, te tocarán vidas sin cuento antes de lograr la Liberación que nuestro Señor acaba de conferirle a tu hermano.

Esta historia nos enseña a acatar la Voluntad de Dios, a andar nuestro sendero espiritual, a realizar esfuerzos, a quemar nuestros *Samskaras*, etc., pero todo con supremo optimismo, pues estamos en Sus manos. Él sabe, no nosotros, cuál es el sagrado momento en que naceremos a la Liberación o *Moksha*. Es cierto que pesan sobre el corazón las *Pradibandhas* y los *Karmas* que nos mantienen prisioneros en las tierras de la ilusión. Sin embargo, un camino que se toma con aceptación, seguramente nos llevará a la Meta más rápidamente que si se lo toma con amargura.

Verso 46

Mayor que los ascetas es el Devoto y tal vez mayor aún que el sabio. Mayor es el Devoto que los hombres de acción. Así pues, ¡oh Arjuna!, llega tú a ser un Devoto.

तपस्विभ्योऽधिको योगी ज्ञानिभ्योऽपि मतोऽधिकः ।

कर्मिभ्यश्चाधिको योगी तस्माद्योगी भवार्जुन ॥ ४६ ॥

Tapasvibhyôdhikô yôgî jñânibhyôpi matôdhikah;
Karmibhyashchâdhikô yôgî tasmâdyôgî bhavâ'rjuna.

Tapasvibhyah: que los ascetas; *adhikah:* mayor; *yôgî:* el Yogi (Devoto); *jñânibhyah:* que el sabio; *api:* aún; *matah:* considero; *adhikah:* mayor; *karmibhyah:* que los hombres de acción; *cha:* y; *âdhikah:* mayor; *yôgî:* el Yogi; *tasmât:* por lo tanto; *yôgî:* un Yogi; *bhava:* sé; *Arjuna:* ¡oh Arjuna!

NOTAS:

El *Yogi* que controla su mente y sentidos, que practica *Tapas*, es llamado “*Tapasvin*”. Realiza austeridades acordes al ascetismo.

En cuanto a los *Jñânis*, son de dos clases:

1. El *Paroksha Jñâni*, o sea, el que conoce las Escrituras, el que es un asceta de conocimiento intelectual.
2. El *Aparoksha Jñâni*, o sea, el que realiza *Âtman*.

Hay un solo *Jñâni* verdadero, y éste es el que realiza a *Brahman*, si bien aquí nos vemos conminados a establecer una división entre ellos, ya que ambos están en la manifestación. Aquí, “*Yogi*” no se refiere a los que realizan *Hatha Yoga*, *Raja Yoga*, etc., sino al hombre que va hacia la Realización de Dios o *Moksha*. El *Yogi* es el verdadero Devoto de Dios.

Verso 47

Y entre todos los Devotos, el que rebosante de fe Me adora con su interno Ser en Mí posado, es para Mí el Devoto más perfectamente armonizado.

योगिनामपि सर्वेषां मद्गतेनान्तरात्मना ।

श्रद्धावान्भजते यो मां स मे युक्ततमो मतः ॥ ४७ ॥

Yôginâmapi sarvêshâm madgatênântarâtmanâ;
Shraddhâvânbhajatê yô mâm sa mê yuktatamô matah.

Yôginâm: los Yogis (Devotos); *api*: aún; *sarvêshâm*: entre todos; *madgatêna*: inmerso en Mí (en Mí posado); *ântarâtmanâ*: con su interno ser; *shraddhâvân*: rebosante de fe; *bhajatê*: adora; *yah*: quien; *mâm*: a Mí; *sah*: él; *mê*: por Mí; *yuktatamô*: el más unido; *matah*: considero.

NOTAS:

Dice el Señor: “Por cierto que hay muchos sabios Yogis, mas, aquel cuya mente (*Ântarâtma*) está posada en Mí (*Madgatêna*), con Fe (*Shraddha*), y Me adora (*Bhajatê*), según creo Yo, ese *Yogi*

es el supremo entre todos, porque ese es Yukta, ese está unido a Mí por la más grande Unión (Yuktatamô)”.

Hay otros tipos de Unión, pero *Yuktatamô* es la Superior. Ese Sagrado Despierto, esa criatura iluminada, al posar su ser en Dios, llega a la absoluta belleza interior, a la armonía perfecta, y se une a Aquello que es la Suprema Perfección.

**Así, en el Glorioso Upanishad del Bhagavad Gîtâ,
la Ciencia del Eterno, el Libro de la Unión Divina,
el coloquio entre Sri Krishna y Arjuna,
es el Sexto Capítulo titulado:**

YOGA DE MEDITACIÓN

हरिः ॐ तत्सत्

इति श्रीमद्भगवद्गीतासूपनिषत्सु ब्रह्मविद्यायां

योगशास्त्रे श्रीकृष्णार्जुनसंवादे

आत्मसंयमयोगो नाम षष्ठोऽध्यायः ॥ ६ ॥

Hari Om Tat Sat

Iti Srimad Bhagavadgîtâsûpanishatsu Brahavidyâyâm

Yogashâstre Sri Krishnârjunasamvâde

Âtmasamyamayôgô Nâma Shashtôdhyâyah.