

La Luz del Alma

por Alice A. Bailey

Paráfrasis de los Aforismos de la Yoga de Patanjali

DECLARACIÓN DE LOS EDITORES DE LA VERSIÓN INGLESA

[e6] Lo excepcional de este libro es que los Aforismos de la Yoga han sido vertidos al idioma inglés, de los aforismos originales en sánscrito y dictados telepáticamente por El Tibetano a la Sra. Alice A. Bailey. Los comentarios fueron escritos por ella y posteriormente sometidos a la revisión de El Tibetano para su aprobación.

[e7] "Antes de que el alma pueda ver, debe lograrse la armonía interna, y los ojos de la carne deben estar ciegos a toda ilusión.

"Antes de que el alma pueda oír, la imagen (el hombre) debe estar sorda a los rugidos y a los murmullos, a los bramidos de los elefantes y a los argentinos zumbidos de la dorada luciérnaga.

"Antes de que el alma pueda comprender y recordar, debe unirse a aquel que habla en silencio, así como la mente del alfarero se une primero a la forma que le dará a la arcilla.

"Entonces el alma oír y recordará.

"Y entonces hablará *la Voz del Silencio* al oído interno".

LA VOZ DEL SILENCIO

CONSIDERACIONES PRELIMINARES

[e8] [iVII] La Ciencia de Raja Yoga o "Ciencia Soberana del Alma", tal como la presenta su exponente principal Patanjali, con el tiempo hallará su más amplia demostración en Occidente, lo cual se debe a que, de acuerdo a la ley cíclica, la quinta raza-raíz (en su quinta subraza) debe inevitablemente alcanzar su punto culminante. Tal punto, en la economía de la raza, está ejemplificado en el correcto empleo de la mente y su utilización por el alma, para lograr los objetivos grupales y el desarrollo de la conciencia grupal en el plano físico.

Hasta ahora, la mente ha sido deificada o prostituida para alcanzar fines materiales. Mediante la ciencia de Raja Yoga, la mente será conocida como el instrumento del alma y el medio por el cual el cerebro del aspirante se iluminará y adquirirá el conocimiento de los asuntos concernientes al reino del alma.

De acuerdo a la ley de evolución, la quinta raza raíz debe ocuparse íntimamente de la mente, por ser el quinto principio, y su correspondiente quinta subraza debe hacerlo más estrechamente que ninguna otra. Los estudiantes harían bien en tener presente las siguientes analogías:

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1. La quinta raza raíz | aria. |
| 2. La quinta subraza | anglosajona. |
| 3. El quinto principio | mente o manas. |
| 4. El quinto plano | el mental. |
| 5. El quinto rayo | conocimiento concreto. |

[iVIII] Las diversas yogas han tenido su lugar en el desenvolvimiento del ser humano. En la primera raza, puramente física, denominada lemuriana, la yoga impuesta en esa época a la infantil humanidad fue Hatha Yoga, la yoga del cuerpo físico, que enseña el empleo y la manipulación consciente de los diversos órganos, músculos y partes de la estructura física. El problema de los adeptos de esa época, fue enseñar a los seres humanos (que eran poco más que animales) el propósito, significado y empleo de sus diversos órganos, para poder controlarlos conscientemente y comprender el significado simbólico de la figura humana. Por lo tanto, en esos primitivos días, los seres humanos llegaban al portal de la iniciación gracias a la práctica de Hatha Yoga. En aquel entonces, la tercera [e9] iniciación, cuyo resultado era la transfiguración de la personalidad, era la más elevada que el hombre podía alcanzar.

En la época atlante, el progreso de los hijos de los hombres se lograba mediante la imposición de dos yogas. Primero, la conocida con el nombre de Laya Yoga, la Yoga de los centros, que produjo la estabilización del cuerpo etérico y de los centros en el hombre, y el desarrollo de la naturaleza astral y síquica. Más tarde el Bhakti Yoga, resultado del desarrollo del cuerpo emocional o astral, fue incorporado al Laya Yoga, sentándose las bases de ese misticismo y devoción, que ha sido el incentivo fundamental de nuestra particular raza raíz aria. El

objetivo, en esa época, era la cuarta iniciación. [iIX] El tema de estas grandes iniciaciones está tratado con mayor extensión en el libro *Iniciación Humana y Solar*.

En la actual raza aria, la subyugación del cuerpo mental y el control de la mente se logran por la práctica de Raja Yoga y la meta para la humanidad en evolución, es la quinta iniciación, la del adepto. Toda yoga ha ocupado su lugar y ha servido un propósito útil, y resultará evidente que cualquier retorno a las prácticas de Hatha Yoga, o esas que se ocupan específicamente del desarrollo de los centros, por medio de los distintos tipos de prácticas de meditación y ejercicios respiratorios, constituyen, desde cierto aspecto, un retroceso. Hallaremos que mediante las prácticas de Raja Yoga y asumiendo una posición que ejerza un control directriz (que descubrirá quien centre su conciencia en el alma), los otros tipos de yoga resultan innecesarios, por cuanto los resultados de la yoga superior incluyen automáticamente a las inferiores, aunque no a sus prácticas.

Cuándo las prácticas de yoga sean estudiadas, se evidenciará que recién ahora ha llegado el día de la oportunidad. Oriente nos ha preservado las reglas desde tiempo inmemorial. Uno que otro oriental (y unos pocos adeptos occidentales) se han valido de estas reglas y se han sometido a la disciplina de esta exigente ciencia. Así se ha conservado, para la raza, la continuidad de la doctrina secreta, la Sabiduría Eterna, y también se ha reunido el personal de la Jerarquía de nuestro planeta. En la época de Buda, [iX] gracias al estímulo que Éste produjo, tuvo lugar una gran reunión de Arhats, los cuales alcanzaron la liberación por el esfuerzo autoiniciado. Dicho período marcó, en nuestra época aria, la culminación para Oriente. Desde entonces la oleada de vida espiritual ha afluído constantemente hacia Occidente, y podemos esperar la correspondiente culminación que llegará a su cenit entre los años 1965 y 2025. Para tal fin los adeptos de Oriente y Occidente trabajan conjuntamente, pues acatan siempre la Ley.

[e10] Este venidero impulso, como en los tiempos de Buda, es de segundo rayo, el cual no tiene relación con ningún impulso de primer rayo, como el que trajo a H. P. Blavatsky. Los impulsos de primer rayo surgen en el primer cuarto de cada siglo y alcanzan su culminación, en el plano físico, en el último cuarto. El interés demostrado ahora por el Raja Yoga, interés que se irá demostrando cada vez más, y el estudio de esta ciencia y de las reglas que proporciona para el desenvolvimiento del hombre, indican la tendencia general de este creciente impulso de segundo rayo. Así llegará el día de la oportunidad.

Tres libros deberían estar en manos de todo estudiante: El *Bhagavad Gita*, El *Nuevo Testamento* y *Los Aforismos de Yoga*, porque contienen el cuadro completo del alma y su desenvolvimiento.

Los dieciocho capítulos del *Gita* describen el alma, Krishna, el segundo aspecto,

en su verdadera naturaleza como Dios en manifestación, culminando en ese maravilloso capítulo donde Él se revela a Arjuna, el aspirante, [iXI] como el alma de todas las cosas y el punto de gloria oculto tras el velo de toda forma.

En *El Nuevo Testamento*, donde se describe la vida de un Hijo de Dios en plena manifestación, cuando libre de todo velo, el alma en su verdadera naturaleza camina sobre la tierra. Al estudiar la vida de Cristo, nos damos cuenta de lo que significa desarrollar los poderes del alma, alcanzar la liberación y llegar a ser un Dios, en toda su gloria, caminando sobre la tierra.

Los Aforismos de Yoga contienen las leyes de ese devenir, y las reglas, métodos y medios que hacen al hombre, cuando se los sigue, "perfecto, como nuestro Padre en los cielos es perfecto". Paulatinamente despliega ante nosotros un sistema graduado de desenvolvimiento, que lleva al hombre, desde la etapa del hombre bueno común, a través de las de aspirante, iniciado y maestro, hasta el excelso punto de evolución en que se halla ahora Cristo. Juan, el discípulo amado, dijo: "seremos igual a Él, pues le veremos tal como es", y cuando el alma se revela al hombre en el plano físico produce siempre una gran transformación. Cristo dijo: "Cosas más grandes que yo hago, haréis", prometiéndonos "el Reino, el poder y la gloria", siempre que nuestra aspiración y persistencia sean suficientes para conducirnos por el espinoso camino de la cruz y nos permita hollar ese sendero que conduce "al camino ascendente", hasta la cima del Monte de la Transfiguración.

¿Cómo se produce este gran cambio? ¿De qué manera el hombre, víctima de sus deseos y [iXII] naturaleza inferior, se convierte en el hombre victorioso que triunfa sobre el mundo, la carne y el demonio? Esto sucede cuando el cerebro físico del hombre [e11] encarnado llega a ser consciente del yo, el alma; pero esta percepción consciente sólo es posible cuando el verdadero yo puede "reflejarse en la sustancia mental". El alma está inherentemente libre de los objetos y permanece siempre en estado de unidad aislada. Sin embargo, el hombre en encarnación, debe alcanzar, en la conciencia del cerebro físico, la comprensión de estos dos estados del ser. Debe liberarse conscientemente de todos los objetos del deseo y mantenerse, como un todo unificado, desapegado y liberado de todo velo y forma en los tres mundos. Cuando el estado consciente del ser, tal como lo conoce el hombre espiritual, sea también una condición de la conciencia del hombre en encarnación física, entonces se habrá alcanzado la meta. El hombre ya no es la víctima del *mundo* como cuando se ha identificado con el cuerpo físico. Camina libre "con faz resplandeciente" (Co.), y la luz de su rostro se proyecta sobre todo cuanto encuentra. Sus deseos ya no ponen la carne en actividad, por eso el cuerpo astral no lo subyuga ni lo vence.

Por medio del desapasionamiento y equilibrio de los pares de opuestos, se libera del temperamento, sentimientos, anhelos, deseos y reacciones emocionales, característicos de la vida del hombre común y alcanza el punto de paz. El *demonio* del orgullo, la personificación de la naturaleza mental mal empleada y

las deformadas percepciones de la mente, han sido dominadas y queda liberado [iXIII] en los tres mundos. La naturaleza del alma, las cualidades y actividades inherentes a la naturaleza de amor del Hijo de Dios y la Sabiduría que se manifiesta cuando amor y actividad (segundo y tercer aspectos) se unen, caracterizan su vida en la tierra y puede decir como Cristo: "Consumado es".

La fecha del nacimiento de Patanjali es desconocida; existe mucha controversia sobre ello. La mayoría de los autores occidentales la fijan entre los años 820 y 300 a.C., aunque uno o dos la fijan d.C.; los indúes, que se supone saben algo al respecto, fijan una fecha muy anterior, algunos hasta 10.000 años a.C. Patanjali recopiló las enseñanzas que, hasta la época de su advenimiento, habían sido transmitidas oralmente durante muchos siglos. Fue el primero en transcribir la enseñanza para los estudiantes, por eso se lo considera fundador de la Escuela Raja Yoga. Sin embargo, el sistema se ha aplicado desde los principios de la raza Aria. Los Aforismos de la Yoga son la enseñanza básica de la Escuela Trashimaláyica, a la cual pertenecen la mayoría de los Maestros de Sabiduría. Muchos estudiosos sostienen que los Esenios y otras Escuelas místicas de entrenamiento y pensamiento, íntimamente relacionadas con el fundador del cristianismo y con los cristianos primitivos, están basadas en el mismo sistema y que sus Instructores fueron preparados en la gran Escuela Trashimaláyica.

[e12] Los aforismos, tal como los presentamos, [iXIV] han sido dictados y parafraseados por el Tibetano; los comentarios han sido escritos por mí, pero sometidos a su revisión e indicaciones. Se observará que la traducción no es literal ni una definición exacta de cada uno de los términos sánscritos originales. Es un intento de verter al inglés, en forma clara y comprensible, el significado exacto, hasta donde es posible hacerlo en un idioma poco elástico e imaginativo. Al estudiante le será útil, cuando estudie estos aforismos, comparar la versión dada aquí con las distintas traducciones disponibles.

ALICE A. BAILEY
Nueva York, mayo de 1927.

INDICE POR TEMAS

LIBRO I. EL PROBLEMA DE LA UNIÓN.

- a. Definición de las naturalezas superior e inferior.
- b. Consideración de los obstáculos y su eliminación.
- c. Resumen del sistema de Raja Yoga.

Tema: La versátil naturaleza síquica.

LIBRO II. LOS PASOS HACIA LA UNIÓN.

- a. Los cinco obstáculos y su eliminación.
- b. Definición de los ocho métodos.

Tema: Los métodos de realización.

LIBRO III. LA REALIZACIÓN DE LA UNIÓN Y SUS RESULTADOS.

- a. La meditación y sus etapas.
- b. veintitrés resultados de la meditación.

Tema: Los poderes del alma.

LIBRO IV. LA ILUMINACIÓN.

- a. Conciencia y forma.
- b. Unión o Unificación.

Tema: Unidad aislada.

BIBLIOGRAFIA

de las traducciones y comentarios sobre
LOS AFORISMOS DE LA YOGA DE PATANJALI
consultados en la preparación de la presente obra

Los Aforismos de Yoga de Patanjali	<i>M. J. Dvivedi.</i>
La Yoga-Darsana	<i>Ganganatha Jha.</i>
Los Aforismos de Yoga de Patanjali	<i>Charles Johnston.</i>
Los Aforismos de Yoga de Patanjali	<i>W. Q. Judge.</i>
Los Aforismos de Yoga de Patanjali	<i>Rama Prasada.</i>
Filosofía de la Yoga	<i>Tookaram Tatya.</i>
Compendio de la Filosofía Raja Yoga	<i>Rajaram Tookaram.</i>
Raja Yoga	<i>Swami Vivekananda.</i>
El Sistema de Yoga de Patanjali	<i>J. H. Woods.</i>

[e15] LOS AFORISMOS DE LA YOGA DE PATANJALI

LIBRO PRIMERO EL PROBLEMA DE LA UNIÓN

1. AUM. La siguiente instrucción concierne a la Ciencia de la Unión.
2. Esta Unión (o yoga) se alcanza mediante la subyugación de la naturaleza síquica y la sujeción de la mente (chitta).
3. Obtenido esto, el yogui se conoce a sí mismo, tal como es en realidad.
4. Hasta ahora el hombre interno se ha identificado con sus formas y con las modificaciones activas de éstas.
5. Los estados de la mente son cinco, están sujetos al placer o al dolor y son dolorosos o no.
6. Estas modificaciones (actividades) son: correcto conocimiento, incorrecto conocimiento, fantasía, pasividad (sueño) y memoria.
7. La base del conocimiento correcto es percepción correcta, deducción correcta y testimonio correcto (o evidencia exacta).
8. El conocimiento incorrecto se basa en la percepción de la forma y no en el estado del ser.
9. La fantasía descansa sobre imágenes que no tienen existencia real.
10. La pasividad (sueño) está basada en el estado pasivo de los "vrittis" (o en la no percepción de los sentidos).
11. La memoria es retención de lo conocido.
12. El control de estas modificaciones del órgano interno, la mente, se logra mediante incansable esfuerzo y desapego.
13. El esfuerzo incansable es empeño constante para restringir las modificaciones de la mente.
14. Cuando el objetivo a alcanzar es valorado suficientemente, y los esfuerzos para lograrlo continúan persistentemente y sin interrupción, se asegura la estabilidad de la mente (restricción de los vrittis).
15. Desapego es liberarse de la apetencia de los objetos deseados, ya sean terrenos o tradicionales, aquí o en el más allá.
16. La consumación de este desapego da por resultado el exacto conocimiento del hombre espiritual, liberado de las cualidades o gunas.
17. La conciencia de un objeto se obtiene concentrándose en su cuádruple naturaleza: la forma, por un examen de la misma; la cualidad (o guna), por participación discriminativa; el propósito, por inspiración (o beatitud), y el alma, por identificación.
18. Se alcanza otra etapa de samadhi, cuando, mediante el pensamiento enfocado en una sola dirección, se aquieta la actividad externa. En esta etapa la sustancia mental o chitta, responde únicamente a impresiones subjetivas.
19. El samadhi descrito no va más allá de los límites del mundo fenoménico; tampoco va más allá de los dioses ni de quienes se ocupan del mundo concreto. [e16]

20. Otros yoguis alcanzan samadhi y llegan a la discriminación del espíritu puro a través de la creencia, seguida de energía, memoria, meditación y correcta percepción.
21. Aquellos cuya voluntad está intensamente activa, alcanzan rápidamente la etapa de conciencia espiritual.
22. Quienes emplean la voluntad difieren también, porque su empleo puede ser intenso, moderado o suave. Respecto al logro de la verdadera conciencia espiritual existe todavía otro camino.
23. Por la intensa devoción a Ishvara se alcanza el conocimiento de Ishvara.
24. Ishvara es el alma, a ésta no la afectan las limitaciones y está libre del karma y del deseo.
25. En Ishvara, el Gurudeva, el germen de todo conocimiento, se expande al infinito.
26. Ishvara, el Gurudeva, como no está limitado por el factor tiempo, es el instructor de los Señores primitivos.
27. La palabra de Ishvara es AUM (u OM). Ésta es el Pranava.
28. Mediante la emisión de la Palabra y la reflexión sobre su significado, se descubre el Camino.
29. Por esto llega el conocimiento del yo (el alma) y la eliminación de todos los obstáculos.
30. Los obstáculos para el conocimiento del alma son: incapacidad corporal, inercia mental, duda, abandono, pereza, apasionamiento, percepción errónea, incapacidad para lograr la concentración, o imposibilidad para mantener la actitud meditativa una vez alcanzada.
31. Los resultados de los obstáculos sobre la naturaleza psíquica inferior son: dolor, desesperación, errónea actividad corporal y equívoca dirección o control, de las corrientes de vida.
32. Para superar los obstáculos y sus derivados, se requiere intensa aplicación de la voluntad a alguna verdad o principio.
33. La paz de la sustancia mental o chitta, se puede alcanzar practicando la simpatía, la ternura, la firmeza de propósito y el desapasionamiento, respecto al placer y al dolor, o a todas las formas del bien y del mal.
34. Además la paz de chitta se alcanza mediante la regulación del prana o aliento de la vida.
35. La estabilidad mental puede obtenerse mediante esas fórmulas de concentración, relacionadas con la percepción sensoria.
36. Meditando sobre la luz y el resplandor, se puede llegar al conocimiento del espíritu y alcanzar la paz.
37. La mente (chitta) se estabiliza y queda liberada de la ilusión, a medida que se purifica la naturaleza inferior y ya no se la satisface.
38. La paz (estabilización de la sustancia mental o chitta) puede lograrse meditando sobre el conocimiento que proporcionan los sueños.
39. La paz también se alcanza concentrándose en lo que el corazón más aprecia.

40. Así su comprensión se extiende desde lo infinitamente pequeño hasta lo infinitamente grande y su conocimiento se perfecciona desde annu (el átomo o partícula) hasta atma (o espíritu).
41. Aquel que ha controlado totalmente sus "vrittis" (modificaciones de la sustancia mental), llega a un estado de identificación y similitud con lo que ha conocido. El conocedor, el conocimiento y el campo del conocimiento se convierten en uno; así como el cristal toma los colores de lo que refleja. [e17]
42. Cuando el perceptor mezcla la palabra, la idea (el significado) y el objeto, esto es denominado estado mental de razonamiento sensato.
43. Se llega a la percepción sin un razonamiento sensato cuando la memoria ya no controla, entonces la palabra y el objeto son trascendidos y sólo la idea está presente.
44. Ambos procesos de concentración, con o sin la acción sensata de la mente, pueden ser aplicados también a cosas sutiles
45. Lo denso conduce a lo sutil; lo sutil lleva, por etapas sucesivas, al estado del ser espiritual puro llamado Pradhana.
46. Todo esto es meditación con simiente.
47. Cuando se ha alcanzado este estado supercontemplativo, el yogui adquiere la comprensión espiritual pura, por medio de la quietud equilibrada de la sustancia mental o chitta.
48. Su percepción es ahora infaliblemente exacta, o su mente revela únicamente la Verdad.
49. Esta percepción particular es excepcional y revela lo que la mente razonadora, mediante el testimonio, la inferencia y la deducción, no puede revelar.
50. Es hostil a las demás impresiones o las reemplaza.
51. Cuando este estado de percepción se ha refrenado o es reemplazado, se alcanza el estado puro de samadhi.

LOS AFORISMOS DE LA YOGA DE PATANJALI LIBRO SEGUNDO

LOS PASOS HACIA LA UNION

1. La yoga de acción, que conduce a la unión con el alma, es aspiración ardiente, lectura espiritual y devoción a Ishvara.
2. La finalidad de aspiración ardiente, lectura espiritual y devoción a Ishvara, consiste en obtener la visión del alma y en eliminar los obstáculos.
3. Los obstáculos que traen dificultad son: avidya (ignorancia), el sentido de lo personal, deseo, odio y apego.
4. Avidya (ignorancia) es la causa de las demás obstrucciones, ya sean latentes, en proceso de eliminación, de superación o en plena actividad.
5. Avidya es la condición en que se confunde lo permanente, puro, bienaventurado y el yo, con lo transitorio, impuro, doloroso y el no-yo.
6. El sentido de lo personal se debe a que el conocedor se identifica con el instrumento del conocimiento.
7. El deseo es apego a los objetos de placer.
8. El odio es aversión a cualquier objeto de los sentidos.
9. El apego es intenso deseo por la existencia sensoria, inherente a toda forma; es la propia perpetuación, y es conocido hasta por los más sabios.
10. Cuando estos cinco obstáculos son sutilmente conocidos, pueden ser superados mediante la actitud mental opuesta.
11. Las actividades de los obstáculos deben cesar por el proceso de la meditación.
12. El karma tiene sus raíces en estos cinco obstáculos y debe fructificar en esta vida o en una posterior. [i116]
13. Mientras existan las raíces (o samskaras), fructificarán como nacimiento, vida y experiencias, y su resultado será placer o dolor.
14. Las simientes (o samskaras) traen placer y dolor, si sus causas originantes fueron el bien o el mal.
15. El hombre iluminado considera que toda existencia (en los tres mundos) es dolor, debido a las actividades de los gunas. Estas actividades son tres, produciendo consecuencias, ansiedades e impresiones sublimadas.
16. El dolor puede ser evitado antes de producirse.
17. La ilusión de que el Perceptor y lo percibido son una y la misma cosa, es la causa (de los efectos que producen dolor) que debe evitarse.
18. Lo que se percibe tiene tres cualidades: sattva, rajas y tamas (ritmo, movimiento e inercia), y está compuesto de elementos y órganos [e83] sensorios. Su empleo produce experiencia y eventualmente liberación.
19. La división de los gunas (o cualidades de la materia) son cuatro: lo específico, lo no específico, lo insinuado y lo intocable.
20. El vidente es conocimiento puro (gnosis). Aunque puro, observa la idea presentada, valiéndose de la mente.
21. Todo lo que es, existe para bien del alma.

22. Para el hombre que ha alcanzado la yoga (unión), ya no existe el universo objetivo. No obstante, sigue existiendo para quienes aún no se han liberado.
23. La asociación del alma con la mente y con todo cuanto la mente percibe, produce la comprensión de la naturaleza de lo percibido y también la del Perceptor.
24. La causa de esta asociación es ignorancia o avidya, y esto debe superarse.
25. Cuando la ignorancia llega a su término, debido a la no asociación con las cosas percibidas, se obtiene la gran liberación.
26. El estado de esclavitud se supera manteniendo una perfecta discriminación. [i117]
27. El conocimiento (o iluminación) alcanzado es séptuple y se obtiene progresivamente.
28. Cuando los métodos de la yoga han sido practicados con constancia y se ha vencido la impureza, tiene lugar el esclarecimiento, que conduce a la plena iluminación.
29. Los ocho métodos de yoga son: los mandamientos o yama, las reglas o nijama, la postura o asana, correcto control de la fuerza vital o pranayama, abstracción o pratyahara, atención o dharana, meditación o dhyana y contemplación o samadhi.
30. Inofensividad, veracidad, no hurtar, continencia, no ser avaro, constituyen yama o los cinco mandamientos.
31. Yama constituye el deber universal, sin tener en cuenta raza, lugar, tiempo o emergencia.
32. La purificación interna y externa, gozo, ardiente aspiración, lectura espiritual y devoción a Ishvara, constituyen nijama (o las cinco reglas).
33. Cuando se tienen pensamientos contrarios a la yoga, deben cultivarse los opuestos.
34. Los pensamientos contrarios a la yoga son: ofensividad, falsedad, hurto, incontinencia y avaricia, ya sean cometidos personalmente, obligando a otros a cometerlos o aprobarlos, o surgidos de la avaricia, la ira o el engaño (ignorancia), y pueden ser veniales, capitales o mortales. Dan siempre por resultado, excesivo dolor e ignorancia. Por esta razón deben cultivarse los pensamientos opuestos.
35. Frente a quien ha perfeccionado la inofensividad, cesa toda enemistad.
36. Quien se perfecciona en ser veraz, observa inmediatamente la eficacia de sus palabras y actos.
37. Cuando la abstención de hurtar es perfecta, el yogui puede tener cuanto desea.
38. Cuando se practica la continencia, se adquiere energía.
39. Cuando la abstención de la avaricia es perfecta, se llega a la comprensión de la ley de renacimiento. [i118]
40. La purificación interna y externa produce aversión a la forma, tanto a la propia como a las demás formas. [e84]

41. Por la purificación llega también la quietud del espíritu, la concentración, el dominio de los órganos y la capacidad de ver al yo.
42. El gozo trae por resultado la bienaventuranza.
43. Por la ardiente aspiración y la eliminación de toda impureza, se perfeccionan los poderes del cuerpo y de los sentidos.
44. La lectura espiritual trae como resultado el contacto con el alma o el divino Uno.
45. Por la devoción a Ishvara se alcanza la meta de la meditación o samadhi.
46. La postura adoptada debe ser estable y cómoda.
47. La estabilidad y la comodidad de la postura se deben lograr mediante un ligero y persistente esfuerzo y la concentración de la mente en lo infinito.
48. Cuando se ha realizado esto, los pares de opuesto ya no limitan.
49. Cuando se ha adoptado la correcta postura (asana), le sigue el correcto control del prana y la adecuada inhalación y exhalación del aliento.
50. El correcto control del prana (o de las corrientes de vida) es externo, interno inmóvil; está sujeto a lugar, tiempo y número, siendo también prolongado o breve.
51. Hay una cuarta etapa que trasciende a las que conciernen a las fases interna y externa.
52. A través de esto, lo que oscurece la luz va desapareciendo gradualmente.
53. Y la mente está preparada para la meditación concentrada.
54. Abstracción o pratyahara, es la subyugación de los sentidos por el principio pensante, y su abstracción de lo que hasta ahora ha sido su objetivo.
55. Como resultado de estos métodos se obtiene la total subyugación de los órganos sensorios.

LOS AFORISMOS DE LA YOGA DE PATANJALI

LIBRO TERCERO REALIZACIÓN DE LA UNIDAD Y SUS RESULTADOS

[e155] [i237]

1. La concentración consiste en fijar la sustancia mental (chitta) en un objeto determinado. Esto es dharana.
2. La concentración sostenida (dharana) es meditación (dhyana).
3. Cuando chitta es absorbida por la realidad (o idea incorporada en la forma) y ya no es consciente de la separatividad o del yo personal, esto es contemplación o samadhi.
4. Cuando concentración, meditación y contemplación, constituyen un acto consecutivo, se alcanza sanyama.
5. Como resultado de sanyama, llega el resplandor de la luz.
6. Esta iluminación es gradual; se desarrolla etapa tras etapa.
7. Estos tres últimos métodos de la yoga tienen un efecto subjetivo más íntimo que los anteriores.
8. Sin embargo, estos tres aún no corresponden a la verdadera meditación sin simiente (o samadhi), la cual no está basada en un objeto. Está libre de los efectos que produce la naturaleza discriminadora de la sustancia mental o chitta.
9. La secuencia de los estados mentales es la siguiente: la mente reacciona a lo que ve; luego llega el momento en que la mente es controlada. Sigue otro en que la sustancia mental o chitta responde a ambos factores. Finalmente desaparecen y rige totalmente la conciencia perceptora.
10. Cultivando este hábito mental se alcanzará la estabilidad de la percepción espiritual. [i238]
11. El establecimiento de este hábito y la sujeción de la mente para apartarla de la tendencia a crear formas mentales, traen como resultado, en su oportunidad, el poder de constante contemplación.
12. Cuando el control ejercido por la mente y el factor controlador están equilibrados, entonces se produce la concentración unilateral.
13. Mediante este proceso se conocen los aspectos de cada objeto; entonces sus características (o forma), su naturaleza simbólica y su uso específico en la condición de tiempo (etapa de desarrollo) son conocidos y comprendidos.
14. Las características de cada objeto se adquieren: están en manifestación o latentes.
15. La etapa de desenvolvimiento es responsable de las variadas modificaciones de la versátil naturaleza psíquica y del principio pensante.
16. La meditación concentrada en la triple naturaleza de cada forma, otorga la revelación de lo que ha sido y será. [e156]
17. El sonido (o palabra), lo que éste denota (el objeto) y la esencia espiritual corporificada (la idea), son confundidos generalmente por la mente del

- perceptor. Por la meditación concentrada en estos tres aspectos, se logra la comprensión (intuitiva) del sonido emitido por todas las formas de vida.
18. Cuando se adquiere el poder de ver las imágenes mentales se pueden conocer las encarnaciones anteriores.
 19. Por la meditación concentrada se perciben las imágenes mentales en las mentes de otras personas.
 20. Debido a que el objeto de tales pensamientos no se manifiesta al perceptor, éste sólo ve el pensamiento y no el objeto. Su meditación excluye lo tangible.
 21. La meditación concentrada en la diferencia que existe entre la forma y el cuerpo, permite rechazar o retirar las propiedades del cuerpo que lo hacen visible al ojo humano, y el yogui puede hacerse invisible.
 22. Karma o efecto, es de dos tipos: karma inmediato o karma futuro. La [i239] meditación perfectamente concentrada en éstos, permite al yogui conocer la duración de su experiencia en los tres mundos. Este conocimiento también lo adquiere por medio de signos.
 23. La unión con los demás se obtiene por la meditación centralizada en tres estados del sentimiento - compasión, ternura y desapasionamiento.
 24. La meditación centralizada en el poder del elefante, despertará esa fuerza o luz.
 25. La meditación perfectamente concentrada en la luz desarrollada, nos hará conscientes de lo sutil, oculto y remoto.
 26. La meditación centralizada en el sol, traerá conciencia (o conocimiento) de los siete mundos.
 27. La meditación centralizada en la Luna, otorga el conocimiento de todas las formas lunares.
 28. La concentración en la Estrella Polar proporcionará el conocimiento de las órbitas de los planetas y de las estrellas.
 29. Fijando la atención en el centro denominado plexo solar, se obtiene un conocimiento perfecto acerca de la condición del cuerpo.
 30. Fijando la atención en el centro laríngeo, se aplaca el hambre y la sed.
 31. Fijando la atención en el conducto o nervio situado debajo del centro laríngeo, se logra el equilibrio.
 32. Enfocando la luz en la cabeza se puede ver a quienes han alcanzado el dominio de sí mismos y establecer contacto con ellos. Dicho poder se desarrolla por la meditación unilateral.
 33. Enfocando la luz en la cabeza se puede ver a quienes han alcanzado el dominio de sí mismos y establecer contacto con ellos. Dicho poder se desarrolla por la meditación unilateral.
 34. Por la meditación enfocada en el centro cardíaco, se alcanza la comprensión de la conciencia mental.
 35. La experiencia (de los pares opuestos) se adquiere por la incapacidad del alma para distinguir entre el yo personal y purusha (espíritu). Las formas objetivas existen para uso (y experiencia) del hombre espiritual. Meditando sobre esto, surge la percepción intuitiva de la naturaleza espiritual. [i240]

36. Como resultado de esta experiencia y meditación, se desarrollan los sentidos superiores: oído, tacto, vista, gusto y olfato, que otorgan conocimiento intuitivo.
37. Estos poderes constituyen obstáculos para la comprensión espiritual superior, pero sirven como poderes mágicos en los mundos objetivos. **[e157]**
38. Al liberarnos de las causas de la esclavitud, mediante su debilitamiento y el conocimiento del método para transferirlas (retiro o entrada), la sustancia mental (o chitta) puede introducirse en otro cuerpo.
39. Subyugando la vida ascendente (udana), nos liberamos del agua, del sendero espinoso y de la ciénaga, y se obtiene el poder de ascensión.
40. Mediante la subyugación de samana, la chispa se convierte en llama.
41. La meditación concentrada en la relación existente entre el akasha y el sonido, desarrolla un órgano para oír espiritualmente.
42. La meditación concentrada en la relación existente entre el cuerpo y el akasha, otorga la ascensión fuera de la materia (de los tres mundos) y el poder de viajar en el espacio.
43. Cuando aquello que vela la luz desaparece, se alcanza ese estado de ser, llamado desencarnado (o incorpóreo), liberado de las modificaciones del principio pensante. Éste es el estado de iluminación.
44. La meditación concentrada en las cinco formas que adopta cada elemento, otorga el dominio sobre todos los elementos. Estas cinco formas son: la naturaleza grosera, la forma elemental, la cualidad, la penetrabilidad y el propósito básico.
45. Mediante este dominio se obtiene la máxima pequeñez y los otros siddhis (o poderes), así como la perfección corporal y la liberación de todos los entorpecimientos.
46. Simetría de forma, belleza de color, dureza y densidad del diamante, constituyen la perfección corporal.
47. El dominio sobre los sentidos se obtiene por la meditación concentrada en su naturaleza, atributos peculiares, egotismo, penetrabilidad y propósito útil. **[i241]**
48. Como resultado de esta perfección se obtiene rapidez de acción, como la de la mente, la percepción interdependiente de los órganos y el dominio sobre la sustancia raíz.
49. El hombre que puede discriminar entre alma y espíritu, alcanza la supremacía sobre todas las condiciones y llega ser omnisciente.
50. La desapasionada actitud hacia esta realización y todos los poderes del alma, hace que quien está libre de las semillas de la esclavitud, alcance el estado de unidad aislada.
51. Debe haber rechazo absoluto de las tentaciones de todas las formas, incluso la celestial, pues aún es posible la repetición de contactos malignos.
52. El conocimiento intuitivo se desarrolla por el empleo de la facultad discriminadora, cuando hay concentración enfocada en los instantes y su continua sucesión.

- 53. De este conocimiento intuitivo nace la capacidad de distinguir (entre todos los seres) y de conocer su especie, sus cualidades y el lugar que ocupan en el espacio.
- 54. Este conocimiento intuitivo, el gran liberador, es omnipresente y omnisciente y abarca el pasado, el presente y el futuro, en el Eterno Ahora.
- 55. Cuando las formas objetivas y el alma han logrado igual pureza, se alcanza la unificación, que trae como resultado la liberación.

LOS AFORISMOS DE LA YOGA DE PATANJALI

LIBRO CUARTO LA ILUMINACIÓN

1. Los siddhis (o poderes) superiores e inferiores, se obtienen durante la encarnación; o por las drogas, las palabras de poder, el deseo intenso o la meditación.
2. La transferencia de la conciencia, de un vehículo inferior a otro superior, es parte del gran proceso creador y evolutivo.
3. Las prácticas y métodos no son la verdadera causa de la transferencia de la conciencia, sólo sirven para eliminar obstáculos, de manera similar a como el agricultor prepara la tierra para la siembra.
4. La conciencia del "yo soy" es responsable de la creación de los órganos mediante los cuales se disfruta del sentido de individualidad.
5. La conciencia es una, no obstante, produce las variadas formas de los muchos.
6. Entre las formas que la conciencia asume, sólo las que resultan de la meditación están libres de karma latente.
7. Las actividades del alma liberada están libres de los pares de opuestos. Las de otras personas son de tres tipos.
8. De estos tres tipos de karma emergen las formas necesarias para la fructificación de los efectos.
9. Existe idéntica relación entre la memoria y la causa productora de efectos, aún cuando estén separadas por la especie, el tiempo y el lugar.
10. Por ser eterno el deseo de vivir, las formas creadas por la mente carecen de principio conocido. [i374]
11. Estas formas las crea y las mantiene unidas el deseo, la causa básica; la personalidad, el resultado efectivo, la vitalidad mental o voluntad de vivir, y el apoyo de la vida u objetivo exteriorizado; cuando éstos cesan de atraer, entonces las formas dejan igualmente de existir.
12. El pasado y el presente existen en realidad. La forma asumida dentro del concepto de tiempo presente, es el resultado de características desarrolladas, conteniendo latentes las simientes de la cualidad futura.
13. Las características estén latentes o en potencia, participan de la naturaleza de los tres gunas (o cualidades de la materia).
14. La manifestación de la forma objetiva se debe a la centralización de la causa que produce efectos (la unificación de las modificaciones de la sustancia mental o chitta).
15. Ambas, conciencia y forma, son distintas y están separadas; aunque las formas sean similares, la conciencia puede funcionar en diferentes niveles del ser. [e237]
16. Las numerosas modificaciones de la mente una, producen las diversas formas que, para subsistir, dependen de esos numerosos impulsos mentales.

17. Estas formas son conocidas o no, de acuerdo a las cualidades latentes en la conciencia perceptora.
18. El Señor de la mente, el perceptor, es siempre consciente de la constante actividad de la sustancia mental, causa productora de efectos.
19. Debido a que la mente puede ser vista o conocida, resulta evidente que no es la fuente de iluminación.
20. Tampoco la mente puede conocer dos objetos simultáneamente, ella y lo que está fuera de ella.
21. Si el conocimiento de la mente (chitta) es postulado por otra mente lejana, se inferirá que, existe un número infinito de conocedores, y las consecutivas reacciones de la memoria tenderán a confundir grandemente.
22. Cuando la inteligencia espiritual, que permanece sola y libre de los objetos, se refleja en la sustancia mental, entonces se obtiene la percepción del yo.
23. Así la sustancia mental, reflejando al conocedor y lo conocible, deviene omnisciente. **[i375]**
24. La sustancia mental, reflejando como lo hace, una infinidad de impresiones de la mente, se convierte en instrumento del yo y actúa como agente unificador.
25. El estado de unidad aislada (absorbido en la verdadera naturaleza del yo) es la recompensa del hombre capaz de discriminar entre la sustancia mental y el yo, u hombre espiritual.
26. Entonces la mente tiende a la discriminación y al acrecentamiento de la iluminación, respecto a la verdadera naturaleza del yo uno.
27. Sin embargo, por la fuerza del hábito, la mente reflejará otras impresiones mentales y percibirá los objetos de percepción sensoria.
28. Estos reflejos tienen el carácter de obstáculos, y el método para vencerlos es el mismo.
29. El hombre que cultiva el desapego, hasta en su aspiración por iluminación y unidad aislada, oportunamente llega a ser consciente, mediante la práctica de la discriminación, de la influyente nube de conocimiento espiritual.
30. Cuando se alcanza esta etapa, se superan los obstáculos y el karma.
31. Cuando se han eliminado los obstáculos y purificado las envolturas, se dispone de todo el conocimiento, entonces nada le queda al hombre por hacer.
32. Las modificaciones de la sustancia mental (o cualidades de la materia), mediante la naturaleza inherente a los tres gunas, llegan a su fin, pues han cumplido ya su propósito.
33. El tiempo, secuencia de las modificaciones de la mente, también llega a su término, cediendo su lugar al Eterno Ahora.
34. El estado de "unidad aislada" es posible cuando las tres cualidades de la materia (los tres gunas o potencias de la naturaleza, A.A.B.) ya no aferran al yo. La conciencia espiritual pura se retrotrae en el Uno.