

# **Un Nombre Para El Infinito**

Los niveles de la mente y los procesos psico-espirituales  
involucrados en la comprensión del infinito

Dedicado a Mayte

**William Enckhausen**

**"A name to the nameless"**

**"Un nombre para el infinito"**

**2a edición en español, Guadalajara Jal. Ene. 2015**

**©Todos los derechos reservados -William Enckhausen**

**Traducción al castellano - Hugo Flores, René de la Garza,  
Daniel Bernal, Iván Pérez**

## Prefacio

Me inicié en la tradición de Rajadhiraja Tantra Yoga cuando yo era estudiante en Austin en 1993 y recibí el nombre de Vishal. Adopté un estilo de vida vegetariano muy saludable sin drogas ni alcohol. Unos meses después, el *kundalini* en mi comenzó con lo que sería un despertar muy largo e intenso. Como un estudiante de psicología y literatura mundial, había oído hablar del *kundalini* y otras energías místicas pero nunca había pensado que fueran fuerzas reales y vivas. Pensé que era sólo simbolismo interesante arcaico, y no una fuerza real en el cuerpo humano que se eleva a través de la columna vertebral para despertar estados superiores de conciencia. El símbolo universal de esta fuerza es la serpiente. Se dice que es una fuerza secreta, espiritual, bajo la superficie de la conciencia, como una serpiente enroscada. El *kundalini* es la inteligencia fundamental detrás de la vida y la evolución, a la espera de ser despertada cuando la mente finalmente desea liberarse de las ataduras mentales finitas. Como este “poder de la serpiente” divino se eleva a través de la columna vertebral, uno experimenta estados de realización espiritual profunda. Para el yogui, el *kundalini* es la fuerza que une lo humano con lo divino.

Un día después de clases y una breve meditación, en la que yo era simplemente un principiante, me acosté en la espalda debido al agotamiento. Sentí una fuerza suave comenzando a subir por mi columna vertebral. Mientras este punto de energía blanca y suave se levantaba en la región torácica de la columna vertebral, comencé a escuchar el sonido sagrado OM. Sentí miedo porque sólo había Om y nada más. Abrí los ojos, pero no podía ver nada. Mis facultades de la vista y el oído se unificaron y sólo existían Om. Yo me estaba disolviendo en una fuerza que estaba vibrando dentro de cada partícula del universo. Fue extático y estimulante pero aterrador. Sentí toda mi identidad desapareciendo y sentí que no regresaría jamás. El *kundalini* estaba entrando en la médula. Empecé a repetir mi mantra para la meditación, pero esto sólo hizo la experiencia más intensa. En lugar de ello, empecé a repetir mi nombre de nacimiento, William Ernest Enckhausen III, repetidamente y trataba de recordar que yo era

un estudiante en Austin, Texas, en el plano físico de la realidad. El kundalini comenzó a volver a bajar a la vez que el Om disminuía. Yo no podía aguantar más. Después de esa experiencia me sentí muy confiado, pero al mismo tiempo experimenté un montón de confusión mental. Fue una agitación muy productiva en que los recuerdos negativos de todo mi pasado estaban siendo purgados y purificados rápidamente. Empecé a sentirme completamente pleno, que ya había vivido una vida muy completa. La segunda vez que el Kundalini se levantó fue unos meses más tarde. Yo vi la misma luz en mi columna vertebral, aunque esta vez se trataba de un punto infinitamente pequeño. La realidad física desapareció y empecé a “ver” desde la corona de la cabeza un pájaro turquesa volar cada vez más cerca, mientras el punto subía más y más alto. El ave se posó en la corona de mi cabeza al mismo tiempo que el punto se levantó al mismo lugar. El cielo y la tierra se habían reunido y yo estaba perdido en una red infinita de vibración de sonido en el que ya no se podía ver incluso esta visión hermosa. Mi último pensamiento antes de perder la conciencia fue que no sólo el mundo exterior, sino también el mundo interior de la visión, eran de formas que parecían Mesoamericanas. Sólo años más tarde aprendí del concepto maya de kundalini, lo que ellos llaman Kulkukan, la Serpiente Emplumada. Fue hasta muchos años más tarde que me enteré de unas formas de meditaciones mayas muy similares al Tantra indio, de un maestro indígena de Chiapas, quien recientemente murió a la edad de 110 años. Luego, empecé a usar “Quetzal” como nombre de pluma.



*Esta misma imagen era llamada Quetzalcóatl por los toltecas. Una versión de la imagen de Quetzalcóatl está en la bandera nacional de México hoy en día. El pájaro azul turquesa que vi fue en realidad un quetzal, un pájaro colorido hermoso que habita en México y América Central.*

Después de esto me convertí en un excéntrico. Perdí todo interés en una carrera, el matrimonio y en una vida “normal”. Apenas me gradué de la universidad y me fui a la India en busca de más conocimiento. Allí conocí a Chidghananda, un monje viejo, solitario,

muy venerado en su orden. Era considerado un santo, y me sentí muy honrado de que me aceptara como amigo. A veces yo lo acompañaba con sus meditaciones en las tardes. Él siempre escuchaba el sonido sagrado OM y en ese tiempo aumentó en su meditación. Era obvio que él experimentaba ananda regularmente, la bienaventuranza divina. Él era realmente uno de los seres humanos más amorosos que yo había conocido. Mis experiencias se habían intensificado cerca de él en Ananda Nagar y era la voluntad divina que yo hubiera conocido a un maestro como el para guiarme a través de esos procesos difíciles. En ese momento yo quería ser un monje, pero Chidghananda me dijo que yo era un poco raro y no encajaría bien en la organización monástica. Él dijo que mi trabajo espiritual se acercaba a su fin, y que en realidad no tenía que hacer cualquier otra cosa con mi vida más que meditar, vivir con sencillez, y ayudar a los demás tanto como pudiera. Aunque fue criticado fuertemente por su influencia sobre mí, él siguió a su conciencia y sólo me hablaba con la verdad.



#### [Entrevista Con Dada Chidghananda](#)

Aunque estuve muy confundido en qué hacer con mi vida una vez que el ideal de ser un monje se hubo desvaneciendo, fui ayudado por un sueño en el que Anandamurti me ordenó que no me preocupara por ser un monje, sino sólo por “ver el mundo como una foto sin

marco y pasear por la noche.” Anandamurti siempre me ha hablado a través de los sueños en una manera poética y elevada. Más tarde, como una confirmación, él me dijo en otro sueño vívido que “lo único que importa es hacer “dhyana dasha.” Él usó esas palabras en sánscrito, una de las cuales yo no conocía hasta que un amigo la buscó en un diccionario sánscrito. Lo que Anandamurti dijo era: “lo único que importa es hacer servicio a través de la meditación.” A menudo estaba inseguro si en esos sueños en verdad me comuniqué con el espíritu de Anandamurti, o si Anandamurti se había convertido en un mero símbolo en mi conciencia que había penetrado mis sueños. De cualquier manera, estos sueños siempre tenían muchosentido para mí e iluminaron situaciones difíciles. Si fueron mis propias proyecciones, entonces vinieron de las partes más profundas, más intuitivas de mí que nunca me han guiado mal.

Fue poco después que conocí a Chandranath y a su esposa, Ram Pari Devii. Ellos fueron algunos de los primeros iniciados y maestros espirituales, o acharyas, instruidos personalmente por Anandamurti en la década de 1950. Eran, sin duda, los seres espirituales más elevados que jamás he conocido. Todo el entorno que les rodeaba era una bendición. Incluso sus empleados como el cocinero y el jardinero se habían convertido en yoguis altamente desarrollados. Hablar con Chandranath eliminó las dudas que yo tenía acerca de mi meditación y él me dijo que la intensidad se calmaría con el tiempo. Me dio consejos invaluable sobre las sutilezas místicas de la práctica espiritual y me dejó con una sensación profunda de paz divina que todavía siento cada vez que recuerdo estar en su presencia. Tanto él como su esposa se establecieron en la práctica de samadhi (unión experiencial con la Conciencia Suprema) y podrían entrar en él a voluntad. Eran almas libres y realizadas, cuya sólo razón para todavía estar encarnadas físicamente era ayudar a otros a avanzar en el camino. Después de reunirme con ellos me di cuenta de que más importante que ser un monje o cabeza de familia, era simplemente el tratar de ser uno con la Conciencia Suprema, en todo momento, como ellos.

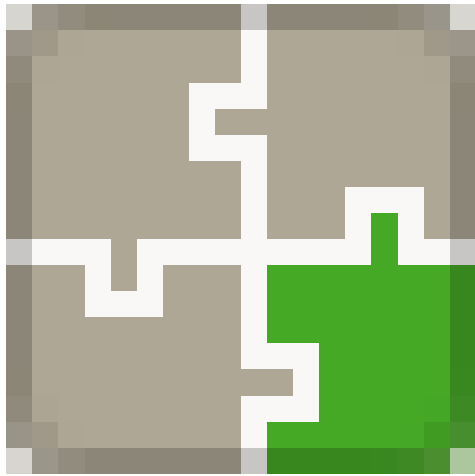
Cuando me senté junto a Chandranath y traté de escucharlo hablar de la Conciencia Suprema, no pude entender ni una palabra de lo que dijo. Me tomó en sí mismo y solo hubo silencio y un suave resplandor blanco. Todavía trato de recordar esa experiencia y me quedo tan quieto, olvido incluso respirar, y todavía hay solo silencio y un brillo suave y blanco.

Un Nombre Para el Infinito es una obra en la cual explico mis experiencias personales en el formato de la filosofía y la psicología. En lugar de seguir escribiendo sobre las experiencias subjetivas muy místicas, decidí explicar mis experiencias para ir más profundamente en la ciencia espiritual tántrica. La experiencia demuestra la teoría y he descubierto que el Tantra es una ciencia espiritual universal que brota sobre todo el mundo, no sólo en la India, el Tíbet y China, pero en Meso-América también. Quién sabe en qué otro lugar en el mundo existen vestigios de esta ciencia espiritual secreta. La mayor parte de mi inspiración temprana se debió a la influencia espiritual de Anandamurti y algunos de sus discípulos, como Chidghananda y Chandranath. Quetzal Manik, o "Pluma Blanca", fue un maestro Maya cuyas prácticas de Tantra Maya profundizaron mi comprensión del Tantra indio que yo había estado practicando durante años.

**Acharyas Chandranath and Ram Pari Devii**







0.0001

## **Introducción: El Tantra como una comprensión práctica de la Filosofía Perenne**

A lo largo de la historia, nunca ha habido ni habrá un objeto de inspiración más grande que el poder situar la esencia del alma humana en el Ser Infinito. Esta idea ha sido una semilla de pensamiento que ha recurrido dentro de la filosofía perenne y que seguirá brotando donde quiera que haya corazones nobles y mentes vastas que busquen amar y entender los aspectos más profundos de nuestro ser y existencia. Los grandes sabios de todas las épocas y culturas han proclamado esta gran verdad: que la fuente más profunda de la existencia del ser humano se encuentra en la unión con la Conciencia Suprema. La universalidad de esta idea cardinal no se halla en la transmisión cultural de algún gran profeta a su descendencia, ni se debe a la influencia que hayan podido ejercer algunas culturas sobre otras. Su universalidad representa la aspiración innata del hombre a la comprensión espiritual de su propia naturaleza.

El espíritu fundamental de este libro es intentar entender los procesos psicológicos y espirituales involucrados en la comprensión del Infinito. La explicación de estos procesos se hará dentro del marco teórico y práctico de la ciencia intuitiva del Tantra. En lugar de ser un sistema religioso o filosófico de pensamiento, el Tantra es una ciencia experimental e intuitiva que se basa en la práctica espiritual o sadhana. La teoría explica el “¿cómo?” y el “¿por qué?” y es verificada por la propia experiencia a través de la introspección intuitiva de la sadhana. La intuición y el empirismo no son ideas separadas en el Tantra. Sólo porque algo es experimentado en los niveles internos de la mente, no quiere decir que no es una “experiencia práctica”. Los mayores descubrimientos humanos han sido siempre intuitivos, incluso las realizaciones intelectuales y científicas. La práctica y la perspectiva del Tantra abarcan no sólo los planos espirituales e internos de la existencia, sino el intelectual, el emocional y fisiológico. La explicación de los procesos mentales y espirituales que participan en la búsqueda de nuestra auto-realización debe examinar todo el espectro de la conciencia humana desde el “simiano” hasta el “seráfico”. Uno tiene que explorar y entender todos los modos de

pensamiento y las expresiones de sentimiento que influyen en el alma. También es necesario entender cómo uno cambia y evoluciona de una etapa de pensar y de sentir hacia la siguiente. Lo más importante es que la sadhana del Tantra es la búsqueda para liberar la mente de los complejos y cadenas que la unen a las identificaciones limitadas, que nublan nuestro pensamiento y estrechan nuestro sentimiento. La comprensión intuitiva da la libertad mental, la paz y la pureza. Con la intuición, el resplandor de la consciencia eterna interior se convierte en algo simple y evidente en la vida práctica. Hacer realidad una filosofía espiritual y una visión del mundo que comprenda nuestra naturaleza en su conjunto puede parecer especialmente difícil en una época donde el conocimiento científico, empírico, está tan especializado y compartimentado. Las disciplinas científicas modernas están muy fragmentadas y aisladas de las otras disciplinas dentro de su amplia familia. Y la ciencia parece no ver otra alternativa que fragmentar y aislar con el fin de llegar a la precisión y la exactitud.

Tantra significa literalmente expansión de la crudeza, de la contracción. Es un proceso para transformar el instinto en intelecto, y además transformar el intelecto en intuición, donde la cabeza y el corazón están perfectamente equilibrados. La singularidad del enfoque tántrico es que la práctica espiritual y la realización espiritual siguen ciertas leyes psíquicas y espirituales que están ocultas en la naturaleza sutil de la mente. Hay dinámicas mentales y leyes que funcionan tan claramente como las funciones de la fuerza de gravedad en el mundo físico, por ejemplo. Este conocimiento sutil se descubre a través de las pruebas de la práctica espiritual, de experimentación interna en el laboratorio mental. Aurobindo denomina este proceso “empirismo místico.” A menudo se piensa que un enfoque científico para el conocimiento es la antítesis de un medio espiritual e intuitivo para el conocimiento superior. Y sin duda hay buena razón para esto. Uno tiene solamente que mirar a la historia intelectual y cultural de todos los conflictos de la fe contra la razón. Uno puede ver las disparidades actuales entre el conocimiento del mundo físico en oposición a los conocimientos de las esferas mentales y espirituales. La ciencia puede explicar racionalmente nuestro mundo físico en cierta medida. Sin embargo, es muy raro encontrar a

personas o instituciones que pueden explicar las capas espirituales y psicológicas profundas de nuestro ser de una manera racional, lúcida y metódica. La mayor parte del tiempo la espiritualidad es vista como el dogma religioso y los sistemas de creencias convencionales, en vez de ser vista como una ciencia práctica. Una de las más grandes luchas que la cultura humana enfrenta hoy en día es la conciliación de la visión científica del mundo con una visión del mundo espiritual moderna y racional.

Esta síntesis del enfoque espiritual y científico es posible sin debilitar una perspectiva espiritual integrada, holística, con la tiranía del materialismo científico y el reduccionismo. Lo que se necesita es una filosofía que reconozca la unidad trascendental detrás del fenómeno cambiante y efímero de la naturaleza y, al mismo tiempo, que reconozca la creación desde una perspectiva del intelecto espiritual más elevado, benevolente y refinado. Se trata de un intelecto tan alto, que conciba la esencia de las cosas mientras que al mismo tiempo demarque “conceptos fuertemente delineados”, como lo dice Steiner. Por lo tanto, debemos darnos cuenta de que ni siquiera la caída de un gorrión puede suceder sin la voluntad cósmica, así como también saber la causa esotérica oculta de este fenómeno. Debemos percibir y concebir los mecanismos sutiles que dan lugar a la manifestación de la voluntad cósmica.

Para una mente orientada espiritualmente no hay fin a la capacidad de entender este universo. De acuerdo con la teoría tántrica, podemos entender y conceptualizar todo en esta creación, ya sea materia cruda o mente sutil. La única limitación a nuestro conocimiento está en la definición de nuestra conciencia más interna. “Conciencia” aquí no se refiere al uso común de la palabra, a las perspectivas y la idiosincrasia de un individuo en particular. La Conciencia es más bien el testimonio fundamental, es el centro de la identidad, una “Subjetividad Suprema.” Todas las cualidades personales, experiencias, sentimientos y el intelecto, no son sino rayos derivados del centro de la Conciencia Suprema. Todo lo que existe es visto por la Conciencia Suprema. No hay ninguna existencia afuera de esto, sólo la ilusión de nuestra separación. Nuestra

subjetividad más profunda o sentido de uno mismo es, en esencia, la presencia inmediata, interna de la Conciencia Suprema. Los Upanishads se preguntan, “¿Cómo conocer al Conocedor?” El testigo de la Conciencia Suprema ve a todas las mentes y los corazones desde su estado de conciencia pura, subjetiva, y no puede convertirse en un objeto, incluso para el intelecto más refinado. La única manera de conocer a la Consciencia Suprema es unirse con ella, fundirse en ella para discernir su realidad dentro de la intuición interna del “Yo existo” y conocer y sentir que eres ella. Esta visión consciente, intuitiva, refinada es la esencia del misticismo. Este es el conocimiento y la realización espiritual más alta en el Tantra: estar y vivir en unión con la Conciencia Suprema. Y ¿qué pasa con las etapas a lo largo del viaje? ¿Hay reinos del ser en-entre el mundo físico relativo y lo Absoluto? ¿Hay simplemente el nombre y la forma aquí y el anonimato y la no forma allá? ¿O es que la vida espiritual y contemplativa se vuelve tan nebulosa y abstrusa que abandonamos totalmente nuestro intelecto y el lenguaje cuando las cosas se vuelven sutiles? ¿Y qué hay de las pasiones y los sentimientos? ¿Cuál es su lugar y propósito en la existencia? Un panorama verdaderamente espiritual debe tener el alcance de la comprensión de la gama de los sentimientos, desde la más vil de las pasiones hasta el más noble de los sentimientos humanos.

En los tiempos en que vivimos, el equilibrio psicológico y un significado profundo de la vida son bastante raros. Más raro es encontrar una chispa de conciencia cósmica presente en la vida de uno. Las masas de la humanidad se están moviendo hacia la auto-alienación como peones sin sentido en un sistema materialista degenerado, con poca o ninguna consideración por los esfuerzos humanistas y espirituales. No es de extrañar que tantas vidas se rijan por el miedo, el resentimiento, la inseguridad, la ambición y la vanidad, cuando hay tan pocos canales saludables para la expresión humana. Cuando una persona sincera intenta abrir el corazón y la mente, encuentra tanto conflicto interno y confusión, que la tentación de unirse a la consciencia de la manada es casi irresistible. Uno no encuentra la conciencia dichosa interior, sino más bien un atolladero de dudas, miedos y complejos reprimidos.

Sin embargo, tenemos que encontrar una solución como individuos y como sociedad humana unida. No hay que dar paso al miedo y la apatía, ni a la represión de lo que es verdadero y puro en nuestra naturaleza. La filosofía y la práctica del Tantra nos pueden dar un profundo entendimiento de la totalidad de las necesidades existenciales y emocionales de la mente, de manera que es posible entenderlas y sanarlas. Con la integración de las limitaciones psicológicas uno puede progresar hacia adelante, hacia las capas intuitivas más profundas de la mente, hasta que uno finalmente comprende el núcleo de la conciencia y el propósito de la vida. Encontrar esta gran consciencia interna nos libera del sufrimiento y nos muestra el camino a la libertad. Esta mirada hacia adentro es un sentimiento de alegría eterna, de saber más allá de toda duda que la consciencia interna, simple, siempre ha sido libre. Nuestra verdadera esencia es la bienaventuranza. La Conciencia Suprema es el Ser, el sujeto y el testigo de todas las cosas creadas - la mente, el cuerpo, y el universo entero. Este ser puro, dichoso, se unifica tan esencialmente y tan cerca de nosotros, que la mente mundana ni siquiera puede captarlo. El misticismo es el proceso de revelar lo que hay dentro y está oculto. Esta unión mística es posible a través de la ciencia de la práctica espiritual. Mediante el cultivo de nuestra unidad interna con la Conciencia infinita, todo nuestro ser verdadero puede ser contemplado desde este lugar de bienaventuranza.

A través de nuestra unión con la fuente del conocimiento infinito, el ingenio y la creatividad, todo puede ser entendido. Dentro de la mente universal está la perspicacia intuitiva para penetrar en los secretos del cielo, los mundos sutiles, o reinos divinos. Se pueden entender todas las cosas, incluido uno mismo, hasta el punto en que uno se pregunta “¿de dónde he venido? ¿cuál es mi fuente?” Los Vedas incluso mencionan que ni siquiera Brahma, el Creador, sabe su origen. Sólo cuando la mente intenta comprender lo insondable es que en última instancia es derrotada, pero derrotada en la bienaventuranza. Como una flecha en su objetivo, la mente se pierde en Brahma. La mente se disuelve en su esencia y origen con esta investigación final. “La única manera de conocer a Brahma es llegando a ser Brahma.” Esta comprensión nos lleva a un equilibrio

fino entre el enfoque intuitivo del misticismo oriental y el dinamismo de la inteligencia occidental. En un extremo está la trascendencia completa de la mente, el mundo, y el cuerpo: en el otro, la reducción de todas las cosas hacia lo material. Así que el contemplador moderno debe poder pisar el suelo insondable de la divinidad, de lo absoluto, o Brahma. Al mismo tiempo, es necesario mantener la intuición tan aguda que pueda comprender plenamente todos los procesos espirituales y psicológicos a lo largo de nuestro viaje a través de los mundos físicos, psíquicos y espirituales. Con este equilibrio armonioso entre las esferas interiores (subjetivas) y exteriores (objetivas), la persona alcanza su propia emancipación a través la realización del Ser Infinito dentro de su propia existencia. Esta toma de conciencia cultiva la humanidad más profunda y da la sabiduría y la compasión para cuidar y promover el progreso de toda la creación.



## Parte I

### La Cosmología Tántrica: Involución y Evolución de la Conciencia

La metafísica y la psicología se unifican en el Tantra. En última instancia, los estudios más profundos de nuestra naturaleza interior se funden con la realidad absoluta más allá de nuestras proyecciones psicológicas relativas sobre la realidad. La mente quieta, tranquila e introspectiva, se puede enfocar y sintonizar con el universo mayor. Uno aprende a vivir en armonía con la paz interior y la sabiduría que conecta el bienestar personal microcósmico con un orden interior y oculto en el universo. Las teorías tántricas sobre la creación y la involución y evolución son muy profundas y complejas. Remito al lector metafísico serio a Idea e Ideología de Anandamurti, o a las obras de Sir John Woodruff para una descripción más completa de la cosmología y la metafísica tántricas. Este libro se centra más en la psicología y la fenomenología que en la metafísica.

Centrales a la cosmología tántrica son los conceptos de Shiva y Shakti. Shiva es la conciencia infinita y Shakti es la energía creativa divina. Shiva es el Primer Padre trascendente de nuestra Conciencia y Shakti es la Gran Madre Creadora. Son inseparables en esencia, como el fuego y su capacidad de quemar. Juntos son Brahma, la Conciencia Suprema, o divinidad, para usar un concepto de la mística occidental. Shiva y Shakti tienen nombres diferentes para que podamos concebir la distinción entre el ser esencial y la actividad que resulta de este ser. Shiva es el ser infinito, un océano infinito de conciencia. Shakti, la energía creativa, es la fuerza que crea las olas en el océano. Shiva es la existencia absoluta, la conciencia y la bienaventuranza, mientras que Shakti es la energía detrás del cambio, la creación, y el movimiento. Unificada en Shiva, Shakti está tranquila y sin expresión,

como un océano plácido. Esta es la divinidad, o Brahma, donde no hay cambio o devenir,

ningún universo, planetas, vida, ni Big Bang. Todo es uno, eterno e infinito. Cuando Shakti despierta su actividad creadora, ella comienza a crear olas en este océano infinito de Shiva. Ella sólo parece estar separada debido a la multiplicidad de las olas aparentemente separadas que ella crea. Las olas más finas son los aspectos más sutiles de la creación, mientras que las ondas más gruesas son los niveles materiales y más condensados de la creación. Todo es Brahma, todo viene de la divinidad Shiva-Shakti, ya sea que se manifieste o no en la expresión creativa. No existe ninguna otra entidad que Brahma.

Cuando Shakti se convierte en creación activa se genera la existencia relativa. Su actividad creativa brota de la esencia de Shiva. Shiva es el "material" o cosa básica de la creación y Shakti es el funcionamiento, la fuerza creativa que se forma en la manifestación creada de Shiva. Todo lo que existe es una ola en el océano de Shiva, vibrada y sostenida por el potencial energético infinito de Shakti. El universo entero es un espectro de vibraciones, de las ondas más finas de la Mente Macrocósmica, a los niveles más gruesos de la materia. Carl Sagan se refirió a nuestro mundo material como "materia de estrellas" y generó una nueva comprensión de la forma en que vemos el mundo material. La cosmología tántrica va aún más lejos y afirma que la "materia de estrellas" no es más que la Conciencia atada por Shakti en la materia. Es el ser infinito de Shiva lo que está en la esencia de todo. El universo creado es considerado maya o ilusión cósmica, porque lo percibimos como algo separado de la gran conciencia que está dentro.

La creación brota desde lo infinitamente sutil y se mueve hacia la manifestación más cruda. Toda la creación es una reducción gradual de la longitud de onda infinita de la Conciencia. La creación es como un iceberg en el océano infinito de Shiva-Conciencia. Shiva es el océano, mientras que Shakti es como el aire frío que congela una parte del océano y hace un iceberg. Tanto el iceberg y el océano, como la creación y la conciencia, son lo mismo en esencia. Los

aspectos más sutiles de la creación son nada más las vibraciones más sutiles de Shakti. La Mente

Macrocósmica es la primera y más sutil expresión que se manifiesta desde el océano infinito de Shiva. A diferencia de la conciencia pura, la mente tiene las cualidades de ambos Shiva y Shakti. Es un ser tranquilo, inteligente como Shiva, y también un ser activo como Shakti. Es a través de esta Mente Macrocósmica que el universo material se manifiesta. La acción de la mente es como el efecto de enfriamiento en el iceberg. Las ondas sutiles de Shiva-Conciencia se transforman en energía y materia. Todo lo que existe está concebido dentro de esta gran mente que sigue guiando a la involución de Shiva en las expresiones materiales del universo. La mente de Brahma es inspirada por Dios o "G.O.D", Generador-Operador- Destructor. Brahma genera todas las criaturas en su mente, que son operadas o sostenidas por esta mente y, en última instancia, disueltas o "destruidas" por esta mente; todas las cosas creadas son impermanentes.

Lo que llamamos "materia" es realmente un espectro de energías muy finas que eventualmente se manifiestan en forma aparentemente sólida. Hay 5 niveles de expresión material: éter, aérea, luminosa, líquida y sólida. Los elementos más sutiles como el "éter" o el "aire" no son como el espacio y el oxígeno. Son campos muy finos de energía detrás de la materia y la forma. Su sutileza es como la del "éter" o la del "aire". La materia está formada por capas muy sutiles e invisibles. Tal vez esta energía es lo que denominan los físicos "materia oscura" (las capas del éter y el aire). La materia también se manifiesta como las expresiones más gruesas y cuantificables empíricamente (luminosas, líquidas y sólidas). Cuando la materia alcanza su estado más denso en el núcleo de una estrella, Shiva ha alcanzado su máximo estado de densidad. Shakti no puede condensar la vibración de Shiva más, y esta fase de la involución de la Conciencia queda completa. Shakti ha despertado a Shiva para la danza cósmica de la creación y ha transformado a Shiva, el infinito e inmóvil, en el jagat, el universo viviente y en movimiento. Shiva es infinito y la creación del universo es sólo una transformación

imaginaria dentro de la infinidad de Shiva. Aun así, Shiva permanece solamente como testigo del jagat. El universo creado es sólo olas en el océano infinito de la Conciencia y siempre se mantiene dentro de Brahma.

La Mente proviene de la Conciencia. La mente proyecta el universo físico con su poder creativo infinito, tal y como Shakti crea todas las cosas a partir de Shiva- Conciencia. La vida es el intento de expresar la Mente Macrocósmica dentro de una estructura física, como una pequeña burbuja dentro de su propio universo creado. La vida se resiste a la entropía y se organiza a sí misma. Necesita la materia y la energía de su entorno y las pone a su propia disposición. La vida, incluso en su forma más simple, es una inteligencia creada y guiada por la mente Macrocósmica de Brahma que está sosteniendo el universo físico. La mente es algo mucho más sutil que cualquier energía física en el universo. Es la fuerza que guía y sostiene la vida biológica. La mente actúa sobre la materia y es un estado de organización que se mueve en contra de la fuerza de la entropía que gobierna el mundo material.

La inteligencia de Shiva y la energía de Shakti están siempre detrás de la fase de involución, de expresión creada. En esta fase Shakti lleva a Shiva lejos de su estado de unidad infinita y de no-dualidad. En la fase de la evolución, Shiva conduce la actividad creada de Shakti, el universo, hacia su estado puro de Existencia, Conciencia y Bienaventuranza. Teniendo en cuenta que hay una fuerza tan inteligente como Brahma detrás del mundo físico, debe ser un poco más fácil entender que el mundo físico no es algo estático y fijo, y que la materia no es un estado absoluto de existencia. La materia es la Conciencia limitada en la creación. La Conciencia libera estas ataduras materiales a través de la creación de la vida. La segunda ley de la termodinámica, la ley de la entropía, no es más que un juego que juega Shakti en el sótano de su creación, este universo físico. Detrás de este espectáculo efímero, pasajero, está toda la inteligencia de los planos anteriores de existencia que precedieron y diseñaron la involución del factor sólido, o mundo físico. El mundo físico no es más que el anillo más externo de los círculos concéntricos alrededor del

núcleo de la Conciencia de Shiva. La gravedad y la entropía de Shakti son más fuertes en el mundo físico, donde todo el impulso de la creación ha llegado a su punto más bajo. Siempre tranquilo, Shiva sigue siendo la fuerza nuclear detrás de toda la creación, y es en última instancia el creador supremo y el dador de vida, que no es más que una chispa de su Conciencia. Shiva es Hunab Ku, el centro y el núcleo del universo. La conciencia es el núcleo de todos los núcleos de las galaxias, planetas y células biológicas; todos son la prole de Brahma.

Cuando la Mente Macrocósmica se manifiesta como vida en una estructura física, se conoce como una mente microcósmica. El microcosmos no es más que una burbuja dentro de la Mente Macrocósmica unificada. Hay una sola mente que se manifiesta en muchas formas, como el reflejo de una luna en muchos charcos de agua. La vida, o la evolución de la conciencia, es un intento de volver sobre los pasos de la creación generada en la fase de la involución de la Conciencia, donde Shakti manifestó a Shiva; y así volver a la unión original de Shiva-Shakti. La mente es un vehículo para esta Conciencia limitada y utiliza medios sucesivamente más finos, aunque físicos, para volver al estado fundamental de la unidad en Brahma. La evolución de la vida biológica es la manifestación de la marcha evolutiva de la mente microcósmica hacia la re-unión con Brahma.

La mayoría de las expresiones de la vida se encuentran todavía en la etapa pre-consciente de la evolución. Hay conciencia, sin duda, ya que Shiva está detrás de todas las manifestaciones mentales y, por tanto, detrás de todas las expresiones de la vida biológica. Sin embargo, estas entidades no son completamente conscientes de sí mismas. En ellas la mente todavía está confinada al nivel instintivo sensorial. En estos niveles sólo la Chitta, o Mente Sensorial se ha manifestado. La Chitta es el aspecto de la mente que toma la impresión del mundo exterior dentro del cerebro físico. Es la parte exterior de la mente que organiza a las fuerzas vitales sutiles del cuerpo. También regula los instintos fisiológicos que nos relacionan con este mundo sensorial. Los órganos sensoriales transmiten señales externas y las imprimen en la Chitta. La Chitta es como un "plasma"

mental o pantalla LCD que nos da un cuadro de la demostración de la realidad externa. Los instintos inherentes de la Chitta responden a esta imagen y, a su vez, actúan sobre las partes motoras en el cerebro para responder al mundo externo. A medida que la vida evoluciona, la Chitta se vuelve más compleja, ya que el cerebro y el sistema nervioso desarrollan instintos más refinados; mayores grados de inteligencia comienzan a manifestarse a través de la Chitta refinada. La Chitta es el medio en el que la mente responde al determinismo del mundo externo, sensorial, y también la encargada de guiar a la inteligencia de la Mente Macrocósmica. La Chitta, aunque gruesamente unida a la entidad biológica, es todavía un aspecto de la gran Mente Macrocósmica omnisciente, y es quien en última instancia guía toda la evolución de regreso hacia la unión con Brahma.

Sin lugar a dudas, la inteligencia más evolucionada de conciencia microcósmica encarnada en este planeta es la mente humana. Aquí, la conciencia de sí mismo está claramente establecida. Hay un sentido de "Yo soy" con el deseo de descubrir y crecer mental y espiritualmente. Como los instintos de la Chitta se han vuelto más refinados, la inteligencia de la mente, el Aham, se manifiesta. El Aham es el ego o el intelecto. Es la inteligencia que dice "Yo soy" y busca la manera de nutrir, comprender y proteger su identidad. Las impresiones creadas en la mente por la relación entre las células nerviosas y la Chitta mental son presenciadas por el Aham-intelecto o ego, y por eso se puede experimentar la idea de que "estoy caminando por el río, hay un roble con un olor agradable, creo que voy a sentarme aquí por un tiempo". Aquí, la mente no está funcionando en el nivel puramente instintivo de la mente sensorial. Hay pensamientos sutiles, juicios, e impresiones que actúan sobre la mente sensorial y la Chitta, más objetivas. La Mente Sensorial y la Chitta están siempre en el presente, mientras que el Aham puede experimentar procesos muy complejos en el presente, recuerdos del pasado, o la creación de realidades imaginarias y fantasías con la ayuda de la memoria y la imaginación. Debido a que el Aham es el "Yo soy", el ego tiene muchos deseos existenciales y necesidades en el ámbito mental más allá del mundo sensorial simple. La Conciencia es Shiva infinito, pero ahora la Conciencia se está manifestando dentro

de un cuerpo humano, con una mente sensorial; y todavía más complejo es la noción de "Yo soy" encima de este vehículo animal. Sin embargo, es la inteligencia del Aham y todas sus necesidades y experiencias potenciales las que finalmente despertarán esta noción independiente de "Yo soy" hacia la unión con la consciencia infinita de Shiva.

A medida que los deseos humanos se vuelven más refinados, y el significado y el propósito de la vida se establecen, el auto concepto del Aham se cultiva y se expande. Es sólo debido al flujo natural de la evolución mental que este concepto del Aham-ego limitado desea ampliarse hacia algo aún mayor. Cuando el ego separado comienza a preguntarse con imaginación creativa en cuanto a por qué algunas cosas son buenas y hermosas y significativas, y busca aumentar estas necesidades sutiles, mentales, es cuando nos encontramos con realidades superiores. Nos encontramos con mayores niveles de unión con la naturaleza y el mundo social, los niveles más profundos de la amistad y la intimidad, y la mayor maravilla hacia el gran universo y todo lo que contiene. Estas experiencias existenciales superiores rompen nuestra separación y, poco a poco, nos convierten en ciudadanos más universales. El Mahat, o el sentido de existencia pura, el "Yo existo", se manifiesta cuando la inteligencia del Aham es presenciada por algo más fino y más interno que el Aham-intelecto, que está tan ocupado con el complejo mundo social. El Mahat es la intuición pura de "yo existo", la existencia pura, diferenciada de la existencia cambiante del ego o "Yo soy." El Mahat ve al intelecto del ego desde su quietud profunda dentro del "Yo existo," más allá del tiempo. Es la aproximación más cercana a lo que uno podría llamar el "alma". Es la luz interior justo detrás de la primera memoria en la infancia, tu interno, puro "Yo existo", antes de que el mundo exterior te impresionara tan firmemente. Las experiencias en el cerebro y la Chitta pueden afectar al ego, pero el Mahat, el "Yo existo" puro, nunca es afectado. Es la parte de ti que simplemente es, la mejor parte de tu ser mental. Es tu intuición más querida, profunda y personal; parece tan especial que te pertenece a ti y a nadie más. Pero este sentimiento profundo de "Yo existo" revela la inmortalidad supra-personal, ya que es la clave para sentir el gran "Yo existo" que está

dentro de todas las almas. Parece estar en todas partes y en todas las personas. Una consciencia microcósmica verdaderamente inteligente que ha cultivado adecuadamente la conciencia del Aham-ego, siempre encontrará la razón de su existencia personal aquí, en el reposo profundo del Mahat. Shiva y el Mahat están tan cerca en proximidad y similitud que es práctico a decir que son idénticos. La mejor parte de la mente, el Mahat, es una réplica casi perfecta de Shiva-Conciencia. Pero Shiva es el testigo incluso del Mahat, y es el señor de la mente. A pesar de que la mente está atada a la creación y ha tenido que pasar por una fase de la evolución para volver a manifestarse, la consciencia fundamental de Shiva nunca ha cambiado. Él ha sido testigo de todo el drama universal desde su creación. El océano infinito de la Conciencia sostiene todas las cosas, siempre. Es la identidad fundamental y el Testigo más allá del Mahat.

La Sadhana tántrica sigue el flujo natural del desarrollo mental de la Chitta instintiva hacia el Aham- intelecto, y luego hacia el Mahat- intuición. Para los seres humanos cuyas mentes están más dominadas por propensiones animales, la práctica de sadhana está muy centrada en la disciplina física y moral. Se necesita una gran cantidad de fuerza o Shakti para superar estas tendencias. A esta etapa se le llama la etapa Shakta, o etapa del Guerrero. El aspirante Guerrero necesita una imagen de un Moisés o Krishna para inspirarle rectitud dhármica. Esta es la etapa de la sadhana del Guerrero. Los Guerreros convierten los instintos animales de la Chitta hacia el "Yo soy" más consciente y conceptual, siguiendo un código estricto de disciplina social y espiritual. Así, se cultivan la dignidad propia y la reverencia por el camino de Dharma.

Para aquellas mentes más desarrolladas que tienen discernimiento moral y un intelecto claro, y que no están tan encadenadas por las limitaciones del Aham-intelecto, la sadhana es un poco más interna. La sadhana no está tan centrada en la adoración del héroe, como en la etapa de Guerrero. En esta siguiente etapa los "enemigos" se ven claramente como más internos y sutiles, como la vanidad o el deseo de poder espiritual. Aquel que supera estas limitaciones se convierte casi en un dios y siente una profunda unión

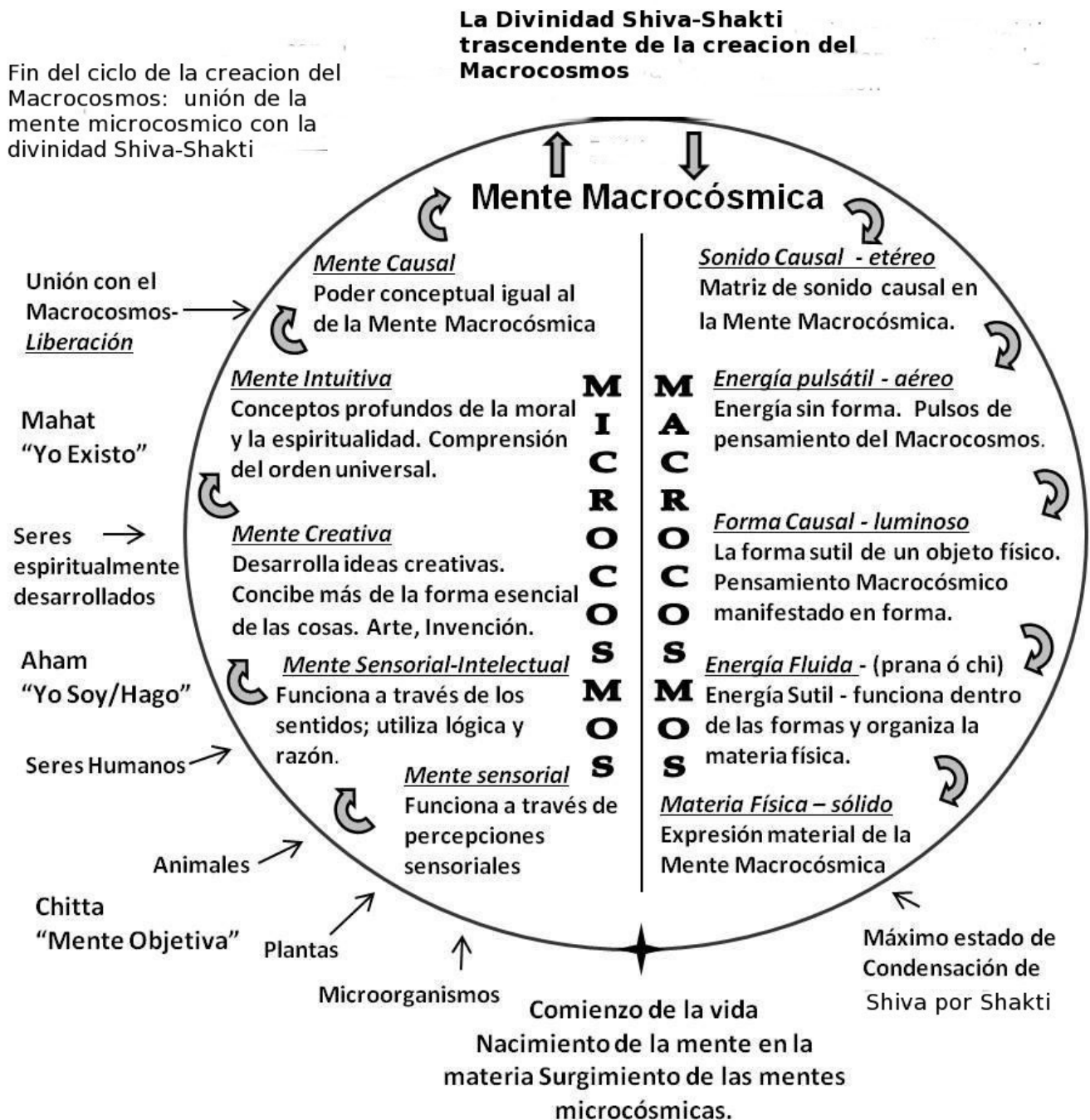


con Brahma siempre. Este estado se llama la etapa Devocional. Los devotos convierten el Aham-intelecto a la intuición del Mahat. Aquí el aspirante espiritual, el sadhaka, está en proceso de unirse con Dios, el Generador, Operador y Destructor del universo. El Devoto ya ha pasado por las etapas de la disciplina y el deber, de trabajo y estudio. Sólo queda el deseo de vivir en unidad con Brahma. Sin embargo, el peligro aquí es que la expansión del Aham es hacia algo tan grande que el Aham siempre tratará de reclamar esta grandeza como propia. Sin embargo, debido al movimiento rápido de la mente hacia adentro, las reacciones de Shakti vendrán más rápido para los que están más cerca de la unión con su pureza. A ellos siempre se les enseña que el camello gordo no puede ser forzado a pasar través del "ojo de la aguja" más sutil y pura. El Mahat es como una punta de una aguja, donde no puede surgir ninguna forma ni imagen. La unión con Shiva es posible sólo a través de la rendición del Aham, y el devoto entiende este secreto. Todo el ser del devoto se rinde a Brahma en la meditación. Un yogui siempre se esfuerza por lograr esta concentración perfecta en un solo punto, o ekagrata.

Y para esas almas benditas que alcanzan esta devoción, el conocimiento no-dual de la divinidad Shiva- Shakti no está muy lejos. Al estar tan seguro en el hogar que es este universo divino y temiendo nada, el devoto se entrega por completo a Shiva y alcanza la unidad con el estado puro, sin mezcla, de la Existencia, Conciencia y Bienaventuranza de Shiva. Incluso dios, El Generador, Operador, y Destructor se deshace cuando el microcosmos se funde en las aguas silenciosas de la divinidad Shiva-Shakti. Meister Eckhart nos dice que en la renuncia espiritual más auténtica, ni siquiera dios puede impedir la unión del alma con la divinidad. El iceberg se ha derretido en el océano y sólo queda el océano infinito de Shiva. Ésta es la etapa final de Shaeva. "Shaeva" se refiere a los seguidores de las antiguas prácticas tántricas dadas por Shiva, el yogui prehistórico que fue el primero en sistematizar el Tantra en un estilo no-dualista. Los Shaevas disuelven toda la mente- Chitta, Aham y Mahat en Shiva. La mente ha alcanzado el yoga, la unión absoluta.

Es a través de la sadhana que una conciencia microcósmica se convierte en uno con la conciencia Macrocósmica de Shiva. Shakti ha transformado a Shiva en el universo creado en la fase de involución. En la fase de la vida y la evolución, Shiva, a través de todos y cada uno de nosotros, trata de regresar a su estado inmortal. La Sadhana, en todas sus etapas, implica el despertar de la kundalini. Kundalini es realmente la fuerza divina de Shakti latente en la base de la columna vertebral como una serpiente enroscada. Su "despertar" consiste en la elevación gradual de esta fuerza creativa fundamental por la columna vertebral y hacia el cerebro, donde Shiva reside dentro del microcosmos. Kundalini Shakti es la inteligencia fundamental detrás del microcosmos, detrás de su evolución a partir de lo crudo a lo sutil. Ha habido mucho choque físico en la evolución biológica. Ha habido mucho que aprender y comprender en la evolución de la Conciencia personal del Aham y el intelecto. Pero lo más importante es nuestro deseo interno, espiritual por la libertad y la liberación del sufrimiento. La Sadhana nos muestra el camino para encontrar este flujo interno y equilibrado del yoga.

## BRAHMA CHAKRA- CICLO DE LA CREACIÓN



## **Parte II**

### **La Psicología del Tantra: Los procesos mentales en la realización del infinito**

El impulso fundamental de todos los seres es el esfuerzo de expandirse hacia el Infinito. Desde la ameba rudimentaria hasta en complejo ser humano emocional e intelectual, está este movimiento y expansión de su estado evolutivo actual hacia un potencial mayor todavía no realizado. La Conciencia infinita "ha asumido el disfraz de la finitud" a través de tantas y diversas expresiones que, consciente o inconscientemente, buscan la re-unión con su naturaleza esencial. Esta marcha evolutiva es sólo en parte, y en sus niveles más crudos, una lucha por el instinto de conservación, con su constante lucha por la existencia física. Detrás de todo el esfuerzo y la lucha, está la obra eterna del Infinito en busca de recuperar su estado puro de descanso perpetuo en la divinidad Shiva- Shakti. La evolución biológica es el inicio de este esfuerzo divino, mientras que la sadhana es el impulso definitivo para completar este flujo cósmico.

No es el propósito de este trabajo tratar todo el proceso Macrocósmico de la evolución. La atención se centra más bien en las etapas finales de la evolución Macrocósmica, que se encapsulan en el desarrollo de los seres humanos. E incluso en el contexto del desarrollo humano la atención se centrará más en los aspectos psicológicos y psico-espirituales de este desarrollo, en lugar de las etapas biológicas y del desarrollo psicológico básico.

Según el Tantra hay 50 principales propensiones incrustadas en la mente humana. El término sánscrito para la propensión mental, *vrtti*, significa literalmente "vórtice". Podemos imaginar la mente microcósmica coloreada y cualificada en el mundo fenomenal por varios vórtices que distorsionan y mal-configuran la cámara objetiva

de la mente, haciendo que ésta vea sólo las imágenes externas y distorsionadas en lugar de la reflexión de Shiva dentro. Ellos son los tornados tántricos que causan esta gran ilusión, o maya. Todas las etapas de la conciencia microcósmica están condicionadas por estos vrttis. Ellos son el velo a través del cual vemos muchos espectros de la realidad.

Vrtti se traduce a menudo como instinto. Esto es correcto siempre que el término instinto se eleve a partir de su uso común en referencia a las actividades biológicas e inconscientes. Las propensiones, o vrttis, son modos cognitivos y emotivos de funcionamiento en las distintas capas de la mente: sensorial instintiva, conceptual, creativa, intuitiva, y causal. Van desde el más bajo de los instintos y los mecanismos de defensa de la mente sensorial primordial, a las más complejas cualidades auto-conscientes, reflexivas e intuitivas, en los niveles más altos intuitivos y causales. Por lo tanto, los 50 vórtices son modos de funcionamiento mental que incluyen todos los instintos, propulsiones, emociones y anhelos sutiles que componen la mente humana.

La esencia de los 50 vórtices son vibraciones sonoras o "cuerdas" en la mente de Brahma. La mente microcósmica con sus 50 vórtices imita el sonido de la matriz causal de Brahma. El sonido es el material más sutil, y por lo tanto la vibración causal para todos los demás elementos más bajos. Estos 50 sonidos causales son no sólo los sonidos de los vrttis humanos, sino también sonidos causales que generan, operan, y disuelven el universo creado. Además de ser las fuerzas causales en la conciencia humana fenomenal, los vórtices de sonido causales no sólo dan forma a nuestro mundo social y conceptual, sino que forman nuestra realidad metafísica interior. Esta idea abstracta de cómo este universo creado está conectado profundamente a la conciencia humana quedará un poco más claro después de discutir los siguientes capítulos.

Los vrttis no funcionan al azar y sin orden, sino que tienen una función guiadora ordenada desde los niveles burdos a los niveles más sutiles de la conciencia. Su despliegue o manifestación es paralela el

despertar de la kundalini. Esta inteligencia innata del microcosmos utiliza el despliegue de los vrttis en la evolución de la mente.

Cuando el ego necesita protección, los vrttis inferiores se manifiestan para tratar de fortalecer la personalidad frágil. Cuando el ego está listo para la expansión de los vrttis mayores, entonces éstos comienzan a manifestarse en formas sucesivamente más complejas. Este despliegue se expande desde lo físico a lo psicológico, a los deseos espirituales. Esta idea es muy similar a la de los psicólogos trans-personales, aunque el nivel de desarrollo sigue un poco más profundamente en el Tantra. El núcleo de la filosofía tántrica y la práctica de la meditación es la noción de que la persona que puede cultivar las propensiones más altas para superar los vrttis inferiores e instintivos, y realizar la naturaleza verdadera y eterna de la Conciencia Suprema detrás de las limitaciones y la separación de la mente.

Al examinar la evolución de la conciencia espiritual a través del despliegue sucesivo de las propensiones mentales, es importante considerar cómo estas propensiones funcionan dentro de la mente misma. Simplemente explicado, la mente se puede dividir en dos esferas: la objetiva y la subjetiva. El ámbito objetivo (Chitta) de la mente está conectado a las vibraciones del universo a través de los sentidos. También genera estas impresiones como una pantalla de plasma, así como las respuestas a estas impresiones en forma de instintos, sentimientos, pensamientos y recuerdos. Hay 5 capas (kosas) en el ámbito objetivo de la mente: sensorial, conceptual, creativa, intuitiva y Causal. Éstas serán discutidas con mayor detalle en la siguiente parte del libro. Las inferiores están, por supuesto, conectadas a las vibraciones materiales más crudas, así como a las propensiones más crudas. Las capas más sutiles y espirituales de la mente están conectadas a los niveles más refinados del mundo objetivo. Los vórtices vṛtti vibran la Chitta e imponen un modelo de pensamiento, acción o sentimiento en la mente. Nuestro pensamiento, sentimiento y deseo están condicionados por estos finos, hilos de vibración. Los vrttis son arquetipos mentales que vibran la Chitta, el cerebro y el sistema nervioso. Por lo tanto, los vrttis están

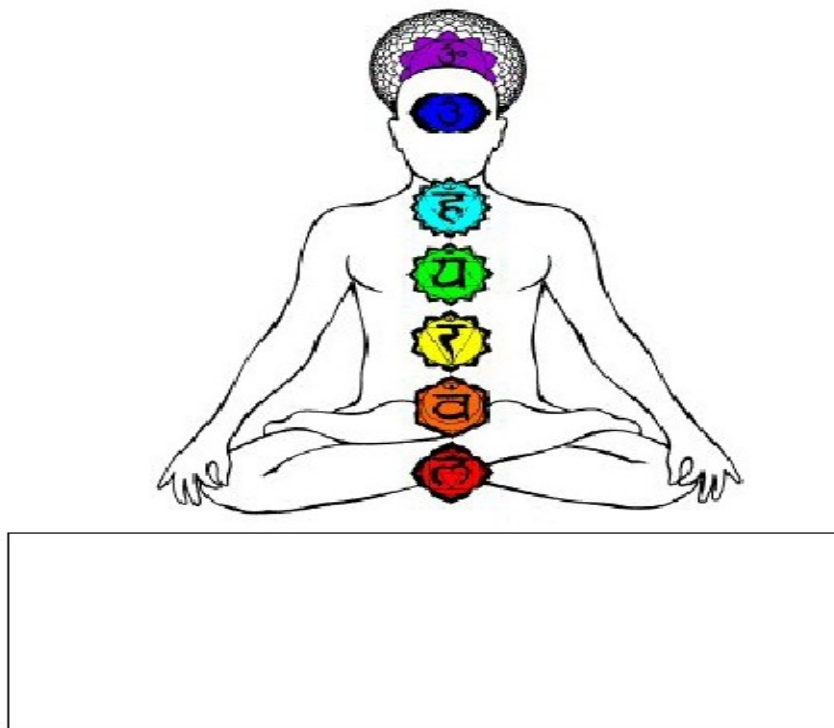
relacionados con el control de las actividades de las hormonas y neurotransmisores, que son una parte muy importante del desarrollo mental y la refinación del sistema nervioso hacia estados más finos de conciencia. Equilibrar los vrttis es una parte central de la práctica tántrica. Los vrttis inferiores deben ser transmutados en los superiores, pero en última instancia, el estado de la unión con Shiva está más allá de todo vrtti. Por esta razón Patanjali declaró "Chitta yoga vrtti nirodha," o "el yoga es la suspensión de los vrttis mentales." Cuando no hay vórtices en la superficie del estanque, es posible ver el e reflejo brillante de la luna.

Los vrttis de la mente se encuentran en ciertas subestaciones mentales o chakras. Chakra significa literalmente un círculo que gira o vórtice. Cualquier vórtice es una masa de vrttis que giran. Un vórtice está compuesto de los vrttis que contiene. Los vórtices figurativamente se representan como flores de loto con un número específico de pétalos. El número de "pétalos" de la "flor de loto" del vórtice es el número de vrttis que vibra en un vórtice particular. Cada pétalo es a su vez un vórtice de escape de la energía sutil del centro del vórtice principal o chakra.

Los vórtices no son centros físicos. Son parte de lo que Chopra llama el "Cuerpo Mecánico Cuántico". Ellos tienen una correspondencia física a lo largo de la médula espinal y resuenan con las glándulas y los nervios. Estos vórtices mayores están contenidos dentro de la Chitta, o cámara de objetiva de la mente, que tiene una conexión directa con el cerebro, las glándulas y los nervios. Los vórtices inferiores están contenidos dentro de la parte más cruda de la mente y son por lo tanto más extrovertidos e intuitivos, ya que se asocian con los reinos más crudos del mundo objetivo material. Los vórtices más sutiles, más altos, son más introvertidos ya que están contenidos dentro de la parte más sutil de la mente objetiva, y por lo tanto reflejan más conciencia interna y subjetiva. En la cámara subjetiva la expresión es más intelectual, creativa e intuitiva, al contrario de los impulsos intuitivos de la mente objetiva. Ver a través de la parte más cruda de la cámara objetiva, es como tratar de ver el

reflejo de la luna sobre el agua turbia, mientras que el aspecto sutil de la mente objetiva es el reflejo de la luna sobre el agua plácida.

La sección sobre la práctica espiritual (sadhana) explicará con más detalle la relación de la mente y el cuerpo a través de los vrttis y vórtices. Por ahora es suficiente saber que las propensiones se encuentran en ciertas subestaciones mentales, o vórtices, que se encuentran a lo largo de la columna vertebral. Los tradicionales "pétalos de loto" en los vórtices son en realidad la ubicación de los distintos vrttis, y el número de pétalos en los distintos vórtices representa el número de vrttis allí.



Localización de los siete chakras. De abajo hacia arriba:  
Muladhara, Svadhistana, Manipura, Anahata, Vishuddha, Ajna, Sahasrara.





## **El Vórtice Muladhara**

El Vórtice Muladhara es la base de la mente. Está conectado a las estructuras más básicas, reptiles, del cerebro. Se encuentra en la base de la columna vertebral, lo que en realidad es la base del cerebro. Todos los llamados chakras realmente tienen su base en el cerebro, con los centros correspondientes a lo largo de la columna vertebral. Así como el cerebro reptil es la parte más básica del cerebro humano, el nivel más básico de la mente es la Mente Sensorial, o Kamamaya Kosa, la capa del deseo físico. La Mente Sensorial es el nivel de la mente que funciona con la ayuda del cuerpo físico y sus órganos sensoriales y motores. La mente no es materia. La mente es una entidad sutil. La mente proviene de la Conciencia y la materia viene de la mente. Sin embargo, en este nivel la mente está ligada en un organismo microcósmico, la mente debe expresarse con un cuerpo material. Está dentro del "factor sólido" o reino material con las

células, nervios, tejido nervioso, glándulas, órganos, etc. El cuerpo físico con todos sus componentes es el vehículo de la entidad sutil que es la mente. El cuerpo pasa cambios a medida que la mente se expande, al igual que la mente experimenta cambios a medida que el cuerpo se adapta a su entorno. Dentro de la Mente Sensorial están todos los instintos físicos necesarios para que cualquier organismo se adapte a su medio ambiente físico. Los instintos de la Mente Sensorial guían la mente inconsciente hacia el comer, el dormir, la reproducción y la autodefensa.

De aquí en adelante, voy a utilizar los términos Mente Sensorial y el cuerpo físico casi de manera intercambiable. Sin embargo, hay una gran diferencia. Aunque las funciones de la mente sensorial a través de los órganos sensoriales y motores del cuerpo tienen sus centros de control en el cerebro, la raíz de las facultades sensoriales está en la mente objetiva, el Chitta. Sin las facultades sensoriales en la mente, el cuerpo no puede funcionar y sin el cuerpo, las facultades sensoriales no pueden funcionar. Es porque son interdependientes que, por razones de simplicidad, se usan indistintamente.

La base para la kundalini o Shakti está en el vórtice Muladhara. Shiva le atrae hacia arriba, hacia su posición en la coronilla, o vórtice Sahasrara. Toda la inteligencia que el microcosmos necesita en su evolución permanece latente aquí en el Muladhara. Shakti, la fuerza responsable de todas las olas en el océano vasto de Shiva en este gran universo, ha tomado posición como la raíz de la vitalidad fundamental de la vida. Ella es la energía primordial que controla todas las formas de energía creativa. Como Shakti del macrocosmos, ella está en todas las cosas. Como kundalini, ella libera a todos los microcosmos del macrocosmos en su debido momento de evolución. Es la kundalini despertada quien devora todos los vrttis en su camino hasta llegar a Shiva en la coronilla, o vórtice Sahasrara. Cuando llega allí, ambos se unifican y la mente se disuelve de nuevo en la divinidad Shiva- Shakti. Todo este potencial evolutivo se encuentra latente en la base del Muladhara, al igual que el sistema cerebro reptil es la base para un mayor cerebro medio y el desarrollo cortical.

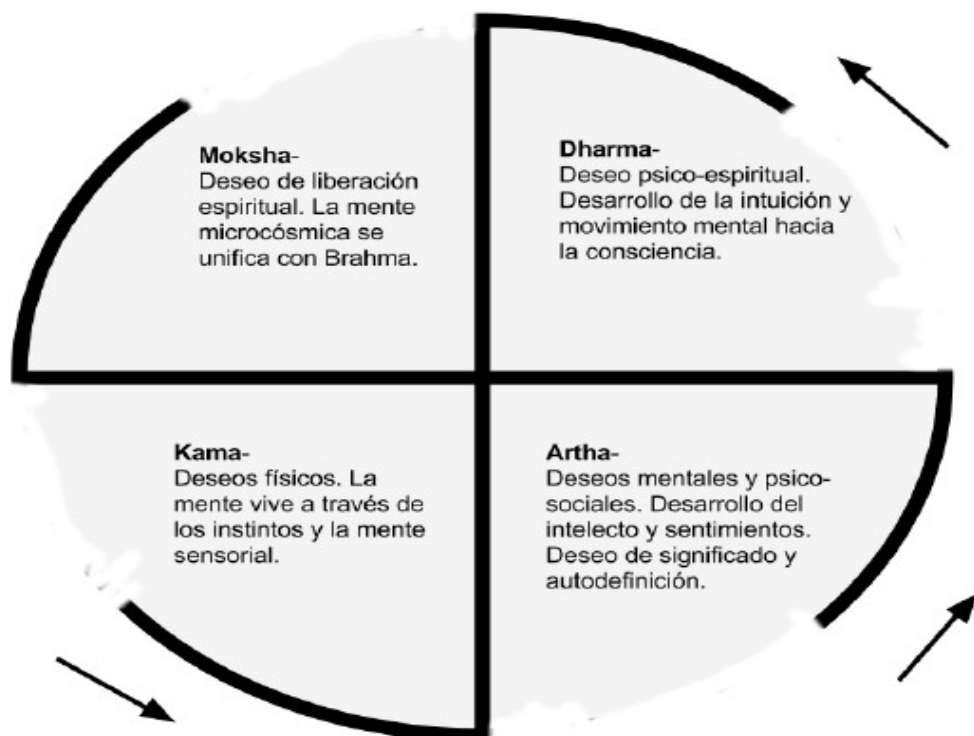
La mayor parte de la evolución de la vida en este planeta está en continua evolución en el ámbito de la Mente Sensorial en el Muladhara. Los instintos poco a poco se están perfeccionando ya que la mente tiene que adaptarse a los cambios en su entorno, así como cambios en su organismo. La mente y el cuerpo siempre funcionan como un equipo coordinado. Una mente animal necesita un cuerpo animal, mientras que una mente más desarrollada necesita un cuerpo físico más refinado.

Recordemos que la Mente Macrocósmica debe manifestarse en una forma biológica cruda en el comienzo de la fase evolutiva de manera que pueda, con el tiempo, liberarse de sus propias limitaciones creadas y finitas. Por lo tanto, incluso la Mente Sensorial en forma latente, tiene toda la inteligencia del macrocosmos a través de la kundalini funcionando detrás de ella. El macrocosmos no puede manifestarse en su totalidad en una forma cruda, física. Sólo puede manifestar su cámara objetiva de la mente, la Chitta, en una forma física. Sólo con la evolución posterior puede la inteligencia de l

macrocosmos, evolucionando a través de un microcosmos, evolucionar la cámara subjetiva de la mente hacia el Aham y el Mahat. La inteligencia de los instintos es guiada y regulada por la Mente Macrocósmica. Su propósito es impulsar la mente del organismo hacia adelante en la cadena evolutiva de modo que con el tiempo la auto-conciencia se pueda desarrollar.

Basta contemplar la perfección de la Mente Sensorial en los seres pre-conscientes. Una semilla sabe exactamente cuándo es el momento de brotar, y todos sus procesos para convertirse en una plántula y luego en una planta completa, están perfectamente manifiestos. Una tortuga de mar sabe después de salir de su huevo que debe ir directamente al océano. Más tarde en la vida, sigue las vibraciones electromagnéticas del planeta para volver año tras año y aparearse en el mismo lugar en el océano. O un mamífero bebé; ya sabe que tiene que alimentarse de su madre. Todos estos ejemplos, y millones de otros, todos funcionan de manera armoniosa y sin tener que pensar o aprender la actividad de manera

consciente y voluntaria. Es verdaderamente la inteligencia latente de la Mente Macrocósmica, la que está tratando de evolucionar en sí, de nuevo hacia su origen por medio de la evolución microcósmica.



## Los 4 vrttis del Muladhara - Kama, Artha, Dharma y Moksha

El Vórtice Muladhara es la base y la estación de relevos para todos los deseos y direcciones de la mente humana. Los cuatro vrttis direccionales de este vórtice son Kama-el deseo físico; Artha- o deseo mental; Dharma deseo psico-espiritual; y Moksha- deseo espiritual puro. Un ser humano sin desarrollo mental sólo tiene deseos físicos. Un ser humano con un poco de inteligencia y autorreflexión desarrolla muchas necesidades mentales y emocionales. Una persona intuitiva está siempre deseando estar más cerca del espíritu, mientras que los seres humanos más desarrollados desean sólo la liberación espiritual, el nirvana o Moksha. El Muladhara es el "cuadrado" fundamental que

forma las 4 grandes direcciones de la mente. Este cuadrado fundamental tiene las cualidades básicas de toda la existencia microcósmica. Todos los estados posibles de existencia microcósmica se expresan a través de esta base física. Kama es la orientación de la mente sensorial hacia el mundo físico. La Mente Sensorial obtiene placer y sustento de los sentidos. Los deseos del Kama vritti son simples instintos, cableados que nos ayudan a relacionarnos con el mundo físico. Tenemos hambre, miedo, deseo sexual, etc. Es nuestra naturaleza animal que busca el bienestar físico. Artha es la etapa en la que la mente conceptual se deriva no sólo del placer, sino de su identidad psicológica y significado personal, partiendo desde el reino de las ideas sobre el mundo físico y el entorno social. Es más mental, conceptual y con orientación psico-social. Uno tiene un nombre, un trabajo y una identidad interna. Es la etapa en la que se cultiva el intelecto o la conciencia auto conceptual, a fin de comprender la naturaleza del mundo y el ego personal, a través de conceptos más abstractos y deseos sutiles incrustados en el intelecto creativo. Dharma es el movimiento de la mente conceptual hacia el desarrollo espiritual intuitivo. Este flujo psico-espiritual del Dharma es el esfuerzo de la mente Aham-intelectual para comprender la naturaleza espiritual y el significado de la existencia. Uno cultiva una intuición de lo que no se percibe físicamente; el propósito profundo, la belleza moral y la intuición de un orden divino. Moksha es el anhelo de emancipación absoluta de todo el mundo relativo, la unión con la conciencia incondicionada y pura. Aquí la mente ha recorrido todo el espectro de bienestar y se ha manifestado en todos los potenciales necesarios para interactuar y comprender los niveles de la realidad. Después de haber atravesado el espectro de la existencia humana, ahora se desea completar el ciclo de la existencia, la muerte y el renacimiento, hacia un retorno a la conciencia absoluta e incondicional más allá del alcance de lo finito, más allá de la existencia relativa. Puede parecer extraño que el vórtice Muladhara, la estación más baja de la mente, que controla el cuerpo físico y sensorial de la mente, es la raíz de todas las propensiones humanas. Uno puede preguntarse: "¿Cómo es posible que las propensiones más sutiles, tales como los de Dharma y moksha estén enraizados en el

Muladhara?" Todo deseo es un deseo de expansión y liberación de las limitaciones, ya sea que hablemos de los deseos físicos, psíquicos o espirituales. Los deseos físicos son un intento de ayudar a la mente a ampliar su ámbito en el reino físico. Los deseos psíquicos dirigen la mente hacia la expansión psíquica con el fin de liberarla de las limitaciones mentales. Los deseos espirituales lo liberan a uno de la ignorancia espiritual y el sufrimiento existencial. Incluso los deseos en los niveles básicos de la existencia son deseos para expandir nuestras limitaciones.

El deseo físico, o Kama vritti, es la forma en que la mente expresa su anhelo de expansión cuando se encapsula en el mundo físico. La mente Macrocósmica es la esencia de la mente microcósmica. Todo su potencial inmenso está latente en el microcosmos, a la espera de que el tiempo y la evolución manifiesten este potencial dentro del receptáculo microcósmico. La Mente Sensorial es la manera en que la inteligencia Macrocósmica se expresa mientras está atada al factor sólido y al cuerpo físico. La mente, en este nivel, depende de la estructura física de un sistema nervioso con órganos sensoriales y motores. Eso sí, debido a que está atado al ámbito físico, debe utilizar órganos físicos con el fin de expresarse. Un yogui que sólo busca el Dharma y moksha todavía tiene un cuerpo físico, y estos vrittis acondicionan el cuerpo físico de tal manera que el cuerpo y el sistema nervioso pueden canalizar una tremenda fuerza espiritual. Si el cuerpo no pudiera acomodar estos vrittis mayores con sus modos cognitivos y emotivos avanzados, entonces no tendríamos un cuerpo capaz de experimentar estados superiores de conciencia. La mente humana es una arquitectura diseñada desde lo alto para relacionarse armónicamente con el aquí y ahora del cuerpo físico.

La raíz del deseo infinito está presente en la mente sensorial, pero la mente en este momento sólo conoce el mundo físico. Sin embargo, detrás de los deseos físicos están los anhelos de algo más grande. La vida y la mente, obligadas por la fuerza de Shakti hacia la involución, deben pasar por esta etapa de evolución con el fin de desplegar sus potenciales más altos.

La mente microcósmica, como se describe por Anandamurti, es una "entidad relativa, funcional, y en constante cambio." Es relativa en el sentido de que no es absoluta; se expande y evoluciona. La mente es relativa y siempre-cambiante ya que a lo largo de su viaje nunca puede estabilizarse en un momento por un período indeterminado de tiempo, ya que su tendencia innata es la expansión. Y la mente es funcional y no sólo en el sentido en que percibe, piensa, desea, etc., sino que su función última es ser un vehículo para realizar a Brahma, para reunirse con la Conciencia pura.

Cada una de las 4 etapas (Kama, artha, Dharma y moksha) progresa y evoluciona una de la otra. A pesar de que se pueden ejecutar en paralelo entre sí, una tendencia más elevada no puede empezar a manifestarse hasta que un grado requerido de desarrollo se logra en las etapas precedentes. Por ejemplo, el Dharma no puede empezar a manifestarse hasta que la mente ha experimentado una expansión mental primaria. Es impensable que una mente que funciona principalmente a través de los sentidos podría hacer un salto a un modo intuitivo, psico-espiritual, sin haber pasado antes una gran cantidad de expansión cognitiva y emocional.

Kama es psico-físico en el sentido en que la mente se ocupa exclusivamente con fenómenos objetivos, sensoriales. Aquí, la mente se mueve hacia la materia. A través de choque y cohesión, como resultado de la interacción con el mundo sensorial, se desarrolla el intelecto y la personalidad auto consciente (artha vritti). El intelecto y la personalidad manipulan y ordenan el mundo sensorial a través del pensamiento y la voluntad. Artha es un sistema de pensar y de sentir para un ego auto- consciente y limitado que nos ayuda a encontrar nuestro lugar en el mundo social.

A medida que el intelecto y la auto conciencia se desarrollan, la mente comienza a darse cuenta de sus propias fronteras y limitaciones, y busca los medios para liberarse de estas limitaciones. Debido a esta tensión interna de la mente con sus facultades y sistemas de auto regulación innatos, ésta busca un orden superior de funcionamiento intelectual y emocional. Esta mayor conciencia de sí mismo puede hacer frente a las luchas y desafíos más sutiles. La



mente aquí se ve obligada a buscar respuestas a confusiones y dilemas existenciales. Los nuevos deseos han causado tensión en la personalidad, y esta personalidad auto-reflexiva busca significado o artha de una manera más interna. La intuición, por lo tanto, comienza a manifestarse con el Dharma vrtti. La intuición no es más que el refinamiento y la intensificación de la inteligencia, que nos ayuda a ver aún más en nosotros mismos y el mundo. A medida que la capacidad intuitiva aumenta, la mente está cada vez menos ligada a los deseos sensoriales y limitados del Aham-ego-intelecto. Este Dharma vrtti intuitivo implica estados auto-reflexivos y morales muy profundos de la conciencia, en los que uno empieza a darse cuenta de su lugar existencial y propósito en un universo ordenado. Uno entiende que uno es un espíritu contenido en el mundo físico

El intelecto representa el poder de la mente subjetiva sobre la esfera objetiva de la mente y los sentidos, con su capacidad de reflexionar y razonar sobre fenómenos sensoriales. Del mismo modo, la intuición es la capacidad del Mahat, profunda e intuitiva, para guiar al Aham-intelecto. El Mahat puede ver con mucha claridad y comprensión el funcionamiento de la Aham-intelecto. El intelecto se ilumina con la intuición de tal manera que comienza a funcionar a un nivel sutil más cerca del reino del espíritu puro, y por lo tanto puede percibir fenómenos con una orientación espiritual. En esta etapa, el nivel de funcionamiento mental está más alejado de la orientación más básica del Kamavrtti y ahora tiende hacia lo espiritual como Dharma vrtti. La mente es "relativa y cambiante" y siempre está en expansión hacia la Conciencia Suprema. Su deseo final es pasar de la orientación psico-espiritual del Dharma a la unión puramente espiritual con la divinidad. Moksha es este deseo de volver a la casa del Infinito. El concepto tántrico de moksha es muy similar a la idea budista del nirvana.

Ahora las funciones básicas de la mente en sus diferentes etapas han sido explicadas. Kama es sensorial- instintiva; artha es intelectual o racional; Dharma es la intuición; y moksha es puramente espiritual. Sin embargo, dentro de estas 4 etapas generales de funcionamiento, hay medios cognitivos y emotivos muy específicos para la orientación

de la mente a los niveles respectivos de realidad en los que está funcionando. Los otros 46 vrttis (50 menos karma, artha, Dharma y moksha) trabajan dentro de estas 4 direcciones generales. Hay muchos vrttis que se expresan y trabajan bajo la dirección del Kama, mientras que hay otros vrttis que resuenan y expresan el sentido del artha, por ejemplo. Uno puede imaginar los otros 46 vrttis como una espiral que asciende desde la base del Muladhara. Los 4 vrttis básicos crean su propio vórtice particular que resuena y califica los otros 46 vrttis potenciales. Como tal, el vórtice Muladhara siempre está resonando con los vórtices superiores, al igual que la realidad física, material, siempre resuena con los planos superiores de la materia sutil y la mente. Este concepto fue llamado paralelismo psico-físico por Anandamurti.

Dentro de estos 4 vrttis básicos se encapsulan todas las otras tendencias que se desarrollan o se manifiestan a medida que la mente se expande y se desarrolla. El Kama, o deseo físico, activa las propensiones del segundo y tercer vórtices. El Artha activa del segundo hasta el cuarto vórtice. El Dharma, o anhelo psico-espiritual tiene principalmente que ver con el cuarto y quinto vórtices. El Moksha, o anhelo espiritual puro, activa el quinto, sexto y séptimo vórtices.

El cuerpo físico y la mente sensorial en el vórtice Muladhara permanecen en el reino físico del factor sólido bajo la influencia de los 4 vrttis generales. La influencia de los 4 vrttis simplemente modifica el cuerpo físico para acomodar el nivel de funcionamiento mental. Kama fluye sólo en la mente y el cuerpo sensorial, y los sentidos simplemente sirven deseos físicos. Cuando el artha o deseo psíquico está guiando a los sentidos, los sentidos se vuelven vehículos para el intelecto. En este punto podemos reflexionar y pensar sobre el mundo externo en lugar de sólo reaccionar instintivamente. Por ejemplo, la mano puede reaccionar instintivamente y retirarse de algo afilado o caliente. También puede servir como una expresión y vehículo del pensamiento cuando la mente hace un plan para tallar una canoa a partir de un plan; la mano sigue y funciona de acuerdo con las ideas mentales que la dirigen. Cuando la intuición o Dharma está guiando

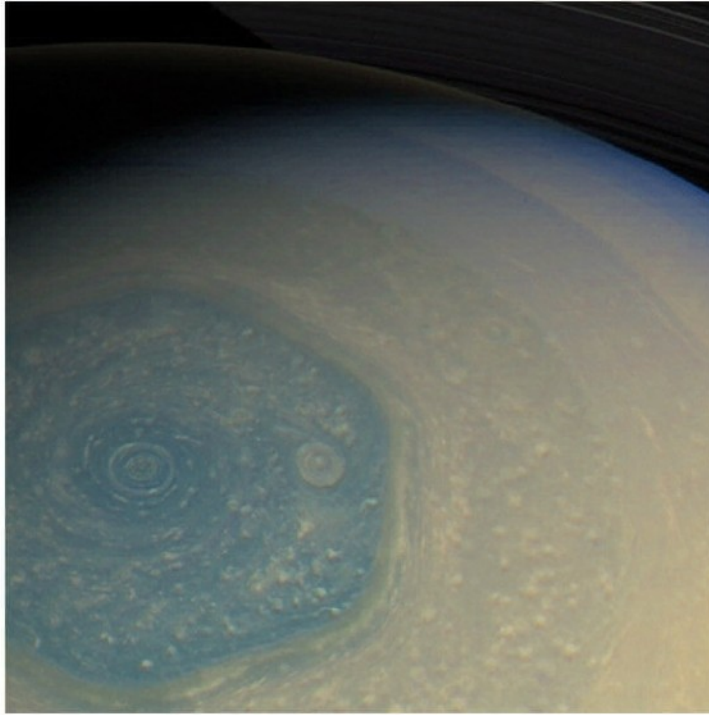
los sentidos, los sentidos se vuelven muy quietos, todavía más vivos y conscientes. Por ejemplo, la parte física puede expresar movimientos gráciles a partir de una canción, música o danza elevadas, que se corresponden con las ideas muy profundas en el alma de uno. Con el Dharma, el mundo externo, tal y como se ve a través de los sentidos, es algo muy fino. Uno puede ver a través de la obra de teatro de los sentidos y ver que cualquier forma de separación en el universo como un simple juego de la mente sensorial. Vemos también que las ondas particulares de la percepción sensorial intuyen que son parte de un vasto océano. La naturaleza es algo hermoso y misterioso. Algo sin imagen está moviendo y proyectando todas las imágenes. Sólo cuando el moksha vritti dirige la mente la mente sensorial queda trascendida por completo, ya que la totalidad de la mente se funde en Shiva.

En la práctica de yoga, la mente sensorial y sus órganos sensoriales y motores siguen desempeñando un papel vital en el cultivo de los vrittis mayores de artha, Dharma y moksha. El cuerpo es un vehículo para la mente. El Tantra yoga es la ciencia de usar el cuerpo y la mente como vehículos para la conciencia. La práctica de asana posiciona el cuerpo, con sus órganos sensoriales y motores, para redirigir las energías vitales, físicamente orientadas, hacia adentro. Incluso para llegar a etapas profundas de la meditación, es necesario acomodar el cuerpo y los sentidos, para facilitar y crear estados físicos de expresión hormonal que se correspondan con los estados espirituales de la mente.

Una nota importante se debe hacer antes de examinar aún más las características específicas de los vórtices y vrittis. La explicación de las tendencias asociadas con la mente en cada vórtice se simplifican en gran medida, debido al hecho de que hay una dinámica muy compleja de asociación entre todos los vrittis, tanto dentro de sus respectivos vórtices y como con los demás.

No hay una línea absoluta y aislada para la manifestación de los vrittis; En su lugar, todos ellos interactúan y se califican entre sí. Aunque se trata de una regla general el que nos movemos de vórtice en vórtice, hay interacciones muy complejas entre ellos. Las

siguientes descripciones de estas propensiones son teóricas, en cuanto a que se trata de un intento de explicar cada tendencia en sí misma, sin la influencia de los otros. Al examinar las tendencias de los vórtices mayores se hará referencia a cómo se produce esta interacción compleja. Si sólo hubiera 50 propensiones básicas que funcionaran en todos los seres humanos sin un intrincado mosaico de combinaciones entre ellos, las personalidades de los humanos serían bastante simples y monótonas. Lo que hace a cada carácter o personalidad tan única en su complejidad, son las enormes variaciones de la agrupación de las propensiones que conforman una mente particular.



## **El Vórtice Svadhista**

Dentro del genoma humano se encuentra un registro de todas las formas previas de la vida; desde el humano, a los homínidos, al monstruo de Gila. Toda la vida ancestral está contenida dentro de nuestra pequeña existencia microcósmica, grabada en nuestro ADN. Después de pasar por tan diversas experiencias de vida como microbio, planta, reptil y mamífero, la mente microcósmica finalmente se hace consciente de sí misma. Ahora que hay una corteza cerebral más compleja desarrollada sobre el encéfalo reptiliano y el cerebro medio, la inteligencia del Aham comienza a evolucionar y a reemplazar los instintos ciegos de la Mente Sensorial y de la Chitta. Ahora hay pensamientos, sentimientos y otras cualidades de la consciencia mental subjetiva, subjetiva que empiezan a influir en el organismo biológico. La consciencia humana es clara y sensible, consciente y auto-reflexiva, a medida que la cámara subjetiva de la mente comienza a tener influencia sobre la cámara objetiva.

El ser humano ocupa un lugar único, aunque extraño, en el espectro de la evolución macrocósmica. Plotino dijo que los humanos existen en algún lugar entre el nivel de los dioses y el de las bestias.

El humano no existe más en un jardín del Edén, guiado únicamente por el instinto, privado de auto conciencia, y completamente fusionado con la naturaleza, con la creación de Shakti. Tampoco nos encontramos completamente refugiados en la conciencia trascendental de Shiva, utilizando toda nuestra capacidad intelectual e intuitiva, y liberados del instinto y los apegos ciegos. Más bien, constituimos una mezcla particular, una aleación de animal y dios, de instinto y razón. Nuestra evolución es incompleta, nuestro resplandor espiritual está apenas comenzando a emerger de la oscuridad del inconsciente.

El ego emergente, con su Mente Conceptual, está ahora separado de su fusión inconsciente e instintiva con la naturaleza. El Aham, con su autoconciencia y necesidades existenciales, está más abstraído del simple aquí y ahora de la vida animal. Sin embargo, la mayoría carece de la intuición para ver más allá de los límites intelectuales del Aham hacia una mayor unión consciente con el Macrocosmos. La evolución y la sanación de nuestra separación consisten en una progresión y expansión del Aham separado hacia una mayor y más armónica unión con el universo creado. Nuestra liberación requiere que cultivemos adecuadamente el desarrollo del amor universal, que penetra a toda la naturaleza y a la sociedad humana, que nos une con otros en una manera espiritual. Para un ser humano, ciertamente no puede haber libertad real en la juega sensorial ilimitada. El propósito y plan de la evolución de la conciencia humana no es el retroceder de nuevo a la impulsividad inconsciente, ni el sostenerse a sí mismo a la defensiva en su estado actual. La vida es un movimiento y flujo evolutivo. La evolución espiritual y psicológica es el proceso de desarrollar Autoconsciencia y confianza en uno mismo, mientras se existe en armonía con los demás.

La palabra en Sánscrito para denominar al ser humano es "*manusa*", que significa "ser en el que prepondera la mente". Los seis vrttis del vórtice Svadhistana son las tendencias más básicas y fundamentales que puede tener un ser en el que prepondera la mente, y su propósito es el de servir y proteger la evolución continua de la consciencia humana. Es fácil verlos como refinamientos de los

mecanismos auto-defensivos y de preservación encontrados en los primates y otros animales. Una mente humana tiene una noción más compleja del ser, y sus impulsos fundamentales de auto defensa no son simplemente sexo, miedo y agresión. Nuestras defensas distintivas llevan por encima la estampa de la complejidad humana y la Auto- consciencia, por encima de los instintos puramente animales. Ellas protegen al recién emergido ego de los peligros que amenazan su integridad psicológica, evitando así, que la mente se hunda de regreso a la etapa carente de auto conciencia, donde sólo hay instinto confundido y desenfrenado. Svadhistana, de acuerdo a su función, significa literalmente "auto establecimiento". Se trata del auto-establecimiento de la mente con una noción de Auto-consciencia, o Mahat, el "Yo" subjetivo. Sin embargo, el Aham está aún atado fuertemente a la Chitta, orientada instintivamente, como para que haya un entendimiento claro y profundo del "Yo" interno. El estudio de las propensiones del vórtice Svadhistana ayudan al sadhaka a entender los deseos esenciales del Svadhistana. Un intelecto enfocado puede lograr introspecciones sobre la naturaleza de las propensiones ocultas, con un poco de ayuda de este estudio práctico y psicológico de estas propensiones. Al saber lo que son y para qué existen, podemos entender nuestros complejos personales, a la luz de un entendimiento más amplio de la naturaleza humana.

El vórtice Svadhistana expresa la Mente Conceptual y es un vehículo para que esta mente exprese su particular inteligencia dentro de la personalidad emergente. La mente ya no se guía solamente por los instintos psicológicos fijos de la Chitta. La mente auto establecida del Svadhistana es arrojada fuera del Edén instintivo y forzada a enfrentar la dualidad, y realizar elecciones en un mundo humano conceptual más consciente. En esta dualidad uno está muy agudamente consciente de la separación, y hay mucha ignorancia e inseguridad impidiendo el desarrollo armonioso de la mente del Svadhistana en proceso de auto- establecimiento. La Mente Macrocósmica debe guiar este proceso de auto-establecimiento que es asediado por tanto choque externo y confusión. La mente conceptual ha recibido una chispa de la auto-consciencia, el intelecto y el amor humano de Shiva, que nos ayudan en este viaje. La mente

conceptual puede pensar y planear, así como sentir y amar; ya que es inteligente y consciente de sí misma. Aún existe dualidad entre yo y el otro, entre el exterior y el interior, pero también existen las herramientas para resolver estas limitaciones naturales. Esta separación del mundo de "allá afuera" permite que al intelecto acumular conocimientos y experimentar relaciones sociales e interpersonales más complejas. Si el desarrollo humano es armonioso y equilibrado, nuestra razón y sentimiento humano aumentan, y hay una mayor sensación de unidad con el universo, la Mente Macrocósmica de Brahma.

Esta habilidad de la mente para abstraerse de los sentidos y el cuerpo mediante el pensamiento, planeación y voluntad, también da origen a un concepto abstracto del ser: la personalidad. La mente ahora tiene cualidades personales conscientes. Ahora somos seres con las

necesidades propias de una persona: seguridad, amor, sentido de pertenencia, y propósito. Dicho concepto del ser apenas está surgiendo, y el vórtice Svadhistana necesita asegurarle un sustento firme que le sirva de base. Así como en la vida en el vórtice Muladhara, el animal necesita seguridad de los peligros físicos para continuar su existencia, la mente sensorial intelectual del vórtice Svadhistana necesita seguridad psicológica y un desarrollo social e intelectual apropiados. La función única del Svadhistana es proveer esta base de seguridad psicológica para el recién emergido ego. El tener esta base racional, así como seguridad psicológica y emocional, asegura que esta delicada consciencia emergente sea capaz de experimentar más vías de desarrollo intelectual, cultural interpersonal y emocional.

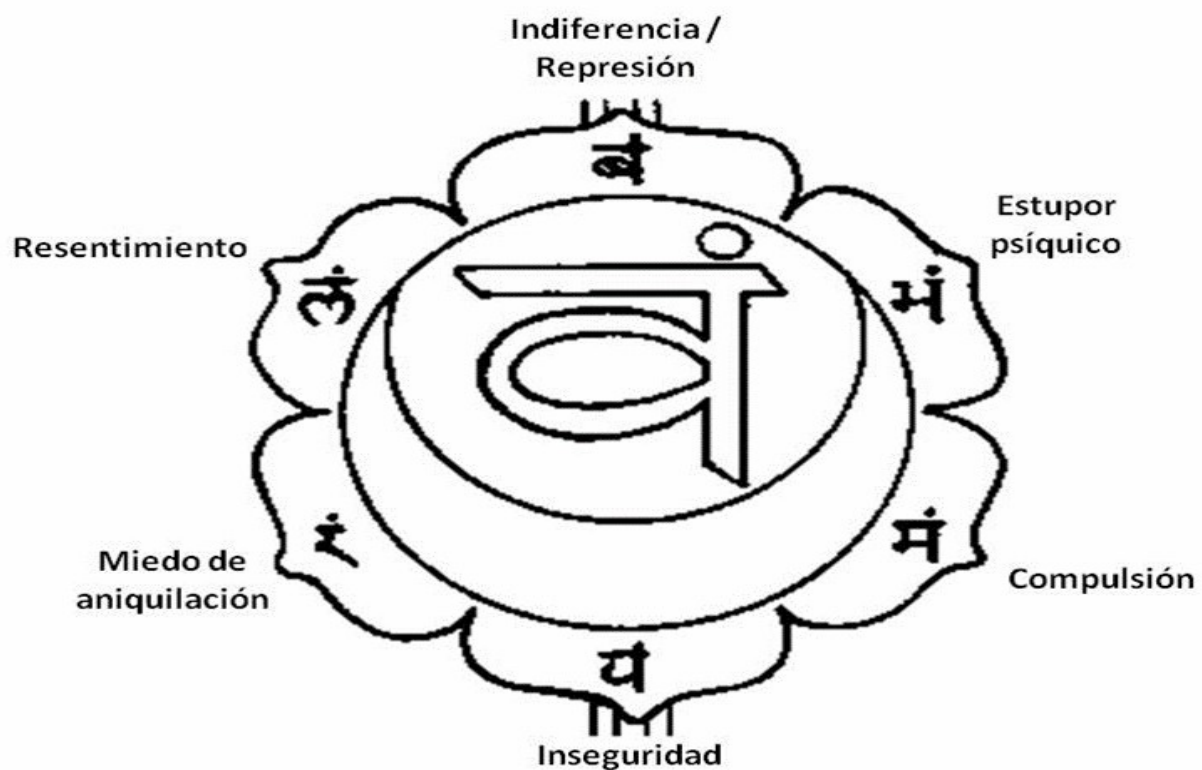
Toda la inteligencia de la mente sensorial intelectual es utilizada con este propósito. Cuando se dan las condiciones apropiadas para que esta mente pueda funcionar de manera completa, sin obstáculos, puede continuar el despliegue de potenciales superiores. Una mente que tiene estas necesidades fundamentales de seguridad satisfechas puede ciertamente desarrollar la auto-confianza suficiente para que el ego continúe su crecimiento. Los vrttis del tercer y cuarto vórtices se



incrustan en la personalidad del Svadhistana y la guían hacia su plenitud. Una persona con un vórtice Svadhistana balanceado se sentirá segura en el mundo, y creerá que hay bondad en él y también en sí misma. Habrán seguridad y habilidad, así como racionalidad. El Svadhistana balanceado emocionalmente, práctico y racional, nos mantiene mentalmente balanceados, sin tener proyecciones irracionales y proyecciones emocionales dañinas. Es solamente cuando la mente carece de estas cualidades fundamentales, que el Svadhistana usa sus mecanismos de defensa innatos, para compensar una inseguridad emocional o confusión mental en nuestro ser. Estos mecanismos son los seis vrttis del vórtice Svadhistana.

Aun cuando la mente Conceptual involucra los procesos de conciencia y razonamiento, la mayoría de su actividad se encuentra todavía funcionando en una manera inconsciente e instintiva. La mente en este estado evolutivo está apenas comenzando a expresar auto conciencia. Debido a esto, aunque los recursos de esta mente se encuentran disponibles, existe poca capacidad para utilizarlos. Una mente fuerte estará menos influenciada por estas propensiones debido a su auto- confianza y fuerza mental, mientras que una mente más débil se verá afectada por ellas. Las propensiones del Svadhistana pueden secuestrar a la Mente Conceptual y forzarla a operar bajo el control de estos instintos. Solamente cuando la mente ha trascendido la manipulación de estos vrttis, las habilidades cognitivas de este nivel pueden ser completamente utilizadas, en lugar de ser controladas por los vrttis. Recordemos cómo los vrttis son remolinos que generan distorsión en el campo mental. Este modelo aplica para todos los vórtices y niveles de mente. En cualquier nivel, la mente tiene la capacidad de acceder con plenitud a sus recursos cognitivos sólo en la medida en que exista menos distorsión por parte de los vrttis. La expresión de un vrtti es un instinto emocional que ayuda a la mente a relacionarse con su respectivo nivel de realidad cuando sus recursos cognitivos no son suficientes. Por tanto, la activación de los vrttis en el vórtice Svadhistana, lugar del asiento de la mente racional y fundamento de la personalidad, debilita las facultades de la mente haciendo que se exprese de una manera irracional. Cada vrtti tiene su "razón" de ser, en cuanto a que tiene un

propósito compensatorio muy definido de auto-protección. Debido a que estos vrttis responden a situaciones de miedo e inseguridad, que han amenazado nuestro armonioso auto- establecimiento, ellos reaccionan ciegamente a estas situaciones con una "irracionalidad" instintiva.



## **Las propensiones del Svadhistana**

### **Indiferencia / Represión**

El primer vritti del segundo vórtice es la indiferencia o represión. Una mente que se encuentra luchando para desarrollar el fundamento de su personalidad, con certeza encontrará situaciones en las que su estabilidad y seguridad emocional se vean amenazadas. Cuando algún acontecimiento amenaza su estabilidad y balance, la mente puede simplemente actuar de manera indiferente hacia el efecto que ha producido este estímulo. Una persona indiferente puede sufrir grandemente o haber sido extremadamente afectada por algún abuso físico o psicológico, un insulto o por el ser ignorada, y expresar ninguna preocupación aparentemente por el estrés que esté experimentando. Cuando la indiferencia se expresa hacia uno mismo puede tomar la forma de represión. Cuando esto sucede, los pensamientos, sentimientos y memorias que causan dolor o incomodidad son simplemente censurados por el ego. En vez de que la mente se vea sobrepasada por las impresiones negativas de sufrimiento en el mundo, en la familia, o dentro de la persona, ésta encuentra una forma de sentirse indiferente hacia estas impresiones dañinas.

Tomemos el caso de una persona que ha sido maltratada o abandonada y, como consecuencia, ha perdido la confianza y la habilidad de formar relaciones cercanas con otros. Quizá esta persona quiere amar y ser amada pero, en cambio, siempre ha encontrado dolor. La consecuencia es ciertamente un gran trauma para la personalidad que necesita amor y confianza para desarrollarse y expandirse, y para tener la confianza para dar amor. Para compensar esta gran pérdida, la persona puede desarrollar falta de preocupación por los demás. La atención hacia otros no se da verdaderamente debido a este complejo. Al estar fijado en las necesidades propias, uno no ve las necesidades de los demás y quizá aún uno puede imponerse a los demás con sus propias necesidades ciegas.

Esta tendencia no es algo que se piense y decida conscientemente, como cuando uno decide simplemente no escuchar las molestas quejas de un vecino. Este vrtti es un mecanismo que está incrustado en un nivel más profundo en la mente para evitar que un estresor distorsione, confunda, o incluso consuma al ego emergente. Como el vórtice Svadhistana sostiene la estructura básica y fundamental de la recién nacida personalidad, uno puede entender la manera en que las propensiones ayudan a la preservación de tan delicada y tenue estructura. El vrtti de la indiferencia no es simplemente la supresión consciente de una percepción o pensamiento interno indeseado, sino una defensa muy profunda e instintiva contra cualquier cosa que amenace la solidaridad estructural de la personalidad.

Debe quedar claro que esta propensión no sólo funciona en relación con las otras propensiones del segundo vórtice. Uno puede ver claramente esta tendencia funcionando en gente con personalidades más complejas y desarrolladas. De hecho, entre más compleja sea la personalidad, ésta se vuelve más susceptible a perturbaciones psicológicas más sutiles. En este contexto podemos ver la manera en que el vrtti es responsable del fenómeno de represión psicológica. Ciertamente, una forma de negar el efecto de una situación o pensamiento interno perturbador, que no coincide con el auto concepto, es simplemente reprimirlo. Con la represión hay un sistema de compensaciones armado para dirigir la mente hacia otra dirección, para reprimir el dolor, el sufrimiento o los deseos e impulsos indeseables. El complejo siempre tratará de proyectarse en otro lugar. El rango de esta represión varía de acuerdo a la intensidad del trauma. En un nivel menor de intensidad, uno puede reprimir una experiencia dolorosa que afecta a cierta parte de la personalidad, pero se es capaz de reprimir el dolor y seguir funcionando, aunque sea de una manera un poco neurótica. En el otro extremo se encontraría la psicosis, donde el estresor es tan fuerte que la mente Svadhistana en proceso de establecimiento comienza a distorsionarse y fragmentarse.

El fenómeno de la indiferencia o represión se comporta como una gran piedra debajo de la superficie de una corriente. Uno no puede

verla, pero sus efectos son evidentes. La indiferencia, al igual que los demás vrttis inferiores, "cobran" su cuota en la mente, ya que su naturaleza reactiva implica forzar o distorsionar un cierto estado mental. ¿Puede llegar un momento en que esta energía reprimida quiera salir a la superficie? ¿Puede acaso la corriente de conciencia moverse un poco más profundamente y arrancar esta enorme y densa piedra? Mantener escondida la realidad requeriría aún más represión. Sin embargo, esta tensión también puede manifestarse en una gran variedad de síntomas físicos o mentales.

La única forma de transmutar y transformar este vrtti es siendo capaces de verlo. Sin embargo, el ego construye todo tipo de estructuras para no tener que ver aquello que es tan doloroso. De hecho, una gran parte de la personalidad se basa en una reacción a sufrimientos pasados. Abrir esta caja negra requiere de la capacidad de sustituir esas defensas y falsa seguridad del mecanismo de represión, con una forma de seguridad y un significado más profundo y consciente. Uno debe encontrar las necesidades esenciales del Svadhistana en el amor, el sentido de pertenencia y la auto-consciencia racional. Entre más se encuentre un sentido de establecimiento de su ser en estas cualidades, más podrán estas represiones salir a la superficie para poder ser asimiladas y procesadas por los niveles más elevados de la mente que guían a la Mente Conceptual y al vórtice Svadhistana. Establecer un verdadero significado y amor es antitético a la indiferencia, y las paredes de defensa egoísta gradualmente comienzan a romperse. La cura para cualquier desbalance en el vórtice Svadhistana es reemplazar los vrttis compensados por sus necesidades esenciales. Cuando los vrttis del Svadhistana no están creando un tornado en el campo mental, los vrttis más elevados pueden imponerse sobre el Svadhistana. El amor, la seguridad y la introspección racional pueden guiar a la Mente Conceptual y al vórtice Svadhistana de manera que el desarrollo psicológico no está obstaculizado por los complejos de estos vrttis defensivos.

Estupor psíquico / Inercia

La indiferencia o represión permite que la personalidad mantenga su equilibrio, negando los efectos de las situaciones amenazantes o de los estados internos peligrosos de la mente. A pesar de que la mente puede llegar a bifurcarse debido a la expresión de alguna tendencia, todavía existe la capacidad de mantener un concepto de sí mismo, aunque con cierta patología. Cuando hay tanto sufrimiento, confusión y miedo, la mente puede reprimir estas emociones debilitantes al compartimentarlas en otra parte de la personalidad. La mente puede simplemente negar las memorias dolorosas, los pensamientos tabú o los impulsos oscuros. Sin embargo, con la inercia, el ego se torna tan indiferente y exclusivamente absorto en sus conflictos que simplemente queda succionado en un vacío mental negativo. La personalidad se encuentra tan abrumada que simplemente deja de funcionar.

Este tipo de vacío no es igual a la melancolía, un vritti del 3er vórtice, en el cual el auto-concepto de la persona se ve afectado y aturcido por un fuerte sentimiento de depresión. La inercia es un tipo de depresión más pesado. Con el vritti de la inercia toda la base del ego se ve afectada a tal grado que la personalidad cambia al modo básico, donde no hay tanta auto-reflexión con pensamientos y emociones dolorosas. Es un tipo de depresión extremadamente pesada, casi catatónica, en donde se embotan casi todas las funciones cognitivas superiores de la mente conceptual quedando ésta, incluso, casi totalmente inactiva. La persona puede andar por la vida mecánicamente, comer, dormir, e incluso trabajar, sin siquiera pensar o realmente desear nada. La vida continúa, pero de una manera tan deprimida y desanimada que la persona en crisis inconscientemente prefiere caer en un estado de semi- inconsciencia que tener que asumir la responsabilidad de estar consciente y realizar elecciones. Aquí es donde las compulsiones ciegas y la paranoia pueden entrar en la mente. En ausencia de paranoia o compulsión, la mente sólo continúa cayendo en un estado parecido a la esquizofrenia catatónica en donde se abandona completamente la propia realidad.

La inteligencia de la mente conceptual puede tratar de distorsionar y evadir el estado doloroso de la mente usando otras propensiones como mecanismos de defensa. Cuando la paranoia y la compulsión tratan de despertarlo a uno de este "sueño" existencial vemos que "una mente ociosa es el taller del diablo". Como pronto veremos, el vórtice Svadhistana tiene muchas otras defensas que pueden funcionar simultáneamente. Estos complejos continuarán expresándose por tanto tiempo como la mente continúe viendo el mundo como algo muy doloroso, hasta que aprenda a responder en otra manera.

## Compulsión

En el proceso de auto-establecimiento de la personalidad, el auto concepto se encuentra fuertemente definido por su relación con su ambiente social. Esto es verdad tanto si estamos hablando de la evolución de la raza humana entera pasando por la etapa de Svadhistana, como del desarrollo de un individuo desde la infancia hacia la madurez. Ningún ser nace liberado, más bien uno nace para experimentar la liberación. En el nivel de desarrollo del Svadhistna, el sentido del "yo soy" no está completo en sí mismo, sino que requiere de referencias externas para calificarse. Cuando la personalidad está bien ajustada, existe un sentimiento de seguridad, de pertenencia a una familia o grupo social que le otorga al individuo una referencia saludable a su realidad. El ego en esta etapa es muy dependiente de su entorno inmediato de socialización, ya sea el clan, familia, nación, etc. Mantener este lazo fuerte y definido solidifica la identidad en algo más grande que uno mismo. Cuando dichas condiciones básicas de seguridad y pertenencia no existen, la mente necesita encontrar una forma de obtenerlas. La compulsión lleva a la personalidad a forzar estas necesidades existenciales básicas en la forma que sea necesaria. En estos casos, la mente puede apegarse compulsivamente a una imagen social pre-fabricada, o quizá a una imagen del ego

rígida, aislada y auto- defensiva. La compulsión también ataca los hábitos o placeres sensoriales y los explota con su desesperación.

La compulsión reduce las posibilidades de elección en una mente encarada con la desbordante e inescrutable totalidad de la experiencia humana. En lugar de que la persona insegura tenga que utilizar su propia racionalidad y seguridad en sí misma para adaptarse y escoger un modo de ser en particular, la compulsión reduce esas inmensas posibilidades aferrándose desesperadamente a una faceta del potencial completo del ser. La compulsión es uno de los principales vrttis que sostienen la estructura del ego inseguro en expansión. Visto desde una etapa más elevada de madurez psicológica y espiritual, esta tendencia confina y obstaculiza el florecimiento del carácter al compartimentar la personalidad en una imagen aislada y algunos impulsos de donde pueda sostenerse. Pero, ¿en dónde encontrarían las masas de la humanidad la seguridad, de no ser por las liturgias repetitivas y aparentemente absolutas de las tradiciones, la religión o la política? No obstante, hay un gran peligro cuando hay una decadencia cultural y una pérdida del sentido profundas en la sociedad, en donde ya no hay sistemas efectivos para evitar que las masas ciegas e impulsivas caigan en patrones mentales compulsivos rígidos, conductas patológicas, o adicciones peligrosas. En el nivel del Svadhistana, la caída de la cultura representa la caída de la persona. Todavía no existe suficiente fuerza y creatividad en el ego del Aham para encontrar canales creativos de expresión y resistir una caída de la cultura.

De nueva cuenta, tenemos que esta tendencia no está activa solamente en los niveles más básicos de la mente en auto establecimiento. También puede estar muy activa en personalidades más maduras. Este vrtti frecuentemente compensa al ego frágil y débil que apenas se mantiene integrado. Si la mente puede reunir toda su fuerza y concentrarla en una imagen o hábito en particular, queda calificada por ese hábito, símbolo, o forma de ser, en proporción a la cantidad de energía que haya canalizado hacia él. Aquí, en lugar de experimentar el arrastre de la entropía y la degeneración, la mente desarrolla un momento de extroversión. Se



trata de un intento desesperado de mantener junta la solidez estructural del ser, desarrollando un apego compulsivo hacia algo distinto de sí mismo. El objeto puede ser algo físico como una sustancia, una acción o patrón de comportamiento, o una idea fija, fanática y dogmática a la que uno se aferra para tener algo en qué creer.

La compulsión puede dominar a todas las demás fuerzas de represión cuando la mente necesita desesperadamente una experiencia intensa para dominar los efectos de la inercia y de la depresión. Lo que antes era conciencia, una construcción que inhibe o canaliza los impulsos ciegos, puede simplemente ser olvidada o argumentada. En un crimen pasional, por ejemplo, la conciencia es totalmente anulada. Si hablamos de los hábitos compulsivos comunes, un nivel más sofisticado e inteligente de la personalidad puede inventar excusas, argumentos, proyecciones y distorsiones de manera que la expresión desesperada, tabú, y compulsiva pueda existir lado a lado con la imagen social del ego. La duplicidad y la argumentación, por ejemplo, son tendencias del vórtice Anahata que permiten un nivel de argumentación, represión y distorsión muy sofisticados, que mantienen al ego inconsciente de las tendencias que realmente lo están motivando. En estos casos, las tendencias inconscientes y oscuras continúan expresándose, mientras que la parte más inteligente de la personalidad en el vórtice Anahata y el nivel intuitivo de la mente se utiliza para fabricar excusas y justificaciones. Esta dualidad es común en casi todas las personas en algún grado, siempre que hay una brecha entre lo que uno es en el interior y que uno es en el exterior. Liberar a la compulsión ciega y sus defensores es un gran salto en la evolución personal de la conciencia. Esto es frecuentemente un gran inconveniente, incluso terrorífico, que presenta mucha resistencia. Esta liberación requiere ver, aceptar y en última instancia entender los complejos que llevaron a la mente hacia los hábitos o adicciones compulsivas.

La compulsión puede incluso agudizarse en tendencias puramente sensuales que yacen en el dominio del Kama vrtti (deseo físico). Y como todos los que están familiarizados con los vórtices asocian a la

sexualidad con el segundo vórtice, ¿qué mejor ejemplo de compulsión podemos dar que el comportamiento sexual? El deseo sexual es una tendencia del primer vórtice dentro del Kama vrtti. Esto no significa que la sexualidad pueda expresarse exclusivamente en los niveles más básicos de reproducción y gratificación sensorial. La sexualidad básica e instintiva puede calificarse por vórtices más elevados también. La compulsión se sublima en el deseo de apreciar formas bellas y atractivas (tercer vórtice), y a un nivel más elevado de intimación interpersonal (cuarto vórtice). La compulsión sexual es una mezcla de la complejidad mental del Svadhistana con lo que es fundamentalmente un deseo sensual y animal del Muladhara (primer vórtice). La compulsión sexual no es un deseo de propagación animal, sino un desesperado intento de la mente de establecer una base para sí, a través de un contacto intenso con los propios instintos naturales reprimidos. La compulsión nunca será amor, ni siquiera romance. El peligro es que otros vrttis del Svadhistana, como la represión o la falta de confianza, pueden empezar a expresarse y aliviarse aparentemente a través de la sexualidad compulsiva.

Cuando no existen vías con un significado verdadero de expansión emotiva y cognitiva, para que la mente pueda fluir, ésta puede regresar a buscar su fundamento psicológico en los sentidos. Y ¿qué medio de gratificación existe que sea más próximo e inmediato que el propio cuerpo? Indudablemente no se trata de la ecuación más saludable que uno pueda realizar inconscientemente, sin embargo, en nuestra sociedad es muy frecuente y, en ocasiones, hasta glorificada. El peligro de esta ecuación, o de cualquier otra que la mente haga para compensar su inseguridad y falta de significado a través de cualquiera forma de compulsión sensual, es que el cuerpo está diseñado para acomodar los deseos de la mente sensorial, no las compulsiones de la mente sensorial intelectual. La sexualidad es natural, disfrutar la comida también; pero compensar la falta de significado a nivel psíquico mimando a la mente sensorial es una sobrecarga para el cuerpo. Los deseos psíquicos, artha vrtti, necesitan encontrar su compensación en el nivel mental, existencial. Canalizar esta energía mental, más elevada y potente, en los sentidos, siempre va a causar que el cuerpo se extenúe y enferme. Comiendo

compulsivamente uno intoxica y daña los órganos digestivos y uno se vuelve obeso. A través de la sexualidad compulsiva uno puede también dañar y debilitar el hígado, riñones y los órganos reproductivos, y agotar la energía vital.

Nunca he tomado el llamado "Tantra sexual" en serio. En primer lugar, porque las únicas personas que he conocido que practican tales cosas nunca han sido muy equilibradas. Claro que hablaban de la conciencia y el amor y la transmutación y todas esas cosas buenas, pero era demasiado obvio que no eran más que adictos al sexo impulsados por las emociones inconscientes. Ellos siempre dejaron en sus acciones un rastro de daño. Puede ser que alguna vez hayan existido prácticas más conscientes, que realmente no atraparan a la gente en sus compulsiones, pero si en realidad eran veraces, tendrían que haber tenido su base en yama y niyama, la base ética para la práctica del yoga. La mayoría de las relaciones sexuales en última instancia, conducen al sufrimiento. Se trata de una transgresión de ahimsa o la "no violencia", para proyectar los propios impulsos egoístas en otro. No es de extrañar que en los 2 idiomas que entiendo, la palabra cruda para el acto sexual puede ser sinónimo de las palabras para engañar, decepcionar, o en general de dañar a otro.

El único Tantra sexual funcional que he conocido es ser en principio responsable y nunca tratar de hacerle daño a nadie, al mismo tiempo que hacer el esfuerzo incansable para tratar de comprender las tendencias del segundo vórtice. Las distorsiones sexuales explotan estos vrttis fundamentales. Cuanto más sufrimiento, separación e inseguridad existan en el nivel del Svadhistana, más probable será que la sexualidad intente compensar estas emociones. Sin embargo, estas necesidades son válidas, y son tan profundas y fundamentales para la personalidad que realmente necesitamos entenderlas. Tal vez las compulsiones ciegas se deban a una retirada prematura del pecho de una madre que dejó a un bebé chupando en la nada. O tal vez la sexualidad se ha alineado a un resentimiento inconsciente y a la falta de confianza interna que trata de seducir hacia el exterior y de dominar a través de la dominación sexual, los juegos, o la manipulación.

Las personas más puras y felices que he conocido fueron yogis célibes. Ellos hablaban de cómo la retención consciente del fluido seminal permitía que esta energía fuera usada para la meditación y para fortalecer el sistema nervioso. No muchas personas son lo suficientemente maduras para practicar el celibato sin una represión brutal y el contragolpe psicológico que la acompañaría. Sin embargo, para aquellos pocos que han entendido la vida profundamente, el celibato puede venir de una manera muy natural. En realidad, uno tiene que haber vivido y entendido el deseo antes de ser capaz de "renunciar" a él.

Cuando no hay sufrimiento, no hay deseo, y en donde no hay deseo, no hay sufrimiento. Esto es cierto para todos los deseos, no sólo el sexo. Pocas personas pueden realmente entender esto. Ramakrishna dijo una vez que el placer mundano es como un perro que mastica un hueso afilado y no se da cuenta de que la "saciedad" de este deseo proviene probar su propia sangre. Son el miedo y la inseguridad los que nos mantienen atados a la limitación de un yo separado y, por lo tanto, obligados a tener deseos egoístas. A veces, incluso las mentes altamente desarrolladas no entienden estas reverberaciones subyacentes en la sombra de las emociones. Los piratas de nuestro presente estado de felicidad son a menudo algo invisible de nuestro pasado. He encontrado que el estudio de los vrttis, especialmente los del Svadhistna, es de suma importancia para encontrar el equilibrio psicológico que permite el desarrollo intuitivo, espiritual.

### Inseguridad / Falta de confianza

Cuando el ego carece de la capacidad para encontrar un sentido básico de seguridad emocional y de realizar un ajuste psicológico consigo mismo y su ambiente, se expresa el vrtti de la falta de confianza. Esta propensión no es mera ansiedad existencial, ya que la inferioridad no es situacional ni se enfoca en una cierta habilidad o

aspecto de la personalidad. La preocupación se fundamenta en el pensamiento excesivo y en emociones caprichosas, mientras que la falta de confianza es una contracción del ego más generalizada y una carencia fundamental de fe en las habilidades de uno mismo. La base psicológica para todos los pensamientos es de derrota y mantiene a la mente confinada a limitaciones muy firmes. Esta falta de confianza puede originarse a raíz de fracasos sistemáticos, de un medio ambiente supresor, impersonal y carente de amor, o por alguna otra perturbación psicológica que inhiba el desarrollo y la expansión del ser. En resumen, la inferioridad surge como una falta de amor y atención, y por lo tanto sólo se puede remediar con amor y atención verdaderos.

Con la falta de confianza, una parte del ser abandona la lucha por la expansión y el crecimiento personal. La mente, en lugar de ser capaz de usar el ingenio del intelecto para encontrar un modo más seguro de auto-definición y significado personal en su mundo, se contrae a un estado de baja autoestima y de una auto-definición negativa. Uno puede ver como la falta de confianza no sólo contrae al ego, sino que también, paradójicamente, lo sostiene. Esta contracción del ego, paradójicamente lo sostiene. Si esta inseguridad en los poderes de uno mismo nos previene de actuar y tomar las decisiones necesarias para el crecimiento, también nos puede proteger del miedo al fracaso en estos intentos. El ego se sostiene a sí mismo no realizando ningún nuevo reto que pudiera llegar a fracasar. Tal vez esta falla pudiera perjudicar más a la personalidad que el no realizar actividad alguna. La persona entonces derrocha la poca confianza que tiene y se aferra desesperadamente a ella. Uno no está completamente vivo y se conforma a vivir en el miedo y la duda en vez de confrontar las demandas y desafíos del auto-establecimiento y la auto-definición.

Este complejo de inferioridad continuará lisiando el desarrollo del individuo hasta que éste entienda las causas del complejo, que siempre son alguna forma de autoestima debido a falta de amor y atención. El individuo con complejo de inferioridad siempre se siente separado y desconectado de los demás. No se siente aceptado ni

merecedor del respeto y reconocimiento de otros, aunque lo buscan y necesitan desesperadamente. Uno pudo ciertamente haber recibido poca seguridad emocional o directiva social en el pasado. Tal vez esa persona sufrió muchas privaciones, o quizá pudo haber cometido muchos errores en la vida hasta que desarrolló el complejo de vencido. Para superar esta tendencia, se necesita romper las barreras del aislamiento y desconexión con los demás.

En las palabras de Dr. Martin Luther King Jr.: "Probablemente sea cierto que el complejo de inferioridad es una de las condiciones más estancadas, estranguladas y aplastantes de la personalidad humana. Distorsiona la personalidad y la sumerge en el abismo de los conflictos internos. Y así, una de las primeras cosas que los individuos deben hacer para integrarse y asegurarse de que sus personalidades están integradas es tratar de superar un sentimiento de inferioridad. Esta es una de las primeras y básicas condiciones de vida."

Sociedades enteras sufren de un complejo de inferioridad. Mientras los humanos sigan encerrados en ideas de clase, raza, nacionalidad y religión, los poderosos siempre impondrán complejos de inferioridad en aquellos más vulnerables. Lo que se requiere es que uno supere las paredes de la discriminación y la desunión con los demás. Debemos aprender a confiar en los demás así como a formar relaciones sociales, familiares e íntimas positivas. Existen pocos humanos que no exhiban por lo menos un poco de falta de confianza. Si no, ¿en qué te convertirías? Parece que esta tendencia se disuelve sólo en la medida en que el miedo y el narcisismo se transforman en coexistencia pacífica y un respeto profundo por los demás. Sólo mediante la transformación gradual del ego pequeño y temeroso con el gran "Yo Testigo", o Shiva, será superado por fin el sentimiento de inferioridad. Si las raíces de la persona son la felicidad inmutable y la paz infinita ¿de qué manera puede el Uno seguir negándose a Sí mismo? ¿Cómo puede el Ser no estar en el Otro también?

Miedo de aniquilación / Paranoia

La inferioridad, la compulsión y la represión han causado la distorsión de separación en el ego y continuamente permean y sostienen al ser separado. La paranoia, sintomáticamente revela las conspiraciones impulsivas ocultas del ego separado y temeroso, que en esta etapa construye castillos en la arena. Influenciado por estos vrttis negativos, uno no está nunca completamente seguro ni feliz. Parece que siempre hay algo esperando para llevarse todo. Un gran terror anónimo se activa cuando vemos que las olas de destrucción se acercan un poco más, o cuando aparentan hacerlo.

La paranoia es un terror generalizado que todo lo abarca, que abrumba la mente cuando una situación específica amenaza con socavar o arrancar de raíz toda la estructura de la mente del Aham. Es una sensación generalizada de terror inducido no sólo por una amenaza que despierta un miedo en alguna situación, sino una amenaza y terror que pueden negar y consumir toda la identidad. Cuanto más débil es la integridad y seguridad del Aham, más se presenta este temor generalizado de que todo el ser será devorado. La persona que irracionalmente le teme a otras personas, accidentes, animales salvajes, la CIA, seres reptiles que han invadido las líneas de sangre real, o a cualquier otra amenaza, está en sí proyectando su propia inseguridad interna y paranoia en una fuente externa de "peligro". Tal vez esta persona va por la vida con normalidad, pero proyectando su propio terror interior e inseguridad en algún "otro". Una persona muy débil será consumida por este miedo, sin manera de remediarlo. Éstas llegan a ser completamente dominadas por la idea de que algo las va a destruir y no pueden pensar en otra cosa que en defenderse de ello. Estas personas felizmente seguirán la bandera de cualquiera que prometa calmar sus temores.

Como vamos a entender cuando describamos los vórtices superiores, hay varias formas de miedo diferentes en su grado de intensidad y en el nivel de desarrollo mental que corresponden a cada vórtice en particular. La paranoia o el miedo a la aniquilación, como se dijo, evoca el más primordial de los temores. Es algo tan abrumador que hace que las defensas más básicas del Muladhara se expresen y

recapitulen en el Svadhistana. Mientras la mente se aferre a una identidad del ego temerosa, que sufre, esta tendencia estará siempre presente. Esta tendencia, realmente negativa y causante de contracción, puede permear el desarrollo social y personal de la personalidad, lo cual resulta en más alienación, sufrimiento y miedo.

Cuando hablamos de la compulsión, se mencionó que un apego ciego y compulsivo a un objeto, persona o idea exterior, puede evitar la desintegración de la personalidad en un momento de crisis psicológica. En este caso, la compulsión puede crear alguna unión forzada temporal con algo más fuerte, o por lo menos estimulante, fuera del frágil ser. La auto-consciencia emerge débil, tenue, y en una constante amenaza de negación, mientras lucha para mantener la recién encontrada personalidad y mente en auto-establecimiento. Mientras la paranoia permea el desarrollo de la personalidad alienada, desesperada y compulsiva, el ego se construye a partir de capas de miedo, inseguridad y tendencias defensivas, en vez de seguridad y un sentido de pertenencia a una familia o sociedad. Estas compensaciones nunca llegan hacer sentir pleno a alguien, y el resultado es más separación y más miedo, pero con mayor complejidad psicológica. La paranoia parece muy excesiva e innecesaria. No es un miedo situacional. No es sólo un momento o lugar específico lo que provoca un miedo intenso, sino que uno proyecta ese miedo hacia quizá todas las situaciones. Es un mecanismo del Svadhistana de "pela o huye". Este básico mecanismo de defensa se habitúa en la personalidad paranoica. La paranoia es siempre el infierno subyacente para el ego ficticio, imaginario y basado en el miedo, aunque las situaciones de miedo no siempre son imaginarias. El mundo es un lugar terrible para muchos. A veces hay situaciones que son verdaderamente terribles y destructivas y uno debe tratar de encontrar una solución sin caer en el miedo a la aniquilación. En lugar de crear una sociedad humana basada en la unidad y la cooperación, la sociedad moderna se ha convertido en un sistema paranoico y renegado que está muy dispuesto a liberar el terror y la destrucción. Experiencias terribles pueden hacer que incluso una persona fuerte y sana se vuelva al menos un poco paranoica.



Cuanto más separado está uno de la unión con un sentido seguro de sí mismo, mayor es el miedo. Entre más cerrados estemos hacia otros seres humanos, más barreras habrán para la armonía y la coexistencia pacífica. Sólo cuando somos capaces de trascender en última instancia el apego y el aferramiento a nuestro ego limitado y separado, este miedo primordial es comprendido. Mientras intentemos mantener una noción del ser separada y basada en el miedo, siempre habrán esa inestabilidad subyacente y el miedo a la aniquilación psicológica. Más miedo y paranoia nunca van a curar este círculo vicioso. Las necesidades esenciales de la persona deben ser encontradas al hallar las condiciones sociales e interpersonales apropiadas que permitan a los vrttis superiores compensar a éstos no saludables

## Resentimiento

La necesidad emocional más básica para la mente humana es el amor. La persona que recibe amor incondicional desde temprana edad, recibe el marco psicológico necesario tener confianza en sí mismo y en el mundo. Entre más recuerdo mis primeras impresiones de la infancia, más entiendo que una infancia así de amorosa se puede evocar en este eterno presente a través de una presencia eterna dentro de mí. Son recuerdos de un ser sencillo lleno sólo de felicidad y amor donde la separación y el sufrimiento aún no habían entrado. Ahora, es sólo en este eterno Ahora que puedo encontrar algo que se acerque a la profunda felicidad de esos recuerdos. En cierto modo no he llegado a ninguna parte, porque se trata del mismo Ahora eterno de la infancia. Al final, toda nuestra mente tendrá que disolverse de nuevo en ananda, la bienaventuranza eterna. Es el destino de todos los microcosmos. Veo que la vida ahora sólo va hacia ananda y a ningún otro lado. Siempre lo ha hecho y siempre lo hará.

Las relaciones amorosas con otros seres humanos son lo que nos da no solamente nuestra seguridad emocional fundamental y un

sentido seguro de nosotros mismos en el mundo, sino que es realmente el fundamento de toda la vida. En la medida en que no tengamos amor en nuestras vidas, es el grado en que estamos separados de los demás, de nosotros mismos, y del gran Ser. Cristo dijo que no podemos amar a dios que es invisible, si no podemos amar al humano que es visible. La falta de amor es siempre una herida porque es una negación de nuestro propósito humano verdadero. Sin él somos peces fuera del agua, pájaros sin cielo. Cuando la personalidad es profundamente herida por otra persona o un aspecto del entorno (estructuras sociales opresivas, como la pobreza, la violencia y el racismo), lo más probable es que expresará una reacción a esta hiriente transgresión emocionalmente perjudicial, en forma de represiones emocionales, falta de confianza y también resentimiento.

Con el resentimiento, la intensidad de esta expresión está en proporción al grado de transgresión y heridas causadas a las estructuras de seguridad fundamentales de la personalidad. El resentimiento es una respuesta en la misma manera que la transgresión. El herido y transgredido quiere reaccionar en la misma medida en que sufrió daño, a fin de equilibrar el intenso dolor que se le ha infligido. Como los otros vṛttis del Svadhistna, éste es un mecanismo fundamental de defensa y es un sentimiento muy generalizado y omnipresente en la personalidad. El daño perturba todo el equilibrio estructural de la seguridad y el bienestar de la personalidad. Debido al nivel del daño, la personalidad debilitada invoca los mecanismos de defensa más básicos y primordiales de la mente. Esta reacción es muy profunda e inconsciente, y lleva consigo una expresión colérica de la auto-defensa y el instinto de protección desde los niveles más primordiales del ser. Este vṛtti, al igual que los otros en la Svadhistna, da color y califica toda la perspectiva psicológica. Este sentimiento se proyecta muy a menudo sobre otras personas o aspectos de la sociedad, creando así una barrera muy marcada y rígida entre uno mismo y el otro. Debido a esto hay un nivel fundamental de desconfianza y recelo hacia los demás. Por ejemplo, una expresión leve de lo anterior puede ser el resentimiento hacia toda forma de autoridad debido a un profundo rencor de un niño

hacia un padre que no mostraba amor. O quizá uno fue regañado o abusado en la escuela y ha generado una desconfianza y resentimiento generales hacia la sociedad. Una expresión más extrema sería el sentir una rabia y un intenso odio generalizado hacia cualquiera que pudiera recordarle, consciente o inconscientemente, la experiencia traumática original de ser abusado violentamente.

Cualquiera que sea el grado de resentimiento, tendrá que dejarse de lado en algún momento. El resentimiento es como las espinas de un cactus que mantienen a los demás siempre a cierta distancia y les pican cuando se acercan. La curación emocional en el Svadhistna siempre requiere de una reorientación y re- conexión con otros seres humanos en una manera más armoniosa y amorosa. Siempre que no haya amor, ya sea fraternal, romántico o espiritual, el resentimiento se mantendrá en la defensa del ego dañado. Recuerdo a Jean Valjean en "Les Misérables" de Víctor Hugo. Todo lo que conocía era el resentimiento. Era el único poder que tenía hacia un mundo hostil. Lo único que podía hacer era odiar. Sólo a través de una transformación profundamente espiritual de amor y aceptación completa por el obispo, pudo empezar a dejar de lado su resentimiento y convertirse en un hombre nuevo. Esta parte de la narración es un diálogo muy sutil y una gran descripción de la relación guru- discípulo. La compasión divina del obispo logró imprimir su imagen en la mente criminal de Jean Valjean. El poder del amor del obispo fue una gran voluntad que dominó el ego defensivo y resentido del criminal. Era tan abrumador este poder de amor que logró nacer en su nueva alma recién encontrada; comenzó a replicar esta misma imagen profundamente en la nueva persona de Jean Valjean. Fue un patrón impuesto, compasivo, que perduró, y Jean Valjean finalmente se volvió tan puro y compasivo como el obispo.

Después de discutir los 6 vrttis del Svadhistana, uno puede entender el grado en que el segundo vórtice es calificado por el mundo social, externo. El ego en esta etapa no está lo suficientemente desarrollado emocional y cognitivamente, ni interiorizado lo suficiente como para tener una personalidad segura y centrada que gobierne la mente. En vez de esto, los factores externos

como el entorno familiar y social, las condiciones socio-históricas y económicas construyen la mente del Svadhistana. Es por esta razón que el Svadhistana necesita seguridad ambiental para el equilibrio interior. En épocas como la actual, con tantos cambios sociales rápidos y turbulencias que debilitan la identidad social familiar y colectiva, no es de extrañar que haya tantos desequilibrios en el segundo vórtice. A pesar de que los seres humanos modernos no están totalmente regidos por el segundo vórtice, en efecto hay una clara falta de auto-establecimiento en la mayoría de las personalidades de la gente, que sólo obstaculiza el desenvolvimiento y la expresión de sus virtudes superiores humanísticas y espirituales. El desarrollo de un entorno social equilibrado, que fomente y nutra el bienestar individual y colectivo, es fundamental para la evolución presente y futura de la sociedad y de la raza humana. Las soluciones a este trágico desequilibrio se harán más claras cuando describamos los potenciales más altos en la mente humana.

## **Yama y Niyama**

La manera en que vemos el mundo físico está determinada por el nivel de la mente que usamos para verlo. Sólo en los niveles inferiores de la mente la actividad cognitiva está calificado por los sentidos y la actividad cerebral. Si purificamos el Svadhistana, o el nivel conceptual de la mente y la liberamos del pensamiento limitado, egoísta, entonces es posible ver el mundo como una proyección del pensamiento. Saber esto es cambiar nuestros pensamientos para cambiar nuestro mundo. Aquí es donde nos damos cuenta de algo muy profundo acerca de nuestra esencia y de su relación con un orden superior, cósmico, que trabaja a través de nuestra consciencia en evolución, si se lo permitimos. Con los seis vórtices de la mente del Svadhistana en equilibrio, uno puede liberarse del auto-exilio y aprender a confiar en que uno tiene un lugar en el orden moral cósmico.

El Svadhistana, la mente conceptual, es capaz de generar pensamiento abstracto y, por tanto, la idea de un "yo" aquí surge naturalmente. Es tan importante que esta mente que busca el "auto-establecimiento" se base en el amor, la seguridad y la racionalidad. Yama y Niyama son guías simples pero profundas para la conducta humana, que fomentan la conciencia espiritual y la unión en todos los niveles de la conciencia de los seres humanos en quienes prepondera la mente y el "auto-establecimiento". El nivel de la mente en Svadhistna corresponde al "factor líquido" o energía unificada. Esta energía "líquida" es un campo unificado de ondas que colapsan y se cristalizan en el mundo material, el factor sólido. El factor líquido es más un mundo de "ondas" que un mundo de "partículas". La consciencia conceptual es mayor y podemos comprender nuestra relación con el mundo natural y el social. Esta consciencia moral sutil está comprendida dentro de estos 10 principios universales. Ellos nos ayudan a mantener nuestras proyecciones mentales externas libres de reacciones, de rebotar contra el universo consciente, vivo y real que es la Mente Macrocósmica de Brahma. El ir en contra de este Tao, de este orden cósmico, siempre causará reacciones o deformaciones en el plasma cósmico del campo unificado del factor de líquido. El universo siempre se reajusta de sus deformaciones y por lo tanto siempre estamos experimentando nuestras reacciones. "Uno se convierte en lo que piensa".

Los yoguis tántricos se dieron cuenta de que, para que un ser humano pueda desarrollarse apropiadamente, personal y socialmente, al punto de ser capaces de practicar sadhana, era necesario tener un código moral de conducta como una guía amigable. Todas las sociedades enseñan normas y costumbres que idealmente deberían orientar a sus miembros hacia una conducta apropiada, de manera que haya armonía en la sociedad. En la sociedad contemporánea hay cada vez menos sabiduría en lo que los padres enseñan a sus hijos. Los valores que la gente aprende a través de los medios y en la sociedad en general, enseñan superficialidad, dominación, egoísmo y materialismo. Muy pocas personas tienen la noción de que viven en un universo vivo, donde realmente existen algunas leyes morales de armonía y balance. Muy frecuentemente, aquéllos que hablan de

moralidad, la usan como una fuerza de miedo para controlar el comportamiento de otros, en vez de usar sabiduría moral para liberar a la mente de ideas distorsionadas. Los sistemas religiosos y éticos con frecuencia ofrecen una "lógica", un patrón de cómo comportarse. De lo que frecuentemente carecen es de una manera de cómo crear las condiciones que le ayuden a uno lograr el discernimiento moral. Yama y Niyama no se tratan de cómo ser una buena oveja que sigue todas las reglas como un engrane en el sistema.

Este mundo es relativo y no hay leyes rápidas, duras ni inviolables que apliquen para cada persona en cada situación. La universalidad de Yama y Niyama consiste en la apertura de estos conceptos, de que el espíritu de la idea permee todas las situaciones posibles. Por ejemplo, ahimsa, el primer y más importante principio ético de yama, no se refiere a la no-violencia absoluta, donde la ley moral te diga que no puedas matar a un mosquito o pisar accidentalmente a un bicho. En vez de esto, ahimsa es el espíritu de no tener intenciones violentas hacia ninguna entidad. Ahimsa es una actitud que uno lleva a cualquier situación, recordando que Shiva está detrás de toda vida. Quizá este principio no te dice la manera exacta para responder a cada situación posible, pero sí sugiere el espíritu de la interacción. Si te dijera exactamente qué hacer, ¿cuál sería entonces el valor del discernimiento? Lo que es importante es que uno entienda la violencia en todos sus aspectos y que sinceramente trate de nunca infringir esta destrucción inconsciente a otros. La idea básica de Yama y Niyama es que todos los seres son sintientes y tienen un propósito existencial. Todos los seres necesitan una cultura inteligente y una crianza compasiva. Todos los principios de Yama y Niyama llevan al amor universal. Todos los seres son finalmente Shiva, pero necesitan un poco de cuidado y nutrición para darse cuenta de esto. Yama y Niyama ayudan a inspirar este sentimiento universal.

Los diez principios de Yama y Niyama son valores espirituales justos y muy universales que pueden ser realmente aplicables a todas las sociedades, ya que son valores prácticos basados en el Dharma, basados en nuestra naturaleza esencial. Los principios de Yama y Niyama serían la bondad simple y natural de un ser realizado, un

Bodhisattva. Nos dan un modelo funcional de la moralidad, de cómo un sadhaka, o practicante de sadhana, debería comportarse para proteger su espíritu. Su entendimiento ayuda al individuo no solamente a adaptarse a una sociedad, sino también a comprender la naturaleza profunda y el propósito de la moralidad. Yama y Niyama no son tanto unos mandamientos divinos, sino guías prácticas de conducta.

Para que la mente Svadhistana se desarrolle apropiadamente en un ambiente social seguro y con confianza en sí misma, Yama y Niyama son indispensables. Ellos mantienen a la mente libre de complejos generados por los impulsos ignorantes y egoístas que hacen imposible la práctica de sadhana. Lo que refuerza e inspira a la moralidad no es el miedo al castigo sino la comprensión de la ley de acción y reacción. La buena educación moral cultiva el intelecto discernidor, de manera que los deseos físicos no son solamente reprimidos, sino entendidos apropiadamente. Cuando uno ve que el sufrimiento y la alienación son el resultado de acciones egoístas inconscientes, uno quiere realmente encontrar un camino de actividad que purifique y libere, en vez de esclavizarse a deseos dañinos. Los 5 principios de Yama enseñan balance en el comportamiento social, mientras que los 5 principios de Niyama nos orientan hacia la disciplina espiritual básica.

Son los siguientes:

### **Yama: Prácticas sociales**

1) Ahimsa: No infringir dolor o daño a nadie con intención a través del pensamiento, palabra o acción.

2) Satya: El uso benevolente de la mente y las palabras, a través de la verdad compasiva.

3) Asteya: Renunciar al deseo de adquirir la riqueza o cualidades de otros.

4) Aparigraha: Vivir de una manera simple y evitar los excesos materiales.

5) Brahmacharya: Mantener a la mente siempre absorta en Brahma y ver a todos los seres como una expresión de Brahma.

### **Niyama: Prácticas personales**

1) Shaocha: Pureza del cuerpo, la mente y el ambiente.

2) Santosha: Ecuanimidad y paz mental.

3) Tapah: Pasar dificultades por el bienestar de los demás a través del servicio desinteresado.

4) Svadhyaya: El estudio y entendimiento apropiado de escrituras espirituales y libros filosóficos.

5) Iishvara pranidhana: Tomar refugio o meditar en Iishvara, la Consciencia Suprema.

Para un entendimiento más completo, lúcido, moderno y socialmente aplicable de Yama y Niyama, invito al lector a leer el libro de Anandamurti: "Una guía para la conducta humana".







## **El Vórtice Manipura**

La función principal del vórtice Svadhistna es asegurar que el sentido emergente de la identidad no retorne al vientre del instinto inconsciente y ciego que caracteriza a la mente preconsciente y prehumana en el vórtice Muladhara: la Mente Sensorial. Una vez que se establece una base segura y equilibrada en el vórtice Svadhistna, la personalidad puede comenzar a expandirse y encontrar nuevas cualidades y experiencias. Aquí se puede observar como la acción continua de artha vrtti se esfuerza por expandir la mente conceptual con el fin de adquirir un mayor grado de desarrollo y significado psicológico. Las expresiones más refinadas de artha son incapaces de realizarse por completo en el Svadhistna debido a que su función principal es la de mantener y asegurar la base psicológica de la

identidad. Una vez que se establece una base emocional equilibrada, la personalidad puede florecer y expandirse.

El significado literal de la palabra en sánscrito "artha" es el alivio. Se refiere al alivio que se obtiene después de la lucha por encontrar el nombre desconocido de un objeto. Este desconocimiento crea en la mente una tensión que la impulsa a emprender la búsqueda del significado de algo con el fin de clasificar lo que no se entiende. Cuando se encuentra el significado o definición se restaura el equilibrio mental generando una sensación de alivio. En otras palabras, artha es el esfuerzo deliberado del intelecto para adquirir la forma y el significado para el Aham y su percepción del mundo. Esta es una actividad imposible de realizar en el segundo vórtice debido a que se ocupa principalmente del auto- establecimiento. El principal objetivo del Manipura es satisfacer la necesidad de encontrar una autodefinición creativa. Esta necesidad se dirige ahora hacia las actividades sociales y creativas en lugar de estar ocupada con la seguridad emocional y existencial básica.

El camino hacia la auto-definición comienza a calificar el crecimiento y desarrollo de artha. La inteligencia del Aham de la personalidad se enfrenta a nuevos retos que obligan a la mente a buscar formas creativas e ingeniosas para hacer frente a estos desafíos. El desarrollo no es impulsado por los instintos emocionales defensivos como sucede en Svadhistna. La mente en Manipura desea cualidades y también posee capacidades conceptuales situadas más allá del intelecto y de la mente conceptual mundana. Mientras que en el segundo chakra hay un impulso hacia la auto- preservación psicológica básica, en el Manipura lo que se manifiesta es una expansión vigorosa hacia el exterior, conduciendo la personalidad hacia la auto-definición y la expansión. En el Manipura se refina el poder conceptual básico del segundo chakra con las cualidades de la creatividad y la innovación. El Aham crece mediante la expansión conceptual y (¿digerir?) se dirige cada vez más sus deseos hacia el mundo objetivo, externo. Es en esta etapa en que el Aham comienza a tener más control sobre el Chitta en su intento de manipular y maniobrar el mundo externo con su intelecto creativo. En este proceso

la personalidad obtiene una mayor claridad de la experiencia y con este conocimiento es capaz de incluso una mayor expansión.

Aquí es importante mencionar la estrecha relación que existe entre los vrttis, inmersos en sus respectivos vórtices mayores y las capas de la mente asociadas con sus respectivos vrttis. Las expresiones de la vrttis corresponden perfectamente con las funciones de la mente de ese nivel. Los aspectos cognitivos de los vórtices no pueden estar al margen de las cualidades emotivas. Una mente que trata de establecerse en el mundo de la mente conceptual, necesita tendencias sólidas y emotivas para sustentar su base. Y es muy necesario para una mente que llega a la capa creativa y dinámica, tener fuertes atracciones que conduzcan hacia ese reino. Esta relación entre las propensiones y las capas mentales, o entre los factores emotivos y cognitivos, es una relación constante en todos los niveles mentales.

La capa mental creativa, o Atimanasa Kosa, es el nivel de la mente que percibe la emanación de la forma desde el "factor luminoso." El factor luminoso es un campo de forma invisible, o "campo morfogenético", que impone un cierto orden y una forma sobre el mundo material. La forma surge del campo mental y espiritual que se manifiesta físicamente. Todas las cosas que existen tienen un campo de forma sutil atrás de su forma física. Así como hay un campo unificado de energía "líquido" detrás de la materia, hay también un campo "luminosa" de la propia forma, detrás tanto del factor líquido como del sólido. En el nivel mental creativo del Aham existe una forma ideal de la propia persona incrustada profundamente en el interior. Ante la mente las formas representan los arquetipos de creatividad que el Aham reconoce y que la mente macrocósmica dirige. Recordemos que la mente Macrocósmico siempre ha guiado la evolución de la mente microcósmica, desde los instintos físicos en el primer chakra hasta las formas de pensamiento primitivos de la mente conceptual en el segundo chakra. Cuando el intelecto creativo comienza a percibir estos impulsos arquetípicos de creatividad, busca de diversas maneras expresarlas en su persona. Estas formas resuenan con la mente y la orientan en una dirección cognitiva y

emotiva particular. En esta etapa de la evolución mental, el Aham lucha por surgir de la mente conceptual mundana y trata de iluminarse a sí mismo con una comprensión creativa y conceptual de la forma. "Sin la visión el pueblo desaparece", dice la Biblia. El Manipura necesita una visión profunda y una perspectiva de plenitud y sin lo cual se comporta como un órgano enfermo. Sólo las ideas amplias y universales mantienen a la mente creativa fuera de los problemas. Cualquier ideología o visión de la vida que no se basa en los principios universales que promueven el amor universal bloqueará la expansión vigorosa del Manipura. Por naturaleza, el deseo de expansión será siempre egocéntrico, pero es posible que el ego sea consciente de ello e intente convertir el egoísmo en altruismo. Tal es el camino de la felicidad humana. Poco a poco, los restos de la unión impulsiva e inconsciente de la vida animal comienzan a ser transmutada en conciencia auto-reflexiva humana. La capa creativa de la mente nos guía a la iluminación de las cosas que una vez fueron oscuras.

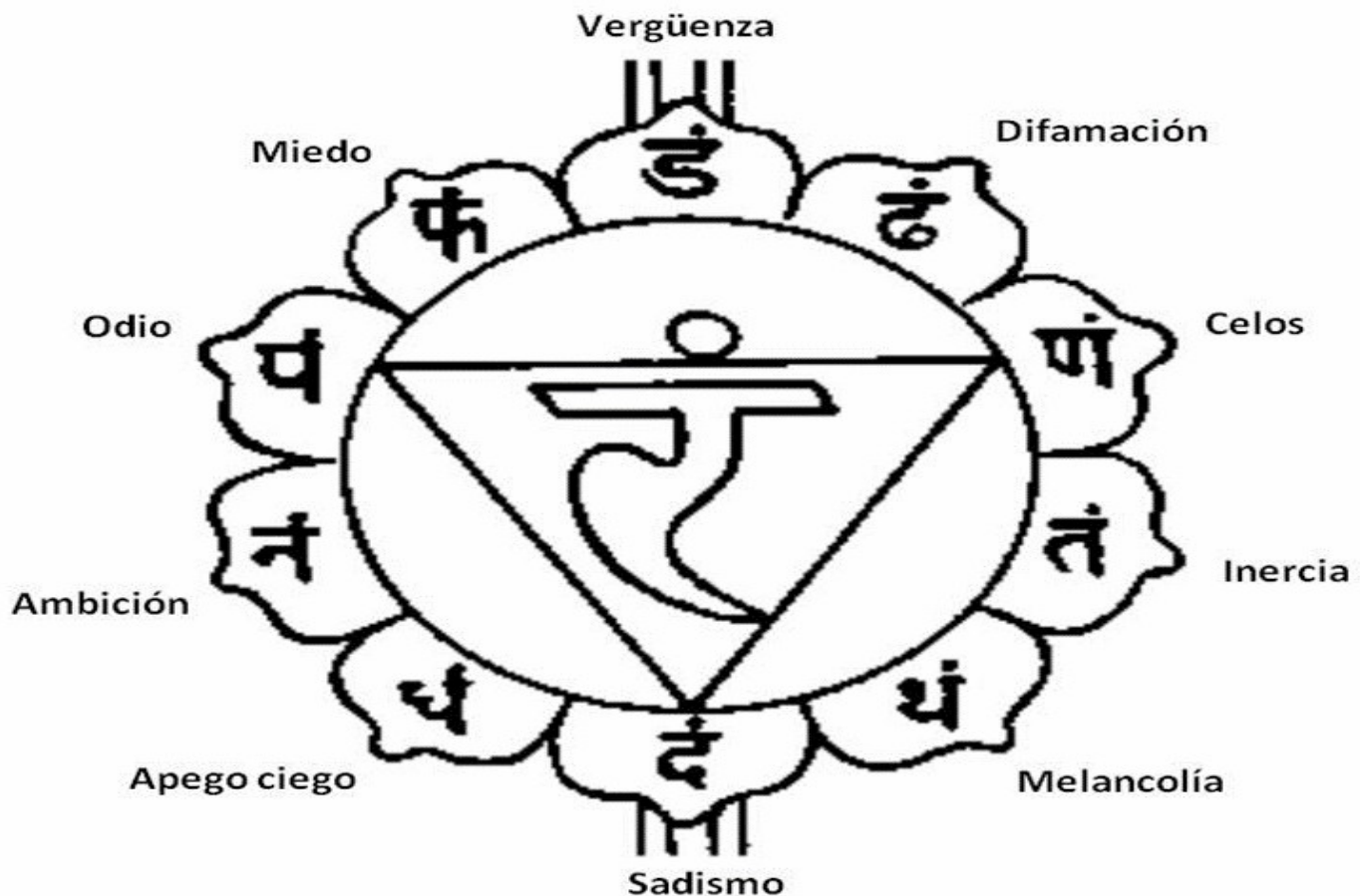
Cuando no se cumplen estas necesidades fundamentales de la Mente Creativa, entonces los vrttis emotivos intentan imponer una forma y significado conceptual. El elemento luminoso y agresivo le concede al Manipura esa capacidad de fuego apasionado que ilumina psicológicamente las formas interiores: conceptuales. El Manipura no solo posee un tremendo poder y creatividad, sino también una enorme capacidad para el conflicto e incluso para la destrucción, cuando la persona no ha encontrado su propia visión y en su lugar busca una gratificación sustituta a través de las formas mundanas. Manipura se traduce literalmente como "la ciudad de las joyas".

La cualidad creativa de Manipura es una completamente nueva facultad para la mente conceptual en estado evolutivo. Poco a poco, los conceptos básicos del Svadhistna adquieren una forma y color más elaborados en el Manipura. Un Manipura fuerte y desarrollado ha aprendido y logrado muchas cosas y por lo tanto ya posee un poco de conocimiento práctico de la existencia y una mayor confianza en sí mismo. En un Manipura menos desarrollado habrá frustración, temor y ambición y se sentirá obligado a seguir las formas superficiales de las

convenciones sociales, en lugar de guiarse por los propios deseos creativos e innovadores. Las tendencias de ambición y consumo presentes en los vórtices débiles de Manipura, se preocupan más por adquirir lo externo que por comprender realmente el significado verdadero de la libertad. Esta personalidad emergente en el Manipura se obsesiona ciegamente con apegos egoístas y ambiciones. Por lo tanto, el desarrollo vigoroso y extrovertido del Manipura no sólo se expande hacia algo más grande, sino que además compensa las limitaciones y la inferioridad psicológica del Svadhistna. Aquí vemos cómo las cualidades activas y apasionadas del vórtice Manipura compensan la entropía, apatía y el letargo del Svadhistna. Debido a la naturaleza de estas cualidades, la mente es impulsada más hacia la forma externa que hacia los símbolos espirituales internos. Puede captar una insinuación del infinito con la comprensión de ideas sutiles pero todavía proyecta sus deseos infinitos en el mundo material. Las propensiones que distorsionan la mente creativa deben ser purificadas por sus propias capacidades cognitivas para que el Aham se desarrolle. Un vórtice Manipura balanceado origina una mente creativa vital y muy refinada que permite percibirse a uno mismo de una manera mucho más profunda, logrando así resolver creativamente las limitaciones y desafíos. Esa persona tiene una pasión saludable por la vida: es activa en la consecución de sus

deseos; necesita constantemente de nuevas y significativas experiencias y se esfuerza incesantemente en su propia transformación. Tal persona bien equilibrada resonará naturalmente con las formas de pensamiento positivo y expansivo y tendrá una visión más auténtica y sincera de vida. La mente Manipura resplandece con sus gemas brillantes. Si observamos sólo a unas pocas gemas particulares, perdemos la visión de la totalidad. La comprensión conceptual del gran propósito de la propia existencia, así como la confianza y el corazón para continuarla, es el regalo más grande de la mente creativa. Esta no es la realización del Ser como Shiva, sino más bien la realización del fin particular del Aham como un ser humano en un mundo humano. Es una etapa en el viaje y sólo un ego firme con un fuerte sentido de confianza puede dejar de lado sus limitaciones y comenzar a mirar en la ventana infinito interno.

## Las Propensiones Del Manipura



### Vergüenza

La vergüenza tiene un parecido al vritti "falta de confianza" del segundo chakra. La diferencia entre ellos es que con la falta de confianza existe un penetrante sentido de inferioridad generalizada con respecto al auto- concepto fundamental. La vergüenza, por su parte, es una contracción de la personalidad en el "expansivo" Manipura debido a una interrupción en la propia imagen de uno

mismo. La sensación punitiva y opresiva de la culpa y el correspondiente juicio social del ego como ser inferior, indigno, fracasado, enfermo, pecaminoso, etc., son debido a las actividades e interacciones del ego que se rebelaron contra normas sociales o límites o no han cumplido con las expectativas del entorno social. La vergüenza es una imagen fea compuesta de todos los juicios y transgresiones negativas de los demás con que uno ha identificado. Ellos comienzan a dominar y convencer al ego. El Aham mismo sufre la imposición de los otros, pero este Aham afectado continúa imponiendo los mismos juicios negativos sobre sí mismo, lo que genera todavía más pena. Por ejemplo, la mayoría de las víctimas del racismo de alguna manera tiene que creer que él / ella es inferior y así sentir realmente la vergüenza. Una forma de pensamiento externo ha sido internalizada y sentida dolorosamente, debido a la incapacidad para desviarlo y no aceptarlo internamente. El Aham comienza a vivir de una forma negativa como se le impone la imagen débil. La vergüenza también se genera internamente por no cumplir con las propias expectativas. La mente Manipura vive de una imagen: ya sea la propia imagen del ser o una imagen socialmente impuesta. Si uno se queda corto o transgrede los propios valores y creencias, entonces la mente ya no se nutre e inspira en una imagen positiva. Hay una brecha entre el yo real y la forma ideal del yo. La vergüenza entra y uno se siente un vacío, la falta de sentido y una clara sensación de que uno es ineficaz en la vida.

La vergüenza, si sea generada desde dentro o desde fuera, es esencialmente el fracaso de las actividades del ego para satisfacer las demandas de su forma ideal o patrón de comportamiento, su conciencia. Inicialmente la conciencia es un patrón rígido impuesto que regula el comportamiento determinado por fuerzas sociales externas, pero a medida que el ego se desarrolla, la conciencia se convierte en una forma de pensamiento que guía el ego hacia una mayor realización de sus potencialidades de acuerdo con ciertos ideales psicológicos y espirituales. La vergüenza también puede ser inducida por una transgresión de la conciencia subjetiva personal.



La vergüenza también se expresa en unas pocas maneras positivas: puede ser un sistema de compensación de cheques y balanceos para el comportamiento o la conducta antisocial que va en contra de los propios ideales. El sentimiento de culpa, la rebelión y su efecto de inhibir las actividades negativas en realidad puede evitar que uno siga reproduciendo un comportamiento dañino.

Aunque la vergüenza puede servir a un propósito positivo, manteniendo un comportamiento impulsivo en cheque, más a menudo tiene un efecto paralizante sobre los poderes de la motivación. Esto es especialmente limitante cuando la conciencia social es muy rígida, estricta y punitiva, lo que hace que sea muy difícil para el individuo satisfacer esas expectativas imponentes. Es también lo mismo con el auto-juicio dentro del individuo. Con demasiada frecuencia, es la conciencia subjetiva rígida de la persona la que perpetúa su propio sentido de la vergüenza debido a la creación de expectativas tan irreales para él / ella que no puede posiblemente ser satisfechas. Ya sea inducido desde dentro o fuera, ambos llevan a una entropía y la contracción de la personalidad.

La vergüenza es a menudo el gran demonio detrás de la cara monstruosa de una personalidad muy negativa. Cuando uno se siente indigno y bajo, entonces la mente naturalmente gravitará hacia lo que es bajo. Nadie quiere sentir la debilidad de la vergüenza y puede utilizar medios de manipulación y agresivos que no son necesariamente útiles. Uno puede resentir las cualidades positivas de los demás a causa de su propio sentido de inferioridad y se puede llegar a ser agresivo, competitivo, odioso y detestable. O tal vez el narcisismo y la vanidad tratará de encubrir el disgusto con uno mismo. Mirando detrás de todas las máscaras de los aspectos negativos del ego, es el demonio de la vergüenza el que proyecta y controla la auto-imagen negativa.

El complejo de la vergüenza, como cualquier otro complejo, se resuelve cuando uno encuentra una verdadera forma y el significado de la personalidad. En lugar de sentirse mal, bajo e indigno, hay que encontrar una imagen propia vital, creativa y saludable para poner a uno de nuevo en el camino de un crecimiento equilibrado.

## Difamación/Calumnia

Ya se ha mencionado que el vórtice Manipura dirige la expansión vigorosa de la mente hacia el exterior. Aquí los esfuerzos se dirigen para adquirir un cierto poder y dominio sobre el mundo objetivo. Cuando hay algún tipo de frustración sobre este poder, la mente busca una manera de superar la obstrucción con el fin de hacer que la voluntad sea más fuerte que el impedimento. La calumnia es el intento de negar el miedo, la duda y la inseguridad causada dentro del sujeto por la fuerza (otra persona o grupo de personas en la mayoría de los casos) que obstruye la conexión de la voluntad subjetiva al ambiente objetivo. Esta negación toma la forma de represión y menosprecio hacia un auto-creado "enemigo" en un intento de debilitar psicológicamente el impacto que este enemigo tiene en realidad en el ego. En este proceso, el miedo evocado por los demás se distorsiona y se proyecta. Mientras que la voluntad está tratando de dominar el efecto paralizante de las partes infractoras, el ego calumnia y siente que por difamar a otro las está realmente negando y debilitando.

Con esta tendencia la mente se encuentra todavía arraigada profundamente al diálogo dualista del yo / otro de una manera muy marcada. El calumniador deriva un impulso mental y la potenciación de su calumnia alimentándose de la negación del otro. Esta negación funciona como un mecanismo de defensa para mantener intacto el dinamismo, la autoconfianza y el poder de la voluntad. Sin embargo, las posibilidades de expansión positiva se ven obstaculizadas por las luchas y los conflictos con los demás. El ego está basando en sí a una negación de los demás. Este ciclo de conflicto continúa hasta que la mente creativa busca refugio en un orden superior de inteligencia y perspicacia. Esta perspectiva no se alcanza hasta que este marcado dualismo se superado con un discernimiento prudente al nivel del Anahata. No es sólo este vritti particular del Manipura lo que mantiene a uno atado a un concepto muy reducido del mundo y limitado a la

forma externa. Más bien, todos los vrttis del Manipura, con sus deseos de poder orientados al ego externalizado, están asociados con una imagen débil del ego. Es necesario un esfuerzo de voluntad guiada por una idea muy positiva para superar estas debilidades y temores que causan conflictos con otros egos.

## Celos

Los celos siempre están relacionados con la vergüenza. Detrás de los celos está la creencia de que las propias cualidades, capacidades, rendimiento, etc., son inferiores a las de los demás. Si uno nota simplemente las cualidades positivas de los demás sin pensar en ellos en el contexto de los propios deseos, entonces sería simplemente un reconocimiento de cualidades y habilidades de los demás. Pero debido a que la mente en este nivel de desarrollo está tan preocupada con sus propias tendencias ambiciosas, hace una comparación de sí mismo. Verse a sí mismo careciendo de estas cualidades ocasiona que uno las desee para sí mismo. En lugar de crear una imagen propia auténtica, el vórtice Manipura con celos adquiere importancia mediante la emulación de la imagen del otro.

Este vrtti puede inducir tantas otras tendencias. En muchos casos, la falta de confianza latente (segundo vórtice) afecta de tal manera a los procesos de pensamiento que todo lo que pensamos es siempre acerca de lo que uno no tiene. Es esta falta de autoestima lo que muchas veces hace susceptible a los celos. Los celos también afectan y activan otras tendencias del Manipura y son muy a menudo los responsables del odio, el miedo y la calumnia. Una vez que el sentimiento de los celos surge en la mente es muy fácil empezar a odiar apasionadamente al adversario que ha construido propiamente, y ¿quién más puede ser el mejor objeto de calumnias que a aquel al que se odia? ¿Y no logra esta negatividad y sentido de la comparación y competencia con otro inducir aún más miedo? ¿Quizás no siempre se puede dominar al otro? ¿Y si, tal vez, un sentimiento subyacente de miedo era el responsable de los celos en un primer lugar?

La mente celosa y envidiosa debe encontrar la fuerza para valorar y respetar sus propias cualidades y proceso de crecimiento. Con los celos uno está ignorando por completo a sí mismo como un proceso creativo. La persona es un microcosmos con un plan y un propósito definido, evolucionando en el camino hacia la unión con el macrocosmos. Dentro de la persona existen todas las cualidades y formas de inteligencia latentes para ayudar a encontrar un sentido de la dignidad y el respeto propio.

### Inercia/Estaticidad y Melancolía

Cuando la proyección de la voluntad del ego en un nivel de Manipura es incapaz de enlazarse a su entorno y con ello sostener su economía psicológica, hay un efecto desvitalizar en la mente. La energía acostumbrada a moverse hacia afuera pierde sus objetos de deseo, su cadena de objetos gratificantes. Dado que la identidad del ego está tan exteriorizada en formas objetivas fuera de sí misma, con la pérdida de ese objeto de deseo y significado (artha), el ego experimenta una especie de pérdida de sí mismo. Las causas de esto son numerosas: el estrés excesivo, enfermedad, otros problemas psicológicos que perturban el equilibrio y la armonía en la mente, y la crisis existencial, por nombrar algunos. Todas estas ocurrencias crean una grieta en la economía entre el deseo interno y la gratificación externa que pueden conducir uno a la sensación de la inercia y la estaticidad. En este estado la mente carece de la vitalidad para buscar su placer y felicidad a causa de esta división. Esto es estaticidad.

Cuando esta condición se vuelve más intensa o se prolonga sobreviene la melancolía. La melancolía se puede comparar con el estupor psíquico en el segundo vórtice, ya que ambos se originan en la incapacidad del ego para realizar un enlace significativo con su entorno. Mientras que el estupor psíquico es una reacción a un factor estresante que puede arrancar de raíz todo el fundamento psicológico, la melancolía es una expresión más refinada de esta

tendencia, en el que la desvitalización de la mente es causada por la pérdida de significado personal. La mente en el Manipura es más refinada y compleja que en el Svadhistna y por lo tanto el conflicto de la mente a ese nivel es causado por las asociaciones mentales precisamente en ese nivel. También uno responde con una reacción basada en ese mismo nivel de funcionamiento cognitivo y emotivo.

La melancolía, según Kristeva, es asymbolia- la pérdida de símbolos significativos y formas que la personalidad se ha adjuntado a fin de definir y orientar la propia imagen. La depresión surge debido al hecho de que las ideas que han apoyado a la personalidad ya no funcionan de la misma manera. Sólo queda un vacío. Esto puede ser causado por una interrupción en el ambiente o mundo social o por un cambio en la personalidad que hace que sea difícil de ajustar a la manera acostumbrada. En ambos casos es la personalidad la que pierde el sentido del cómo y dónde reorientarse hacia una identidad significativa.

### Sadismo/Crueldad

Como se mencionó anteriormente, el paso psico- evolutivo hacia el nivel Manipura mental representa un grado muy elevado de conciencia de sí mismo por medio de una mente creativa más refinada y un deseo de expandirla hacia el mundo externo. Aquí la propia psique en realidad comienza a ser un objeto parcialmente consciente para el intelecto. Vimos que el fin de tener vergüenza, calumnia, envidia, inercia, etc. era necesario para pensar en el ego y sus cualidades como referencia para la propia imagen del ego. Esta preocupación está ciertamente presente pero oscurecida en gran medida por las demás tendencias centradas en el ego impulsivo y apasionado, por lo que la contemplación pura y lúcida de la personalidad aún no es posible. Sin embargo, es un gran logro para la mente estar haciendo un esfuerzo infatigable, aunque impulsivo, para superar el letargo del Svadhistna.

Con la tendencia del sadismo hay un reconocimiento muy completo, pero sobre todo inconsciente, de las limitaciones del ego junto con un sentimiento de auto- odio y repugnancia. Uno ve inconscientemente todas las tendencias limitantes de los vórtices segundo y tercero y se ve a sí mismo como una nulidad lamentable. En lugar de reconocer conscientemente estas autopercepciones, se les desplaza y proyecta en otros que tienen estos mismos complejos. Por lo tanto, el complejo que tan inconscientemente se desprecia dentro de uno mismo, es reconocido conscientemente en otro junto con todo el correspondiente odio a sí mismo. Con este mecanismo de defensa, la tensión que se deriva del auto-disgusto se dirige hacia otro que termina convirtiéndose en el chivo expiatorio de los propios defectos. De ahí proviene la vieja máxima de que lo que más se odia realmente es lo que uno ve en sí mismo.

El sadismo, esta tendencia a causar daño a otra persona con el fin de protegerse a sí mismo, se expresa de diversas maneras que van desde la agresión violenta, física; a los comentarios despectivos y burlas; a la caza de brujas y Auschwitz. Al igual que la calumnia, es un mecanismo de defensa que se alimenta de otras tendencias con el fin de intentar mantener un equilibrio psicológico. Tiene un profundo parecido con el resentimiento del Svadhistna, pero es un poco más compleja psicológicamente en las ahora las ardientes tendencias del Manipura, lo que añade aún más leña al fuego del odio.

## Apego ciego

La propensión de apego ciego cumple la misma función de compulsión en el vórtice Svadhistna, pero a un nivel superior de desarrollo mental. Una vez más vemos cómo las propensiones recapitulan en una forma más elevada y evolucionan de una manera más consciente. En cada etapa sucesiva de desarrollo hay una variación y una evolución en un tema psicológico: una variación en la protección, el mantenimiento y la expansión de tendencias mentales

de acuerdo con las etapas cada vez más refinadas y más conscientes del desarrollo. Esta evolución de la estructura mental no surge sólo a través del choque y la cohesión en la mente, sino también debido a una facultad innata más profunda que guía a la mente desde el interior. En última instancia, el poder de atracción que ejerce la Conciencia conduce a todas las mentes de nuevo a su subjetividad Suprema.

El apego ciego da un sentido de certeza, rígido e incuestionable, al Aham. Aquí el ego se ha trasladado a territorio recién adquirido que no está dominado y controlado a fondo. El mundo social con todas sus ideas complejas es un gran desafío para la mente que estaba previamente inmersa en sus instintos primarios, más originarios. Con el fin de asegurar un nicho en este mundo más complejo de la imagen y la forma, sin confusión y dudas en cuanto a que si uno tiene el vigor y la fortaleza para enfrentar los desafíos de un orden superior, la mente se aferra a cualquiera de sus logros anteriores o al modo de ser ideal que ha establecido por sí mismo. El nombre y la forma del ego o los ideales del superego son rígida, e incluso, fanáticamente confirmados. Pero ¿por qué este apego debe ser ciego en vez de ser un apego ligero? Tiene que ser ciego para que sea incuestionable. El impulso es como un fotón que, después de haber sido lanzado a través de la fusión en el núcleo de una estrella, rebota en el cuerpo estelar chocando con otras fuerzas, hasta que, después de millones de años, encuentra su camino hacia la superficie, donde es libre de seguir su impulso en un espacio más vasto con menos obstáculos. El nacimiento de la conciencia debe seguir adelante, nunca hacia atrás, y esta ceguera asegura, al menos por un tiempo, que este impulso siga hacia adelante. Una vez más, observando desde una perspectiva más amplia y serena, esta tendencia parece muy limitada, pero el apego ciego, sin duda, cumple con una función para el ego inseguro. Sin embargo, a medida que ampliamos nuestra creatividad y conocimiento es necesario superar toda nuestra insistencia irracional, demanda, fanatismo y tendencias manipuladoras que el apego ciego fomenta.

Aunque uno puede unirse ciegamente a otra persona o grupo social para obtener una sensación de seguridad, al final uno siempre está unido a la propia imagen. Nuestro propio sentido de la identidad y de la propia valoración, todavía está determinado por el reconocimiento y aprobación de los demás. El apego ciego aún no es el amor, porque busca por desesperación y exige más de lo que da. Sin embargo, todo el mundo lo llama "amor". Un buen amigo mío una vez dijo: "¿Qué es el amor, sino el odio reprimido?"

Cualquier imagen proyecta una sombra. La vergüenza y el miedo y el sufrimiento están en esta sombra. Y, en la mayoría de los casos, esta imagen es sostenida por una vaga expectativa de cómo espera que los otros deberían verle. ¡Tanto alboroto por lo que ni siquiera es suyo! Si uno tiene que mantener una imagen, entonces debe ser la más ligero posible. En verdad, uno es libre de vivir o de crear cualquier imagen posiblemente concebida por la mente. El problema es que cualquier imagen creada en el tiempo y el espacio de esta existencia microcósmica, es una imagen finita que siempre rebota hacia arriba contra el flujo eterno de su existencia inmortal. Es mucho mejor fluir con el Tao, el orden moral cósmico, que en su contra. Uno no puede esconderse de su Ser para siempre. En la base y esencia, detrás del temor y el temblor, sabemos que es sólo un cuento y que realmente no hemos comenzado esta nueva vida interior. La vida de la imagen del ego separado se determina con el fin de recibir reacciones de acuerdo con la forma en la que la propia imagen ha cambiado, transformado, o distorsiona el flujo natural de la expansión de la conciencia humana. Realmente hay leyes internas de la armonía que debemos aprender a no transgredir, sino complementar y aún más. La imagen del ego vano, debido a su propia naturaleza y lugar de creación, siempre va a sufrir reacciones y esta vergüenza siempre unirá a uno con el concepto de una identidad limitada y mortal.

La ausencia de miedo es el único camino hacia la plenitud. Los sabios que ven más allá de los límites de la Aham y que ven hacia el Mahat, son los únicos que podrían jugar el juego de la imagen correctamente. Sin escapar de la vida, se mueven a través de ella. El ser espiritual personal no es nada más que un nombre a lo



innombrable, una imagen dada a usted para ayudarle a funcionar en este mundo con el objetivo de finalmente liberarse. "El tiempo es una imagen móvil de la eternidad", dijo Platón. Sólo dentro de esta relación con el ser infinito, eterno, sin nombre, es qué encontramos nuestro propio y verdadero nombre y la naturaleza del tiempo. Espontánea, natural y libre, la reflexión mental e interna del Yo (su verdadera imagen) fluye muy bien con la vida porque uno nunca puede presumir o hacer alarde de ello. El amor y la sinceridad son mucho más reales que cualquier apariencia con la que se oculta el sufrimiento exhibiendo cualidades limitadas montando un buen espectáculo. Siendo sostenida y garantizada por el Infinito, el alma realizada pone el miedo y la preocupación a un lado y deja que la vida se viva sin preocupaciones, como canal de gozo infinito.

## Ambición

La ambición es la propulsión continua de la mente hacia formas físicas y mentales con el fin de ampliar su ámbito de actividad y comprensión. La palabra sánscrita para este vritti, trishna, significa literalmente "la sed". Es una sed insaciable que subyace en el deseo del ego de ser algo mayor. La ambición es el foco de la voluntad en los objetivos deseados y la dedicación inquebrantable de realizarlos. Al igual que la vergüenza, es una de las pocas tendencias en el Manipura que en realidad podría promover el crecimiento, incluso cuando se ve desde un mayor nivel de desarrollo psicológico. La ambición busca obtener lo que está fuera: la realidad idealizada, porque de esta manera el Aham adquiere un significado personal y reconocimiento social por estos logros. Para que la ambición no consuma el Aham, éste debe ser guiado con un puro deseo de crecimiento y expansión que no tiene su origen en la contundencia y la agresividad. La ambición es el deseo fuera de lugar para la expansión y el propósito. Uno quiere construir castillos en el mundo por medios mundanos e ignora por completo el vasto potencial de la inteligencia y el sentido que está dentro. Muy a menudo la ambición lleva a uno de los

contrarios a este camino que es, finalmente, un camino a la liberación del sufrimiento y la ignorancia. El deseo infinito sólo se sacia con un objeto infinito de placer, lo que obviamente no existe como posibilidad de la experiencia de la mente humana en el Manipura. Nuestra idea fuera de lugar del deseo infinito proyectado en el mundo externo es en realidad una proyección de la infinitud interna. Sólo lo que es sin mancha e impasible ante cualquier vibración es infinito, todo lo demás es una onda finita con un principio y un final. Es sólo en lo profundo del testigo subjetivo de la mente que nos encontramos ante el siempre presente Shiva. Esta Subjetividad Suprema siempre está presente detrás de la mente y siempre dispuesta a llevar a la mente de nuevo a su fuente de conocimiento y bienaventuranza. La mente tiene que estar preparado para esto siguiendo el camino del Dharma, o movimiento interno, psico-espiritual. Esto es muy difícil de comprender para la mente ambiciosa y externalizada del Manipura. Es sólo hasta que encontramos un propósito verdadero y significativo, que nos conduce hacia un mayor nivel de Conciencia de sí mismo, cuando empieza a ser posible contemplar el infinito en él interior y vivir dentro de su alegría: su ananda. El crecimiento y la comprensión que ayuda a sustituir el amor y la expansión optimista en vez de la ambición egoísta y la manipulación, es la manera en que la persona comienza a tener una reverencia sagrada por su propia existencia y un respeto por ese mismo carácter sagrado de todo.

Un amigo mío una vez estaba sentado en frente de Anandamurti, quien estaba escaneando mentalmente su vórtice Manipura llamando a las propensiones de uno en uno y diciendo "muy bueno, no hay vergüenza, la calumnia", y así sucesivamente hasta que mencionó

"¿Qué es esto, un poco de ambición?" Él dijo que estaba

bien y que podría quedarse porque estaba canalizando este vritti a una gran cantidad de actividades de servicio social inspiradas en las propensiones más altas. Su lección de esta experiencia fue que siempre que existen deseos externos es posible canalizarlos hacia algo muy positivo con el poder creador de un vórtice Manipura guiado por nobles las intenciones de lo vrittis superiores. De esta manera, uno cumple con las necesidades de la propensión de ambición en el

Manipura mientras que al mismo tiempo transmuta el egoísmo del deseo en una bondad más consciente que se comparte con todos. Ciertamente, no es fácil, pero en realidad es la única manera de salir del infierno del egoísmo y la codicia que sufre siempre una ilusión de la felicidad confinada y controlada. Como tal, la ambición se convierte en verdadera expansión, una tendencia en el corazón espiritual del Anahata, y lo lleva a uno hacia la ilimitada felicidad tranquila en este mundo, así como en el siguiente.

## Odio

El odio parece muy cercano a las tendencias de la calumnia y el sadismo. La principal diferencia entre ellos, sin embargo, es que la calumnia y el sadismo son expresiones agresivas activos mientras que el odio es más de un sentimiento profundo y hostil hacia otro que no necesariamente tiene que expresarse abiertamente, pero esto puede estimular a también a otros vrttis. Es un estado constante de tensión agresiva entre el yo y el otro. Justifica todo tipo de expresiones negativas en la personalidad hacia otro ser que está bajo una constante evaluación negativa. Un poco de odio puede ser reprimido o ignorado o puede incluso, escapar a través de comentarios o gestos pasivo-agresivos. Un odio intenso puede conducir a terribles altercados e incluso a la agresión. Muy a menudo el odio es una actitud constante y general hacia un mundo considerado hostil o injusto. Se odia a cada situación o persona que amenaza al ego. El odio es un asesino armado siempre listo para realizar el trabajo sucio. En un poema de Byron está escrito, "he knew not what to say, so he swore." "no sabía qué decir, así que maldijo." Cuando la mente no puede asimilar un choque para el ego, el efecto de la situación permanece sin procesar y toda esta tensión mental en bruto, sin procesar permanece royendo en el interior. Es interesante observar que el vórtice del odio escapa hacia fuera desde el centro del vórtice Manipura directamente hacia el hígado. Cualquier forma de odio debe ser entendida de manera creativa para atrapar a su ceguera. Muy

pocas personas son educadas acerca de la vida emocional. Normalmente, uno aprende a manejar las emociones negativas sólo después de que se han convertido en un problema grave que requiere importantes cambios debido a la crisis.

El odio es una falta de la capacidad creativa de la Manipura. Si las partes más altas, conscientes de la personalidad no son vigilantes, a continuación el odio, así como otras tendencias negativas, se introducen. El odio es tan a menudo uno de los principales culpables en la sombra de la personalidad. Permanece allí porque uno no sabe en qué otro lugar ponerlo. Uno trata de ocultar y suprimirlo, pero siempre encuentra una salida. Las situaciones y las personas que provocan negatividad siempre existirán, sólo podemos cambiar nuestra forma de evaluar y reaccionar ante ello. Uno debe aprender a ver la secuencia de eventos, tanto de manera externa como interna y conocer lo que llevó hasta el sentimiento de ira para reinterpretar y canalizar de una manera diferente. Para empezar a superar el odio, es necesario redefinir la visión del ser de una manera más armoniosa que no se basa en la separación, el miedo, la desesperación y el conflicto. El odio no puede existir bien donde hay amor y comprensión y toda la otra alquimia mental que entra en el acto trascendente de perdón. El odio es a menudo una reacción a una interpretación previa, inconsciente de una situación difícil. Esta energía permanece incrustada en la mente quizás durante toda una vida. Quizás uno todavía se enfurece al recordar los insultos recibidos en la escuela primaria. O tal vez uno se involucra con frecuencia en las discusiones imaginarias con uno de los padres. Y sólo con imaginar lo que sucede, una persona real se puede mover a este espacio imaginario de la proyección. Esta persona recibirá el odio de su pasado por medio de otra persona. Las emociones enterradas que se han enconado en el interior pueden ser violentamente vomitadas mientras que el ego busca resolver este problema culpando a otro por su descontento

Miedo

El miedo es sin duda el sentimiento más importante que impregna la vida humana. Mucho de lo que se decía del miedo a la aniquilación en el vórtice Svadhistna es relevante para este vritti en el 3er vórtice. Al igual que muchas de las tendencias fundamentales del Svadhistna se traducen y transmutan en las tendencias expansivas y vigorosas del tercer vórtice, el miedo es una forma más compleja, consciente y del temor a la aniquilación. El miedo no es necesariamente el terror en un sentido tan inconsciente y generalizado, sino más bien la reacción a la duda. Uno duda de la fuerza y la capacidad de uno mismo para defender las proyecciones psicológicas, las actividades y anexos que constituyen la identidad.

En esta etapa del desarrollo de la mente existe un grado evidente de separación con el mundo objetivo (naturaleza y cultura), pero en lugar de estar motivado a conducirse hacia la verdadera trascendencia y liberación de las ataduras de lo relativo y lo finito, se sustituye la comprensión potencialmente pura de la concepción y la idea de la forma, con un versión limitada y egocéntrica que sólo satisface los apetitos ambiciosos y apasionados del sentido del Aham limitado y separado. Debido a que la voluntad se impone a través del apego ciego, el deseo, la calumnia, etc., hay poca disponibilidad (e incluso incapacidad) para abandonar el egocentrismo. Detrás de todos estos instintos que motivan la expansión del Aham en el ámbito psíquico y conceptual, es el temor el que rompe el vínculo entre la voluntad subjetiva interna y sus conexiones externas definitivas. El miedo es esta preocupación perpetua por la propia muerte, al menos por la muerte del ser auto-definido a través de sus caprichos y demandas.

El miedo tiene muchas formas y muchas caras. En el nivel más superficial, existe el temor relativo a la aceptación de la máscara social o de la personalidad. Una vez que encontramos un poco más de confianza en la autenticidad y la individualidad, todavía existirá el temor de que la imagen adquirida pueda ser sostenida. Incluso en los grados más altos de desarrollo, cuando uno comienza a tener una noción del Dharma y del sacrificio de la voluntad individual por el

bienestar colectivo, todavía habrá el temor de que las propensiones inferiores puedan obstaculizar este proceso.

El nivel del Manipura es el reino del Aham y el mundo que se define por medio de la voluntad impulsiva y egocéntrica. Hasta que las propensiones del Anahata logran compensar estas limitaciones, es cuando el ego comienza a intuir que el mundo y el "yo" no se mantienen unidos sólo por su propia voluntad, sino porque todo está dirigido por un orden divino y moral. El Manipura puede capturar esta idea. Este entendimiento es la única manera de superar el miedo a perder el referente, el ansia y al defensivo "yo" separado. La única manera de que el Manipura sea fuerte y saludable es servir a un amo más que el mismo. Sólo a través del conocimiento de Brahma hay fin al miedo.

Por supuesto, el arquetipo del guerrero espiritual es lo que se manifiesta en el nivel mental Manipura y propone una orientación hacia la espiritualidad en el vórtice Anahata. Bajo esta influencia, que es una mezcla de propensiones del Manipura con Anahata y Vishuddha, los deseos egoístas de la mente se transmutan en un mayor esfuerzo para luchar por seguir a la propia conciencia. Cualquier guerrero necesita un maestro y el arquetipo del guerrero espiritual está tan estrechamente conectado con el arquetipo del gurú. El vórtice Manipura todavía no puede dejar de lado las imágenes de sí mismo, por lo que no es de extrañar que la mente busque una imagen o arquetipo de dios. En lugar de perderse en el ego heroico tratando de liberarse de las ataduras mundanas inferiores, la mente busca entender un significado interno más amplio, basado en una idea más noble que en el deseo egoísta, el apego ciego y la ambición.

En la epopeya hindú, el Ramayana, Ravana, el demonio con 10 cabezas, es un símbolo para las 10 propensiones del vórtice Manipura. El dios Rama es el héroe que mata a este demonio. La mente creativa del Manipura puede captar estos ideales y ponerlos en práctica. Los arquetipos divinos descienden sobre la mente de acuerdo al tiempo, lugar y persona. Aunque la mayoría de la gente adora a estas ideas internas en el sentido religioso extrovertido, la mente Manipura desarrollado entiende el verdadero significado de estas formas y que

tienen una "función de guía" arquetípica como Jung lo llamó. Es esta profunda comprensión de las formas conceptuales lo que propicia la creatividad y el genio de la mente Manipura.

Cuando era niño, yo era muy curioso en cuanto a si realmente Cristo existió como un ser humano o fue un arquetipo más profundo, universal y espiritual incrustado en la conciencia humana. Esta curiosidad desapareció cuando comencé a meditar y entender que la gracia divina está siempre presente detrás de la mente tranquila. Comprendí que lo divino estaba en el Testigo sin forma de la mente. Esto es lo que los yoguis llaman Atman. Las palabras y los conceptos e incluso la más alta filosofía no puede captar el infinito dentro de sus límites. Lo que yo deseaba era esta armonía y la unión en lugar de una concepción uniforme de "dios" que siempre parece estar de acuerdo con algún tipo de aceptación de la religión, culto o la tradición. Aunque yo tenía muchos sueños de mi maestro Anandamurtiji, en los que a menudo me decía cosas muy importantes que incluso llegaron a curarme, nunca podría permitir que mi mente quedara atrapada en conceptos como el "gurú". Tal vez yo podría aceptar esta autoridad en el interior, pero cuando la gente habla de "gurú" en el contexto social, a menudo se basa en concepciones de lo que es el gurú para otras personas y no tanto por su propia experiencia y por una realización a profundidad. Esto es cierto en cualquier forma de espiritualidad: las masas siguen las normas y conceptos establecidos y no ponen tanta energía en la realización. Sin embargo, fue en la altura de mis realizaciones sin forma de lo divino que tenía tantas experiencias de formas divinas! Anandamurtiji, en sueños o en la meditación, siempre me guio hacia la presencia real del Atman y nunca dijo algo como: "Yo soy el único camino." Estas experiencias siempre revelan lo que vi como verdades universales profundas. Mi mente se había conectado con esta forma particular que revela verdades mucho más allá de la forma. Incluso una vez apareció a mis ojos físicos la forma luminosa de Cristo después de una meditación profunda. No tenía duda de que había una presencia divina que se manifiesta como una forma. Su forma era translúcida y la serpiente de Quetzalcoatl que yo había visto en mis primeras experiencias kundalini fue visto justo detrás de los ojos en el nivel del

cerebro medio. Su belleza me recordé de un retrato de iconografía de Andrei Rublev, solo con un serpiente de jade dentro de la figura holográfica. Comprendí claramente que era un símbolo de la unión del cielo y la tierra; de dios y de la humanidad. El "poder de la serpiente" de la kundalini, la energía divina latente en la base de la columna vertebral, despierta en el cerebro y nos transforma en algo inconcebible para el Aham. Esta serpiente en el cerebro medio estaba completamente domesticada y dentro de toda la belleza de la hermosa cabeza de la figura de Cristo. Pensé en cómo un cerebro tan iluminada debe haber incorporado los denominados cerebros reptiles y mamíferos en los místicos y aún no entendidos potenciales de la neo-corteza humana que ha evolucionado por encima y alrededor de ellos. Cristo es un símbolo de esta perfección yóguica, al menos en mi experiencia. La visión era más hermosa y significativa que cualquier cosa que he visto en el Louvre o en cualquier otro museo del mundo. Cuando lo recuerdo vuelvo a ese estado de éxtasis en el presente. Conforme pasa el tiempo entiendo esto, así como tantas otras visiones de la verdadera forma, tan profundas verdades espirituales que uno no puede captar normalmente sin la ayuda del medio de la forma.



## Anandamurti





## **El Vórtice Anahata**

Hasta antes del Vórtice Anahata, el ser humano no es sino un "embravecido paquete de deseo dentro de un animal moribundo", en palabras de Yeats. Se mencionó previamente que el Vórtice Manipura le da al individuo la intimación del infinito a través de un deseo de expansión infinita; esta se encuentra aún lejos de la concepción pura del infinito, ya que su enfoque está dirigido al mundo físico. El Manipura, situado a la altura del ombligo, aún está gobernado por el hambre ontológica, acompañada de ambiciones, demandas e imposiciones sobre el mundo objetivo. Puede preguntarse el "cómo" y proceder luego a manipular y maniobrar el mundo exterior de acuerdo a sus deseos, pero carece de la conciencia auto-reflexiva para preguntarse el "por qué" o "para qué" en un sentido moral más profundo. El Vórtice Manipura se encuentra balanceado solamente cuando está bajo la guía del Anahata, más consciente y moral. Debe

quedar muy claro para el lector que muchas de las enfermedades en nuestra pseudo-cultura materialista y capitalista son ocasionadas por la sobre activación y explotación del Vórtice Manipura.

Anahata significa "no hacer daño" y, es en este plexo o nivel de la mente, donde las cualidades humanas verdaderamente racionales, auto-reflexivas, compasivas y críticas, comienzan a emerger. Este plexo situado en el centro del pecho, comúnmente es conocido como el "chakra del corazón". Es un vórtice de energía donde el flujo direccional de la mente humana se expresa. Por debajo de este vórtice la mente se mueve hacia afuera, es decir, hacia la materia. De Anahata para arriba la mente se mueve hacia adentro, hacia el Espíritu puro, hacia la divinidad Shiva - Shakti (la conciencia infinita).

El Vórtice Anahata está asociado con el Vijinanamaya Kosa (mente intuitiva), estrato de la mente sutil conectado con la intuición y el factor aéreo. En Anahata, por medio de la mente intuitiva, no se encuentra asociado a la vibración de la forma, como es el caso del Manipura, sino que se asocia a la vibración del tacto o las impresiones. Cuando el Anahata funciona en su nivel más elevado y elemental, percibe las impresiones sutiles en la forma de ideas abstractas y sentimientos intuitivos que emanan de los objetos. Tiene la posibilidad de percibir una idea más profunda sobre la esencia del objeto (haya sido éste pensado o sentido), sea este un ser vivo o una forma inerte de la naturaleza. Las estructuras mentales o los arquetipos del plexo Manipura en el nivel creativo son las manifestaciones de las ideas originales sin forma que existen en el Vijinanamaya Kosa. De acuerdo a los antiguos filósofos griegos, tales como Platón y Sócrates, la mente intuitiva es el estado mental donde surgen las ideas en su más pura expresión.

Aunque el Vórtice Manipura y el nivel mental asociado a él están dotados de intelecto y creatividad, la mente se encuentra aún muy preocupada por las intensas e impulsivas propensiones que la mantienen dirigiéndose hacia fuera, es decir hacia lo sensorial, por lo tanto, no puede obtener un entendimiento profundo, racional e intuitivo del ser y del mundo. El Manipura busca la adquisición y gratificación personal, mientras que el Anahata busca la auto-

realización. Debido a la ligereza relativa del factor aéreo asociado al Anahata, la mente es capaz de reflexionar y mirar a la forma desde una perspectiva más objetiva. Si asemejamos al Manipura al fuego, que ilumina pero también consume el mundo de la forma, el Anahata sería como una nube que flota tranquilamente sobre las multitudinarias formas de la naturaleza.

El Anahata es solamente el comienzo de un desapego que nos lleva a la trascendencia del ser fenoménico y separado. El ego individual y la voluntad se encuentran aún presentes pero son mucho más auto reflexivos y mucho menos impulsivos que en el Manipura. Aquí, el ego y la voluntad se convierten en objetos de reflexión para el entendimiento (o mente discernidora). Es precisamente debido a que ahora hay un auto concepto abstracto, enraizado profundamente en el estrato psíquico intuitivo o Aham , donde este estado mental puede ser no solamente consciente de los deseos e impulsos de la mente subconsciente, sino que puede redirigir estas tendencias hacia otras más conscientes e inteligentes. Con esta capacidad de redirigir conscientemente las propensiones que encadenan a la mente a limitaciones psíquicas burdas, el ser se vuelve capaz de reflexionar sobre su propia naturaleza. Por lo tanto, en el Anahata existe una manifestación mucho mayor del "yo existo" o Mahat. En lugar de que el ser se encuentre atado y definido por la inquieta e incesante actividad del ego o "yo hago", el sentido del ser se convierte más en un testigo de la actividad del ego (aunque aún no completamente).

El Aham está todavía atado a objetos en alguna medida, pero es lo suficientemente lúcido para darse cuenta que es independiente de toda objetividad. Este sentimiento profundo del "yo", o conocimiento de la auto existencia, puede discernir qué tendencias llevan al ser hacia un estado interno de armonía y auto entendimiento, y cuáles lo llevan aún más a un estado de limitación psíquica y espiritual. En resumen, aquí nace un sentimiento profundo de la moral y la conciencia; uno mucho más profundo que el simple superego impuesto desde afuera en el Manipura.

En el Anahata comenzamos a ver las primeras manifestaciones del Dharma o movimiento psico- espiritual: el movimiento de la mente

hacia el espíritu. El ser abstraído de los sentidos, junto con una voluntad más independiente, hace que el individuo pueda perseguir más libremente la vida interna y el significado de la existencia. Puede comprender el funcionamiento del Tao, u orden moral del universo, y de esta manera unificar la voluntad individual con la del cosmos. La mente comienza a entender que solamente a través de convertirse en una persona responsable, consciente y completa, puede haber un significado verdadero en la vida. Vivir la vida únicamente a través de los sentidos y pasiones es llevar una gran atadura la cual no te permite la satisfacción completa.

Como se mencionó anteriormente, el Anahata es solamente el comienzo de la auto-trascendencia. Aquí se genera el sentimiento abstracto del "yo", independiente de toda objetividad; pero esta "identidad" se encuentra aún mediada y adherida a conceptos psíquicos que definen su naturaleza, aunque éstos son mucho más sutiles. En esta etapa aún no hay una expresión pura e indiferenciada del "yo" eterno o Mahat, que no necesita de referencias ni mediaciones de ningún tipo, ni de conceptos del ego, o Aham. Aunque hay un alto grado del sentimiento del "yo" puro, la mente aún utiliza conceptos (auto-conceptos) para referirse a objetos a los que aún está apegada (memorias, historia personal, auto- narrativa, características de su auto-definición, cualidades intelectuales, emotivas, etc.).

Puede decirse que el Vórtice Anahata es el enfoque de la mente en el "yo soy". El Aham ya no necesariamente trata de consentirse en su ser limitado, sino que busca su origen en el sentimiento del "yo existo" del Mahat. El problema viene cuando esta fascinación con la naturaleza de la propia conciencia es proyectada en el propio ego finito. Entonces, toda la energía de crecimiento y auto descubrimiento se torna en una forma de egoísmo. Como resultado, surgen la vanidad, el narcisismo, el egoísmo y la hipocresía.

La mitad de los doce vrttis del Anahata son positivos, promueven el crecimiento. La otra mitad son negativos, o a lo mucho neutrales; son tendencias auto defensivas que buscan justificar al ego y perpetuar sus fronteras, en lugar de expandirlo y refinarlo. Aún existe un sentimiento limitado del ser, con potencial para discernir entre

vicio y virtud. Aún queda la barrera del ser y no ser por superar, aunque no está tan marcada como en el Svadhistana y el Manipura. La armonía, el balance y la proporción son elementos clave que constituye el

Anahata, para poder determinar aquello que es apropiado e inapropiado para el crecimiento espiritual.



## Las Propensiones Del Manipura

### Esperanza

La función de la mente microcósmica es ser el medio entre la identidad interna y la externa, sea esta física, psíquica o espiritual. El Manipura, con sus apetitos y apego ciego, intenta que los objetos deseados se conviertan en realidad. Con las cualidades del Anahata, previamente descritas, uno espera encontrar un vritti que ayude a convertir el deseo o impulso en una realidad más discernida y menos impulsiva. La esperanza es la creencia interna de que aquello que uno verdadera y profundamente necesita, va a manifestarse en la realidad.

A través de la esperanza más pura no se da la manipulación de la voluntad para hacer suceder algún acontecimiento; más bien el ser confía en el poder de la fe para materializar dicho anhelo. Por tanto, el medio de actividad de este vritti (así como de otros en el Anahata) no son los órganos motores ni sensoriales, ni la imposición de la voluntad, sino la eminencia del pensamiento intuitivo.

Desde luego, los deseos de la gente frecuentemente son triviales y egoístas, debido a la reciente incorporación de los vrittis del Manipura al Anahata. La propensión de la esperanza, potencialmente tiene la sublime función de dar al ser un sentimiento interior de "saber", sin necesidad de ninguna evidencia empírica o sensorial. Cuando el Anahata es purificado tiene la capacidad de entender el significado e ideal de la forma en su sentido más profundo. Cuando existe un corazón puro, uno puede intuir el significado subyacente de una situación determinada. Aquí, el propio pensamiento elevado, puede apreciar las sutiles intenciones cósmicas de la Mente Macrocosmica, sus pensamientos que constantemente se convierten en nuestra realidad. Un sentido interno de certidumbre se genera a partir de este conocimiento, junto con la creencia de que el bien prevalecerá de alguna manera, aún cuando existan limitaciones de la voluntad personal que traten de forzarlo.

El poder de la fe o esperanza es una de las capacidades más profundas de la mente humana. La razón por la cual la fe ha sido tan considerada como una gran virtud por todas las así llamadas "religiones principales", es porque coloca al poder de la voluntad dentro de una fuerza más grande que el ego individual y su sensación de autoría de la acción. Con esto, ayuda a llegar a la comprensión de que la voluntad cósmica es suprema, e incrementa aún más la fe en la benevolencia del orden moral cósmico. Esta certidumbre intuitiva inspira al ser a trascender la confusión y la ansiedad incesante de una entidad separada de la divinidad Shiva- Shakti, el Ser Supremo.

Preocupación



La esperanza le permite a uno tener la convicción de que el propio bienestar está a cargo de la Mente Macrocósmica. Por lo tanto uno es aliviado de la carga perpetua de un ser limitado, temeroso, siempre ansioso y luchando por asegurar su identidad, coaccionando y moldeando el mundo objetivo a su voluntad con el fin de reafirmarla; la preocupación hace exactamente lo contrario.

Cuando uno está preocupado o excesivamente inquietado por algún acontecimiento o problema interno, es porque hay una falta de fe o esperanza en que las cosas saldrán bien. Uno cree que las presiones externas o las deficiencias internas son los factores causales que regulan la vida, en lugar de que sea un orden oculto e inteligente. Es por esta preocupación sobre la preponderancia de las circunstancias externas y la falta de confianza y fuerza interior, que un ego tambaleante puede recurrir a sus métodos habituales de reafirmación. En lugar de confiar en el Dharma o Tao para resolver las circunstancias, el ego separado y preocupado regresa a utilizar su propia y aislada voluntad a través de los mecanismos más burdos del intelecto y los órganos motores. En lugar de que el ego confíe en la guía del "yo" eterno, o su conciencia, utiliza su propia mente objetiva (Chitta) para intentar cumplir su propósito.

Aquí, el fulcro se ha cambiado hacia el polo negativo. Las presiones y tensiones externas de una conciencia más compleja no están siendo dirigidas hacia la propia inteligencia superior, por lo que los mecanismos sutiles (esperanza, discernimiento o juicio racional) no están siendo utilizados para lidiar con las situaciones estresantes. En lugar de esto, el ego se apoya en sus patrones anteriores de comportamiento para enfrentar las luchas más complejas, propias de una conciencia superior. Aquí tenemos una discordancia, ya que una mente, aun cuando sea capaz de funcionar a través de un pensamiento abstracto y profundo, utiliza estas capacidades únicamente para pensar en las dificultades, mientras que usa solamente sus habilidades inferiores para pensar en las posibles soluciones.

Dicho paradigma representa exactamente el conflicto de la etapa actual de evolución humana. La conciencia de la masa se encuentra

desarrollándose entre los niveles del Manipura y el Anahata. Aunque existe un alto grado de esta recién descubierta auto conciencia e inteligencia racional, ésta aún no entiende su verdadero significado (así como el de los otros), ni cómo aplicar este conocimiento en el mundo. ¿De qué otra manera puede explicarse cómo una humanidad inteligente y relativamente civilizada utiliza su astucia y conocimiento tecnológico para explotar despiadadamente la naturaleza, la economía y para hacer guerras por petróleo? El salto a la conciencia del Anahata constituye ciertamente una gracia salvadora para la humanidad, sin embargo, si esta nueva conciencia no incorpora e integra las estructuras mentales previas (del Manipura y el Svadhistana), surgirán problemas mentales como el egoísmo, la represión y la duplicidad. Lo anterior será un tema común en el Vórtice Anahata: si uno utiliza su inteligencia superior para continuar desarrollándose psicológica y espiritualmente, o si esa inteligencia simplemente se convierte en una herramienta para exacerbar, explotar y perpetuar los vrttis impulsivos del Manipura (ambición, apego ciego, sadismo, etc.).

## Esfuerzo

El vrtti del esfuerzo refiere al esfuerzo para desplegar las cualidades dormidas de la personalidad. Vemos que con el kosa (nivel mental) subliminal existe la posibilidad de pensar en una manera profunda y significativa. Mediante esta habilidad sublime, la mente puede sondear los terrenos más profundos del potencial del pensamiento para descubrir y crear nuevos modos de ser para sí, que lleven más allá la expansión del potencial humano y del conocimiento de la existencia. En el Manipura aún estaba presente el hambre impulsiva de expandir la mente en relación con su mundo externo-conceptual. Con el vrtti del esfuerzo, la mente puede expandirse no solamente mediante la asimilación mayor de su entorno, sino encontrando un camino interior a través cualidades intuitivas que

amplían e iluminan el concepto del ser. Es un esfuerzo para descubrir quiénes somos realmente en el interior. Ahora que hay una mayor presencia del Mahat y, por lo tanto de intuición, con su correspondiente decremento en cuanto a intelecto exteriorizado, la mente comienza a preguntarse qué es en realidad el "yo". En esta etapa, la personalidad está muy conciente de las tendencias impulsadas por el ego limitado, y busca conocer la realidad e identidad detrás de dichas limitaciones. Solamente cuando el ego limitado se ve frustrado con su expansión externa y claramente ve sus propias ataduras, se despierta el deseo de desarrollar su potencial completo. Aquí uno ve realmente que la vida de preocupación incesante, ambición y apego no es el verdadero Ser. A través de la manifestación del Mahat y la intuición, uno puede ver más allá de todo este conflicto y preguntarse: ¿quién es el que ve todo esto? Hay un ojo tranquilo en medio de la tormenta del ser y uno comienza a desear saber qué es y cómo llegar a él. Este esfuerzo es simplemente el deseo de entender el Tao o Dharma.

Sin embargo, dicho movimiento es un esfuerzo para llegar a la realización personal relativa, y no a la realización absoluta. El ego aquí asume las cualidades e identidad necesaria para vivir de acuerdo a una comprensión y experiencia más profunda de la existencia. No se trata todavía del establecimiento en la vida intuitiva, pero sí del movimiento hacia ella. En lugar de que el ego tenga una imagen de sí mismo de acuerdo a sus deseos externos, despliega las cualidades que ayudan a la orientación psico-espiritual. Estas cualidades son necesarias para entender las propensiones inferiores, aceptarlas, e integrarlas en un nuevo auto concepto más refinado. Ejemplos de estas cualidades son una conciencia agudizada, el dejar de juzgar a sí mismo y a los demás, la aceptación, la compasión, la moral y una determinación indestructible para llegar a expresar estas cualidades completamente. Mientras discutimos este crecimiento del ser es

necesario mencionar los tres procesos que regulan el despliegue de propensiones superiores para incorporar y compensar las inferiores. Éstos son recapitulación, transmutación e integración. Se puede ver claramente ahora cómo los niveles sucesivos de desarrollo

crecen a partir de niveles previos y que los vrttis de los vórtices superiores son expresiones similares, aunque más refinadas, de los vrttis inferiores; los vrttis se recapitulan en un modus operandi sucesivamente más sutil. La mente aún no está entrando en un territorio completamente nuevo; las cosas solo están siendo replanteadas en una forma distinta. Por ejemplo, este esfuerzo no es impulsivo como su predecesor, la ambición (en el Manipura), pero ambos tienen que ver con la expansión psíquica. Debido a que se trata de tendencias más concientes y elevadas que corresponden a niveles más sutiles de existencia, se da necesariamente una transmutación de energía, ya que ésta, que antes era utilizada en la expresión de lo más bajo, se mueve ahora hacia lo más alto.

El esfuerzo requiere paciencia y una conciencia profunda, no una actividad voluntariosa y forzada como se da en la ambición. Los vrttis son tendencias arraigadas, instintos psíquicos que han evolucionado para servir un propósito en este proceso de crecimiento y, por consiguiente, esta transición de lo viejo a lo nuevo no es inmediata. Lo nuevo tiene que nacer y lo viejo tiene que seguir reafirmandose. Este cambio en la evolución mental requiere por tanto de una conversión tremenda de energía. El proceso ocurre inconscientemente a través de una facultad guía, innata y expansiva, así como de la voluntad y la elección. Uno puede decidir continuar y escuchar la voz interior que nos lleva a la transmutación; o lo contrario, aunque esto último siempre traerá problemas.

Un factor necesario para la transmutación exitosa de la energía psíquica es la integración. Lo viejo tiene que ser incorporado a lo nuevo. Toda expresión previa de energía tiene que ser dirigida completamente a una facultad nueva; del otro modo, la mente sufrirá un rompimiento y generará expresiones opuestas. Este quiebre puede llevar a la duplicidad, a una regresión hacia las formas de comportamiento anteriores, o a una represión de las tendencias inferiores por las superiores. Para usar nuestro ejemplo anterior, la personalidad espiritualmente orientada, propulsada por el vrtti del esfuerzo, puede reprimir sus tendencias ambiciosas de su estado conciente; sin embargo, éstas van a seguir teniendo su momentum

energético para reafirmarse inconscientemente. Esta persona puede, como consecuencia, expresar duplicidad o hipocresía, al hablar de una manera e inconscientemente actuar de otra. Una disociación psicológica similar entre lo inferior y lo superior se mencionó en la discusión sobre la preocupación, y continuará exponiéndose cuando hablemos de los vrttis de vanidad, egoísmo, duplicidad y argumentación, ya que todas estas tendencias denotan una integración incompleta de los vrttis bajos, en los intuitivos, auto-reflexivos y magnánimos potenciales del Vórtice Anahata.

La disociación entre las recién emergidas tendencias y los antiguos patrones de comportamiento produce lo que la psicología clásica ha denominado "la sombra". La sombra no reside en un kosa en particular, en otras palabras, no se trata de un estrato mental. Es un mecanismo predeterminado de integración de un nivel mental-emotivo en el siguiente. Todo aquello que no haya sido aceptado e integrado, y por lo tanto ha sido reprimido o suprimido, pasa a ser relegado a una sombría categoría de "no-yo". Por ejemplo, si la mente no tiene la fuerza para realizar el salto del Svadhistana al Manipura, los vrttis entrópicos del Svadhistana se convierten en la sombra de una mente ambiciosa y vigorosa que está tratando de funcionar en el Manipura. Atras de estas tendencias vigorosas y autocráticas quedara toda la estaticidad y entropia de los conflictos en el Svadhistana. La personalidad, movida por el exterior, puede suprimir sus tendencias asociadas con la inseguridad y falta de confianza en si mismo. Del mismo modo, si el salto hacia el Anahata no se completa, como en nuestro ejemplo previo, los vrttis que constituían la personalidad anterior en el Manipura se convierten en la sombra.

## Afecto

El afecto de un ser sutil hacia otro, como se expresa en esta tendencia, no es el deseo intenso de consumir y poseer al otro con el fin de gratificar los propios apetitos. El diálogo interpersonal a nivel del Anahata tiene un afecto mutuo, inter-subjetivo, en el cual existe

un amor basado en las cualidades humanas profundas del otro, sin embargo, no está completamente privado de egoísmo. Aquí persiste el deseo de apoyarse en las cualidades del otro debido a que se les asigna un significado profundo (artha). Esta forma de apego no se genera para saciar el hambre de expansión externa, sino que se trata de un cariño hacia alguien, basado en la forma conmovedora y profunda en que ésta persona nos afecta. En el afecto, el corazón de uno es tocado por otro. Las cualidades internas del amado son amadas por medio de las cualidades internas de quien ama. En este diálogo, el amado es considerado por quien realmente es, y el amante ejercita y descubre más sus profundas cualidades afectivas.

El amor humano, ya sea íntimo y romántico, familiar, o fraternal, posee un efecto tremendo sobre nosotros, ya que libera nuestros corazones del auto encierro; pero, al mismo tiempo, nos sostiene solamente de aquéllos a quienes amamos personalmente. El afecto necesita estar perfectamente balanceado para poder traer felicidad, de lo contrario, conlleva sufrimiento. Trae alegría cuando la consideración que tenemos por otros supera nuestros deseos egoístas, cuando nos propulsa más allá del interés propio. Sin embargo, cuando es explotado, siempre genera dificultades. Esto sucede cuando el significado personal que recibimos del otro y la continua demanda del mismo, se pone en lugar de las verdaderas necesidades de esa persona.

Muchos aman solamente para recibir amor y reconocimiento de los demás, sin dar ellos mismos mucho de su parte. Solamente cuando el afecto alcanza una sinergia funcional o simbiosis, donde ambos, amado y amante, intercambian roles libre y armoniosamente, dando y recibiendo, es que una persona puede verdaderamente comenzar a darse cuenta de la función más elevada del amor. El amor humano, en todas sus formas, es una intimación, una expresión emergente del amor divino. El amor es la única semilla de la espiritualidad. Alguien que ama ve el poder que tienen sus fuerzas emotivas sobre la transformación de otro.

Una vez que la persona se siente digna de ser amada por otros, desarrolla una noble auto-confianza y un auto-respeto, o auto-

conciencia respetuosa, que le permite amar libremente, sin miedo, egoísmo, demandas egoístas, ni la imposición de sus necesidades personales. ¿No son acaso el miedo, egoísmo, y nuestras demandas personales e insistencia, las tendencias que reflejan una verdadera falta de confianza, auto conciencia y auto respeto y, por lo tanto, una falta de amor? Sólo una mente fuerte e integrada puede amar verdaderamente. En este nivel de integración personal, uno entiende cómo el amor es un elemento esencial, el elixir mágico para el crecimiento del alma, capaz de aliviar todo el miedo, egoísmo y sufrimiento en la vida. Uno ve cómo su ser ha sido transformado por él y no puede sino querer compartirlo con otros. Esta es la culminación del amor personal: amar sin tener cadenas y sin esperar nada a cambio. El amor deja de ser un mero sentimiento o necesidad personal y se convierte en un principio espiritual cargado del significado y poder más profundo. Cuando esta etapa es alcanzada, una forma de amor aún más profunda y universal puede comenzar a surgir. Esta tendencia más exaltada se encuentra en el Vórtice Vishuddha. El amor y el afecto comienzan en el Anahata, pero alcanzan su expresión más completa en el Vishuddha; aquí, el afecto como artha (significado personal) se transforma por completo en Dharma

(significado esencial y universal). Al final hay solo un Amigo, en muchos colores y lugares, que se mueve a través de amor infinito detrás de cada una de nuestras caras.

## Vanidad

Ahora queda claro que la mente y la personalidad afectadas por las propensiones del Vórtice Anahata tienen tendencias profundamente auto-conscientes e ideacionales que llevan a la persona a un auto concepto más abstracto. El auto concepto a este nivel ya no se encuentra muy definido por el cuerpo físico, ni por sus necesidades, ni por los burdos elementos de su ambiente. La mente y la personalidad son abstraídas de estos planos y su enfoque se

convierte en más ideacional. La personalidad toma información de pensamientos más profundos y abstractos como el de ¿quién soy yo esencialmente, incondicionado por mi ambiente?

La vanidad representa el triunfo vanaglorioso del individuo sobre el arrastre externo del ambiente social. La sociedad demanda conformismo y la sumisión del ser hacia la colectividad. El proceso de individuación, contrariamente, es el descubrimiento de la verdadera identidad de la persona. Esto representa el esfuerzo del individuo de superar el miedo a su propia alienación social, así como a la censura que generará el moverse fuera de los paradigmas colectivos predominantes que han condicionado a este ser en desarrollo a vivir en fronteras sociales y auto conceptos limitados y estrechos. Este proceso es natural y saludable en la evolución de la mente de regreso al Espíritu; busca el conocimiento y el Ser liberados, la gracia de su esencia, incondicionada, no creada. La vanidad, sin embargo, representa el proceso de individuación parcial e incompleto. La vanidad mira su crecimiento y sus logros, su salida de la atracción entrópica de la conformidad, inseguridad, vergüenza y debilidad, con un sentimiento de satisfacción, orgullo y logro.

El Aham, en lugar de buscar su fundamento en el puro Espíritu, o en su relación dinámica con él, se asegura un nicho en sus propias cualidades, habilidades, logros, palabras y símbolos que le sirven de referencia. Dicho de otro modo, el ego se identifica orgullosamente sólo con las cualidades objetivas, relativas y cambiantes que colorean y califican el sentido del "yo", en lugar de identificarse con el "yo" puro y eterno. Sin embargo, vanidad no significa exactamente identidad del ego atada a sus propias cualidades. Cualificación y esclavitud del "yo" no necesariamente significan orgullo y vanidad. Más bien, la vanidad se refiere al agrandamiento y exclusiva identificación del ego con sus propias cualidades. El proceso en el que el todo evoluciona a partir de una fracción de sí, es decir, del Macrocosmos a través del microcosmos, es ignorado. El ego ve sus cualidades objetivas y sus logros como su subjetividad, como su identidad fundamental. Es más que una confusión del sujeto con el



objeto, ya que el sentido de autoría (ego o Aham) es alienado, encapsulado y separado del resto del ser mental.

Con la vanidad, el Aham no reconoce su conformación psicológica y mental completa, y niega importancia a las sutiles fuerzas evolutivas que están tratando de expresarse y manifestarse a través del individuo. En lugar de esto, el individuo ve a su propio ego como el origen y fin de la existencia. El ser verdadero es puro, incondicionado y libre. Las gunas de Shakti generan todas las cualidades del Sujeto. Con la vanidad, se da una confusión del sujeto con las cualidades objetivas. El Aham cualificado y compenetrado con cualidades objetivas es confundido como el núcleo de la identidad. No resulta sorprendente que la vanidad y el orgullo son considerados universalmente como el error y la falta más grande que pueden cometer los humanos. El proceso Macrocósmico de evolución y transformación a través del microcosmos es usurpado por el ego limitado cuando éste reclama para sí la autoría del proceso.

Un hecho del que la mayoría de la gente no se da cuenta es que la vanidad es una debilidad. Resulta fácil ver erróneamente a personas exitosas y vanidosas como fuertes y valientes. Sin embargo, si uno mira más profundamente las dinámicas y orígenes de la vanidad, uno entenderá claramente que se trata de una compensación para la incertidumbre y el miedo, y un hogar para la ambición y la compulsión. En otras palabras, la vanidad representa la calificación de una mente más inteligente y consciente por complejos no resueltos relacionados con vrttis del Svadhistana y Manipura. El conflicto de la duda, vergüenza y miedo, junto con la ambición, apego ciego y hambre de éxito en el campo de batalla del Manipura, busca un refugio en una forma de conciencia superior en el Anahata. La vanidad ayuda en la compensación y sofocación de este conflicto al poner la energía psíquica del individuo en sus componentes y cualidades superiores. Una noción más abstracta del auto reconocimiento surge cuando la gloria del ego se embellece con las ideas auto-reflexivas que tiene de sí mismo. La identificación de la propia psique se convierte en el canal para la energía psíquica, o para el movimiento e inspiración de la mente. El Aham puede continuar calificándose con

sus logros externos, sin embargo, el regreso a la conciencia yace en la interiorización de estos logros por una identidad abstracta, separada de su ambiente.

La abstracción de la identidad de su propio cuerpo y entorno es el fin máximo de la vida humana, si el proceso llega a su terminación. La mayoría de nosotros está en algún lugar en medio, dándonos cuenta que tenemos una identidad trascendente, separada del cuerpo y del mundo, pero continuando, contradictoriamente, la asociación de esta noción abstracta del "yo" con cualidades objetivas del cuerpo y del mundo y, por consiguiente, seguimos esclavizados a las nociones imaginarias del "yo" y el "mío".

### Discernimiento / Conciencia moral

Como se mencionó previamente, el nivel mental del Anahata (sus vrttis y su kosa subliminal) es el fulcro donde descansa el flujo directivo de la mente. Si las propensiones del Svadhistana y Manipura cualifican a las del Anahata, uno puede tener una mente intelectualmente desarrollada, con un sentimiento de separación abstracto y definido, pero a su vez carente de calidez y conciencia moral. Esta frialdad y distanciamiento se deben al hecho de que el auto concepto psíquico, abstracto e intelectual, está aún muy ocupado con el auto establecimiento de las propensiones del Svadhistana, o la adquisición de las del Manipura. La habilidad de una conciencia y personalidad más elevada, con potencial para la vida interna, y la capacidad para pensar y sentir profundamente se encuentra, en este estado, incapaz de utilizar esta conciencia para relacionarse con otros en maneras correspondientemente profundas. Los impulsos de los vrttis inferiores usurpan la inteligencia de los superiores.

La propensión del discernimiento o conciencia moral, le da a la mente la habilidad de usar su razón para determinar qué elecciones y modos de vida la llevan hacia el crecimiento y expansión de la vida interna, en relación con el mundo y el Espíritu. De la misma manera,

también puede discernir qué acciones llevan hacia el confinamiento, al egocentrismo, y al estancamiento psicológico. Con la conciencia, la mente puede entender su potencial egocéntrico y, al mismo tiempo, estar en contacto con las ideas intuitivas que la guían fuera de sus limitaciones y hacia la realización espiritual.

La conciencia es la habilidad de saber qué es bueno y justo, es una propensión enraizada en Mente Intuitiva. El tener la capacidad profunda e intuitiva de observar y entender la naturaleza del ser y del mundo le permite a uno actuar de acuerdo con la verdad. La conciencia intuitiva de la cual hablamos aquí es la conciencia esencial, la conciencia en la Conciencia, es la representación del Espíritu dentro de la mente. El concepto de Viveka no se refiere al código externo de "hacer" y "no hacer", impuesto convencionalmente, sino a la voz interna, la benevolente guía del Tao eterno.

### Depresión psíquica / Hastío

Existen tres principales grados de depresión. La propensión del estupor psíquico en el segundo vórtice es, por supuesto, la más pesada; representa una paralización de toda la base psicológica. Con la melancolía del tercer vórtice se da un movimiento entrópico de las dinámicas y extrovertidas propensiones que ligan al ser fenoménico con el mundo. El vritti de la depresión psíquica en el cuarto vórtice es, como el nombre lo indica, un tipo de depresión en el que el ego consciente experimenta hastío, aburrimiento, falta de significado y pérdida del espíritu. Se trata más de una enfermedad psíquica y existencial que simplemente de la paralización de los impulsos e instintos, característica de la melancolía y del estupor psíquico.

El ego en este estado siente opresión, no sólo porque el ambiente no se encuentra en armonía con la psique, sino porque la psique no está en armonía consigo misma. El interés del Vórtice Anahata es descubrir el significado profundo de la identidad fenoménica, la verdadera naturaleza de la personalidad. La depresión psíquica resulta cuando estas necesidades existenciales no son satisfechas.

Hay una laguna en el significado que liga la definición del ser consigo mismo y con la sociedad.

Esencialmente, este tipo de depresión aparece cuando el ego no está en armonía con su conciencia, con las ideas profundas e intuitivas que unifican todos los elementos de la personalidad y que le dan inspiración y dirección. La conciencia es el Espíritu guía dentro de la mente. Nos muestra la virtud y cómo alinearnos con el espíritu de benevolencia del Dharma en cualquier momento y en cualquier situación.

El flujo y dinámica de la vida mental no es caótico, sino que sigue un orden muy refinado. Solamente cuando el ego opone resistencia a este orden intuitivo, surgen la confusión, alienación, enervación, y finalmente la depresión. La depresión, especialmente cuando se experimenta en su forma existencial en el Anahata, tiene su propio orden y significado. Es de hecho una llamada para el despertar hacia una vida más consciente. En muchos casos, la depresión se manifiesta en períodos de gran transformación. "Antes de preparar a un hombre para grandes cosas, el cielo lo llena de amargura y desesperación", dijo alguna vez un taoísta. Quizá la depresión, al menos vista desde una perspectiva espiritual, puede servir el propósito de hacernos más reales, de alinearnos más con nuestro ser interno. A partir de ella, la duplicidad y las incongruencias dentro de la personalidad pueden ser socavadas y su perpetuación, imposibilitada. Muy frecuentemente el ego se pierde en imágenes plásticas, construidas socialmente, en la conformidad superficial dentro de un sistema convencional, y nunca escucha ni explora la voz interna que siempre está llamándolo a la expansión y transformación.

La depresión psíquica puede arrancar de raíz las formas sutiles de egotismo y vanidad aún en la más espiritual de las mentes. San Juan de la Cruz denominó a este tipo de pérdida del espíritu la "Negra noche del alma". Aparece como una contracción y opacidad de las facultades mentales; sin embargo, por debajo se encuentra un proceso espiritual que ayuda al alma a ir más allá de todas las limitaciones y fronteras que la mantienen confinada a su sentido de separación y auto encierro. Con la depresión psíquica existe la

capacidad de cavilar sobre el por qué uno se siente pesado y sin significado, sobre el por qué las cosas no están saliendo bien y, así, encontrar soluciones. Nuestras vidas psíquicas nunca ocurren al azar, nunca carecen de significado. Cada situación es una oportunidad para crecer y ejercitar nuestro intelecto, nuestro discernimiento, nuestra introspección y nuestra compasión. Dentro de nosotros siempre está la conciencia, la voz del Espíritu, guiándonos incesantemente y dirigiendo nuestras vidas hacia el bien máximo; sólo necesitamos escucharnos y ser honestos con nosotros mismos.

### Ego o Auto-identidad

El Aham-vrtti o ego no es lo mismo que el vrtti del egoísmo o el de la vanidad. Esta propensión es el sentimiento de la identidad verdadera. Es el concepto existencial de la verdadera conformación psicológica, independiente de los complejos de inferioridad o superioridad; es la naturaleza esencial de la personalidad.

Nos proporciona la información sobre nuestras inclinaciones innatas, estilos cognitivos, tonalidades afectivas, el si uno es intro o extrovertido, más serio o más relajado, si piensa más o siente más, lo que le gusta y disgusta, etc.

Este auto concepto es una noción de la identidad que organiza y estructura las diversas propensiones y formas de pensamiento en un concepto ordenado de una identidad general. El vrtti del ego le da una forma pensada a la noción del "yo". Aunque el "yo existo" o Mahat se manifiesta claramente en el Vórtice Anahata, aún se encuentra calificado por objetividades. Aquí, por supuesto, los objetos calificativos son psíquicos o psíquico-espirituales. El ego por consiguiente, es un concepto de lo que es el "yo" en relación al mundo relativo.

Este vrtti abre las puertas a un potencial profundo y maravilloso. Por supuesto, la noción humana del "yo", se encuentra atada muy frecuentemente a nociones sociológicas, nacionalistas, culturales,

regionales así como a las nociones limitadas de la personalidad inferior. Sin embargo, en este vritti reside un gran potencial, con el cual la identidad eterna y espiritual, Shiva, puede encontrar una morada para expresarse a través de la personalidad humana.

Es cierto que la personalidad humana es algo relativo, ya que se encuentra dentro del dominio de Shakti; sin embargo en ella se halla el reflejo de la conciencia fundamental, quien da la noción de identidad. En esta etapa de desarrollo de la personalidad espiritual las cualidades objetivas y conceptos que cualifican a la identidad no son precisamente ataduras, sino más bien medios a través de los cuales el inefable Ser Infinito se expresa vía la personalidad finita. En este punto, las cualidades objetivas son transparentes ya que la personalidad no necesita más de nociones externas condicionadas para su auto referencia. Aquí uno entiende que el infinito Brahma mismo no es una personalidad y que no tiene cualidades; que se expresa a través de planos finos, sutiles, del mundo creado-relativo. La personalidad o carácter no puede existir para el Infinito ya que ésta requiere de las limitaciones inherentes a definiciones finitas. Por otro lado, la personalidad tampoco puede existir en el finito sin el reflejo del "yo" subjetivo, existencial, que es a su vez Infinito. El carácter, por lo tanto, es el área de cultivo donde el Infinito se expresa conscientemente a través de un medio finito. Desde luego, toda la creación es la progenie de Shiva, pero es dentro del desarrollado ser humano que la auto conciencia llega a conocerse así misma fundamentalmente como Conciencia Suprema, aun cuando ésta pueda tener todavía cualificaciones sutiles. Lo cierto es que, sin estas cualificaciones, el Infinito no tendría una personalidad.

Todos los seres humanos son dioses disfrazados. Sólo aquél que pisa el campo más profundo de su ser e identidad se da cuenta que su vida, su ser, su existencia relativa, es en realidad un vehículo para que Shiva se manifieste en las multitudinarias formas de la personalidad ó, en otras palabras, para darle un nombre al Infinito. Esta es quizá la verdad más dulce y melodiosa de la vida humana: que la vida humana es verdaderamente la Vida Divina.

## Egoísmo

Todos los vrttis del Vórtice Anahata están relacionados con el concepto del ser; la mitad de ellos vinculan a la identidad con el ser limitado, mientras que la otra mitad, las cualidades positivas, proveen un ímpetu para la trascendencia del ser fenoménico. Vimos que con la vanidad se genera un embellecimiento y un orgullo a partir de las cualidades que uno identifica en sí, en un intento de establecer la identidad psíquica. El vrtti del egoísmo es similar en cuanto a su fijación en las cualidades de la identidad limitada; sin embargo, en esta tendencia hay un egocentrismo más agudo y cauteloso que en la vanidad.

La vanidad es una limitación, pero al mismo tiempo da una sensación de orgullo y confianza, junto con una convicción de eficacia. Uno puede tener una personalidad saludable, con buenas cualidades y aún mantener un poco de orgullo. El egoísmo es más bien una patología en la que la personalidad carece de cualidades verdaderas y significativas y, en lugar de buscar la expansión en una manera espiritual, fija la energía psíquica exclusivamente en preservar la noción del ser. Una persona orgullosa puede en ocasiones pisar fuera de sus fronteras y conectarse con otros. Lo anterior resulta más difícil para un egoísta ya que su interés no es solamente el de pulir y refinar la personalidad; más bien se trata de un mecanismo de defensa que le ayuda a mantener la integridad a una estructura débil del ego.

Este vrtti se encuentra muy frecuentemente trabajando junto con los vrttis del segundo vórtice. El resentimiento, compulsión y represión son propensiones que mantienen unida la integridad de la base del ego. Si el ego no está bien integrado, y los vrttis del tercer y cuarto vórtice no han logrado compensar los del segundo, la personalidad del Anahata estará muy contraída. El potencial para la expansión psíquica en el Vórtice Anahata estará concentrada en asegurar un auto concepto frágil, que ha estado perpetuamente inseguro. El carácter de una persona así es muy frecuentemente frío, desconfiado, que oscila entre un desapego emocional obligado, una

represión de tendencias infantiles y una compulsión para actuar sobre ellas. Esta persona también mantiene un límite muy demarcado entre el "yo" y el "otro", que conserva a los demás a una distancia segura.

Dicho sencillamente, el egoísmo es la alienación y auto encierro de la personalidad, con su consecuente inhabilidad para conectarse significativamente con otros seres sutiles, así como con los propios potenciales superiores. El egoísmo también puede evitar que una persona pueda desarrollar estos potenciales.

### Duplicidad / Hipocresía

Cada vez que la personalidad realiza un salto de un vórtice al siguiente, existe la necesidad de que la energía psíquica y sus objetivos realicen un cambio. Un movimiento saludable de un vórtice hacia el posterior incorpora gradualmente las tendencias inferiores en las superiores. Como hemos visto, en cada vórtice se da una recapitulación de las tendencias anteriores en formas sucesivamente más sutiles. Si los patrones de expresión anteriores no son transmutados e integrados en los nuevos, se produce un quiebre en la personalidad. Cuando esto sucede, las tendencias bajas y las elevadas funcionan al mismo tiempo. Debido a que hay una gran diferencia en la estructura temática de cada vórtice, se generan incongruencias muy definidas en una personalidad así. Lo que antes era el tema principal de un vórtice, se convierte en la sombra inconsciente de su sucesor. Por ejemplo, las propensiones del tercer vórtice que no fueron incorporadas en el Anahata se convierten en la sombra de esta personalidad.

La tendencia de duplicidad o hipocresía se manifiesta cuando la inteligencia del Anahata no es capaz de integrar completamente las tendencias bajas, ahora inconscientes, de los vórtices predecesores. En lugar de que el Anahata transmute la energía psíquica de las propensiones inferiores en alguna de las suyas, la mente trata de enmascararlas, negarlas, distorsionarlas o suprimirlas, para que no parezcan incongruentes. Aquí podemos imaginar el caso de una



personalidad dotada de algunas cualidades finas y una inteligencia consciente; por ejemplo, alguien con un poco de conciencia moral, afecto por los demás y una perspectiva espiritual en la vida. Por otro lado, puede que esta misma persona tenga aún remanentes de un patrón de funcionamiento mental previo que vayan en contra de su sentido del ser actual. En lugar de reconocer conscientemente estas tendencias dispares y trabajar para integrarlas en una síntesis armoniosa, la mente utiliza sus habilidades cognitivas para distorsionar y enmascararlas, permitiendo así que existan hombro con hombro con el ego o personalidad consciente. Entornos diferentes sacarán a flote estas tendencias opuestas. En una situación uno puede comportarse en una manera desinhibida y expresar lo que normalmente no expresa, mientras que en otra uno puede actuar de acuerdo al protocolo social. Lo que se menciona aquí no se refiere a la expresión de diferentes facetas de la personalidad, de acuerdo a los distintos contextos; la duplicidad es, más bien, el acto de encubrir, de montar una apariencia para ocultar una realidad interna indeseable.

Esta mezcla de posturas antitéticas dentro de la misma mente causa que la cognición juegue ambos bandos "que cace con los perros y también corra con las liebres". Un día uno puede ser compulsivo e iracundo, y el otro amable y justo. La duplicidad se da cuando el lado amable y justo se rehúsa a reconocer realmente a su contraparte sombría. En otro caso quizá sea el lado estable de la personalidad, con su aparentemente seguro sentido de identidad, el que distorsiona o niega una parte débil e insegura. La duplicidad puede manifestarse en muchas maneras. La parte central de esta tendencia es que se trata de un intento de evitar el choque entre dos fuerzas antitéticas. Al mismo tiempo, constituye un bloqueo para lograr la integración y plenitud posibles en el Vórtice Anahata.

La duplicidad se manifiesta como hipocresía cuando la parte más inteligente reconoce a la más inferior pero intenta compensarla estableciendo para sí estándares elevados, imposibles de alcanzar para una mente dual y dividida. Por ejemplo, una persona así puede expresar un comportamiento tosco y lascivo en compañía de sus

amigos y denunciar el mismo tipo de comportamiento en el trabajo o en la iglesia, para mantener una apariencia socialmente respetable.

La duplicidad se encuentra con demasiada facilidad en grupos religiosos donde las personas inseguras tienen la necesidad de otros para guiar o influir en ellos espiritualmente. Sin siquiera mencionar la desviación sexual, todavía hay un montón de ejemplos peligrosos de la duplicidad en la religión. Duplicidad permite tendencias ocultas excavar profundamente en estas mentes mientras que los "demonios" de la vanidad espiritual y el deseo de manipular y controlar a otros se convierten en el objetivo principal. Una vez buena intencionalidad ha degenerado, que virtud queda para proteger a uno de las partes más oscuras de la sombra? Es la misma situación si llevan cuellos blancos o turbantes de color naranja o recitar refranes bíblicos en latín o shlokas sánscritos: las personas que engañan y hacen daño a otros espiritualmente a través de su hipocresía caen muy duro en la perversión. Lo que fue reprimida y oculta se vuelve tan dolorosamente evidente después de una caída.

Personas de mente espiritual con discernimiento, o viveka, no pueden tolerar estas actividades y pertenecer a ningún grupo que mienten y encubren estas verdades. Una persona espiritualmente consciente tiene que salir de la red de mentiras o convertirse en un agitador o revolucionario, un "hereje". La intuición espiritual debe extenderse más allá de los nombres y las formas de la religión. "Está bien para nacer en una secta, pero no morir en uno", dijo Vivekananda.

Es natural tener la dualidad en la existencia humana. A veces somos fuertes y otras que somos débiles y no podemos resistirnos a las tendencias negativas. Hay tanta incertidumbre en cuestiones y valores profundamente existenciales. Duplicidad, sin embargo, es cuando los censores de la mente cubre las verdades inconvenientes mediante la mente sigue fragmentando y compartimentando la personalidad en una imagen falsa. Esta imagen es falsa, ya que es una argumentación en contra de otro, una parte no deseada de nuestro ser. Uno declara la guerra a uno mismo. Dualidad natural y la indecisión se tornan en un sistema de creencias distorsionada sobre sí

mismo donde sólo un lado de la ecuación es visto y no la verdadera dualidad. Cuanto más se reprime y deforma la sombra, más de un "verdadero creyente" uno se vuelve. Se necesita fanatismo y mucha argumentación para sofocar la sombra. Se necesita mucho trabajo psicológico interno y / o práctica espiritual para integrar las distintas partes de la personalidad y convertirse en su conjunto. Y esto sólo es posible con una visión muy positiva de la existencia que permite la sombra de disolver en esta luz poco a poco. En lugar de convertirse en un ser completo y congruente, la duplicidad ama de proyectar sus tensiones internas, reprimidos sobre algún "otro". En lugar de ver lo que es vil y baja dentro de uno mismo es mucho más fácil encontrar un chivo expiatorio fuera de uno mismo. Tenga cuidado entrando en la zona de sombra de otro, ya sea un individuo o una sociedad colectiva. Las proyecciones de la sombra son el medio perfecto para transferir su propio lado oscuro a otro. El "otro", el "enemigo" puede llegar a ser el revelador de la verdad, sin embargo. Puede ser tu mejor amigo en que uno realmente puede empezar a entender este juego inconsciente de proyección de la sombra que tiene todo el mundo loco.

La purificación completa de este vritti de duplicidad "abre" el lado derecho, solar del Anahata Vortex y permite contemplar el "yo" puro en su sede en el corazón espiritual del ser humano. Sin esta vritti de duplicidad vibrante en el lado derecho del anahata, los sabios vedánticos contemplaron el Ser puro en el lado derecho del pecho, donde se irradia hacia el exterior en la inocencia y la pureza.

### Argumentación

Cuando una persona se topa con la duda, ya sea sobre un aspecto de sí misma o del mundo, una forma segura y certera de hacer prevalecer la propia opinión es desafiar a la oposición con una postura argumentativa. Esta propensión es una forma refinada de la difamación del Manipura. Este vritti no trata de preservar los impulsos exteriores del ego en una manera maliciosa, sino que intenta justificar las proyecciones intelectuales y conceptos del individuo.

Desde luego hay ocasiones que justifican una disputa, como cuando uno protesta ante acciones incorrectas. Sin embargo, la mayoría de las veces esta propensión cumple la función de mantener el status quo de un ego inseguro, al oponer resistencia a pensamientos exteriores que van en contra de su propio sistema. Uno discute no tanto para convencer a otro de sus puntos de vista, sino para convencerse a sí mismo. Si a través de la argumentación una persona puede convencer a otra de sus opiniones, entonces el hecho de que otro ha sucumbido a su intelecto y voluntad constituye una prueba de que su intelecto y voluntad son fuertes. Esta sensación de destreza intelectual le da seguridad al ego falto de confianza.

La mayoría de la gente va por la vida como "crustáceos armados en alerta eterna", en las palabras de Blake. Debido a que el ego es aún una entidad incompleta, necesita luchar contra su ambiente y también consigo mismo. A medida que el sentido de apego a formas e imágenes exteriores disminuye a través de la cultivación del carácter, hay una necesidad cada vez menor del ego, de tener que luchar para justificar y preservar su ser en el dominio intelectual y psíquico. Dentro de la conciencia yace la certeza y justificación para todos los aspectos de la vida. Una vez que la conciencia comienza a desplegarse, las acciones y pensamientos se enraízan en el ser esencial, en lugar de oscilar en un ego vacilante y sus apegos. Entre más esté uno establecido en esta conciencia discernidora, menos podrá ser perturbado por fuerzas de pensamiento externas. Aquí, uno puede existir como un todo, completo en sí mismo, sin estar definido ni condicionado por el diálogo entre "yo" y el "otro".

La conciencia, de acuerdo a la definición previa, es la representación de la Conciencia en la mente y, por lo tanto, tiene sus raíces en la trascendencia, más allá de la dialéctica entre el ser y el otro. La Conciencia es el delgado hilo que dirige a la mente fuera de la dualidad hacia un estado de unidad de pensamiento, sentimiento y actividad con la Mente Macrocósmica. Cuando el pensamiento y sentimiento son vertidos desde este ser esencial y la voluntad actúa de acuerdo a su verdad, las acciones son fusionadas en la actividad de la voluntad Macrocósmica. "Donde hay otro, hay miedo", dice un

Upanishad. Si uno puede existir en esta unidad, con conciencia, y actuar con este sentido de certeza, nunca habrá la necesidad de argumentar, aun cuando se tenga la razón. Entonces, la propia actividad microcósmica se ha unificado con la del Macrocosmos y porta su estampa de certidumbre, como si hubiera sido aprobada por el Macrocosmos mismo.

## Arrepentimiento

Cuando hablamos sobre la vergüenza en el Manipura, se mencionó cómo ésta es el resultado de las consecuencias negativas de una actividad realizada dentro de una conciencia punitiva o superego. Esto sucede cuando uno trasgrede las fronteras de la propia conciencia exterior, construida socialmente. El arrepentimiento es el sentimiento experimentado cuando uno va en contra de la conciencia moral interior, o Viveka. Se trata de un sentimiento de culpa inducido internamente, en lugar de haber sido impuesto por el exterior, como la vergüenza.

El sentimiento de arrepentimiento puede ayudar al individuo a integrar las partes dispares de la personalidad. La vanidad, egoísmo, duplicidad y argumentación son las tendencias que pueden causar estas incongruencias. Mediante el arrepentimiento existe el reconocimiento de los sistemas incongruentes, defensivos del ego, que evitan que la personalidad esté completamente integrada con los vrttis positivos de la esperanza, esfuerzo y discernimiento.

Todo el concepto de acción y reacción, de karma y samskara, es comprendido cuando se consigue el balance entre la acción juiciosa y discernida, y las reacciones en forma de culpa o arrepentimiento. La ley de karma y samskara es extremadamente sutil y sólo puede ser entendida cuando estas dos tendencias (conciencia y arrepentimiento) están completamente manifiestas. La conciencia, en su sentido más profundo, aparece cuando uno comienza a dilucidar el orden moral o dharmico del universo. El arrepentimiento, por lo menos en su sentido más profundo, ayuda a reconocer cuándo y cómo se ha

movido uno en contra del flujo de este orden. Desde luego, la ley de acción y reacción aplica para todas las acciones. Cada vritti en la mente humana está compensado y equilibrado por otro. Sin embargo, es solamente en el Vórtice Anahata y su plano mental subliminal que aparece el reconocimiento de que cada quien está creando constantemente su realidad a través de las elecciones que hace y las consecuencias naturales de éstas. Una vez que esto ha sido profundamente descubierto, uno puede poner fin al proceso de estar continuamente construyendo límites para la personalidad y sufriendo las reacciones y compensaciones que acarrearán dichas actividades.

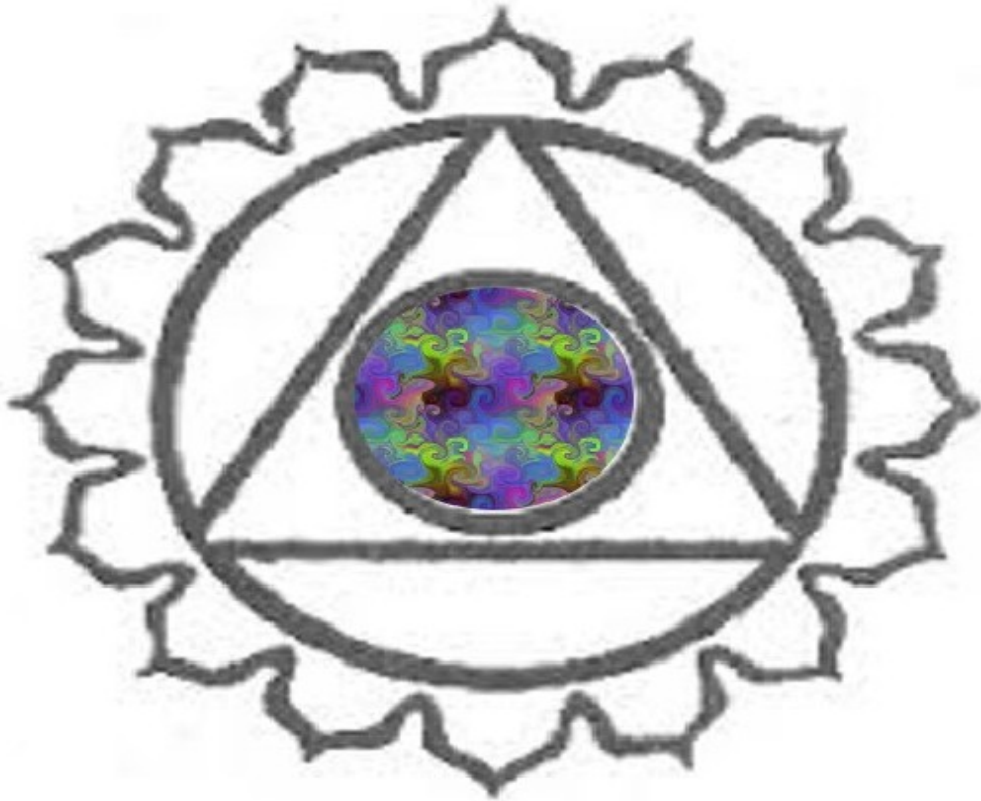
El auto encierro del estado de conciencia donde prevalece el ego, y la perpetuación de este estado por las acciones y reacciones egocéntricas, son los que evitan que el ser comprenda su naturaleza más elevada y que experimente la realidad profundamente como un todo. Son éstos quienes provocan que la mente se encuentre vacilando constantemente entre sus pensamientos y sentimientos siempre cambiantes, enraizados en el sentido de separación de su Ser, Shiva. Aún la personalidad bien integrada es una fragmentación de la conciencia, ya que en ella prevalece el sentido de separación del Ser eterno e infinito.

En su sentido más profundo, el arrepentimiento es el sentimiento de culpa generado en la mente por el hecho de ser una entidad separada. No se trata de la inseguridad del segundo vórtice, ni de la vergüenza del tercero, sino de un reconocimiento existencial más profundo de la transitoriedad y temporalidad del ser fenoménico: un ser arraigado a una mente, que es una entidad "funcional, siempre cambiante y relativa". Sólo cuando la mente comprende que existe un todo, más grande, que abarca su existencia completa, puede ir en búsqueda de la unión con este todo. El arrepentimiento, por lo tanto, puede cumplir no sólo el propósito de integrar congruentemente la personalidad, sino que tiene también una función más trascendental.

Esta función trascendental del arrepentimiento aparece cuando uno logra ver al ser fenoménico, o personalidad, como un "sistema de compensaciones". En las palabras de Emerson "la vida humana no es sino un sistema de compensaciones". Mediante el arrepentimiento

existencial, uno entiende las dinámicas de los deseos, apegos ciegos, vanidad, egoísmo y duplicidad que han mantenido unida la personalidad. La tela de la personalidad ha sido hilada por estos mecanismos de defensa durante muchas vidas. Se trata de mecanismos que han surgido debido al miedo a la existencia y la correspondiente necesidad de auto preservación. Aún las cualidades positivas del Vórtice Anahata son compensaciones para las tendencias negativas inferiores; por lo tanto, están ligadas a ellas en cuanto a que todavía mantienen en el individuo la sensación de estar separado de las partes más profundas del Ser.

Una vez que uno se da cuenta que existe un propósito en la vida más profundo que mantener la estructura del ego relativo - fenoménico, y que quizá haya realmente un dios dentro de nosotros esperando nacer, puede comenzar a liberarse de sus ataduras. El arrepentimiento, después de haber luchado tanto para mantener una separación ilusoria, puede inspirarnos a la auto-trascendencia. Es entonces cuando uno puede liberarse de todas las formas de miedo: el miedo primario de aniquilación del Svadhistana, el miedo a la competencia del Manipura, y la ansiedad existencial del Anahata. Y una vez más se abre otro sistema de compensaciones, uno que puede transmutar toda esta separación existencial en una vida unificada con el Espíritu puro. Esto comienza en el Anahata, pero continúa en una manera más profunda en el Vórtice Vishuddha.



## **El Vórtice Vishuddha**

En la etapa actual de evolución humana es muy difícil encontrar individuos, mucho más sociedades, que funcionen al nivel del vórtice Vishuddha. De hecho, resulta raro encontrar individuos que hayan asimilado los vrttis del Anahata. Sin embargo, aunque la humanidad como un todo aún esté lejos de asimilar las propensiones del Anahata, hay algunos individuos excepcionales que han logrado dar este salto. Los conceptos para denominar el estado mental de estos escasos individuos existen, cuando hablamos de gente "equilibrada" o "realizada" (aunque en el lenguaje cotidiano estos términos se utilizan en gente menos extraordinaria).



Podemos imaginar que el caso de un individuo que haya asimilado las tendencias del vórtice Vishuddha es aún más raro. La traducción literal de Vishuddha es "especialmente puro". Ciertamente, muchas personas tienen una noción de lo que es una persona espiritual y santa, pero es muy raro encontrar a alguien así, salvo en los relatos históricos. No obstante sí hay algunas excepciones notables, un puñado de almas humildes y nobles que viven en unión y armonía con su Ser más elevado.

Los vrttis del Vishuddha son tendencias completamente puras y desinteresadas. Representan una mente que no se encuentra más limitada por la noción de un ego aislado y separado, una mente que al fin deja de estar involucrada en los procesos de sostener y mantener sus construcciones mentales egoístas y sus apegos emocionales. Por el contrario, las tendencias del Vishuddha compensan las limitaciones de un concepto abstracto del ser, al reemplazar la noción de una identidad separada por la de una que se encuentra íntima y profundamente conectada con Shiva por dentro, y con toda la creación manifiesta por fuera.

El vórtice Vishuddha está conectado con el factor etéreo y la Mente Causal (vijñanamaya kosa). La Mente Causal, como recordarán, es la Matriz Causal de toda la creación. La creación está enraizada y tiene sus primeras expresiones sutiles en el nivel de la Mente Causal. La creación, o proceso involutivo, es un proceso de análisis: es cuando el Uno se convierte en muchos. La evolución, por el contrario, es el camino de regreso, en el que las multitudinarias expresiones de la Conciencia se vuelven Uno otra vez. Así como todas las cosas proceden de la unidad de la Mente Causal, todas regresan a ella al final.

Una de las diferencias principales entre la mente unitaria o microcósmica y la mente colectiva o Macrocósmica, es que la mente unitaria tiene muchos propósitos, ya que es dirigida por muchos vrttis diferentes. La Mente Macrocósmica, en cambio, tiene solamente un propósito, y es el de guiar a todos los seres creados (mentes unitarias) de regreso hacia la unidad consigo. El nivel Causal de la mente unitaria en el vórtice Vishuddha se encuentra íntimamente ligado a la

Mente Macrocósmica. Para entender esto, recordemos de la primera parte, cómo los distintos niveles de la mente unitaria (kosas) regresan durante su proceso de evolución, participando sucesivamente en planos (lokas) preexistentes dentro de la Mente Macrocósmica.

Debido a que el vórtice Vishuddha se encuentra conectado a este nivel Causal, esperaríamos encontrar aquí patrones cognitivos paralelos y correspondientes con la función de la Mente Causal. Además, esperaríamos ver tendencias emocionales que abarquen toda la creación y así, reflejen esta sutil unidad.

Debido a la naturaleza oculta y esotérica de las primeras ocho propensiones del Vishuddha, estas serán mencionadas brevemente después de describir las segundas ocho; ya que sería complicado tratar de explicarlas sin antes tener una noción general de la naturaleza de las demás propensiones del Vishuddha.

Las propensiones del Vishuddha constituyen una extensión de la actividad de la Mente Causal o Cósmica. Son el reflejo de la actividad macrocósmica dentro del propio macrocosmos. Debido a que expresan esta actividad macrocósmica, su función y propósito es guiar no sólo al microcosmos individual, sino también al resto de la creación, hacia su salvación.

Las primeras ocho propensiones del Vishuddha reflejan el poder creativo de la Mente Macrocósmica para imaginar un aspecto de la creación y convertirlo en una realidad objetiva. Gracias a la naturaleza exaltada de una mente que se encuentra funcionando a este nivel, ésta es capaz de co-crear el universo como una extensión y reflejo de la Mente Causal. Ésta es la razón de su naturaleza esotérica. Las siguientes ocho propensiones tienen que ver con la manera en que una mente así de exaltada orienta su actividad hacia el Macrocosmos. No son iguales a las ocho primeras, más bien reflejan las tendencias personales propias de una mente noble.



## Las Propensiones del Vishuddha

"Humm" El despertar de Kundalini

El noveno vrtti en el vórtice Vishuddha es la propensión de despertar la kundalini, o divinidad dormida. El concepto de despertar

la kundalini es central en la práctica de la meditación tántrica. Esencialmente, kundalini es la fuerza de Shakti tal y como funciona dentro del cuerpo humano. Kundalini no es Shakti en la forma de sus energías manifiestas o "gunas" (fuerzas estática, mutativa y sutil) que califican a Shiva para generar la creación. Kundalini es más bien la Shakti pura, no manifiesta, que descansa en el cuerpo humano.

En la mayor parte de la gente, la kundalini se encuentra como una energía latente en el vórtice Muladhara. Muchas personas que se encuentran familiarizadas con la noción de kundalini a veces piensan, equivocadamente, que esta fuerza se encuentra dormida en todos los estados del ser, excepto cuando uno se encuentra realizando una práctica espiritual para despertarla. Kundalini no es una fuerza que solamente se activa en los practicantes espirituales de Tantra, es más bien la fuerza que se encuentra detrás del proceso de la evolución humana. Se trata de la fuerza invisible, raíz de todas las expresiones energéticas, que está guiando constantemente la mente hacia la unión con la divinidad. La fuerza de Shakti es la que causa la involución y la fragmentación de Shiva; esta misma fuerza, en la forma de kundalini, es la que guía a la mente de regreso a la unión con Shiva. Es la energía fundamental que está detrás de la evolución del primer al segundo vórtice, del segundo al tercero, etc.

Si la mente del practicante espiritual está lo suficientemente desarrollada, adquiere la habilidad de despertar esta energía mediante técnicas de meditación. Lo que sucede es que, a través de su "despertar" mediante la práctica espiritual, su actividad se incrementa y el proceso de evolución, por lo tanto, se acelera. Por lo tanto, este despertar dentro del aspirante espiritual lleva más allá su evolución psíquica, además de que le brinda una sensación de exaltación en el momento mismo del despertar. Cuando kundalini despierta, viaja hacia arriba a través de un canal llamado shushumna. El shushumna es una corriente de energía sutil que corre a través de todos los vórtices, desde el Muladhara en la base de la columna, hasta el Sahasrara en la coronilla. Mientras cruza los diferentes vórtices, kundalini hace resonar la mente con los niveles mentales correspondientes a cada chakra. Debido a que este despertar dirige al

individuo hacia un estado de funcionamiento mental superior, el momento se experimenta como una forma de éxtasis o trance. Este estado se denomina samadhi. Hay distintos tipos de samadhi, que van desde los estados crudos asociados a los chakras inferiores, hasta la realización espiritual más elevada: el nirvikalpa samadhi, en el cual, kundalini se levanta hasta el vórtice Sahasrara en unión absoluta con Shiva.

Se mencionará más acerca de este importante y sutil concepto en el último capítulo sobre la práctica espiritual. Por ahora, es suficiente saber que es una fuerza que puede ser despertada intencionalmente mediante la disciplina espiritual o a través de las ideaciones sutiles de una mente muy desarrollada. Recordemos que kundalini es una fuerza que no se encuentra activa exclusivamente en la práctica espiritual. Después del momento de su despertar a causa de la concentración de un individuo, kundalini continúa activa como la fuerza primordial detrás del despliegue de todos los vrttis y, por consiguiente, de toda la evolución de la mente. Como resultado del despertar, la velocidad de desarrollo mental del practicante se incrementa, ya que esta fuerza se encuentra ahora más activa que en su estado latente.

Cuando kundalini despierta, el sonido "hummm" sale rápida e involuntariamente de la boca. Esto sucede debido a que en el despertar sobreviene un pulso ascendente de energía que expulsa el aire violentamente fuera de los pulmones.

### Poner una idea en práctica

Vimos que en el vórtice Anahata y su respectivo nivel de la mente subliminal, era posible para la mente poder pensar muy profundamente sobre la naturaleza de la existencia. Sin embargo, debido a que los vrttis de los vórtices inferiores aún no se encontraban completamente incorporados, no siempre era posible descubrir estas ideas por completo para poder ponerlas en práctica. También se explicó que la asimilación incompleta de las tendencias inconscientes y ciegas de los vórtices inferiores, con las más sutiles y

auto-conscientes del Anahata, conducen a la mente a expresarse en una manera inquieta, vana, egoísta, argumentativa y dual. La mente en el Anahata podía alcanzar el flujo del Dharma y actuar de acuerdo con él, pero también podía actuar de acuerdo a sus propios impulsos. Éste es el llamado "libre albedrío" de la mente en el vórtice Anahata. El Dharma no era aún la esencia de la mente aquí, era algo que podía ser entendido y potencialmente asimilado como la propia naturaleza fundamental; era sólo un potencial.

Sin embargo, en el vórtice Vishuddha y la Mente Causal la esencia de la mente es un derramamiento de Verdad, Belleza y Bondad proveniente de la Mente Macrocósmica. Aquí, la noción de lo verdadero y lo bueno deja de ser un concepto separado del ser y se convierte en la propia naturaleza. La bondad deja de ser algo que necesita ser cultivado y se convierte en algo que surge espontánea y sincrónicamente desde la base del propio ser. El vritti de la práctica representa esta actividad sublime, pues permite a las ideas nobles que la mente es capaz de alcanzar a través de su habilidad discriminadora, convertirse en patrones establecidos de comportamiento. Las tendencias de duplicidad y argumentación se integran por fin en esta habilidad de poner una idea en práctica.

Con la duplicidad, la mente podía vacilar entre dos opciones, entre dos aspectos del ser: el impulsivo o el consciente. Con la argumentación, el Aham no estaba lo suficientemente integrado para confirmar sus ideas sin la necesidad de aseverarlas agresivamente a través del debate. ¿Cuál es el poder o la fuente de poder que le da a la Aham la habilidad de superar estas incongruencias? Estas tendencias solamente se pueden trascender gracias a que la mente en el vórtice Vishuddha está conectada con el poder causal de la Mente Macrocósmica. Se dijo anteriormente que aquello que el Macrocosmos piensa, se convierte en una realidad objetiva y ontológica, mientras que el pensamiento del microcosmos permanece dentro de su propia mente. El Vishuddha es la integración del microcosmos en el Macrocosmos; con esta mezcla, va de la mano la profunda habilidad de pensar algo para convertirlo en una realidad ontológica. El poder del pensamiento se vuelve entonces tan

inquebrantablemente constante y robusto que cualquier idea incongruente que surja se disuelve ante su determinación. Este nivel de integridad personal indica claramente el proceso por el cual Brahma tiene la capacidad de transformar cualquier cosa de regreso en su eminente y trascendente esencia.

Lo anterior representa también la manera en que el humano puede manifestar lo divino; el cómo el macrocosmos impersonal se vale de la personalidad del microcosmos para manifestar su gloria resplandeciente. La práctica, al igual que otras tendencias del Vishuddha, hace manifiesta la expresión de las actividades divinas que alimentan y guían el universo, dentro del ser humano. Más aún, esta expresión divina le da una expresión humanizada, un nombre a lo que es esencialmente Infinito.

### Cultivación de conocimiento mundano y supramundano

(vrttis 11-12)

El mayor obstáculo para la cultivación del conocimiento, ya sea en los planos crudos o sutiles, es el factor tiempo. Debido a su propia naturaleza, los seres existen en el dominio del tiempo; todo se encuentra constantemente fluyendo y cambiando. En el Anahata tuvo lugar la comprensión de la forma arquetípica de los seres creados, tal y como existen en el plano de las ideas, más allá de su manifestación física. Sin embargo, este conocimiento aún no estaba completamente más allá del factor del tiempo y del cambio relativo. Todavía permanecían las vacilaciones de pulsos de pensamiento en el factor aéreo, que crean la sensación de cambio y tiempo. El vórtice Vishuddha está más allá del factor tiempo, ya que se asocia a la Mente Causal, la cual genera todas las cosas para existir dentro del tiempo y la relatividad. Debido a que la mente ya no se encuentra asociada a las fluctuaciones del tiempo y, por el contrario, está enraizada en el nivel causal, puede tener acceso a conocer la esencia de las cosas más allá del tiempo. Esto significa que puede conocer el pasado, el presente y el futuro.

Muchas personas, en algún punto de sus vidas, llegan a experimentar algún evento precognitivo. El conocer algo antes de que suceda significa que hay un conocimiento independiente del tiempo lineal. Tal conocimiento viene frecuentemente a través de un sueño que predice un evento futuro, o de una sensación espontánea, fuerte y lúcida de que algo significativo va a pasar; o bien, cuando la mente está concentrada en actividades como la meditación. En algunos estados de sueño, los niveles sensorial y sensorial-intelectual de la mente pueden encontrarse dormidos, permitiendo que la mente resuene con los estratos inconscientes: el supramental, el subliminal y el causal. El conocimiento profundo que viene desde estos estados puede filtrarse después hacia la mente sensorial-intelectual en la forma de un sueño profético.

Todas las cosas se originan en la Mente Causal. El estrato de la mente causal se encuentra más cercano a nuestra esencia que la consciencia dominada por el Aham. Sin embargo, debido a nuestra preocupación con respecto a nuestro ser y su existencia en la esfera relativa, nos encontramos fuera del acceso a este conocimiento. Por momentos, cuando algo realmente importante está a punto de ocurrirnos, llegamos a tener una intimación de este conocimiento antes de que el hecho suceda. Dicha precognición aparece debido a que este estrato superior de la mente realmente existe dentro de nosotros y nunca estamos separados de él. Cuando algo muy significativo está por ocurrir, un poco de este conocimiento proveniente de la Mente Causal puede escabullirse e informar a nuestro Aham de lo que se viene. Es como si la intensidad y agitación del evento pendiente en el firmamento etéreo superara nuestras barreras de limitación cognitiva y forzara su entrada hacia nuestra consciencia.

Para el practicante de Tantra, al igual que para cualquier persona con una mente espiritualmente disciplinada, eventos como los sueños proféticos o precognitivos se vuelven mucho más regulares. Un aspirante espiritual tiene un grado mucho mayor de acceso a los kosas elevados debido a que su mente puede ser aquietada más fácilmente. Entre menos perturbaciones emocionales y distorsiones



cognitivas, y menos apego al ser y al mundo fenoménico haya en una mente, más se va a manifestar este conocimiento. Por lo tanto, aquellos que puedan regular sus vrttis y los niveles mentales asociados a los vórtices inferiores van a estar constantemente informados por los planos sutiles y van a poder morar en ellos.

Los seres humanos siempre van a encontrar fascinación en el conocimiento y las habilidades psíquicas. Sin embargo, la mayoría de la gente quiere saber el futuro para sostener y llenar sus deseos en el mundo material y fenoménico. Esta es la razón de la popularidad de los psíquicos de televisión y líneas telefónicas, los lectores de manos y otros ocultistas. No obstante, el deseo de utilizar los planos superiores para servir a los deseos y apegos del ego es precisamente lo que evita el acceso a estos niveles de conocimiento. ¿Cómo sería posible para una mente preocupada por cosas exteriores conocer aquello que es tan profundamente interior? Solamente una mente pura y espiritual puede realmente conocer las cosas superiores. Ciertamente, hay algunas personas, como los psíquicos previamente mencionados, que exhiben algún grado de conocimiento sutil para obtener ganancias materiales; sin embargo, el conocimiento de estas personas se encuentra en un nivel muy superficial y frecuentemente está distorsionado por las proyecciones de sus propios pensamientos.

El conocimiento más allá del tiempo del Vishuddha no es solamente para ver el futuro. En este nivel más allá del tiempo, la mente puede conocer la verdadera esencia de todas las cosas creadas, tal y como existen en la mente de Brahma. Mediante este conocimiento, uno puede comprender la secuencia divina de acontecimientos que se dan en la creación del universo y ser capaz de transmitir este conocimiento a la humanidad buscando su bienestar. En palabras de la novena elegía de Rilke: "¿Acaso estamos aquí para decir: casa, puente, fuente, puerta, jarra, árbol frutal, ventana; a lo más: columna, torre?... Sino para decir, compréndelo, oh para decirlo así, como íntimamente las cosas mismas nunca creyeron serlo Aquí está el tiempo de lo decible, aquí su patria. Habla confiesa Muéstrale qué feliz puede ser una cosa, qué libre de culpa y qué nuestra Y estas cosas, que viven en el camino de salida, entienden que las alabas;

pasajeras, nos creen algo que salva, a nosotros, los más pasajeros. Quieren que las transformemos por completo, dentro del corazón invisible, ¡en —oh, infinitamente— nosotros!, quienesquiera que finalmente seamos."

Un conocimiento así de elevado puede darse en la forma de una perspectiva superior de la esfera mundana, o en el conocimiento mismo del mundo sutil. Un buen ejemplo de cómo se puede utilizar el conocimiento sutil para entender el mundo fenoménico es el trabajo de Rudolf Steiner, especialmente su contribución sobre lo que denominó Agricultura Biodinámica. La obra no consiste en un abordaje materialista sobre la práctica mundana de la agricultura. Steiner utilizó su conocimiento intuitivo sobre los kosas superiores para comprender más profundamente el proceso de la vida. Vio que el mundo material, fenoménico, es el resultado de fuerzas espirituales sutiles. Solamente una mente funcionando en los niveles subliminal y causal puede tener acceso a saber la manera en que estas fuerzas afectan la fenomenología del mundo material.

El conocimiento del mundo sutil no se da por la búsqueda del conocimiento por el conocimiento en sí; es más bien una expresión de compasión infinita, el desear el progreso de toda la creación. Un ejemplo sobre el conocimiento de los mundos sutiles serían las enseñanzas de los grandes preceptores Tántricos y sus obras. Su conocimiento sobre los kosas sutiles enseña a otros seres cómo experimentar esas mismas realizaciones. Dichos maestros lo han hecho a través de promover la cultivación de una perspectiva espiritual y de la práctica de la misma, llevando un estilo de vida ejemplificado y enseñado por ellos mismos.

## Compasión universal

El amor y la compasión son el flujo de agua cristalina que se vierte de los manantiales del Infinito. Aquel cuya mente está muy cerca de Shiva no puede sino sentir un inmenso amor por todo lo que existe, como si su mente estuviera derramándose con la gracia del

éxtasis divino. Aquel que se siente tan profundamente amado y protegido está libre de cualquier necesidad y deseo personal y por lo tanto puede amar a los demás.

El amor es parcial y limitado solamente cuando se encuentra bifurcado por la conciencia egoísta. En ese caso, desarrolla sus propios objetos de atracción y aversión, y el sentimiento de amor se dirige solamente hacia los seres cercanos, queridos o hacia un grupo social o cultural en particular. Si uno purifica este sentimiento de amor, uno se da cuenta inevitablemente que el amor tiene sus raíces en algo mucho más grande que la personalidad individual. El amor siempre es una intimación y una llamada del Infinito. Brahma enseña amor universal, primero se expresa a través de amar a los que están cerca de nosotros. A medida que este amor y sentimiento de compasión hacia otros se expande gradualmente, adquiere aspectos cada vez más universales.

Entre más cerca esté uno de Brahma y más comprenda que el único propósito de Él es liberar a todos de sus ataduras, más comienza uno a compartir este anhelo divino. "Conocer a Brahma es convertirse en Brahma". Esto es cierto no sólo en cuanto a su esencia trascendental sino también en cuanto a su actividad divina.

Es especialmente a través de este deseo de bienestar universal que podemos entender cómo el vórtice Vishuddha manifiesta en los seres humanos las cualidades de la Mente Macrocósmica. De hecho, las tendencias del vórtice Vishuddha son propensiones de la Mente Cósmica. Gracias a que el microcosmos se ha desarrollado a tal grado, se puede reunir por fin con la mente que lo creó. Recordemos de los capítulos de involución y evolución cómo el microcosmos es un reflejo encarnado del macrocosmos. La única diferencia entre los dos yace en la cámara objetiva de la mente. La esfera objetiva del microcosmos está asociada con los sentidos y el cuerpo físico, mientras que la cámara objetiva macrocósmica proyecta la creación completa.

Considerando esto, podemos ver cómo la compasión universal es no solamente un sentimiento, sino un proceso metafísico. En lugar de que la mente esté asociada a su propia objetividad en la forma de sus

pensamientos, sentimientos, experiencias apegos, su objetivo se vuelve mucho más grande. Mediante el amor universal e incondicional, uno trasciende el ensimismamiento. Gracias a esto, el objeto de la mente se vuelve el macrocosmos en su totalidad; este sentimiento universal se extiende hacia todo lo que existe. Ahora que el objeto de la mente unitaria es el mismo que el de la mente cósmica, se da una verdadera unidad entre ambas. La única cosa que las separaba era la esfera objetiva de la mente, ahora ambas son idénticas. Debido a que las cámaras subjetivas de la mente siempre han sido iguales, la identidad subjetiva del microcosmos se vuelve aquella del macrocosmos. Este proceso continúa hasta que la unión es completa, como la gota proverbial que regresa a unificarse con el océano.

Junto con este deseo de bienestar universal surge un profundo sentimiento de justicia. La mente en unión con la Mente Causal entiende la forma en que todas las cosas se despliegan de acuerdo a la serie de acontecimientos cósmicos. La percepción del Dharma se establece aún más en la mente. Una persona así no sólo actuará de acuerdo a la verdad, sino que inspirará a otros a hacerlo; y no sólo esto, sino que tendrá el entendimiento y la fuerza para hacerle frente a la injusticia.

## Devoción

Cuando una persona por fin se da cuenta que su mente no es una entidad permanente, sino un vehículo para el Infinito, comienza a entregar todos los pensamientos, sentimientos y voluntad hacia el entendimiento de la propia esencia inmutable.

Hablando en un sentido más amplio, hay dos orientaciones diferentes en la mente unitaria en cuanto a su relación con Shiva. La primera es la noción común y dualista de que una mente y sus procesos están separados de una deidad o gurú, que actúa desde "arriba". Dentro de este tipo de orientación espiritual se dan conceptos definidos, disciplinas y sistemas de pensamiento que

ayudan a comprometer al intelecto (Aham) en su marcha hacia la realización de la esencia. La perspectiva psicológica aquí es la de una relación hacia una divinidad amorosa que puede actuar con aprobación o desaprobación hacia el aspirante dependiendo de sus acciones. Cuando algo bueno sucede es la gracia de dios. Cuando algo malo sucede es su castigo.

El abordaje devocional-sentimental está relacionado a este tipo de aproximación. En esta relación, aún existe una concepción dualista en el diálogo devoto - deidad. Tiene su raíz en el intelecto del Aham pero utiliza el sentimiento como la fuerza propulsora de la mente hacia la divinidad. En estos casos, el devoto verdadero desea solamente complacer a la deidad y actuar de acuerdo a sus deseos. Toda la energía emocional del individuo es transmutada y se dirige como amor hacia la Divinidad Suprema. Aunque aún existe una relación dual de la persona y Shiva, existe una capacidad tremenda para transmutar todas las limitaciones en amor incondicional hacia dios. Así como la compasión universal transmuta el amor personal en amor universal, una relación amorosa hacia una concepción de una deidad también eleva el objetivo de la mente. Para que esta aproximación pueda llevarse a cabo uno debe estar libre de muchas de las tendencias del ego. De lo contrario, este tipo de devoción se contamina de una manera en que las propias proyecciones y deseos se proyectan en la deidad. Un error común en todas las tradiciones espirituales y religiones es el de proyectar un ideal matriarcal o patriarcal en el concepto de dios. El Infinito, entonces, termina siendo una especie de Padre o Madre divinos. En esta confusión, el devoto no entiende que la forma e imagen de una deidad también es un vehículo para la Conciencia carente de forma. Por el contrario, el devoto insiste en que su concepción particular es en esencia lo que dios es en realidad. Tal concepción del absoluto solamente es veraz si uno entiende que el concepto de dios como Padre o Madre es una metáfora para nombrar al Infinito. En el vórtice Vishuddha se vuelve posible entender que la naturaleza de Shiva está libre de estas proyecciones antropomórficas. Estas concepciones son naturales en los kosas de la mente subliminal (Anahata) e inferiores; pero en el Vishuddha causal la idea de "Nuestro Padre" se percibe como fija,

superficial y pesada. En lugar de esto, uno tiene la capacidad de relacionarse con la Conciencia sin la necesidad de esos medios, independiente de toda proyección, tal y como existe en sí misma. No obstante, aún los más grandes maestros han utilizado concepciones populares para ayudar a las personas a tener nociones preliminares del Infinito.

El segundo abordaje es un refinamiento del primero. Se centra en la porción intuitiva (Mahat) de la mente en vez de en las facultades intelectuales del Aham. El espíritu aún se encuentra relacionado con la mente, pero lo hace a través de su facultad intuitiva en lugar de con el intelecto. En esta relación, la intuición genuina cae como una lluvia profusa sobre el diálogo conceptual y dualístico con el espíritu. Mediante el abordaje intuitivo no existen los conceptos convencionales, pegajosos y fácilmente accesibles como el del padre o gurú amoroso y personal que instruye, guía, ama y castiga a su progenie. Por el contrario, la mente y sus procesos son vistos en perfecta coordinación y unidad con el espíritu. Los procesos de la mente son exquisitamente gobernados por leyes psíquicas con sus acciones y reacciones (karma y samskara) y un completo sistema de compensaciones que la guía hacia el espíritu. Los conceptos intelectuales de un dios actuando desde arriba son ahora reemplazados por la visión de que el propio ser está enteramente formado por la ley de karma y samskara. De manera similar, los impulsos emocionales se transmutan desde su empalagosa singularidad hacia la devoción pura: una inquebrantable y siempre gozosa ideación de que Shiva es el único desiderátum. La devoción pura es la síntesis perfecta entre el pensamiento y el sentimiento; la comprensión de que la identidad mental en su totalidad está enraizada en el "Yo" eterno y constituye su objeto. Alguien preguntó una vez al sabio Ramana Maharshi si los caminos de bhakti (devoción) y jnana (conocimiento) eran contradictorios. Su respuesta fue "¿Cómo puede uno conocer al Ser sin amarlo, y cómo puede uno amar al Ser sin conocerlo?".

El hecho de que la noción de un dios dual haya sido superada no implica que el Absoluto no tome parte en nuestra transformación en el

campo de karma y samskara. Recordemos que la existencia de todo depende de Shiva y que ninguna acción Macrocósmica es posible sin la base del Ser de la Conciencia de Shiva. El Mahat, la parte más profunda de la cámara subjetiva de la mente, es la creación primaria del Espíritu no manifiesto y, por lo tanto, la más cercana a él. Cuando la mente está funcionando desde aquí, el ego deja de ser el sujeto y se vuelve un objeto. Uno logra ver el sistema armonioso y perfectamente equilibrado del juego de los vrttis, cuya furtiva función guiadora es la de dirigir la mente hacia su unión con Shiva. Aquí la mente no se encuentra separada del Espíritu en lo absoluto; al contrario, se transforma en una vertiente esencial emanada de la maravillosa esencia del Espíritu puro. Aun las cualidades personales e idiosincráticas de la mente son el objeto y posesión del Sujeto Supremo.

Aquel que se relacione con el Absoluto desde este punto, nunca lo confundirá con las construcciones del intelecto, ni se someterá a los dogmáticos debates del tercer vórtice, sobre si una encarnación o gurú en particular que se haya manifestado en la relatividad fue el verdadero y único maestro o no. Los conceptos tienen límites, y son distintos unos de los otros, al menos desde la perspectiva del intelecto. Mediante la intuición, la mente está integrada en el "Yo" y su simplicidad y receptividad le permiten llenarse de un resplandor infinito que nunca podrá ser alcanzado por los conceptos intelectuales del Aham.

## Repulsión

La naturaleza desinteresada de los vrttis del Vishuddha es una compensación para los vrttis del Anahata que se encontraban atados al ego. Sin embargo, debido a que estas propensiones compensan a las que se encontraban debajo, se encuentran relacionadas entre sí. Así como los vrttis del Anahata recapitulaban, transmutaron en integraron a los del Manipura, el Vishuddha tiene que hacer el mismo proceso con los vrttis del Anahata. Aunque la mitad de los vrttis del

Anahata son positivos, la otra mitad son negativos. Debido a que las tendencias del Vishuddha son muy nobles, la mente a este nivel puede sentir repulsión hacia las tendencias inferiores. Aunque la repulsión es una expresión negativa,

en cuanto a que constituye un movimiento para alejarse de algo, es un movimiento para alejarse de lo que es vinculante y limitante. Una mente con un entendimiento profundamente espiritual sobre el Ser, no querrá ser obstaculizada por una tendencia relacionada al ego.

La repulsión es la única tendencia en el vórtice Vishuddha que necesita ser transmutada en algo superior, ya que aún mantiene los remanentes de la dualidad. El resto de las tendencias pueden ser expresadas por una mente en unión con la Mente Macrocósmica. No obstante, la repulsión es una tendencia muy útil ya que le hace experimentar al individuo una sensación amarga y desagradable ante cualquier forma de egotismo. Sólo se convierte en un obstáculo cuando adquiere la forma de condenación. Recordemos como la difamación en el Manipura le ayudaba a la mente a negar un obstáculo. La argumentación tenía la misma función en el Anahata, sólo que en una forma más sutil. La repulsión no es sino un refinamiento de estas tendencias previas y cumple la misma función, en un nivel superior.

## Gracia

Las expresiones que emanan de una mente purificada por la activación del vórtice Vishuddha están llenas de gracia y benevolencia. Una persona así siempre pensará, hablará y actuará por el bien de los demás. Reflejará un resplandor divino aún en su comportamiento externo. Esta gracia viene de la unidad con Brahma, y es debido a esto que tal persona puede tener un efecto de transformación sobre otros. Las ondas de pensamiento emanadas de un ser así elevarán y espiritualizarán la mente de los demás. Tales seres expresan algunos de los primeros 8 vrttis ocultos del Vortice Vishudha. Se dice que solo la Mente Causal posee todos los ocho



poderes ocultos. Esta es la gran diferencia entre el microcosmos y el macrocosmos. Ni siquiera el más grande de los santos puede obtener todos los poderes ocultos.

El Vishuddha es un conducto para la Mente Causal, que es la matriz Causal de toda la creación. Todo está dentro de la mente de Brahma. Por lo tanto, una mente unificada con Brahma, ve el universo entero como una expresión de su propia mente. Los pensamientos benevolentes emanados de una mente tal no están encerrados como en el caso de una mente compartimentada y separada. El pensamiento aquí se origina del nivel causal y por lo tanto lo que se piensa y se siente se convierte en una realidad. Todas las manifestaciones fenoménicas manifiestas, tienen su origen en el pensamiento macrocósmico. Más aún, la Mente Cósmica continúa guiando y nutriendo todas las cosas como el "operador principal". Aquel que piensa y existe a este nivel se convierte en un co-creador, un vehículo para la fuerza cognitiva de Brahma. Un corazón así de grande sustenta y promueve el desarrollo de todos los seres.

Meister Eckhart exclamó: "todas las criaturas vienen a mi mente y son racionales en mí. Yo solo preparo a todas las criaturas a volver a Dios. ¡Piensen en lo que ustedes están haciendo!".

## **Los ocho primeros vrttis**

Ahora que ha quedado entendido cómo los vrttis del Vishuddha poseen un carácter extra-personal que tiene un efecto causal sobre toda la creación, podemos explicar la naturaleza de las primeras ocho propensiones. Los segundos ocho vrttis fueron principalmente expresiones personales de una naturaleza universal. Poseían también una cualidad especial que les permitía afectar a otros seres. Sin embargo, las primeras ocho tendencias no son tanto expresiones personales, sino poderes ocultos.

Hay distintos tipos de poderes ocultos. A los que nos referimos aquí son de la clase más elevada. Los poderes "inferiores" como la

clarividencia, clariaudiencia, telepatía, etc., están asociados más a los vórtices Manipura y Anahata y sus kosas correspondientes. La emanación de la forma en el nivel supramental puede darle al individuo la sensación de la esencia de una cosa en una manera sutil. Esta concepción se hace aún más profunda en el estrato subliminal. Por último, en la mente causal se da una unidad con el objeto sobre el cual se piensa. Esta unidad es la que le da a la mente funcionando en el nivel causal del Vishuddha la habilidad de controlar la creación objetiva. No es que la mente que ha alcanzado el Vishuddha se vuelva omnipotente y comparta todo el poder causal de Brahma. Más bien, sucede que una porción de ese poder infinito se fragmenta en un microcosmos determinado de acuerdo a las necesidades particulares que haya en un momento y lugar de promover el progreso humano, en el ámbito personal, social o espiritual.

Uno puede esforzarse y obtener los poderes ocultos inferiores. Sin embargo, esto no es aconsejable ya que crear apegos hacia estas habilidades "extraordinarias" casi siempre conlleva una caída espiritual. Los poderes asociados al vórtice Vishuddha no pueden ser adquiridos a través del esfuerzo ambicioso. Solamente son expresados por las almas más puras y nobles cuyas mentes se han unificado con Brahma. Debido a que en este punto no existe, si acaso un poco, un sentido de separación de Brahma, la mente que expresa estas cualidades se mantiene en equilibrio, sin peligro de sucumbir hacia el egotismo o la ambición. Para que una mente pueda expresar estas tendencias causales, debe haber primero purificado su corazón en el Anahata. Solo así puede darse esta unión con la Mente Causal y la correspondiente expresión de sus poderes. Entonces, tenemos que hay una gran barrera cósmica para la manifestación de estos poderes, y debe haberlo, imaginen solamente si fuera posible para un capitalista ambicioso tener estas habilidades.

Como se mencionó anteriormente, estos poderes no son expresiones personales, sino tendencias causales del Macrocosmos, expresadas a través del microcosmos. Uno podría decir que son vrttis Macrocósmicos. Ya que la naturaleza de estos vrttis es esotérica y muy sutil, no resulta apropiado para nadie que las comprenda

discutirlas a detalle. Este secreto es solamente accesible al "Gran Mago" y su comitiva, tal y como expresó Anandamurti.

Lo único que podemos decir sobre ellos es que son poderes que ayudan a entender la naturaleza más profunda de las mentes de todos los seres. Ellos afectan a las mentes inyectándoles un entendimiento psíquico elevado y una vibración espiritual especial para que puedan guiar a todos de regreso a la unidad con Brahma.

Pueden ser expresados abiertamente, en el comportamiento, pero la mayor parte de las veces actúan como una fuerza furtiva e invisible que trabaja sobre el individuo sin que se dé cuenta. Muchos de estos poderes activan o desactivan las propensiones de las mentes de otros. Unos cambios así de sutiles en los pensamientos y sentimientos, sólo pueden ser notados por mentes sensitivas y refinadas. Cuando afectan a la mente colectiva, se genera en ella un cambio definitivo, aunque desapercibido. Las personas, una vez que sus vrttis han sido manipulados sutilmente, simplemente comienzan a expresarse en una manera diferente.

## Microvita

Muy cercanas a estos poderes ocultos se encuentran las entidades que Anandamurti denominó microvita. Hay muchos tipos diferentes de microvita, que van desde entidades que afectan los planos atómicos más crudos hasta las que afectan las propensiones dentro de la mente. Lo que tienen todas estas microvita en común es que todas son entidades no manifiestas físicamente, que sirven de intermediarias en el proceso de transformación de pensamientos a realidades objetivas.

Por ejemplo, un átomo, o cualquier otra partícula de materia, es esencialmente la manifestación más cruda de la proyección de un pensamiento de la Mente Cósmica. El átomo en sí está manifestado como factor sólido. En la mente causal, el átomo existe en la forma de una idea causal que finalmente emprende una cascada de

transformación, a través de de elementos cada vez más crudos, hasta convertirse en una entidad sólida. Por tanto, existen otros tres niveles de mente intermediarios entre el nivel causal más sutil y el nivel material más crudo. Las microvita existen y funcionan dentro de la mente causal y los niveles intermediarios.

El objetivo principal de este libro es tratar sobre los procesos psicoespirituales dentro de la mente humana, por lo que la explicación sobre las microvita se dará en el contexto de la manera en que afectan a la mente humana. De hecho las microvita son, al igual que las mentes humanas, mentes microcósmicas. Son mentes desencarnadas que en algún momento tuvieron forma humana. Estas entidades, en lugar de tener un cuerpo hecho de los cinco factores fundamentales, tienen uno compuesto solamente de los tres más sutiles: luminoso, aéreo y etéreo.

Cuando estas mentes existieron en forma física, tuvieron un grado excepcional de desarrollo. De hecho, estos seres alcanzaron el vórtice Vishuddha y manifestaron distintos niveles de su potencial. Sin embargo, en lugar de trascender la mente causal a través de desarrollarse más espiritualmente, estas mentes tenían ciertos apegos que continuaron vinculándolas ya sea al nivel causal, o a los niveles inferiores a éste. Gracias al elevado grado de desarrollo mental de estos seres, cuando se desprendieron de su cuerpo físico, se unificaron con la mente causal, la cual no fueron capaces de trascender debido a sus apegos particulares. En estos casos, los samskaras pendientes de estas mentes son utilizados por la Mente Cósmica para servir a la creación. Esta es la forma de agotar los samskaras pendientes para una mente especialmente elevada.

La mayor parte de las veces, cuando las mentes se desprenden de sus cuerpos físicos, permanecen dormidas en los kosas superiores mientras aguardan su reencarnación en un cuerpo físico y ambiente que sea compatible con su carga samskáríca. Sin embargo, las mentes altamente evolucionadas que han alcanzado hasta cierto punto el vórtice Vishuddha no permanecen dormidas durante el intervalo entre la muerte y el renacimiento. Gracias a que han manifestado en distintos grados el potencial de la mente causal, este

poder puede ser utilizado para ayudarlas a agotar sus samskaras entre una encarnación y otra. Recordemos que la mente causal piensa cosas para convertirlas en realidad. Estas mentes que se han convertido en microvita desencarnadas trabajan en los planos intuitivos de pensamiento dentro de los kosas superiores mediante su propio poder causal. Como consecuencia, el poder causal que han obtenido a través de su desarrollo espiritual se convierte en el medio para terminar con los samskaras personales que aún estén atándolos.

Se mencionó previamente que estas mentes desencarnadas manifiestan el potencial de la mente causal en distinto grado. Esta variación depende del nivel de apego que tengan sobre niveles mentales previos o sus propensiones (vrttis). Entre más fuerte sea el apego hacia algo inferior al nivel causal del Vishuddha, menos será la fuerza causal que se podrá expresar. Esta variación es la que crea la clasificación jerárquica de las mentes desencarnadas o microvita.

Una microvita es un ser que ha alcanzado en algún grado lo que se conoce como siddhi, o perfección con actividad causal. Sin embargo, su nivel de dominio sobre cierta actividad particular ata sus mentes hacia esta actividad misma, hasta el punto en que se apegan a ella. Como consecuencia, se identifican con dicha actividad en lugar de seguir desarrollándose y manifestar otros potenciales. Este apego es la causa de que permanezcan vinculadas al estado desencarnado en lugar de trascender la mente causal también. En el momento de su muerte física, toda la energía mental y los momenta samskáríca se fusionan con el proceso al que están apegados. Pierden su libertad de movimiento lateral al concentrar todo su potencial mental en el agotamiento de su samskara vinculante. De esta manera, continúan funcionando hasta que la actividad del samskara cesa. Es entonces cuando se vuelven parte de la función causal. Debido a esto, pueden utilizar su estrecha y elevada fuerza de pensamiento para ayudar a manifestar estos potenciales causales en las mentes encarnadas. Así es como ayudan en el desarrollo de otras mentes, infundiendo en ellas sus cualidades vibratorias particulares. En vez de que la mente desencarnada utilice su potencial con el sentido de apego personal que alguna vez tuvieron, la usan al servicio de otros, purificando sus

propias mentes al fin. La categoría más sutil de microvita es el siddha. Estas son las mentes unitarias más elevadas, cuya única limitación fue la identificación con sus poderes ocultos y el apego hacia ellos. Se trata de almas muy nobles y grandes, llenas de tendencias desinteresadas que en lugar de desear trascender sus limitaciones restantes, buscaron adquirir más poderes ocultos. Como consecuencia, deben existir en la forma de microvita por un periodo de tiempo correspondiente a la intensidad de su apego a este deseo y a su identificación con él. Debido a que existen en los planos más sutiles de la mente, pueden ayudar a aquellos que buscan entender la verdadera espiritualidad. Por ejemplo, la mente de una persona puede estar batallando para concentrarse en su meditación cuando, de repente, una espontánea sensación de paz y exaltación espiritual la desborda de manera que su mente se aligera y puede entender ideaciones espirituales muy profundas. Este es el trabajo de los siddhas. Debido a que sus mentes se han unificado con las ideas causales más profundas, aquellos cuyas mentes intenten entender estas ideas, pueden ser ayudados por ellos. Los siddhas le abren a otros seres las puertas del plano al que han llegado para guiarlos a través de él. Vemos que los siddhas, así como otros tipos de mentes desencarnadas, no son ángeles flotantes con forma antropomórfica. Más bien son mentes que temporalmente se asocian a cierto programa causal o función divina.

Podemos ver otro ejemplo de la función de una mente desencarnada a través de la categoría de las microvita conocidas como ghandarvas. Los gandharvas fueron mentes espiritualmente desarrolladas que mantuvieron un apego a la música u otras bellas artes. Debido a este apego, tienen que agotar sus samskaras proveyendo inspiración intuitiva a los artistas y músicos. Los gandharvas son las musas que inspiran a una reflexión y creación profunda y estética.

Una mente desarrollada puede convertirse en una microvita desencarnada por muchas razones, debido a un gran número de apegos persistentes. Lo que todas las clases de microvita comparten en común es que existen como intermediarios causales en el proceso

de convertir la creación macrocósmica en realidades ontológicas, objetivas.

También existen especies de microvita negativas. Estas son entidades que impulsan la mente exteriormente, hacia el deseo material. Las ideas negativas y los vrttis atraen a estas entidades parásitas que solamente se pueden alimentar de esta negatividad. Sólo una mente que se vuelve poderosa en una forma vil se convierte en una forma negativa de mente desencarnada. Estas mentes, debido a sus malas acciones, tienen que ecualizarse infligiendo esta negatividad en otros.

Resumiendo, las microvita, ya sean positivas o negativas, trabajan con nuestros pensamientos y son atraídas por ellos. Una mente que es capaz de manifestar las tendencias del vórtice Vishuddha, puede utilizar microvita positivas para elevar la mente colectiva. El uso de los poderes ocultos de la mente causal está muy ligado a las actividades de las microvita.



## **El Vórtice Ajina**

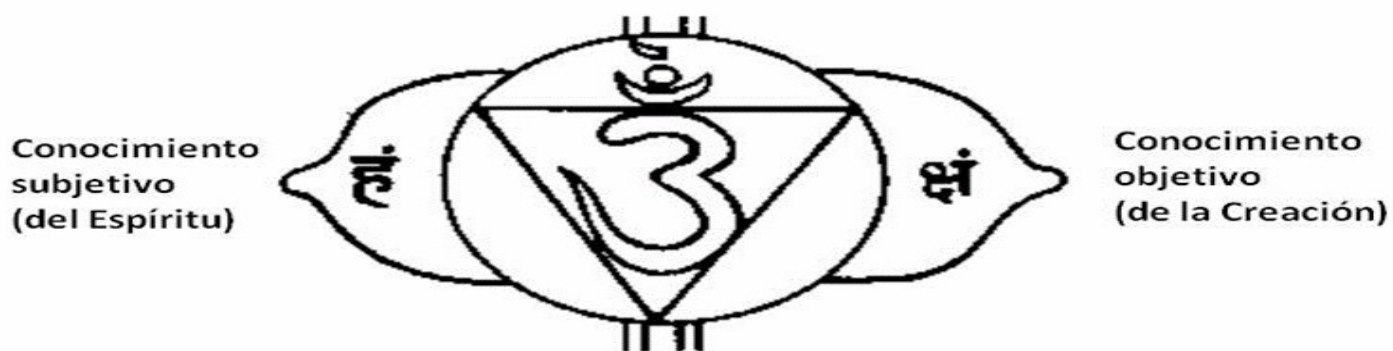
El vórtice Ajina se encuentra más allá de los efectos de la mente causal. Más allá de la eterna actividad de generar, operar y disolver el universo, la Mente de Brahma logra conocerse a sí misma como pura Mente. Aunque aún hay presencia de la mente, ésta se encuentra gobernada por la parte más profunda de la cámara subjetiva de la mente, el Mahat. Cuando la mente se encuentra libre de la actividad incesante de la mente causal, puede ir más allá en su proceso de introversión y concentrarse en su identidad fundamental. El vórtice Ajina es la etapa en la que la mente se libera completamente de los objetos relativos y puede entender su verdadera naturaleza. Entre



más presencia del Mahat, o sentimiento de "yo", haya en la mente, más cercano se está del Ser puro y libre de condicionamientos, o Shiva.

El vórtice Ajina tiene solamente dos propensiones, para y apara. Para es el conocimiento del Espíritu. Apara es el conocimiento de la creación objetiva.

### **Las Propensiones del Ajina**



#### **Para - Conocimiento subjetivo**

El Para vrtti constituye la culminación de la dirección de la mente, cuando fluye completamente hacia la divinidad Shiva-Shakti la conciencia no manifestada. Mediante el Para vrtti la mente vira completamente, alejándose de la creación de Brahma, que se encuentra bajo la influencia creativa de las fuerzas de Shakti. En este punto, la mente se concentra en el interior, se subjetiviza al grado en

que no solamente logra comprender la naturaleza de la Conciencia, sino que se disuelve en ella. El Para vrtti es, por lo tanto, la propensión que guía a la mente a su disolución absoluta en la Conciencia.

La evolución mental comenzó con el proceso de convertir la cámara objetiva de la mente, la Chitta, en subjetividad. Inicialmente, esta conversión de las propensiones objetivas fue la transformación de energía hacia la porción del Aham de la mente subjetiva. El Aham es la cámara intelectual y activa de la mente, que le da al individuo la sensación de autoría sobre las acciones y le provee una identidad conectada a sus actividades externas. Los capítulos hasta el vórtice Anahata describieron las características de una mente dominada por el Aham y cómo ésta se define por distintas propensiones. Los vrttis en la cámara objetiva de la mente no actúan independientemente de la cámara subjetiva, como ocurre en la mente animal. Lo que sucede es que el Aham humano, o sentido de "yo soy", se califica por las tendencias de la cámara objetiva. Aun cuando existe una percepción del Aham en los vórtices segundo y tercero, la personalidad en estos niveles se encuentra dirigida por fuerzas impulsivas que actúan en el subconsciente. Uno tiene un ego, un sentido del "yo soy", pero uno no sabe realmente por qué tiene esa intuición o por qué tiene la libertad de definirse a sí mismo. La autodefinición se construye y define por roles y condicionamientos sociales, así como por los vrttis innatos de los vórtices segundo y tercero. Sin embargo, debido a que la mente tiene potencialmente un sentido de autoría y un intelecto, puede en algún momento guiar y dirigir las propensiones de la mente objetiva. Esto no se encuentra muy claro sino hasta el vórtice Anahata. Aquí, uno puede ver a la mente como un objeto en lugar de ser simplemente manejado por sus necesidades y compulsiones. Representa una etapa donde la mente objetiva puede hallarse bajo la dirección del ego o Aham. La inteligencia del ego es lo suficientemente vasta para redirigir y estructurar las propensiones de la mente, por lo menos hasta cierto grado. Cuando la mente alcanza el Vishuddha, la intuición del Mahat se manifiesta al punto en que la sensación de ego se vuelve casi transparente. El sentido del ser radica en la sensación del "yo" como testigo en vez de como actividad

egógica. Es aquí donde comienzan los cuestionamientos sobre la naturaleza de la Conciencia.

Lo que tienen en común todos los kosas (niveles de la mente) es que siempre existe una noción del "yo", ya sea ligada a los sentidos, al intelecto o a la intuición. El Para vrtti es la suma de esta evolución del sentido del "yo". En el Ajina uno comprende que el "yo" tiene una existencia inmutable e independiente de los distintos estados de la mente. Esta realización sólo puede generarse cuando la mente no se encuentra ligada a vrttis orientados objetivamente. Más allá de las fluctuaciones de la entidad "funcional, relativa y siempre cambiante" que constituye la mente, se encuentra el conocimiento eterno de la existencia subjetiva. Nunca ha habido límites para esta Subjetividad Suprema. Todo lo que alguna vez se pensó, sintió, deseó o experimentó, ocurrió dentro de la mente.

El vórtice Ajina, como todos los demás, compensa e incorpora los vrttis del vórtice anterior. En el Vishuddha existe aún una apariencia de dualidad que el para vrtti elimina. En cualquier momento que la mente se sienta vinculada a una identidad relativa, sólo tiene que inquirir sobre la naturaleza del "yo". "¿Quién es aquél que está experimentando esto?" "¿Quién es aquél que está sintiendo placer o dolor?" En el Ajina uno simplemente tiene que responder esta pregunta: "¿Quién soy yo?" Shiva está tan cerca de la mente dominada por el Mahat, que esta pregunta dirige la cuestión de la identidad de regreso al nicho de la misma, Shiva como la Subjetividad Suprema. Uno comienza a entender que el Ser no puede nunca someterse al tiempo, al cambio, al sufrimiento ni a la muerte. Pueden ir y venir cuerpos, la mente puede cambiar incesantemente, pero la Conciencia nunca cambia. Es cierto que los estados de conciencia y los objetos de la conciencia son impermanentes, pero la Conciencia como esencia subjetiva nunca cambia. La Conciencia atestigua las fluctuaciones perpetuas de la mente, pero esto no quiere decir que cambie junto con ella. Uno no debe confundir el proceso de conciencia con el de la esencia de la Conciencia, como han hecho muchos budistas. ¿Acaso cambia el espejo dependiendo de lo que refleje? Sólo fue un sueño el que el "yo" haya sido algo diferente a la esencia

eterna e infinita del "Ser, Conciencia, Gracia": lo que los Upanishads llaman Sachchidananda.

Pero, ¿es acaso Shiva un ser en el sentido de una persona con atributos divinos? Por su naturaleza como Conciencia pura e incondicionada, es singular y única, "una unidad pura y límpida". Cualquier cualidad adscrita al Absoluto debe residir en la Mente. Las cualidades de Brahma, por justas y buenas que sean, solamente pueden existir en la mente. Éstas, junto con otras cualidades macro y microcósmicas son un adorno para el Ser eterno, una definición objetiva.

El Ser es un ser supra-personal. No se puede denominar impersonal precisamente porque es la raíz de toda personalidad. Pero no es personal porque en sí no tiene cualidades. Solamente en conjunción con la objetividad creada por Shakti el Infinito sin nombre puede tener un nombre. Quizá en esta idea se encuentre el secreto de la razón de la creación: para que el supra- personal se convierta en una persona, para que el infinito se manifieste en el finito. Sin nosotros, el Ser es nada, solamente una esencia sin manifestación ni cualidades. Únicamente a través de la Mente la personalidad puede existir. Qué maravilloso y misterioso resulta el fenómeno del Carácter, cuando consideramos que es un intento del Infinito de manifestarse en el finito. Furtivas son las formas e imágenes del carácter que sirven de mensajeras al infinito misterio. Es a través de la evolución del carácter que el Infinito se revela como Persona a otras personas. Cuando uno se topa con una personalidad verdaderamente grande, uno no puede evitar creer que sus atributos están enraizados y sirven de vehículo para el trascendente. Los atributos de una Persona así portan la marca del humano lo suficiente para que otros los puedan reconocer, a la vez que revelan algo de un misterio sutil que encanta y genera una atracción para explorar más a fondo el misterio de tal Persona. Su comportamiento sereno y lleno de gracia refleja este misterio infinito más allá, pero a través de lo sensible, comprensible y humano. Estos seres iluminados son el regalo más grande a la humanidad, ya que representan aquello en lo que cada humano es capaz de convertirse.

El proceso de la transformación está completamente manifiesto en el Ajina. Aquí, la personalidad humana se unifica con la divina y por ende se convierte en una personalidad divina. Este potencial yace dentro de todos. Recordemos que la única diferencia entre el microcosmos y el macrocosmos está dentro de la cámara objetiva de la mente. La naturaleza está tan perfectamente diseñada que todos los procesos dentro de la mente finalmente llevan a la unificación del microcosmos con el macrocosmos. Este proceso no ocurre solamente en los seres humanos; todas las mentes, desde los protozoarios, se encuentran dentro de este proceso evolutivo. Quizá sea a través de millones de reencarnaciones sucesivas y ciclos de conversión que la mente finalmente se reúne con su esencia eterna.

#### Apara - Conocimiento objetivo

Debido a que aún hay existencia de la Mente, permanece una relación con la objetividad. Esta relación con la objetividad es el *apara vritti*: el conocimiento de que todas las expresiones objetivas son Brahma. La esencia más profunda que hay dentro de uno es la misma esencia de los mundos objetivos. "Todo viene de la gracia, se sostiene por la gracia, y regresa a la gracia" como dice un Upanishad. En las palabras de Novalis "El asiento del alma está donde el mundo interno y el externo se encuentran".

Gracias a que la mente se encuentra ahora por encima de la mente causal, puede mirar hacia abajo y visualizar a toda la creación como su objeto interno. Nada está fuera de la Mente; por lo tanto, puede saber todas las cosas. En esta etapa, la mente se vuelve omnisciente. Ya no hay ningún remanente de una identidad separada de la Mente Cósmica. Debido a la trascendencia de esta dualidad, las propensiones del microcosmos están completamente integradas en el Macrocosmos. En otras palabras, solamente existe la Mente Macrocósmica. En este nivel, la mente ya no es siquiera un vehículo para la Mente Macrocósmica, como en el Vishuddha. Aquí la mente se ha convertido completamente en la Mente Cósmica. En este estado de

conciencia uno comprende que es el Infinito quien se ha convertido en todas las cosas, que nada existe más allá de él. La mente en el Vishuddha sabía que Shiva era la cuna de la mente y del universo entero. Todas sus propensiones fluían hacia el núcleo del Macrocosmos en el proceso en que éste reclama su creación microcósmica, objetiva. El proceso se termina en el vórtice Ajina como el río que se funde en el océano. Aquí ya no existe más la separación entre el río y el océano.

La mente con aspiraciones espirituales que se orienta hacia adentro, hacia la Subjetividad Suprema, un día encontrará la unión o paralelismo con Shiva, la Subjetividad Suprema. La mente Macrocósmica es siempre una pulsación, una entidad creada dentro del dominio de la creación objetiva de Shakti. Cuando la mente, el objeto de la Consciencia o Shiva, trata de decir "yo soy Esto", todas sus facultades objetivas potenciales se canalizan hacia el interior, y todas estas ondas mentales se concentran en esta idea intuitiva fundamental en el Ajina. La mente no tiene otro propósito o actividad, está concentrada en un punto en su Sujeto y perdida como una flecha en su objetivo. Uno siente y escucha el líquido cefalorraquídeo entrando y concentrándose en el cerebro. Uno puede sentir la kundalini levantarse hasta el cerebro medio, como un pez eléctrico nadando en esta corriente de líquido cefalorraquídeo e iluminando el cerebro por donde entra.

Esto, desde luego, afecta las glándulas y neurotransmisores en una manera tan fina que las actividades conscientes, subconscientes e incluso inconscientes del cerebro se aquietan. Es aquí donde la mente microcósmica comienza a perderse en la Mente Macrocósmica. El movimiento binario fundamental de la interacción centrípeta - centrífuga, hacia el interior y el exterior, se hace paralelo con la interacción centrípeta - centrífuga fundamental de Shiva y Shakti.

La mente Macrocósmica es un mimetismo de esta interacción centrípeta - centrífuga de Shiva y Shakti en esta Divinidad primordial, inexpresado, de Shiva - Shakti. La mente microcósmica es un mimetismo más de este movimiento fundamental de la Mente Macrocósmica. Cuando está libre aún de los vrttis divinos del vórtice

Vishuddha, y ya no está asistiendo en mantener el flujo cósmico de la creación, la mente puede moverse aún más hacia adentro para liberarse aún de la Mente Causal del Vishuddha. Aquí, en el vórtice Ajina, hay movimiento centrípeto y centrífugo. Uno está resguardado en Shiva, pero si el Macrocosmos así lo decide, la mente puede dirigirse hacia afuera mediante la fuerza centrífuga de Shakti. Es aquí donde la influencia de Shiva y Shakti a través de su mente Macrocósmica puede influir directamente la actividad de la mente microcósmica. Se dice que el microcosmos gradualmente se vuelve omnisciente cuando el vórtice Ajina se desarrolla o "abre" de manera más completa. Esto explica las habilidades mentales extraordinarias de grandes yogis como Anandamurti, Lahiri Mahasaya o Milarepa. Ellos se acercaron a completar este infinito camino de Auto-realización y simplemente expresaron más de la divina mente Macrocósmica. "Ajina" quiere decir un poco de Consciencia. Los seres en este estado han desarrollado el Ajina chakra y por lo tanto pueden regular y perfeccionar los vórtices del vórtice Vishuddha.

Entrar al flujo de la iluminación, o soltar las ataduras del microcosmos separado, comienza en la Mente Causal del Vishuddha. Es una escuela larga que requiere muchas encarnaciones para perfeccionar. El conocimiento del Ser se completa aquí, sin embargo hay desarrollo continuo ya que la cantidad de fuerza cósmica de la Mente Causal es infinita. Una mente continua con la consciencia completa de la libertad esencial de Shiva, o el ser interno, pero puede continuar desarrollando estas cualidades "divinas" dependiendo de las necesidades del planeta donde uno viva. Es un evento muy raro en estos tiempos el que alguien se libere completamente sin primero hacer algo grande y noble por el planeta. Después que esto se ha hecho, uno toma refugio en el Ajina, discerniendo el flujo vibratorio sutil de la mente esencial hasta que la mente esté completamente quieta y omnisciente, y posteriormente lista para la emancipación completa en la corona del Sahasrara arriba.



## **El Vórtice Sahasrara**

En el Tantra maya solamente hay un vórtice. Es el que corresponde al vórtice Sahasrara en los Tantras indios. Se llama Hunab Ku y es considerado el centro de la creación. Todos los otros vórtices localizados a lo largo de la columna no son sino mundos de vibración, o círculos concéntricos que orbitan alrededor del núcleo cósmico de Hunab Ku. Todas las cosas vienen de este núcleo cósmico, así como todo viene de la unión Shiva-Shakti en el Tantra. Sahasrara significa "el loto de mil pétalos". Hay 50 vrttis en la mente microcósmica. Ellos se pueden expresar en 2 maneras, internamente y externamente. Estos dos movimientos son los 2 pétalos del vórtice



Ajina, que realmente es parte del vórtice Sahasrara. Esta es otra buena razón para recordar cómo todos los vórtices son sub-vórtices de sus vórtices superiores. Estas 100 vibraciones distintas son los terrenos causales detrás de los 5 órganos sensoriales y los 5 motores.

( $100 \times 10 = 1000$ ). Por lo tanto hay 1000 pétalos o vórtices que gobiernan la mente microcósmica. El loto Sahasrara es la matriz de donde se originan todos estos vórtices. Es donde el microcosmos se une con el Macrocosmos. Las 2 propensiones en el vórtice Ajina están relacionadas con el microcosmos, pero son del Macrocosmos. Aquí en el Sahasrara no hay propensiones del microcosmos, sólo la matriz Macrocósmica mental que los controla. En el Tantra Yoga, el vórtice Sahasrara es considerado la morada de Shiva, donde Shakti, en la forma de kundalini, ha apaciguado sus actividades de Generar, Operar y Destruir el universo. El Sahasrara por tanto, es el centro divino que es capaz de controlar la mente con sus 1000 "vrttis cósmicos". Ellos son "cósmicos" en el sentido en que estas "cuerdas" muy finas tocadas sólo por los devas, o "dioses" que regulan todo el orden cosmológico. Entonces, el concepto de Hunab Ku del Tantra maya parece corresponder a la noción Tántrica de que el vórtice Sahasrara es un vehículo para que la Mente Macrocósmica de Brahma gobierne la mente microcósmica.

Como todos los vórtices, es una construcción en la Chitta que tiene correspondencia con el cuerpo físico. El vórtice Ajina está relacionado con la pituitaria, la "glándula maestra". Los 2 pétalos del Ajina controlan la glándula pituitaria, que controla a todas las glándulas debajo. El Sahasrara está relacionado con la glándula pineal. Sólo la glándula pineal puede controlar a la glándula pituitaria de manera directa. Una buena dosis de melatonina secretada a través de la meditación iluminada puede realmente aplacar todas las actividades de la pituitaria. Y si la pituitaria puede ser controlada directamente, todas las demás glándulas pueden ser afectadas por la glándula pineal. Todos los deseos, por lo tanto, se controlan al idear en Brahma a través de la práctica de sadhana. Me gusta usar el modelo de un solo vórtice porque representa en la forma el efecto

cascada de las glándulas superiores sobre las inferiores. Los vórtices, al igual que las glándulas, se encuentran en una red jerárquica que regula nuestros estados cognitivos y emotivos. Pienso en ellos como un solo vórtice en la coronilla con muchos círculos concéntricos dentro. Los vórtices son la contraparte en el "cuerpo mecánico cuántico", o nivel mental energético sutil. Aunque los yogis con la Chitta concentrada pueden localizar cualquier célula nerviosa en el cerebro físico, los vórtices sutiles se utilizan para regular el cerebro y la función endocrina. Mientras el chamán trata de inducir estados místicos a través de la ciencia de las plantas místicas, los Tántricos aprenden a inducir estados aún más profundos de consciencia al idear en Shiva como el Yo-Testigo dentro del Sahasrara, y crean indirectamente un estado de intoxicación divina. A través de la sadhana Tántrica uno intuitivamente logra refinar un estado de balance neuro- endocrino muy sutil. Además de estar borracho con alegría infinita, este cerebro afinado, gracias a los efectos prácticos de la sadhana, estará de manera natural más alerta, será más inteligente, sensible y consciente.

Todos los niveles de la mente dependen de los que se encuentran por encima y por debajo de ellos. Los vrttis de un kosa en particular compensan e integran los vrttis del kosa inferior. Al mismo tiempo, la mente se prepara inconscientemente mediante el despliegue de nuevas

propensiones para el desarrollo de sistemas compensatorios e integradores a través de vrttis sucesivamente más elevados. Ningún estado mental es permanente ni estacionario. Cada kosa es parte del gran diseño de la Mente Cósmica. Es un sistema de círculos concéntricos, chakras, ruedas o vórtices de energía cuya sinfonía cósmica es conducida por el Yo-Testigo. Los vórtices, los devas que controlan los vórtices, y las glándulas endocrinas no existen por sí mismos, sino que sirven de vínculos dentro de un todo más grande, que sirve una función a su vez más grande. Esta función es la realización del Infinito.

En el vórtice Ajina la mente comprende que su esencia no está dentro de la mente misma, ni dentro de ninguna de sus cogniciones.

El libre albedrío puede existir, pero cualquier noción de libertad dentro de la mente estará condicionada por la Mente Macrocósmica que la contiene. La verdadera libertad yace en lo profundo, dentro del Sahasrara, en el Yo-Testigo de Shiva. Recordemos que la mente es una entidad "relativa, funcional y siempre cambiante". En el Ajina, la mente es entendida como una extensión funcionaria y creativa del eterno e infinito Shiva. En el vórtice Sahasrara la mente alcanza su destino final. Mientras que en todos los demás kosas había una transmutación de vrttis en estados sucesivamente más refinados de cognición y emoción, el movimiento del Ajina al Sahasrara representa la disolución completa de la mente misma. No se trata de que la mente se refugie en un orden superior de funcionamiento, como sucede en los vórtice inferiores. Más bien ésta se unifica con su esencia y origen fundamental, Shiva. Aquí es donde las fuerzas limitantes de Shakti liberan a la mente de la creación objetiva, y esta mente que es en sí la creación más sutil de Shakti, puede disolverse de regreso en Shiva.

Esta liberación de las fuerzas limitantes de Shakti se traduce, en términos humanos, como una liberación del "yo" de cualquier tipo de atadura: dolor y placer, pérdida y ganancia, nacimiento y muerte. El "Yo" se ha convertido en el Yo-Testigo. El Mahat se convierte en Shiva. Aquí, uno se da cuenta que el Ser es infinito, inmutable y eterno; que nunca sufrió ningún cambio, y que nunca tuvo ningún límite. De hecho, en este punto ni siquiera es posible tener estos pensamientos. ¿Puede acaso la gota de agua hablar sobre cómo se ha convertido en una con el océano? En Tantra este estado se llama Moksha: la emancipación completa de cualquier limitación y la unificación absoluta con la unión Shiva-Shakti sin cualidades. Se trata de un estado más allá de la existencia, más allá del universo y aún más allá de Brahma: el generador, operador y destructor del universo. Es el estado eterno de descanso y refugio para aquellas mentes que hayan finalizado el ciclo de nacimiento y renacimiento.

Aunque acabamos de mencionar que el estado de la unificación con Brahma es eterno e irreversible, es posible suspender la mente en el Absoluto temporalmente y luego regresar a la mente y al cuerpo.

Esto no es Moksha, porque no dura para siempre. La experiencia de suspensión temporal en el Absoluto se llama nirvikalpa samadhi. Se hablará más sobre esta experiencia y otras formas de samadhi en la parte III, pero por ahora es importante entender que el Brahma, incondicionado y no creado puede ser experimentado sin necesidad de la muerte del cuerpo y la disolución de la mente. Para la mente, mientras se encuentre encarnada, es posible experimentar nirvikalpa regularmente y a la vez regresar a una identidad refinada en el Ajina, hasta que el tiempo natural del cuerpo se agote. Cuando esto ocurre, uno puede alcanzar el estado de Moksha y unificarse con Brahma en la Divinidad Shiva-Shakti.

La prana, la energía sutil que funciona entre la Chitta mental y las células nerviosas físicas, queda suspendida durante el nirvikalpa samadhi. La respiración se detiene, el corazón casi se detiene, y la mente cesa de funcionar, carente de la pulsación de la prana que siempre fluye con la respiración. Durante esta fase, antes de perderse en el olvido de gracia, uno puede táctilmente sentir un resplandor cálido alrededor del área de la glándula pineal en el cerebro, vibrando con el Om en un tono de Do sostenido. Esta sensación llena de gracia también desciende hacia el Anahata como un bálsamo refrescante. Todo es dulce, uno ve al Ser inmortal como siempre ha sido. Las memorias de tu pasado se vuelven las memorias que el Ser tuvo mientras navegaba dentro de cada una de tus memorias inolvidables. El ser infinito es quien siempre ha vivido tu vida y ve cada uno de tus recuerdos desde el eterno ahora del Yo-Testigo. Él te ama, acepta y absorbe completamente porque tú eres Él ahora. Entonces uno olvida todo y se da cuenta de que no ha respirado o estado consciente del cuerpo o el mundo exterior quizá por varias horas. He conocido casos de yogis que han suspendido su respiración en samadhi por 10 horas. Ésta es una prueba empírica del nirvikalpa samadhi y de la inmortalidad del Ser, que es el Brahma mismo. Durante esta experiencia primero hay el Om, la gracias, la apertura del Hunab Ku, y luego el silencio y la no respiración en unión con el misterio de misterios. En perfecto equilibrio, la entidad entera de la mente y, por lo tanto, la entidad fenomenológica entera quedan suspendidas en la Divinidad Shiva-Shakti.

Una vez tuve el gran privilegio de conocer al sabio Chandranath, que experimentaba nirvikalpa samadhi cada vez que se sentaba a meditar. Le pregunté cómo era posible permanecer en una forma física si uno está constantemente unificándose con aquello que carece de forma. Me dijo que antes de experimentar el samadhi, generaba la determinación de regresar a su mente y su cuerpo para continuar ayudando a otros mientras su cuerpo físico duraba. Esta determinación grande y noble es la que evitaba que alcanzara el estado de Moksha antes que su ciclo de existencia se completara. El será recordado como el sadhaka más grande de Anandamurti.

Algunos seres que se han liberado de sus samskaras pueden elegir no disolverse completamente a la hora de la muerte para obtener Moksha. En vez de esto, eligen mantenerse en la determinación de servir y ayudar a todos los seres a alcanzar esta liberación. Esta determinación conlleva al renacimiento, pero sin la pérdida de la liberación espiritual previamente lograda. Dichas personas nacen libres y su único propósito es el de ayudar a otros a liberarse de sus limitaciones.

## **Parte III**

### **Sadhana: La práctica espiritual**

La primera y segunda partes de este libro dieron una descripción teórica del funcionamiento de la mente humana y su status evolutivo en relación con el cosmos, su estructura general, sus leyes y sus dinámicas. Esta sección tratará sobre el abordaje práctico del entendimiento de la evolución espiritual de la mente y la personalidad. No vamos a explicar más a fondo la estructura de la mente de manera teórica, sino que nos enfocaremos en las disciplinas espirituales que facilitan el desarrollo de la misma. De hecho, la meditación Tántrica, como dijo Anandamurti, es 99% práctica y 1% teoría. El estudio de la metafísica y la fenomenología desde el punto de vista teórico es solamente una preparación para la práctica intuitiva del Tantra. No obstante, cuando es visto como una herramienta preparatoria para albergar la práctica intuitiva, el estudio teórico se vuelve en sí un ejercicio práctico para el desarrollo de la mente más que una simple contemplación abstracta. El propósito de esta búsqueda de conocimiento es la de experimentar directamente realidades espirituales elevadas, no solamente filosofar sobre ellas. El Tantra es por lo tanto un "empirismo místico".

El Rajadhiraja Yoga es un el sistema de yoga tradicional de 8 brazos con técnicas tántricas. El Tantra Maya es el sistema de Rajadhiraja con técnicas de Tantr Maya. El Yoga clásico de 8 brazos, o Astaunga Yoga, consta de 8 pasos a seguir en la práctica de sadhana, que gradualmente dirigen la energía física del cuerpo hacia la inteligencia de la mente. Este dinamismo mental se transforma posteriormente en cognición espiritual, o conciencia espiritual refinada. Los pasos más bajos del sistema tienen que ver con los

kosas bajos, mientras que los pasos altos tienen que ver con los kosas altos.

## Los 8 Pasos del Yoga

1 y 2 - Yama y Niyama. Anandmurti dijo que la moralidad es la base de la práctica, mientras que la sadhana es el camino y la Vida Divina es la meta. Yama y Niyama fueron explicados en el capítulo del Svadhistana. La Mente Sensorial debe ser purificada mediante el entendimiento de Yama y Niyama. La moralidad es práctica y libera a la mente de vicios y malos hábitos. Una mente así puede reflexionar sobre la causa del sufrimiento en los vrttis inferiores. Una mente que entiende su propia irracionalidad con los vrttis inferiores obtiene un razonamiento muy fuerte. Al respetar los valores morales de los demás, uno aprende la compasión. El uso del intelecto para comprender la filosofía moral también fortalece el dinamismo de las mentes conceptual (Svadhistana) y creativa (Manipura). El desarrollo de estos dos niveles de la mente ayuda a desapegar la mente de sus distracciones en la Mente Sensorial, y la prepara para los niveles superiores de pensamiento y sentimiento en el nivel intuitivo (Anahata).

3 - Asana. Las Asanas son "ejercicios internos" de yoga. Son posturas físicas sincronizadas con respiraciones profundas para crear caricias conscientes de prana sutil en el cuerpo. Mantienen al cuerpo en forma y la mente balanceada al refinar el sistema endocrino. Las contorsiones generalmente masajean y estimulan los músculos y nervios alrededor de las glándulas endocrinas de manera que los impulsos nerviosos y el flujo sanguíneo no se estanquen. La respiración es lenta y profunda, y la mente estudia su relación con el cuerpo; entiende cómo los vrttis mentales se expresan bio-psicológicamente. Uno siente de dónde vienen los vrttis y tiene una sensibilidad más aguda sobre la prana, la energía sutil que fluye dentro del cuerpo y en el ambiente. La mente así de calmada es más capaz de enfocarse en la meditación.

4 - Pranayama. Literalmente significa "control de la



prana". Esto se logra al regular la respiración. El flujo de prana sutil corresponde al flujo del aire físico en la respiración. Cuando uno respira profundamente la prana está en calma, y esto calma la mente también. La prana es energía mental. Cuando no está ocupada con estados activos del cuerpo y la mente puede concentrarse profundamente como un láser enfocado. Toda la energía que se escapa a través de los vrttis es prana, y el control de la prana regula la expresión de los vrttis. Sin este gasto de energía mental disipado en actividad mental excesiva, esta energía refinada, potencializada, puede ayudar a la mente a enfocarse. Normalmente es la prana la que vibra a la Chitta. La prana es un intermediario en la relación cerebro - mente. Normalmente nosotros sólo vemos cómo nuestras mentes vibran con el mundo sensorial, pero a través del pranayama podemos entender como la prana dirigida puede colorear y cualificar el panorama interior de la intuición. El pranayama nos da la energía mental concentrada necesaria no sólo para meditar más profundamente, sino para transformar el cuerpo y la mente. La interiorización de la prana comienza a cambiar el sistema nervioso y glandular entero en formas que aún están lejos de ser entendidas por nuestra ciencia física.

5 - Pratyahara. Es el retirar a la mente de los sentidos. Una vez que la mente está balanceada con yama y niyama, y comienza a desarrollarse más rápidamente con asanas y pranayama, la abstracción sensorial se vuelve muy natural. La prana suspendida, apaciguada con el pranayama, permite que la mente esté muy calmada y enfocada. Las facultades internas, sutiles e intuitivas comienzan a despertar. Un yogi avanzado puede ver su mente de una manera muy profunda y estudiar la relación entre la mente y el cuerpo. Uno puede sentir cómo el cuerpo sutil, junto con el sistema nervioso, crea impresiones en la Chitta. Uno puede ver cómo éstas aparecen y se disuelven. Todos los sentimientos, pensamientos, memorias y deseos comienzan a ser entendidos gradualmente. A través de simplemente ver estos vórtices desde un Yo neutral, calmado, en el centro de la experiencia, uno comienza a ver los

procesos que influncian el condicionamiento inconsciente, al igual que los juicios y evaluaciones conceptuales que están en nuestra noción mental, auto-creada, del Yo Soy. La pregunta interesante es quién está viendo a la mente en estos estados profundos.

Ordinariamente, el ego no procesa la realidad desde estos estados mentales tan profundos. ¿Quién eres entre pensamiento y pensamiento, o cuando estás tan calmado y seguro que ni siquiera necesitas gastar energía en pensar? Estos estados de desapego de la Mente Sensorial crean estados profundos de alegría porque uno no está escapando del mundo exterior, sino accediendo a los reinos interiores de cognición cósmica. Aquí es cuando podemos ver como una práctica de yoga muy balanceada naturalmente nos dirige hacia niveles profundos de pensamiento intuitivo, filosófico y místico.

6 - Dharana. Es la concentración en un objeto. Se trata de la meditación en una forma u objeto que la mente pueda captar. Meditar en la forma y color de los vórtices es una forma de dharana. Meditar en mandalas y formas geométricas le da a la mente cierto enfoque y concentración, de manera que pueda comenzar a entender ideas más profundas y sin forma. Muy frecuentemente uno piensa que hay una gran diferencia entre la experiencia empírica sensorial y el pensamiento. Sin embargo, cuando el poder del pensamiento es cultivado y logra su pináculo, adquiere un nivel más profundo de experiencia intuitiva que está en conexión directa con el objeto de pensamiento. Por ejemplo, en vez de pensar en un árbol, la mente se siente uno con el árbol; lo siente como una magnífica fuerza de vida interactuando con su ambiente. Uno entiende que tiene ciertas cualidades que pueden ser usadas para sanar, aún sin tener conocimientos de medicina. Este nivel de pensamiento cúspide está mucho más unificado con el objeto de pensamiento que el simplemente ponderar de manera abstracta, como lo hacían los filósofos medievales que se cuestionaban sobre cuántos ángeles podrían danzar en la punta de una aguja. A través de la dharana uno comienza a penetrar en el mundo de las ideas, y a saber cómo las ideas y los vrttis que las apoyan no son sino creaciones de la mente.

Al sostener una forma en el pensamiento de una manera estable en la Chitta, el Aham comienza a ver la esencia de una manera tan profunda que el sentimiento del Yo Soy se vuelve superfluo. Uno comienza a percibir el universo de manera espontánea e intuitiva. He conocido a yogis que podían ver detalles discretos de mi pasado, imposibles de saber para alguien más que no sea yo, solamente por mirarme en la frente.

7 - Dhyana. Es la atención interna en el Yo-Testigo. Es importante recordar que el objetivo final de la práctica de Tantra no es lograr entendimiento objetivo, como en la Dharana. Dharana es una herramienta para desarrollar Dhyana. El objetivo final de la práctica tántrica es entender el interior y tranquilo "Yo-Testigo", y con ello liberarnos de las vicisitudes de la ignorancia espiritual. Dhyana es un flujo constante de la mente. Permanece imperturbable por pensamientos externos o formaciones en la Chitta. La mente está pasiva, "vacía", como diría en Budista. No se trata de no pensar en nada, sino de pensar en "ninguna cosa". En esta etapa de intuición, uno comienza a sentir la dirección cognitiva o fuerza espiritual que el Yo - Testigo ejerce sobre la mente. La Consciencia es el núcleo de la mente, y al concebir la existencia de Shiva, profundamente dentro del "Yo" interno, la mente fluye naturalmente hacia la Subjetividad Suprema de Brahma. Uno puede practicar dharana en la forma, pero su refinamiento es reconocer al Testigo fundamental más allá de los medios relativos de la mente, para la cual la forma es una creación. Se necesita mucha purificación para transmutar los obstáculos que surgen en la mente. La meditación tántrica también debe cultivar la vida emocional y afectiva, de manera que la dhyana no sea un proceso seco y abstracto. Tanto el pensamiento como el sentimiento, la cognición y el afecto, son cultivados y elevados en una manera que guían a la mente hacia una interiorización más profunda y la Auto-consciencia. Sólo cuando todos los vórtices que se han activado por nuestro flujo mental pasado son entendidos y procesados la Dhyana es finalmente perfeccionada.

8 - Samadhi. Como se definió previamente, el samadhi es la experiencia de unión con Shiva. El microcosmos que se ha cultivado con los primeros 7 pasos prácticos finalmente experimentará el samadhi. El Samadhi es la meta pero también es práctica. Hay muchos niveles de samadhi, cada uno corresponde a la elevación de la kundalini a un vórtice en particular. La kundalini o Kukulkan es la energía de Shakti que disuelve todos los vórtices de la mente. Ella los creó y ahora ella los disuelve como kundalini. La kundalini es la fuerza que finalmente "limpia" los vórtices al vivificarlos con Shakti, de manera que resuenen armoniosamente con el resto de la mente. Ya sin los vrttis que distorsionan los kosas, creando disipación del pensamiento y desintegración de todo el sistema mente-vórtice, la mente se siente unificada, alineada y congruente consigo misma y con la Mente Macrocósmica. Los samadhis en los vórtices inferiores dan acceso a los niveles o lokas correspondientes del Macrocosmos. Los lokas son planos de existencia en el Macrocosmos, al igual que los kosas son planos de existencia dentro del microcosmos. Al purificar los kosas mediante el samadhi, uno penetra en los lokas del Macrocosmos y aprende sus secretos. La sucesión de estos samadhis depende del grado en que Kukulkan se haya levantado hacia la proximidad con Hunab Ku; de cuántos círculos concéntricos y vórtices esta serpiente emplumada ha devorado en su camino a casa. Kundalini es la "negatividad fundamental", como la nombró Anandamurti. Es "negativa" en el sentido en que es una fuerza de retorno. Shakti siempre retorna a Shiva. Todas las cosas vienen del Infinito, son sostenidas por Él, y en última instancia regresan a Él, aquí y ahora. El nirvikalpa samadhi es cuando todos los vrttis se han purificado y la serpiente emplumada Kukulkan se levanta hacia el núcleo de Hunab Ku, o vórtice Sahasrara.

La práctica del Rajadhiraja Yoga y sus 8 pasos varía en grados dependiendo de la capacidad del iniciado. Uno debe comenzar con Yama y Niyama y Asanas. Una vez que la mente y el cuerpo están mejor afinados a través de estas prácticas, uno puede comenzar con las siguientes. Juntas, ellas convierten energía física en energía

mental y después energía mental en cognición espiritual. La práctica debe desarrollarse con la capacidad de hacer estas conversiones. Una persona que no entiende Yama y Niyama solamente se va a hacer daño con las Asanas, ya que éstas le pueden dar a uno mucha energía mental desenfrenada. Muchos instructores de Asanas que no tienen entendimiento de Yama y Niyama se hacen daño y guían erróneamente a otros. De manera similar, aún un principiante con una mente balanceada y un sentido natural de la ética debe avanzar en los pasos intermedios antes de ser capaz de lograr la concentración profunda que requieren el pratyahara, dharana y dhyana. Todos los pasos interiorizan la mente de manera gradual. Con la interiorización de la mente y los niveles acompañantes de refinación del pensamiento y sentimiento, la mente pasa progresivamente a través de kosas más sutiles, o círculos concéntricos más cercanos.

Mientras que es cierto que el objetivo último de la meditación es entender quién está finalmente más allá de estas órbitas alrededor del núcleo, la mente tiene que pasar a través de estos planos objetivos de creación mental y, en la evolución, nuestro trabajo es encontrar un camino a través de estas órbitas que rodean al Hunab Ku, como microcosmos espiritualmente conscientes guiados intuitivamente por Brahma. Cada uno de los kosas orienta a la mente a niveles nuevos y trascendentes de ser; la guían progresivamente hacia niveles más altos hasta que uno finalmente trasciende todos los vórtices mentales conectados con todos los niveles mentales. En este proceso de trascendencia hay una transformación continua y por lo tanto una re-modificación de la definición del concepto de individualidad.

Uno no puede intuir la presencia de la Subjetividad Suprema mientras la mente está ligada a los niveles objetivos. Al contrario, uno tiende a sentir que los niveles objetivos de la mente que se encuentran por encima del actual, son la propia identidad subjetiva. Por ejemplo, una mente en el Anahata (subliminal) puede no lograr concebir su ser subjetivo más puro y, en lugar de esto, localizar la raíz de su sentimiento subjetivo en el vórtice inmediatamente superior, en este caso el nivel causal del Vishuddha. La mente causal es todavía un

plano mental objetivo, sin embargo aparenta ser subjetivo para los niveles inferiores a él.

Cuando uno alcanza el plano causal, queda claro que aquello que antes parecía ser la última realidad subjetiva es una realidad objetiva más. Es objetiva porque ahora uno intuye que hay un nivel subjetivo más arriba que puede ver a esta mente causal. La redefinición progresiva de la sensación existencial del "yo" es claramente apreciable. Al principio uno se identifica con su cuerpo, luego con su entorno, su posición social, después quizá con algunas cualidades sutiles, y continúa hasta que uno llega al núcleo de la mente, Shiva. El proceso de redefinir progresivamente la subjetividad de acuerdo a los niveles progresivamente más sutiles en los que la mente opera se llama manasphota, la "explosión" de la mente en niveles progresivamente superiores. Cuando la mente se refina al punto en que explota en su sustancia original de Conciencia o Shiva, el proceso se denomina cetanasphota. Manasphota y cetanasphota son los procesos centrales involucrados en la práctica espiritual. Ya sea que uno se encuentre luchando para purificar el corazón o concentrándose en las propias cualidades cognitivas superiores, estos procesos de expansión mental y de conciencia están siempre ocurriendo detrás.

La naturaleza ha diseñado la mente de manera tan perfecta que a través del despliegue de los vrttis, la mente es finalmente dirigida más allá de cualquier forma de atadura, hacia la unión con el Ser no creado. En última instancia, la Naturaleza y el Espíritu están coordinados en armonía. Recordemos que la Naturaleza es el resultado de la interacción entre Shiva y Shakti y que abarca toda la creación, incluyendo la Mente. La Naturaleza lleva más allá a todos los seres creados al guiarlos de regreso a Shiva. Cuando discutíamos el vórtice Anahata, se mencionó que los seres humanos habían adquirido el nivel de auto conciencia que los dotaba de libre albedrío y les permitía tomar decisiones independientes. Podemos seguir la conciencia espiritual y moral que la Naturaleza nos ha dado. También somos libres de seguir los impulsos que nos llevan hacia la materia y el auto encierro.

Ya se ha mencionado que nuestras acciones negativas crean samskaras o reacciones debido a que la mente se ha movido en contra de su curso natural. Sin embargo ¿existe alguna actividad o práctica específica que uno pueda adoptar para sincronizar la vida y las acciones con el Dharma, con la Conciencia? Ciertamente, la Naturaleza está ahí para guiarnos a cada paso del camino si es que estamos dispuestos a escuchar. Pero ¿qué hay de los momentos en que no podemos escuchar o cuando no hemos aún aprendido a escuchar a nuestra voz interior? El ser humano que ha alcanzado el vórtice Anahata tiene una intuición del Infinito, pero no está establecido aún ahí. Por lo tanto, su voluntad está separada de la voluntad Cósmica. El mundo aún está ahí afuera; no parece que haya factores fuera de uno mismo que determinen la realidad; aún hay una brecha entre uno y el otro. El mundo parece ser algo que uno debe temer y con el que hay que contender, aun cuando en una parte uno intuitivamente sienta que hay una armonía más profunda trabajando para aliviar los conflictos entre uno y el otro, entre el interior y el exterior.

Sadhana, la palabra sánscrita para denominar la práctica espiritual y la meditación, comprende todos los recursos humanos, emotivos, cognitivos y de acción, que conforman la mente y la alinean con el orden moral cósmico que finalmente la guía más allá de los límites y el auto encierro. Sadhana debe ser por lo tanto la expresión humana más refinada ya que sirve de vínculo entre el infinito y el finito. Debe representar el ápice del intelecto humano y la intuición, las emociones más nobles y la actividad más compasiva. De hecho, sadhana es la vida espiritual en sí. Es lo que completa al individuo y lo libra del miedo, proveyéndolo de inspiración, sabiduría y valor para lidiar con la transformación de la propia naturaleza baja y para comprender el sentido más profundo del ser.

Sadhana no debe ser confundido o degenerado al nivel de religión, dogma o convención social. Por el contrario, sadhana debe reflejar las leyes mismas y la esencia de la vida espiritual. El propósito de la sadhana no es el de proveer una construcción inmediatamente accesible de la definición de la vida espiritual. Al contrario, la práctica

espiritual ofrece herramientas racionales para ayudar al aspirante a descubrir por sí mismo el significado de su vida en relación con el Espíritu. El aspirante Tántrico debe tener un abordaje similar al de un científico o investigador de mente abierta que disfruta su trabajo y adora la búsqueda del conocimiento.

Ésta es la esencia de la meditación Tántrica: proveer una práctica experiencial que le permita a la mente crecer y desarrollarse. Sin embargo, uno no debe confundir la técnica con la plenitud de la sadhana. Las técnicas Tántricas de repetición de mantras, ejercicios de respiración, visualizaciones etc., son herramientas funcionarias para la expansión de la mente. Se pueden equiparar a las prácticas para una vida física saludable. Trotar, caminar, comer apropiadamente etc., mejoran la calidad de la salud, pero las prácticas en sí no constituyen completamente la noción de una vida saludable. Son sus beneficios prácticos los que mejoran la calidad de vida. De manera similar, el acto de meditar y realizar posturas de yoga, aunque son de gran ayuda, no constituyen la totalidad de la vida espiritual. Las prácticas ofrecen un medio para alcanzar el estado más elevado de conciencia, donde uno puede experimentar su ser de manera más completa y descubrir verdades espirituales de manera directa. Cuando uno se acerca al Infinito, todos los intermediarios se caen. El decir esto no es para negar la importancia de las prácticas espirituales, sino para reafirmar que son el medio para un fin. Una mente virtuosa y humilde puede desarrollarse espiritualmente a lo largo de varias vidas dentro del flujo de la evolución Macrocósmica sin tener que sentarse a meditar, respirar de cierta manera ni asumir ciertas posturas físicas. Sin embargo, la meditación Tántrica acelera el proceso de evolución espiritual exponencialmente y provee un ímpetu dinámico y poderoso para promover el desarrollo continuo.



## **Las dinámicas psico-espirituales esenciales de la meditación Tántrica**

La meditación es el proceso de convertir la objetividad en subjetividad, o de convertir las limitaciones y ataduras existenciales en Conciencia pura. Ésta es de hecho la definición Tántrica de yoga: la unión de la conciencia microcósmica con la Conciencia Macrocósmica. Dentro de la mente humana, la objetividad son todos los samskaras en forma de pensamientos, sentimientos, acciones, experiencias, sensaciones, etc., que están en la Chitta o esfera objetiva de la mente. Recordemos que la esfera subjetiva de la mente está compuesta por el Aham y el Mahat. El Aham es el sentimiento de autoría sobre la acción o ego, la parte de la mente que tiene una identificación subjetiva con los contenidos de la Chitta objetiva. Por ejemplo, si la Chitta ha experimentado constantemente las impresiones de la vida en los Estados Unidos, sus normas sociales y ciudadanas, su sentido de nacionalismo e identidad cultural, la pertenencia a alguna clase socioeconómica, etc., el ego subjetivo se identifica con estas impresiones y siente que él, un sujeto, está asociado a estas experiencias externas. El ego es un punto intermedio entre la objetividad y la subjetividad pura, ya que por sí mismo no constituye la identidad subjetiva. El Mahat es el componente de la mente donde yace el sentimiento puro del "yo existo". No está calificado por objetos externos, sino que simplemente le da al Aham su sentido de identidad subjetiva. Este profundo sentimiento de identidad existencial es el que inspira inicialmente a la mente a intentar descubrir su verdadera esencia.

Cuando el Mahat se manifiesta, uno comprende que el "Yo" no es el ego; que hay una paz y pureza interior que no puede ser tocada por el pensamiento o la acción.

El Mahat es una sensación de existencia interna, inactiva y tranquila, que no puede ser perturbada por ningún fenómeno externo relacionado con el Aham. Cuando la personalidad o Aham se alinea

con el Mahat, uno se encuentra en un flujo interno espiritual. Sin embargo, el Mahat en sí no es la entidad subjetiva final. La mente es una entidad "relativa, funcional y siempre cambiante". La mente es impermanente, una creación bajo la influencia de Shakti, así como una entidad destinada a perder su identidad separada y unificarse de regreso con Shiva. Shiva en sí es el Yo fundamental, el Conocedor de la mente. Recordemos que Shiva es una entidad singular y es el Testigo tanto del microcosmos como del Macrocosmos. El Mahat es la réplica casi perfecta que sirve como el vínculo con Shiva. Por lo tanto, la identidad fundamental no está solamente más allá de la mente microcósmica, está más allá de la mente macrocósmica también. La esencia de un ser humano, y la de cualquier otro ser, es tan sublime que su sutileza yace más allá de cualquier vibración que exista en este vasto universo. Sadhana es el proceso de comprender al Infinito dentro del propio ser finito. Es el proceso de descubrir que hay grandeza y nobleza en el ser humano; que nuestro ser creado, relativo, es la prole del Infinito, y que nuestra esencia trascendental es el Infinito mismo.

Shakti es un espectro de longitudes de onda energéticas. Esta energía expresada se divide en 3 categorías. Las longitudes de onda más finas son cualificaciones sutiles de Shiva. Ésta es la energía sutil. La energía dinámica es activa y está en constante transformación. La energía estática es más inerte, estacionaria y densa. El Mahat, Aham y Chitta son un continuum en este espectro de energía también. En otras palabras, el Aham es el refinamiento de la Chitta, y el Mahat es el refinamiento del Aham. Las formas conceptuales en la Chitta están dominadas por la fuerza estática de Shakti, la inteligencia del Aham por la fuerza mutativa, y la intuición del Mahat por la fuerza sutil. La práctica espiritual es la conversión de los conceptos estáticos de la Chitta a la inteligencia dinámica del Aham, y luego esta inteligencia a una forma de cognición más pura e intuitiva en el Mahat. Al mismo tiempo, se da un refinamiento de las cualidades afectivas. Las cualidades egocéntricas de auto preservación, se iluminan por otras expansivas, conmovedoras, que dirigen al corazón hacia su liberación de cualquier sentimiento limitado. La práctica de sadhana, por lo tanto, debe comenzar con un cambio de enfoque en cuanto a lo

cognitivo y afectivo, que debe dirigirse hacia las facultades superiores latentes de cada quien.

A través de la iniciación en la meditación tántrica, el practicante es llevado de la mano por un proceso que le permite canalizar su concentración mental en los centros (vórtices) superiores de la mente. Junto con este enfoque de la mente en un vórtice determinado, el iniciado recibe un mantra con instrucciones de cómo repetirlo interiormente y de cómo pensar o idear sobre este sonido. El mantra es una composición de sonidos causales emanados de la Mente Causal. Al repetir el mantra durante la meditación, la mente es elevada por encima de los niveles fenoménicos y personales de la consciencia (los kosas inferiores) y comienza a resonar con los kosas más cercanos a la Mente Macrocósmica. También contiene una cualidad ideacional cuyo significado es que el microcosmos está pensando en su esencia, por ejemplo "yo soy Brahma" ó "yo soy Eso". Ideacional se refiere a la práctica consciente de mantener una idea espiritual de manera constante en la mente. La repetición del mantra, junto con su ideación transformadora y su vibración causal, afecta la porción de la Chitta objetiva de la mente, transformando y refinando su esencia. En vez de vibrar la Chitta con el cuerpo, y los sentidos con el regocijo del mundo exterior, la Chitta se concentra internamente en un punto infinitesimal durante la meditación. Aquí uno idea en Shiva con el mantra. Recordemos que la única diferencia entre el micro y el macrocosmos radica en la Chitta objetiva. Si la concentración de la mente se libera de externalidades, uno se siente idéntico al Shiva interior. Sadhana es cuando el microcosmos intenta que su objeto de ideación personal vibre en armonía con el Yo-Testigo. Uno trata de recordar al Yo-Testigo siempre en el momento presente, el "eterno ahora". La repetición del mantra facilita este proceso al pulverizar los objetos burdos de la Chitta (samskaras y vrttis más básicos) con frecuencias vibratorias más altas. En vez de pensar "soy inútil" o "estoy confundido" o "son genial", como en la actividad mundana, el sadhaka idea en Shiva con optimismo y claridad mediante la ideación "Yo soy Eso", "Yo soy el Testigo", y comienza a sentir que el Yo-Testigo está siempre presente, guiando a su amado microcosmos hacia ananda, la gracia eterna.

Un mantra no es una colección arbitraria de sonidos, ni una idea esperanzadora desprovista de un propósito espiritual científico. Se trata de un sonido causal hecho a la medida de la vibración mental del iniciado. Por lo tanto, hay diferentes mantras para diferentes vibraciones mentales, acompañadas de diferentes características personales, tendencias emocionales, cognitivas, etc. El maestro debe, por lo mismo, ser capaz de "ver" la mente del iniciado para determinar cuál mantra es el apropiado para él. Existen muchos mantras populares, comúnmente utilizados por la gente en cantos o meditaciones. Quizá algunos de ellos puedan elevar la mente en cierto grado, pero un mantra aprendido por un maestro calificado posee una especificidad vibratoria relacionada a las cualidades mentales del aspirante, por lo que tiene un efecto más profundo en la transformación de la mente.

Una antigua máxima India dice "Brahma es el único Guru". Un maestro calificado debe haber atravesado los planos microcósmicos relativos del ser y haber unificado su mente con la Mente Cósmica. Solamente en este estado de unión se adquiere el conocimiento y la habilidad para enseñar meditación apropiadamente.

La meditación tántrica es la conversión vigorosa de energía física en energía psíquica, y de energía psíquica en cognición espiritual. En este proceso, la Chitta objetiva es pulverizada en expresiones progresivamente más finas, permitiendo que se manifieste más Aham y Mahat, o intelecto e intuición respectivamente. En este proceso, los vrttis inferiores, junto con el funcionamiento mental en sus respectivos planos (kosas), se convierten en formas de expresión superiores. Recordemos los tres procesos del desarrollo espiritual descritas en el capítulo sobre el Anahata: recapitulación, transformación e integración. Existen formas de expresión superiores que corresponden a las formas inferiores precursoras. Antes del amor había apego ciego, antes de la expansión consciente había ambición. Antes de la preocupación existencial había miedo primordial. Lo único que se necesita es la transformación de energía para manifestarlas e integrarlas a la personalidad. Al vibrar la Chitta continuamente con ideaciones espirituales a través de la sadhana, la energía psíquica se

redirige conscientemente hacia recapitulaciones superiores. La mente inferior se transforma gradualmente en las expresiones recapituladas de los vrttis superiores. Estas expresiones sutiles pueden ser integradas al propio ser espiritual de manera mucho más armoniosa que los vrttis inferiores. Aquí podemos ver cómo un sadhaka debe tener la fuerza ideacional y vibratoria para conseguir transformar estas propensiones inferiores mediante la introspección ideacional. La mente y todos sus vrttis deben ser atravesados mediante la sadhana.

El proceso de infundir la Chitta con vibraciones sutiles que transmuten los vrttis inferiores en superiores se lleva a cabo por medio de técnicas de concentración muy específicas. Como se mencionó previamente, el iniciado es instruido en cómo retirar la mente de los sentidos y del cuerpo físico para concentrarla en alguno de los vórtices superiores. El concentrar la mente en un vórtice superior causa que la prana, o energía psíquica, fluya hacia arriba, ascendiendo así de sus guaridas habituales en los vórtices inferiores. Este proceso por sí solo produce que un cambio en el modo en que la energía mental fluye y, por lo tanto, permite el despliegue de nuevos vrttis, ya que la energía ahora se está moviendo a lugares donde antes no fluía o fluía muy poco. Además, el iniciado repite el ritmo pulsátil del sonido causal de un mantra. Recordemos que la raíz de todos los vrttis es una vibración acústica. Un mantra tiene la capacidad de armonizar la mente y los vrttis, y transmutar su sonido colectivo. El mantra es como el director de una orquesta (mente), que entiende las cualidades de cada instrumento (vrtti) y sabe cómo conducirlos hacia la armonía. Mantra quiere decir literalmente: aquello que libera a la mente. El mantra contiene una ideación espiritual que ayuda a la mente a concentrarse en la esencia de su conciencia del Yo. Un mantra ocupa la Chitta y ayuda a mantenerla en un ponto, sostenida, como la flama de una vela. Cundo la chita se vuelve un punto pequeño deja de tomar formas e impresiones de la Mente Sensorial. La mente entonces es libre de explorar el espacio interno de la Consciencia Pura. En esta ligereza uno siente la consciencia del Infinito atestiguando la mente que repite la ideación "Yo soy Eso". Esta es la perfección del mantra. Las vibraciones de la mente objetiva son encarriladas con el pensamiento de la Subjetividad Suprema. El

significante, el mantra, se corresponde ideacionalmente con el significado, la Subjetividad Suprema. El nivel de ideación en el mantra corresponde a las habilidades intuitivas esenciales de la mente, en el vórtice donde se esté meditando. Por ejemplo, para meditar verdaderamente en Shiva, la mente debe estar concentrada por arriba del vórtice Anahata.

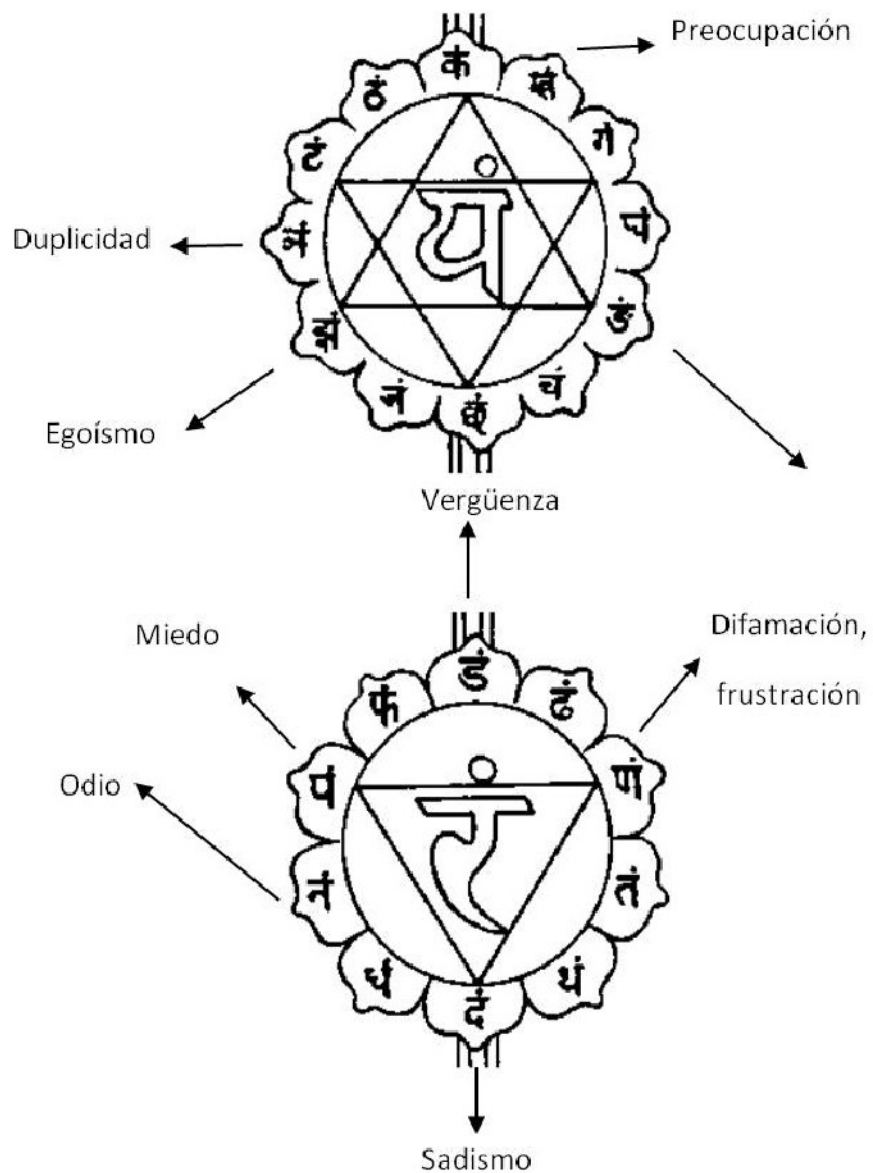
El siguiente diagrama provee el ejemplo de un iniciado cuya mente está atada por complejos en el vórtice Manipura. Todas las flechas apuntan hacia afuera. Sus tendencias predominantes en el Manipura son vergüenza, difamación, sadismo, odio y miedo; y sus tendencias predominantes en el Anahata son ansiedad, vanidad, egoísmo y duplicidad. Estas tendencias están marcadas por flechas. Las flechas muestran la manera en que el flujo de energía psíquica se disipa en la expresión de estos vrttis inferiores. El segundo diagrama muestra el cambio en el flujo de la prana hacia otros vrttis mientras la mente está meditando o después de haber sufrido una transformación a través de la meditación. Desde luego, la práctica consiste en realizar una transformación evolutiva completa en la estructura de la mente y no sólo un cambio temporal mientras se está meditando. Noten como las flechas que fluyen hacia afuera en el primer diagrama, fluyen hacia adentro en el segundo. La concentración en el vórtice Ajina cambió la expresión de los vrttis, de unos inferiores a unos superiores. De la misma manera, esta energía elevada ha encontrado nuevas salidas positivas, en las formas de esperanza, expansión de la mente y conciencia en el Anahata, poner una idea en práctica y devoción en el Vishuddha y la cultivación del conocimiento espiritual en el Ajina.

Este proceso de crecimiento ocurre en las mentes saludables sin necesidad de la meditación, ya que es en sí el Dharma esencial de los seres humanos. Sin embargo, la redirección de la energía de manera consciente, a través de la práctica espiritual sincera y dedicada, acelera este proceso evolutivo. Un practicante espiritual debe por lo tanto ser fuerte, vigoroso y valiente, para poder digerir mentalmente estos cambios.

El deseo de la liberación psíquica y espiritual puede llegar siempre y cuando la mente haya alcanzado el nivel de pensamiento,

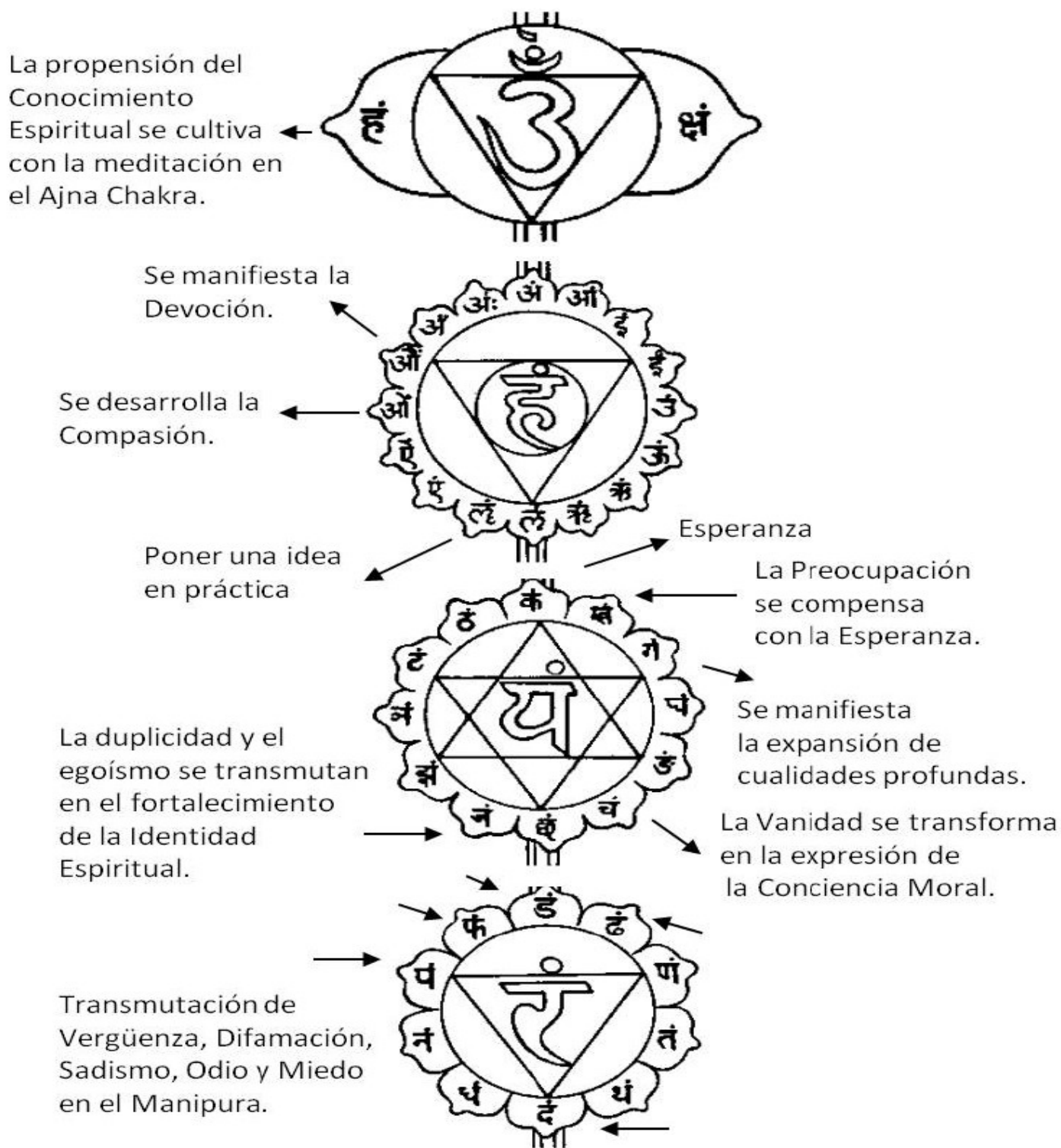
sentimiento y acción del Anahata. Aquí, uno sabe de alguna manera que hay un orden espiritual en el universo, aunque todavía se esté atado a los planos inferiores y sus expresiones. En las etapas iniciales, el aspirante debe tener una determinación tremenda para superar las influencias limitantes de los vrttis inferiores. Junto con esta determinación se deben cultivar la fortaleza mental y la disciplina, para poder tener la conciencia y vitalidad necesarias para convertir las expresiones psíquicas bajas en otras más refinadas. En el Tantra, esta etapa se denomina Shakta, que significa "energía y la necesidad de cultivarla de manera voluntaria". En esta etapa es necesario meditar regularmente, estudiar filosofía, enrolarse en actividades positivas, realizar servicio y aprender de aquellos que sean más avanzados espiritualmente. Toda la energía debe ser canalizada en seguir la inspiración y guía de la conciencia. Esto requiere de un esfuerzo tremendo mientras uno no está completamente establecido en el ideal espiritual. Para superar la duplicidad entre los deseos y condicionamientos del ego inferior y las intuiciones de la conciencia, todos los esfuerzos deben dirigirse a alcanzar la congruencia entre el ideal subjetivo y la realidad objetiva. En otras palabras, los pensamientos, sentimientos y acciones deben estar acordes a la conciencia del Dharma. Antes de esta etapa, todas las batallas estaban basadas en asegurar la identidad fenoménica del ego. Uno buscaba establecer su ser de acuerdo, en contra, o en reacción a algún tipo de realidad externa o social. La mente estaba dividida en una dualidad entre el ser y el otro, el ser y el mundo, impulso y conciencia, entre condicionamiento y auto cultivación. Debido a que toda la energía psíquica está en el ego, el "yo hago", en esta etapa es necesario que la práctica espiritual esté enraizada en el ego. En lugar de que el ego sea un fin encapsulado en sí mismo, se trata de alinearlo con el Mahat, la conciencia interna. El ego es todavía el medio de acción, pero se está moviendo hacia aquello que lo puede guiar y controlar. En otras palabras, la etapa Shakta de la sadhana es un intento del ego dominado por la objetividad de transformar la crudeza de la Chitta para alinearse con la conciencia subjetiva del Mahat. El segundo diagrama muestra cómo la expresión de los vrttis inferiores cambia con la sadhana.

## Diagrama de la manifestación de los vrttis previa a la meditación





## La manifestación de los vrttis posterior a la meditación



Existen muchas sub-etapas en el desarrollo espiritual. La vida espiritual sigue una dialéctica tipo Hegeliana en cuanto a que la mente en desarrollo siempre está cambiando en respuesta a nuevas realidades y sus correspondientes conflictos. Nada es permanente en este mundo relativo. Quizá lo que hoy consideramos una gran verdad, mañana sea un conocimiento popular o incluso un error. Realizaciones más grandes nos llevan a conflictos más sutiles que nos impulsan continuamente a encontrar soluciones más sutiles. Un aspirante debe aceptar este ciclo continuo de choque y cohesión hasta que se haya establecido en su ideal. Lo que tomamos como verdadero en una etapa puede resultar falso en otra. Una verdad evoluciona y cambia, lo cual requiere que estemos continuamente modificando nuestros conceptos.

Sin embargo, llega una etapa en la vida espiritual donde uno se establece en la propia conciencia. Aquí, las dualidades entre lo interior y lo exterior, entre impulso y conciencia se resuelven. Uno ha adquirido la fuerza, resistencia y sabiduría para seguir continuamente los ideales interiores. Antes, en la etapa del Guerrero, el concepto de la Conciencia Suprema era necesariamente dual; dios era visto como una fuerza exterior que controlaba y guiaba un universo del cual yo estaba separado. Uno adora a héroes como Krishna o Moisés. En la segunda etapa Devocional, uno se encuentra tan establecido en el Mahat que la vida del ego dual se incorpora en las fuerzas creativas del universo. Uno gradualmente se hace muy cercano a la Mente Macrocósmica de Brahma y el esfuerzo a través de la voluntad se hace menos necesario. Uno empieza a fluir con el Dharma, el orden moral del universo.

La vida humana alcanza su cúspide en esta etapa. Todas las fuerzas evolutivas que nos han impulsado a lo largo del camino han florecido en una vida unificada con el Espíritu. Virtud, justicia, sabiduría y bondad fluyen naturalmente del ser y sin esfuerzo. No es que la identidad personal relativa se haya disuelto completamente, sino que el ego microcósmico existe en armonía con el macrocosmos. La personalidad es una extensión, un vehículo y un mecanismo para Brahma. En otras palabras, el Mahat es la facultad que guía la mente

mientras el Aham y la Chitta son recipientes pasivos de su inspiración. ¿Qué tipo de esfuerzo se necesita en esta etapa? ¿Acaso necesita uno continuar aferrado al bote que lo llevó a través del turbulento mar de samskaras? Brahma se convierte en la propia esencia y la vida del ego en búsqueda es ahora una memoria distante. Todo lo que se desea es estar en unión con Brahma. Como exclama un Upanishad "uno debe encontrarse completamente perdido en Brahma, como una flecha en el blanco".

En la etapa Vaesnava aún permanece la existencia del microcosmos. La Chitta, Aham y Mahat del microcosmos resuenan y están en armonía con la Chitta, Aham y Mahat del macrocosmos. Es la etapa de los savikalpa samadhis, donde la mente microcósmica es capaz de suspender su separación de la Mente Cósmica por un periodo determinado de tiempo. La mente en esta etapa aún puede tener samskaras personales, o estar vinculado a samskaras macrocósmicos más sutiles (las propensiones en los vórtices Vishuddha y Ajina). Estos samskaras son los que determinan la duración de la unión con Brahma en el estado de samadhi. La generación de vibraciones en la Chitta debido a estos samskaras sutiles perpetúa la existencia del microcosmos. Recordemos las descripciones de los vórtices Vishuddha, Ajina y Sahasrara. En estas etapas la evolución del microcosmos está muy ligada al macrocosmos. Si un ser en esta etapa así lo elige, puede continuar existiendo para ayudar a otros seres a liberarse. Esta determinación crea un samskara para que su mente pueda continuar teniendo un momentum de existencia continua en armonía con la Mente Cósmica.

Sin embargo, recordemos que en el Sahasrara resulta posible para la mente disolverse completamente en Shiva. En vez de que la Chitta, Aham y Mahat resuenen con el macrocosmos, se disuelven en el ser esencial de Shiva, en la etapa Shaeva. Esta es la etapa de nirvikalpa samadhi, el samadhi de la absorción indeterminada en Shiva. Cuando el nirvikalpa samadhi es de naturaleza permanente, se denomina emancipación, o Moksha. La disolución de la mente se corresponde directamente al debilitamiento de la influencia limitante de Shakti sobre Shiva. Los gunas de las fuerzas sutiles, mutativas y estáticas

sostienen la existencia del Mahat, Aham y Chitta respectivamente. Ahora que la mente se ha disuelto completamente en la Conciencia, la actividad de Shakti no puede limitar a esa mente en particular, puesto que dicha mente ya no existe. El universo y la creación ya no existen para la mente emancipada; solamente está la unidad con el infinito y eterno Brahma.

Para poder completar el ciclo de la creación, uno debe ver la unidad absoluta de Brahma, que aún esta creación física es una manifestación del Espíritu. Sin este entendimiento, no hemos completado nuestro propósito en la creación. ¿Acaso el Macrocosmos ha creado todo esto solamente para mostrar su vacuidad esencial, sin ningún propósito o razón? El ilusionista, el nihilista espiritual, cierra sus ojos durante todo el día, esperando solamente la noche para dormir. Sucede lo mismo con todos los que se resisten a la Unidad. Buscan un escape de la realidad de las cosas y niegan la espiritualidad esencial de la creación; fracasan en ver que nuestro estar en este mundo es para darle un nombre al que no tiene nombre, una expresión para lo inexpresable. Mientras uno se resista a la naturaleza espiritual de la creación, no hay manera de liberarse de ella. Como Vivekananda dijo alguna vez: debemos dejar nuestra marca en este mundo antes de irnos. Es verdad, todo es transitorio, vaporoso, y está incesantemente expirando frente a nosotros. Pero dentro de esta brumosa niebla hay un tema definido y un propósito para cada una de sus partículas.

Mukti, o la liberación de la mente, ocurre cuando las memorias de nuestra existencia no están ya exclusivamente relacionadas con las experiencias del cuerpo actual. La noción de vida comienza a extenderse hacia la vida del universo. La mente orientada espiritualmente va más allá de las memorias personales, y de las de nuestro linaje y cultura, y comienza a vivir dentro de las memorias de la raza humana. Lentamente, la humanidad es comprendida al mismo tiempo que la vida personal es comprendida en una manera más profunda. Todas las memorias de tu encarnación comienzan a fusionarse con la presencia eterna. Lo que pasó hace 30 años puede comenzar a parecer que pasó ayer. Una memoria de mi hogar de la

niñez puede hacer que abra los ojos en la meditación para ver si de verdad estoy ahí. No tener una definición absoluta de ti mismo deja de ser un problema. ¿Quién está viviendo esta vida de todos modos? Solamente hay una vida y es una buena vida. Entre más fusionemos nuestra separación en entendimiento y compasión, más felices y liberados estamos.

Por esta razón los conocedores del Yo-Testigo viven con un constante nuevo entendimiento de su lugar en el universo y por lo tanto pueden ofrecer algo muy bueno a la humanidad a través de sus ejemplos multicolor. La liberación es un proceso largo que comienza aún antes del despertar de la kundalini. El Infinito siempre ha estado llamándonos de regreso al núcleo cósmico de Hunab Ku, desde que éramos amebas. Un humano se vuelve consciente de este proceso perpetuo de liberación de la mente del mundo finito con el despertar de la kundalini. Este despertar y vigorización de los centros bio-psicológicos en la columna dorsal induce una recapitulación de la evolución planetaria Macrocósmica dentro de nuestro ser personal. Uno comienza a fusionar las memorias o samskaras personales con la mente Macrocósmica que sustenta a la Gaia, nuestra Madre Tierra.

El esfuerzo para liberar la mente a través de la kundalini sólo termina cuando una vida, una evolución microcósmica, está completa y madura. Todas las cosas se vuelven positivas dentro. Sólo cuando uno ha vivido plenamente de acuerdo a su consciencia y ha expresado una intención espiritual profunda, uno es capaz de lograr Moksha aquí. Aún las memorias buenas de esta existencia microcósmica se limpian para siempre ya que la mente se ha desintegrado en el supremo Shiva. Si uno desea esta unión absoluta con dios, uno debe vivir en la mejor manera posible, una vida llena de verdad y unión con la Consciencia Suprema y el universo expresado. El propósito fundamental de la vida siempre nos lleva primero a la liberación y después a la emancipación.

Los microcosmos se liberan uno a uno. Debido a esto, el universo es eterno. El ciclo de la creación, el Brahma Chakra, es continuo. La creación es una vertiente del núcleo cósmico al mismo tiempo que es el regreso hacia la unión consigo mismo. Mientras hay seres

evolucionando hacia la emancipación, continuamente se da la generación de una creación enteramente nueva, con la ayuda de la actividad eterna de transformación que Shakti ejerce sobre el Shiva infinito. La creación es eterna, no tiene fin. El Brahma Chakra sólo tiene un final en el microcosmos, nunca en el macrocosmos.

Fragmentos del macrocosmos (microcosmos) son liberados, pero nunca se libera el macrocosmos con un todo. La Mente Macrocósmica tiene samskaras infinitos, y es eternamente la Generadora, Operadora y Destructora.

En Brahma, la divinidad suprema, se encuentra la emancipación eterna o Moksha. En esta etapa de la kundalini, que es la manifestación de Shakti dentro del microcosmos, se ha elevado al Sahasrara, la morada de Shiva. Shakti de nuevo toma su lugar junto a Shiva, en el estado de eterno e infinito equilibrio. Nacimiento, muerte, creación y evolución son inexistentes, ilusorios. Solamente existe la Conciencia pura, sin objeto. Shiva está consciente únicamente de sí misma, absorbe eternamente en su dulce esencia.

## **Glosario**

Aham: Identidad subjetiva o "ego", el "yo hago" activo. Auto-concepto.

Ajina: Sexto vórtice, centro de "comando" de la mente.

Anahata: Cuarto vórtice, literalmente "sin apego o ataduras".

Anandamurti: Filósofo y líder espiritual que vivió en India de 1921 a 1990.

Artha: Satisfacción del deseo mental, aquello que le da alivio o significado a las dudas de la mente. Significado Psicológico.

Bhakti: Camino devocional hacia la liberación.

Bodhisattva: Un ser liberado de las ataduras personales de los samskaras. Renacen solamente para ayudar a otros.

Brahma: La Conciencia Suprema. La unión absoluta de Shiva y Shakti.

Cámara objetiva de la mente: Chitta o el plasma mental que toma impresiones de los sentidos.

Cámara subjetiva de la mente: Formada por el Aham y el Mahat, que dan las nociones de Yo-hago y Yo- existo respectivamente.

Cetanasphota: Disolución de la mente en pura conciencia.

Chakra: "Rueda o círculo." Se refiere a los vórtices mayores o centros mentales bio- psicológicos localizados a lo largo de la columna vertebral.

Chitta: Cámara objetiva de la mente que transmite

percepciones sensoriales del cerebro a la mente.

Deva: Emanación de la Consciencia Suprema, un "dios" que controla expresiones vibratorias.

Dharma: Anhelo psico-espiritual. Orden moral y propósito subyacente en la vida.

Divinidad Shiva-Shakti: "Una unidad pura y transparente", detrás de la actividad eterna de dios, el Generador, Operador y Destructor. El estado de unión donde Shakti no cualifica a Shiva.

Ekagrata: Concentración en Brahma en un punto.

Guna: Cada una de las energías operativas de Shakti.

Hunab Ku: El núcleo cosmológico maya. En el Tantra

Indio es Purusottama.

Ideación: La práctica ideacional de mantener una idea espiritual en la mente de manera constante. Un mantra, por ejemplo, está cargado de "ideación" espiritual.

Jagat: Aquello que está en constante movimiento, el universo.

Jnana: Conocimiento, el camino del Yoga a través del conocimiento.

Kama: Deseo físico.

Karma: Acción, el camino de la actividad mental liberada. Kosa: Nivel microcósmico de la mente. Kulkan: Concepto maya de Kundalini

Kundalini: "Serpiente enroscada". La energía divina de Shakti durmiente en el primer vórtice.

Loka: Plano macrocósmico de existencia.

Mahat: La parte más interna de la cámara subjetiva de la



mente que da la noción de "yo existo", el sentimiento esencial del "yo".

Manasphota: Explosión de la mente hacia estructuras más sutiles.

Manipura: Tercer vórtice, "el lugar de las joyas".

Mantra: Sonido causal que ayuda a la mente a vibrar hacia adentro.

Maya: Verdad o creación relativa, el truco cósmico que nos hace ver a muchos en lugar de al Uno.

Microvitum/Microvita: Entidades mentales carentes de cuerpos físicos que influyen en la mente y la materia.

Moksha: Emancipación completa de la mente. La mente se funde en la Divinidad Shiva-Shakti.

Muladhara: Primer vórtice, "raíz" o "base".

Nirguna Brahma: La Conciencia sin atributos donde Shakti no influencia a Shiva.

Nirvikalpa samadhi: Samadhi de unión absoluta donde kundalini se eleva al séptimo vórtice, la "corona".

Prana: Energía vital que funciona entre la mente y el cuerpo.

Rajaguna: Energía mutativa, dinámica. Sadhana: Práctica espiritual.

Sadhaka: Practicante espiritual.

Saguna Brahma: Conciencia con atributos. Dios como Generador, Operador y Destructor.

Sahasrara: Séptimo vórtice, el "loto de los mil pétalos".

Samadhi: La suspensión de la mente microcósmica en la

Consciencia de Shiva. Trance espiritual de unión divina.

Samskara: Reacciones a acciones originales que se incrustan como semillas dentro de la mente, que buscan crear nuevas acciones.

Sattvaguna: Energía sutil que vuelve a la mente tranquila y calmada.

Savikalpa samadhi: "Trance de absorción determinada".

Unión con Brahma a través de un trance espiritual de naturaleza temporal.

Shakta: Etapa de la sadhana donde uno lucha contra las tendencias bajas. Etapa del Guerrero.

Shakti: La energía de Brahma. La Gran Madre

Shiva: La Consciencia de Brahma. El Primer Padre.

Shushumna: Canal de energía sutil y la ruta de la kundalini, localizado en el centro de la columna vertebral.

Svadhista: Segundo vórtice. Lugar del "auto establecimiento" de la personalidad.

Tamaguna: Energía estática, entrópica, que atrae la mente hacia la materia.

Tantra: El camino de la expansión de la opacidad, o ignorancia espiritual.

Upanishad: Tratados espirituales clásicos de la India que tratan sobre los Vedas.

Vaishnava: Etapa de la sadhana donde uno comienza a sentir unión con Brahma.

Vishuddha: Quinto vórtice, significa "especialmente puro".

Vrtti: Vórtice menor o propensión de la mente.

Yoga: Unión de la mente microcósmica con Brahma.

