

EL LIBRO DE LOS CHAKRAS

Osho

Título original: *Osho Chakra Book*

ÍNDICE

1.	EL SER HUMANO ES UN ARCO IRIS	3
2.	KUNDALINI: EL DESPERTAR DE LA ENERGÍA VITAL	10
3.	ETAPAS DE DESARROLLO DE LOS CUERPOS SUTILES	19
4.	LAS BASES DE LA ARMONÍA EN LOS TRES PRIMEROS CUERPOS	29
5.	LIMITACIONES CIENTÍFICAS Y POSIBILIDADES DE DESCUBRIR LOS CUERPOS SUTILES	38
6.	SOBRE LOS SIETE TIPOS DE SUEÑOS Y LOS SIETE NIVELES DE LA REALIDAD	54
7.	NATURALEZA Y POTENCIALIDAD DE LOS CHAKRAS	62
8.	SUEÑO Y VIGILIA DE LOS CHAKRAS	72
9.	TENSIÓN Y RELAJACIÓN EN LOS CUERPOS SUTILES	77
10.	LA EXPERIENCIA DE LA MUERTE Y LA VIDA EN LOS CUERPOS SUTILES	86
11.	ACTIVACIÓN Y CONCIENCIA DE LOS CUERPOS SUTILES	89
12.	EL SISTEMA DE YOGA DE PATANJALI Y SU INTERPRETACIÓN DE LOS CUERPOS SUTILES	95
13.	EFFECTOS DEL AYUNO Y LA ALIMENTACIÓN SOBRE LOS CUERPOS SUTILES	110
14.	MANIFESTACIÓN DEL PRANA EN LOS CUERPOS SUTILES	117
15.	EL TANTRA Y EL MUNDO DE LOS CHAKRAS	124
16.	DISTRACCIONES EN EL CAMINO DEL TANTRA	139

17.	LAS DIFICULTADES DE EXPRESAR EL MUNDO INTERNO DE LA CONCIENCIA	146
18.	LIMITACIONES DE LA TERMINOLOGÍA OCCIDENTAL EN EL VIAJE A TRAVÉS DE LOS CUERPOS SUTILES	150
	ACERCA DE OSHO	163

Capítulo 1 EL SER HUMANO ES UN ARCO IRIS

El ser humano es un arco iris, tiene los siete colores a la vez. Esta es su belleza, aunque también es su problema. El ser humano tiene múltiples facetas, múltiples dimensiones. Su ser no es simple sino de una gran complejidad. Y de esa complejidad surge la armonía que llamamos Dios: la melodía divina.

Lo primero que tenemos que entender sobre el ser humano es que todavía no existe. Sólo existe en potencia, es una posibilidad. El ser humano puede llegar a ser, es una promesa. El perro existe, la roca existe, el sol existe..., el ser humano *puede llegar a ser*. De ahí la ansiedad y la angustia, porque también puedes fallar; no tienes ninguna garantía. Puede que florezcas, puede que no florezcas. Por eso estás temblando, tiritando y sacudiéndote en tu interior: «¿Quién sabe si lo lograré?»

El ser humano es el puente entre lo animal y lo divino. Los animales son enormemente felices; por supuesto, no son conscientes, no son felices *conscientemente*, pero son enormemente felices, no tienen preocupaciones, no están neuróticos. Dios es enormemente feliz y consciente. El ser humano está exactamente entre los dos, en el limbo, vacilando entre ser o no ser.

El ser humano es un arco iris, lo digo porque un arco iris te puede dar la perspectiva total desde la que el ser humano puede ser entendido: va desde lo inferior hasta lo superior. El arco iris tiene siete colores, el ser humano tiene siete centros en su ser. La alegoría del siete es muy antigua. En India, esta alegoría ha tomado la forma de los siete chakras: el inferior es el *muladhara* y el superior es el *sahasrara*, y entre los dos hay cinco peldaños, otros cinco chakras. El ser humano tiene que pasar a través de estos siete chakras, siete peldaños hacia lo divino. Normalmente, estamos atascados en los chakras

inferiores. Los tres primeros, *muladhara*, *svadhistana* y *manipura* son los chakras animales. Si vives en los tres primeros chakras no te diferencias de los animales y estarás cometiendo un crimen. No es que realmente estés cometiendo un crimen, pero si no eres capaz de ser lo que estabas destinado a ser, perderás tu oportunidad y estarás cometiendo un crimen. La semilla que no crece hasta convertirse en una flor está cometiendo un crimen, no contra los demás, sino contra sí misma. Y el mayor pecado que podemos cometer es contra nosotros mismos. De hecho, sólo cometemos pecados contra los demás cuando hemos cometido el primero y fundamental contra nosotros mismos.

Los tres primeros chakras están relacionados con la comida, el dinero, el poder, la dominación y el sexo. De estos tres chakras inferiores, la comida es el inferior y el sexo el superior. Es importante entender esto. La comida es el inferior: la persona que está obsesionada con la comida está en la categoría más baja de los animales. Solamente quiere sobrevivir. No tiene ninguna meta, sólo quiere sobrevivir por sobrevivir. Si le preguntas para qué, no sabrá darte una respuesta.

Un día Mulla Nasruddin dijo:

—*Me gustaría tener más tierras.*

—*¿Para qué? —le pregunté—. Ya tienes suficientes.*

—*Para poder tener más vacas —respondió.*

—*¿Y qué quieres hacer con ellas? —le pregunté.*

—*Venderlas y ganar dinero —me dijo.*

—*¿Y después qué harás con el dinero?*

—*Comprar más tierras.*

—*¿Para qué? —le pregunté entonces.*

—*Para criar muchas más vacas —me respondió.*

Así funcionan las cosas, es un círculo vicioso del que no puedes salir: comes para vivir y vives para comer. Esta es la posibilidad inferior. La forma de vida más elemental es la ameba. La ameba solamente come, nada más. La ameba no tiene vida sexual, se dedica a comer todo lo que encuentra; precisamente es el símbolo del ser humano más básico. La ameba no tiene otros órganos, sólo la boca; todo su organismo funciona como una boca. Digiere todo lo que se le acerca; sea lo que sea, lo digiere. Lo absorbe a través de todo el cuerpo; todo su cuerpo es una boca. Va creciendo más y más, cada vez es más grande, hasta que llega un punto que es demasiado grande, no lo puede soportar y se divide en dos. Ahora tenemos dos amebas en lugar de una, que empiezan a hacer otra vez lo mismo. La ameba simplemente come y vive, y vive para seguir comiendo. Hay gente que vive en este plano inferior. Estad atentos, la vida tiene algo más que ofreceros. No es sólo supervivencia; es supervivencia para algo significativo. Es preciso sobrevivir pero la supervivencia no es el fin, sino el medio.

El segundo tipo, un poco más elevado que el que está obsesionado con la comida, es el maniático del poder, el político. Quiere dominar a los demás. ¿Para qué? En el fondo se siente profundamente inferior: quiere mostrarle al mundo que «soy alguien; puedo dominar, puedo ponerte en el lugar que te corresponde». Ni siquiera sabe cuál es el lugar que le corresponde, y está

tratando de colocar a todo el mundo en *su* lugar. Es la persona que está obsesionada con su ego. No importa dónde se dirija: si se dirige hacia el dinero intentará acaparar todo lo que pueda, el dinero se convertirá en símbolo de poder. Si se dirige hacia la política, no se podrá contener hasta llegar al final, y allí no encontrará nada.

El verdadero ser humano se intenta conquistar a sí mismo, y no a los demás. Se quiere conocer a sí mismo. No quiere llenar un vacío dominando a los demás. El verdadero ser humano ama la libertad para sí mismo y para los demás.

El tercer tipo es el sexo; yo afirmo que es mejor que la comida y la política porque tiene una cualidad un poco más elevada: comparte. Tiene algo superior. En la comida solamente absorbes, no compartes. En la dominación destruyes, no creas. Dentro del plano inferior, el sexo es la posibilidad más elevada porque compartes, compartes tu energía y te vuelves creativo. En lo que respecta a la existencia animal, el sexo es el valor más elevado. Y la humanidad está atascada en alguno de estos tres planos.

El cuarto chakra es *anahata*. Los tres primeros son animales, los tres últimos son divinos, y entre los dos grupos está el cuarto, *anahata*: el chakra del corazón, la flor de loto del corazón, el chakra del amor. Este es el puente. El amor es el puente entre lo animal y lo divino. Intentad comprender esto a fondo porque ese es todo el mensaje de Kabir: el mensaje del amor. Por debajo del corazón el ser humano es un animal; por encima del corazón se vuelve divino. El hombre sólo empieza a ser humano en el corazón. Por eso el verdadero ser humano es el hombre que puede sentir, que puede amar, que puede rezar, llorar, reír, que puede compartir, que puede sentir compasión. La humanidad ha amanecido dentro de él, los primeros rayos del sol le han traspasado.

El quinto es *visuddha*, el sexto *ajna*, el séptimo *sahasrara*. En el quinto, el amor se vuelve cada vez más meditativo, más devocional. En el sexto el amor deja de ser una relación. Ni siquiera es devocional sino que se ha convertido en estado del ser. Ya no se trata de que ames a nadie, no. Ahora, *tú eres* amor. No es cuestión de amar; tu propia energía es amor. No puedes evitarlo. Ahora el amor es el flujo natural; del mismo modo que respiras, así amas; es un estado incondicional. Y en el séptimo está el samadhi, *sahasrara*: has llegado a casa.

La teología cristiana tiene la misma alegoría cuando cuenta que Dios creó el mundo en seis días y al séptimo día descansó. Esos seis días son los seis chakras, los seis centros del ser. El séptimo es el descanso: uno llega a casa, descansa. Esta alegoría no ha sido comprendida correctamente. Los cristianos, y particularmente los teólogos cristianos, nunca profundizan demasiado. Su comprensión es superficial, como mucho, lógica, teórica, pero nunca alcanza el verdadero sentido. Dios creó el mundo; primero creó la materia y por último creó al ser humano. Durante cinco días creó todo lo que hay en el mundo, materia, animales, pájaros, y entonces, el sexto día creó al hombre. Y en el último momento del sexto día creó a la mujer. Esto es muy simbólico: la última creación fue la mujer, ni siquiera fue el hombre. Y la alegoría es todavía más bella porque dice que creó a la mujer a partir del hombre. Esto significa que la mujer es un refinamiento del hombre, una forma más purificada.

En primer lugar, mujer significa intuición, poesía, imaginación. Hombre significa voluntad, prosa, lógica, razón. Son símbolos: hombre significa cualidades agresivas, mujer significa receptividad. La receptividad es más elevada. Hombre significa lógica, razonamiento, análisis, filosofía; mujer significa religión, poesía, imaginación.. ., más fluida, más flexible. El hombre lucha con Dios. La ciencia es, básicamente, un derivado del hombre, del hombre luchando, forcejeando, intentando conquistar. La mujer no lucha, simplemente acoge, espera, se entrega.

Y la alegoría cristiana dice que Dios creó primero al hombre. En el reino animal, el hombre está en el plano más alto, pero en lo que respecta a la humanidad, la mujer es lo más elevado. Los teólogos cristianos lo han interpretado de un modo totalmente equivocado, lo han interpretado de un modo machista. Creen que el hombre es más importante, por eso Dios lo creó primero. ¡En ese caso, los animales deberían ser aún más importantes! Esta lógica es falsa. Creen que lo auténtico es el hombre, la mujer sólo es un apéndice. En el último momento, a Dios se le ocurrió que faltaba algo, de modo que le sacó un hueso al hombre y creó a la mujer. La mujer no debe tener demasiada importancia, es sólo una compañera para que el hombre se sienta bien; si no, se encontraría solo. La historia se analiza de tal modo que la mujer parece menos importante que el hombre, un juguete para que el hombre pueda jugar; si no, estaría solo. Dios amaba tanto al hombre que pensó que estaría triste y solo... No; esto no es verdad. La imaginación sólo surge cuando se entrega la voluntad. La misma energía que conforma la voluntad se convierte en imaginación, y la misma energía que se vuelve agresión se convierte en receptividad, y la misma energía que lucha se convierte en cooperación. La misma energía que es enfado se convierte en compasión.

La compasión surge del enfado; es un perfeccionamiento del enfado, es una sinfonía superior que nace del enfado. El amor nace del sexo; es un logro más elevado, más puro. Dios creó a la mujer después de crear al hombre porque sólo la podía crear después. Primero tienes que crear la energía en bruto para después poderla refinar. No se puede refinar primero. Y hay un mensaje en esta alegoría: que todos los hombres se tienen que volver femeninos antes de alcanzar el séptimo centro. Esto sucede en el sexto centro. En el yoga, el sexto centro se llama *ajna* chakra, que significa centro de la voluntad. *Ajna* significa «orden, mandamiento». El sexto es el centro más potente, y hay mucha gente que se queda atascada ahí. Empiezan a jugar con las energías espirituales y hacen tonterías. En el sexto centro, el hombre tiene que convertirse en una mujer y tiene que utilizar toda su voluntad únicamente para una cosa, que es desear rendirse. Desear rendirse es lo más grande del mundo; esto sólo puede hacerse si tienes una fuerza de voluntad fuera de lo normal, *extraordinaria*.

Habitualmente, creéis que los que se rinden son unos cobardes; estáis equivocados. Sólo las personas muy fuertes se pueden rendir, para rendirse hay que tener fuerza, mucha fuerza. Si te rindes por debilidad, tu rendición será insignificante, impotente. Si te rindes porque eres fuerte, entonces tu rendición tendrá significado, relevancia. En el sexto centro, cuando la voluntad

alcanza su grado más alto de enfoque, es posible la rendición. De la voluntad nace la rendición; del hombre, Dios creó a la mujer.

En el sexto centro... —si preguntas a los neurocirujanos estarán también de acuerdo conmigo— dicen que la mente se divide en dos hemisferios: hombre y mujer, el derecho y el izquierdo. El hemisferio izquierdo es masculino y el derecho femenino. El hemisferio derecho está conectado con la mano izquierda; por eso no se aprecia la mano izquierda, incluso es condenada. La mano derecha está asociada al hemisferio izquierdo; por tanto, parece que lo derecho está bien y lo izquierdo mal. Es un mundo orientado hacia el hombre, dominado por el macho. La mano derecha es un símbolo de lo masculino, la mano izquierda es símbolo de lo femenino. Y tu cabeza está dividida en dos hemisferios.

El poeta opera desde una parte de su mente diferente a la del lógico. El poeta es más femenino. No es una coincidencia, si te fijas en los grandes poetas encontrarás mucha feminidad, gracia, belleza, encanto, una tremenda atracción, carisma, un carisma femenino. Si te fijas en los pintores los encontrarás un poco afeminados; su ropa, su pelo largo y su forma de caminar son más femeninas.

¿Habéis oído hablar alguna vez del bodhisattva chino llamado Kuan-Yin? En India había un santo budista o bodhisattva muy compasivo. Pero cuando el budismo llegó a China, a los chinos les pareció extraño que un hombre fuese tan compasivo. ¡Pensaron que este santo era una mujer! Entonces le representaron como si fuese una mujer, y desde hace siglos le han venerado como si fuese una mujer.

Esta historia es inmensamente importante. Buda tiene un aspecto más femenino que masculino... ; su rostro, su gracia. El sexto centro se ha rendido. La lógica se ha rendido al amor, la discusión se ha rendido al sentimiento; la agresión se ha vuelto receptividad; el conflicto se ha vuelto cooperación. Ahora ya no hay lucha entre la parte y el todo; la parte fluye con el todo, la parte se ha abandonado.. ., ha sido poseída por el todo.

Este es el significado de la alegoría cristiana cuando dice que Dios creó primero al hombre y después, a partir del hombre, creó a la mujer. Esto es rendir un tremendo respeto a las cualidades femeninas: son más elevadas que las del hombre, surgen del hombre, florecen a partir del hombre. Y después, el séptimo día, Dios descansó. ¿Que más puedes hacer cuando llegas a casa? *Sahasrara* es el centro del descanso, el descanso definitivo.. ., has llegado; ahora no hay a dónde ir.

El más bajo *muladhara* es el centro del no descanso, el más elevado es el centro del descanso, y entre estos dos hay siete divisiones. Puedes decir que son siete colores; sí, el hombre es un arco iris. O puedes decir que son siete notas musicales. La música oriental divide el sonido en siete notas: SA, RE, GA, MA, PA, DHA, Ni; son los siete sonidos básicos. Toda la música se compone a partir de estas siete notas básicas..., todas las sinfonías, todas las melodías, todas las canciones, toda la danza.

Recuerda, el siete es un número muy importante. Y otra cosa más antes de empezar con los sutras¹. Para ser más moderno y contemporáneo, me gustaría dividir los siete centros de este modo. Al primero lo llamo no-mente. «No-mente» significa que la mente está profundamente

dormida..., *muladhara*. Está ahí, pero está tan profundamente dormida que ni siquiera la puedes detectar.

En la roca, Dios está profundamente dormido. En el ser humano está un poco más despierto... , sólo *un poco*, no demasiado. En la roca está profundamente dormido, roncando. Si escuchas atentamente podrás oír los ronquidos... , los ronquidos de Dios. Por eso las rocas son tan bellas, tan profundamente silenciosas, sin agitación, sin ansiedad, no tienen a dónde ir.

¹ Máximas religiosas o filosóficas en sánscrito. (*N. del T.*)

Esto es lo que llamo no-mente. «No-mente» no significa que *notengan* mente; simplemente quiero decir que la mente todavía no se ha manifestado. La mente está esperando en forma de semilla, la mente está disponiéndose para despertarse, se está preparando, la mente está descansando. Antes o después llegará la mañana, la roca se convertirá en un pájaro y echará a volar, o se convertirá en un árbol y empezará a florecer.

Al segundo estado lo denomino *mente inconsciente*. En los árboles hay mente..., no como en la roca, porque Dios es algo diferente a la roca. No es consciente, sino inconsciente. Los árboles sienten, no pueden sentir que sienten, pero sienten. Ten en cuenta la diferencia. Si golpeas a un árbol, éste lo siente pero no sabe que lo siente. No tiene tanta conciencia. Tiene sensaciones, el árbol es sensible. Y actualmente hay experimentos modernos que lo demuestran, los árboles son enormemente sensibles.

Esto es lo que llamo mente inconsciente. La mente está ahí... casi como en el sueño. Por la mañana recuerdas que ha sido una noche preciosa y que «he dormido profundamente, el sueño ha sido muy profundo». Pero lo recuerdas por la mañana, no durante el sueño; lo recuerdas después, retrospectivamente. La mente estaba ahí durante el sueño pero no estaba funcionando en ese momento, sólo funciona retrospectivamente, más tarde. Por la mañana recuerdas... , qué noche tan hermosa, tan calmada y satinada, tanto silencio, tanta felicidad... , pero te das cuenta por la mañana.

El tercer estado es la *mente subconsciente*. La mente subconsciente está en los pájaros, en los animales. Es como estar soñando. Cuando sueñas eres un poco más consciente que cuando estás durmiendo. Digamos que las rocas están en coma; por la mañana ni siquiera recordarán lo profundo que ha sido el sueño..., era un coma. Los árboles están dormidos; cuando se despierten se acordarán. Los pájaros y los animales están soñando..., están muy cerca de la humanidad. A esto le llamo mente subconsciente.

El cuarto tipo es la *mente consciente*. En este grupo está el hombre. No es muy consciente; sólo una chispa, una pequeña onda de consciencia. .., y esto ocurre solamente si estás ante un peligro inminente; si no, no ocurre. Si se acerca alguien dispuesto a matarte con un puñal, te vuelves consciente. En ese momento hay una gran conciencia, inteligencia, resplandor. El pensamiento se detiene. Te vuelves una llama. Sólo te vuelves realmente consciente en contadas ocasiones; de lo contrario, te mueves casi como un sonámbulo. He oído contar que...

En 1959, dos borrachos, en el barrio francés de Viena, abrieron lo que creían que era una puerta a la calle. En realidad, se trataba de la ventana de la habitación de un cuarto piso. Entonando una alegre canción, salieron marchando y cruzaron el alféizar de la ventana cogidos del brazo, cayendo a la calle. Al oír el golpe, un policía que estaba de ronda se acercó a ayudar y se quedó estupefacto al verlos marcharse cantando, obviamente en un estado achispado. «Hemos perdido el paso», explicaron.

No eran conscientes en absoluto. Si no, podrían haber muerto. No estaban conscientes; solamente creían que habían perdido el paso. ¡Cuatro pisos!

Esta es vuestra situación también. Vuestra vida es casi como la de un borracho. Vais tropezando aquí y allá, perdéis el paso aquí, lo volvéis a perder allá. Vuestra vida es una desgracia tras otra, tropezando, chocando unos con otros. Podéis llamarlo amor, pero a fin de cuentas sólo es tropezar el uno con el otro. Crea sufrimiento.

Sólo la conciencia puede proporcionar éxtasis. El éxtasis es la sombra de la conciencia. Los seres humanos viven y mueren normalmente en este cuarto estado. Es un desperdicio absoluto. Se puede perdonar a las piedras, se puede perdonar a los árboles y a los pájaros, pero no al ser humano porque tiene el primer atisbo pero ahora su responsabilidad es desarrollarlo, hacerlo más sólido, más fuerte. No le puedes decir a una piedra «has perdido la oportunidad», pero sí le puedes decir «has perdido la oportunidad» a un ser humano.

El ser humano es el único animal responsable; si le preguntas te tendrá que responder: esto es lo que significa responsabilidad. Antes o después tendrá que responder ante Dios, ante el centro de la existencia o la existencia misma: «¿Por qué has perdido la oportunidad? Has recibido el principio elemental, podías haberlo desarrollado. Tenías la semilla, podías haber florecido. ¿Por qué has fallado?»

Esta es la angustia del ser humano, su agonía, su estremecimiento, su anhelo..., porque el ser humano es el único animal de la tierra que puede alcanzar el éxtasis, que puede llevar a cabo la dicha consciente, que puede convertirse en *Satchitananda*: que puede convertirse en la verdad, en la conciencia, en el ser, que puede convertirse en dicha, que puede alcanzar lo esencial.

Al quinto tipo lo llamo *mente subsuperconsciente*. En el cuarto estadio — la mente consciente— tu conciencia es como un destello, es momentánea, no tiene estabilidad, viene y va, está fuera de tu poder; no puedes disponer de ella cuando la necesitas. Las religiones están entre la mente consciente y la superconsciente. Las técnicas de yoga y todas las técnicas no son sino métodos para transformar tu conciencia en superconsciencia. Gurdjieff lo denomina auto recordar. Kabir lo denomina *surati yoga*: «surati» también significa recordar. Jesús lo repite una y otra vez: ¡Sé consciente!. ¡Estate despierto!. ¡Observa! Buda dice: ¡Estate atento! Krishnamurti habla continuamente de la conciencia; durante cuarenta años sólo ha estado hablando de una cosa, la conciencia. Todo el mensaje en una palabra: esta palabra es el puente entre la mente consciente y la superconsciente.

Cuando tu conciencia se convierte en un factor estable, integrado, cristaliza dentro de ti, entonces puedes contar con ella... Ahora mismo no puedes contar con ella. Vas caminando muy consciente, pero si alguien te ataca desaparece toda la conciencia de golpe; no es fiable. Alguien dice simplemente una palabra, te dice «¿eres idiota?» y desaparece la conciencia. Basta la palabra «idiota» para que tus ojos se inyecten en sangre y estés listo para matar o morir.

Incluso las personas que parecen estar muy despiertas y conscientes están despiertas y conscientes porque no han tenido que enfrentarse a una situación. Su estar alerta no es real. Puedes ir a los Himalayas, sentarte en una cueva..., nadie va a ir hasta allí para llamarte idiota. ¿Quién se va a tomar la molestia de ir hasta una cueva de los Himalayas para llamarte idiota? Claro que no te vas a enfadar. Tu grado de conciencia en una cueva de los Himalayas no tiene mucho mérito; puesto que no la pones a prueba no hay posibilidad de destruirla. Por tanto, Kabir dice: estate en el mundo. No seas de este mundo, pero estate en este mundo, vive en el mundo. Vive las situaciones ordinarias, donde todo es una provocación para que seas inconsciente y donde todo el mundo te ayuda a ser consciente.

Si lo comprendes, el mundo es un gran pretexto de Dios para volverte más consciente. Tu enemigo es tu amigo, las maldiciones son bendiciones y la desdicha puede convertirse en dicha. Sólo depende de una cosa: que tengas la llave de la conciencia. Entonces podrás transformar en oro cualquier cosa. Si alguien te está insultando, este es el momento de estar alerta. Si tu mujer mira a alguien y te duele, este es el momento de estar alerta. Cuando estás triste, abatido, deprimido, cuando sientes que todo el mundo está en tu contra, este es el momento de estar alerta. Cuando estás rodeado de la noche oscura, este es el momento de que tu llama esté encendida. Comprobarás que todas las situaciones se pueden aprovechar, se presentan con esa finalidad.

De la mente consciente a la superconsciente todo es yoga, meditación, oración, conciencia. La mente subsuperconsciente es un fenómeno integrado, pero a veces la puedes perder. Si estás despierto, normalmente no sucederá, pero si te duermes la puedes perder. La mente subsuperconsciente te ayudará cuando estés despierto, y a veces, también te puedes acordar en sueños, pero no en un sueño profundo. Cuando Krishna dice en el *Gita*: «El yogui está despierto incluso cuando el resto del mundo esta dormido» está refiriéndose a un estado más elevado que yo llamo el sexto centro: la *mente superconsciente*. Entonces uno está alerta incluso cuando duerme; duermes profundamente pero la conciencia sigue estando ahí. Este es el sexto centro. El séptimo surge espontáneamente del sexto, no necesitas hacer nada. Al séptimo centro lo llamo *no-mente* para completar el círculo. El primero es la no-mente de la roca y el último es la no-mente del dios. Para representar esta unidad hemos esculpido a los dioses en piedra. Para representar esta unidad, el círculo completo, hemos hecho estatuas de piedra de Dios, para mostrar que la piedra es lo primero y Dios lo último y ambos se encuentran en algún punto. De nuevo, a la no-mente la puedes llamar alma, Dios, iluminación, nirvana, salvación o lo que quieras elegir.

Estas son las siete etapas. Es el arco iris del ser humano. Y una cosa más antes de empezar con los sutras: no se puede rechazar ni un solo color. El arco

iris tiene que absorber todos los colores; y todas las notas, las siete notas musicales, tienen que formar parte de la melodía; y los siete chakras, desde el *muladhara* hasta el *sahasrara*, tienen que volverse uno. No quiere decir que tengas que rechazar algunos chakras, porque el chakra que has rechazado nunca te permitirá ser una totalidad, y la persona que no es total nunca podrá ser sagrada. Tienen que formar una jerarquía, una unidad; todos tienen que pertenecer a un centro.

El verdadero hombre religioso vive todo el arco iris, desde la roca hasta Dios, desde la no-mente de un extremo hasta la no-mente del otro extremo. Es todo el espectro. Vive su vida con totalidad. No rechaza nada, aprovecha todo. No rechaza nada en absoluto; si algo suena como una nota discordante es porque todavía no has sido capaz de aprovecharlo. Puedes utilizarlo, el veneno puede ser medicinal, sólo hay que saber transformarlo. Y, a veces, el néctar puede ser venenoso si no sabes cómo usarlo.

Si sabes utilizar el enfado, verás cómo el enfado le da agudeza a tu ser, es como si alguien hubiese afilado la espada. El enfado bien utilizado te da agudeza, resplandor, una tremenda vitalidad. El sexo bien utilizado te llena tanto de amor que puedes compartirlo con todos y cada uno sin que se agote. Con el sexo bien utilizado vuelves a renacer. Ordinariamente reproduce niños, extraordinariamente reproduce tu ser más profundo.

Déjame que te diga que, tengas lo que tengas, tienes que utilizarlo todo, no hay nada inútil. No descartes ninguna cosa; de lo contrario, algún día te arrepentirás. Tienes que aprovecharlo todo. Sólo tienes que ser más clarividente, más cuidadoso, más consciente, y empezar a examinar las cosas de tu propio ser interno, y la forma de llevarlas a una mayor armonía..., eso es todo. Ahora mismo eres una multitud. Ahora mismo no eres un individuo. No eres un arco iris, los colores se separan en diferentes dimensiones, se alejan el uno del otro; no tienen un centro. Ahora mismo eres ruido, no música; pero recuerda, en el ruido están presentes todas las notas. Redistribuidas, distribuidas de una forma mejor, más estética, más artística, se convertirán en una hermosa melodía. Sólo tienes que hacer un examen estético de tu propio ser.

Capítulo 2 **KUNDALINI:** **EL DESPERTAR DE LA ENERGÍA VITAL**

Los conocimientos teóricos nunca sirven de ayuda, y las visualizaciones anatómicas de la kundalini no son realmente significativas para la meditación. Cuando digo esto no estoy diciendo que la kundalini o los chakras no existan. La kundalini existe, los chakras también, pero su conocimiento no te ayuda en ningún caso. Por el contrario, puede ser un obstáculo. Hay muchas razones por las que se pueden convertir en un impedimento.

Una de las razones es que los conocimientos sobre la kundalini o sobre los caminos esotéricos de la bioenergía —los caminos internos del ánimo vital—

están generalizando. Difieren de un individuo a otro; no tienen la misma raíz. Con A será diferente, con B será diferente, con C será diferente. Tu vida interior tiene individualidad, por eso el adquirir algo a través del conocimiento teórico no te va a ayudar —te puede obstaculizar—, porque no se refiere a ti. No se puede referir a ti. Sólo sabrás algo de ti cuando vayas hacia dentro.

Los chakras existen, pero el número difiere de un individuo a otro. Una persona puede tener siete chakras y otra nueve; unos pueden tener más y otros menos. Por eso se han desarrollado tantas tradiciones diferentes. Los budistas hablan de nueve chakras, los hinduistas hablan de siete, los tibetanos de cuatro... ¡y todos tienen razón!

La raíz de la kundalini, el canal por el que transcurre la kundalini, también es diferente de un individuo a otro. Cuanto más profundizas, más individual eres. Por ejemplo, dentro de tu cuerpo, tu cara es la parte más individual; y dentro de la cara, la parte más individual son los ojos. La cara es la parte más viva del cuerpo, por eso asume la individualidad. No sé si te habrás percatado de que a partir de cierta edad —especialmente con la madurez sexual— tu cara empieza a tener una forma determinada que luego continuarás teniendo, más o menos, el resto de tu vida. Antes de la madurez sexual la cara cambia mucho, pero con la madurez sexual tu individualidad se estabiliza y adopta un modelo, y ahora la cara siempre será más o menos la misma.

Los ojos están aún más vivos que la cara, y son tan individuales que cambian en cada momento. A menos que te ilumines, los ojos nunca se estabilizan. La iluminación es otro tipo de madurez. Con la madurez sexual la cara se estabiliza, pero existe otra madurez en la que se estabilizan los ojos. No puedes observar cambios en los ojos de Buda, su cuerpo envejecerá, pero los ojos seguirán siendo iguales. Este es uno de los signos. Cuando alguien alcanza el nirvana, los ojos son la única puerta por la que los de fuera pueden saber que lo ha alcanzado. Ahora los ojos ya no cambian. Todo lo demás cambia, pero los ojos permanecen igual. Los ojos expresan el mundo interno.

Pero la kundalini es todavía más profunda. Los conocimientos teóricos no sirven. Cuando tienes conocimientos teóricos te los impones a ti mismo. Comienzas a imaginarte cosas para que se adapten a lo que te han enseñado. Pero quizá no corresponden a tu situación individual. Entonces se crea una gran confusión.

Tienes que sentir los chakras y no tener conocimiento de ellos. Tienes que sentir; tienes que mandar sondas a tu interior. El conocimiento solamente te valdrá cuando sientas los chakras, la kundalini y su canal; de lo contrario, no servirá de nada. De hecho, el conocimiento ha sido muy destructivo en lo que respecta al mundo interior. Cuantos más conocimientos acumulados, menos posibilidad de sentir las cosas reales, auténticas.

Empiezas a imponerte a ti mismo las cosas que conoces. Si alguien dice: «Este es el chakra, este es el centro» empiezas a imaginarte tu chakra en ese punto, y quizá no esté ahí en absoluto. Entonces crearás chakras imaginarios. Los puedes crear; la mente tiene esa capacidad. Puedes crear chakras imaginarios, y después, gracias a tu imaginación, comenzará a haber un flujo que no es kundalini sino pura imaginación, un fenómeno totalmente ilusorio, irreal.

Si eres capaz de imaginarte los centros y crear una kundalini imaginaria, entonces podrás inventarte cualquier cosa. A continuación, tendrás experiencias imaginarias y desarrollarás un mundo completamente falso dentro de ti. El mundo exterior es ilusorio, pero no tanto como el que uno puede crear dentro de sí.

Todo lo que hay en nuestro interior no tiene por qué ser necesariamente real o verdadero, porque la imaginación y los sueños también están en nuestro interior. La mente tiene una facultad —una facultad muy poderosa—, la de soñar, crear ilusiones, proyectar. Por eso es tan positivo avanzar en la meditación sin tener conocimiento de la kundalini, de los chakras. Si te los encuentras casualmente, está bien. Puede ser que sientas algo; entonces pregunta, pero sólo entonces. Quizá sientas que empieza a funcionar un chakra, pero permite que la sensación llegue primero. Tal vez sientas que la energía está ascendiendo, pero permite que llegue la sensación antes. No imagines, no pienses, no hagas esfuerzos intelectuales para entender de antemano, no necesitas preconceptos. No sólo no los necesitas sino que son absolutamente perjudiciales.

Y una cosa más: la kundalini y los chakras no pertenecen a tu anatomía, a tu fisiología. Los chakras y la kundalini pertenecen a tu cuerpo sutil, a tu sukshma sharir, y no a este cuerpo, el cuerpo físico. Por supuesto, hay puntos de correspondencia. Los chakras forman parte de tu sukshma sharira, pero tu fisiología y anatomía tienen puntos que se corresponden con cada chakra. Si sientes un chakra interno sólo entonces podrás sentir el punto correspondiente; de lo contrario, podrás diseccionar todo el cuerpo sin encontrar nada parecido a un chakra.

Toda la palabrería, lo que llamamos evidencias, y las afirmaciones científicas de que tu cuerpo físico tiene algo parecido a la kundalini o los chakras es un disparate, un absoluto disparate. Hay puntos que se corresponden, pero esos puntos sólo puedes sentirlos cuando sientes los chakras reales. Diseccionando tu cuerpo físico no podrás encontrar nada, no hay nada. Por tanto, no se trata de una cuestión de anatomía.

Una cosa más: no es necesario pasar a través de los chakras. No es necesario; puedes evitarlos. Tampoco es imprescindible que sientas la kundalini antes de la iluminación. Es un fenómeno muy distinto a lo que te imaginas. No sientes cómo asciende la kundalini; solamente la sientes cuando el canal no está muy despejado. Si el canal está libre de obstáculos, entonces la energía fluye, pero tú no la sientes.

Puedes sentirla cuando hay algo que obstaculiza el flujo. Si la energía fluye hacia arriba, y si tienes bloqueos en el canal, sólo entonces la sientes. Por tanto, la persona que más siente la kundalini está más bloqueada: hay muchos obstáculos en el pasaje, por eso no puede fluir.

Cuando hay resistencia, entonces sientes la kundalini. No puedes sentir la energía directamente a menos que haya resistencia. Si muevo la mano y no hay resistencia, no siento el movimiento. Sientes el movimiento porque el aire opone resistencia, pero la resistencia no es tan fuerte como la que podría oponer una piedra; en ese caso sientes más el movimiento. Y en el vacío no se siente el movimiento.. ., luego es relativo.

Buda nunca habló de la kundalini. No es que su cuerpo no tuviera kundalini. Pero el pasaje estaba tan limpio que no había resistencia. Por eso nunca la sintió. Mahavira nunca habló de la kundalini. Debido a esto, se ha originado una noción falsa, y los jainistas que eran seguidores de Mahavira creían que la kundalini era un disparate, que no existía nada parecido. Por eso, como ni siquiera Mahavira sintió la kundalini, la tradición jainista ha seguido negándola durante veinticinco siglos, diciendo que no existe. Pero Mahavira no la mencionó por un motivo muy diferente. Como en su cuerpo nunca hubo bloqueos, nunca la sintió.

De modo que no hace falta que sientas la kundalini, quizá no la sientas en absoluto. Y cuando no la sientes, pasas por alto los chakras, porque el funcionamiento de los chakras sólo es necesario para desbloquear el pasaje. No siendo así, no los necesitas para nada.

Cuando hay un bloqueo y la energía kundalini está bloqueada, el chakra más próximo se empieza a mover a causa de la energía bloqueada. Se vuelve dinámico. El chakra se empieza a mover porque la kundalini bloqueada se mueve tan deprisa que, gracias a este movimiento, se origina una energía específica que rompe el bloqueo.

Si el pasaje está limpio no necesitas ningún chakra y no sentirás nada. En realidad, los chakras sólo están ahí para ayudarte. Si la kundalini está bloqueada, la ayuda está justo al lado. Algún chakra absorberá la energía que está bloqueada. Si la energía no puede avanzar, retrocederá. Antes de retroceder habrá un chakra que absorberá la energía completamente, y la kundalini se moverá dentro del chakra. A través del movimiento, esa energía se vuelve más vital, más viva, y cuando regresa al punto del bloqueo puede romperlo. De modo que sólo es una solución, una ayuda.

Si la kundalini se mueve y no hay bloqueos nunca sentirás los chakras. Por eso hay personas que sienten nueve chakras, otras que sienten diez y algunas sólo sienten tres o cuatro, uno o ninguno. Depende. Realmente, el número de chakras es infinito y con cada movimiento, a cada paso de la kundalini, habrá al lado un chakra para ayudar. Si se necesita ayuda, la puedes recibir.

Por eso insisto en que el conocimiento teórico no sirve de ayuda. Y la meditación como tal realmente no está relacionada con la kundalini. Si aparece la kundalini, esto es otra cosa..., pero la meditación no tiene nada que ver. Se puede explicar la meditación sin tener que mencionar la kundalini; no es necesario. Si mencionas la kundalini aparecen incluso más conflictos para explicarlo. La meditación se puede explicar directamente; no te preocupes de los chakras, empieza por la meditación. Si el canal está bloqueado puedes llegar a sentir la kundalini, los chakras están ahí, pero es totalmente involuntario. Debes recordar que es involuntario, tu voluntad no es necesaria para nada.

Cuanto más profunda es la vía, más involuntario es el movimiento. Puedo mover la mano —es una vía voluntaria— pero no puedo mover mi sangre. Puedo intentarlo. Después de muchos años de entrenamiento una persona puede conseguir que sea voluntaria la circulación de la sangre; esto es lo que hace el hatha yoga; lo han conseguido, no es imposible, pero esto es intrascendente. Un entrenamiento de treinta años, simplemente para conseguir

controlar el movimiento de la sangre, es inútil y estúpido porque no adelantas nada con el control. La circulación de la sangre es involuntaria; tu voluntad no es necesaria. Tomas alimentos, y una vez que entran en tu cuerpo ya no necesitas la voluntad: la maquinaria del cuerpo, el mecanismo del cuerpo se ocupa de esto, y seguirá haciendo lo que sea necesario. Tu sueño no es voluntario, tu nacimiento no es voluntario, tu muerte no es voluntaria. Son mecanismos involuntarios.

La kundalini tiene una vía más profunda, más profunda que tu muerte, más profunda que tu nacimiento, más profunda que tu sangre, porque la kundalini circula en tu segundo cuerpo. La sangre es la circulación de tu cuerpo fisiológico, la kundalini es la circulación de tu cuerpo etéreo. Es absolutamente involuntario; ni siquiera un practicante de hatha yoga puede hacer algo con ella voluntariamente. Uno tiene que empezar a meditar, y entonces la energía se empieza a mover. La parte que te corresponde es la meditación. Si estás haciéndola profundamente, la energía empezará a moverse hacia arriba, y sentirás el cambio del flujo. Lo puedes sentir en muchos aspectos, el cambio se puede sentir incluso físicamente.

Por ejemplo, de ordinario, si tus pies estén calientes y la cabeza fría, biológicamente es una señal de buena salud. Cuando ocurre a la inversa —los pies se enfrían y la cabeza se calienta— la persona estará enferma. Pero cuando asciende la kundalini sucede lo mismo, se enfrían los pies.

En realidad, el calor en los pies es la energía sexual fluyendo hacia abajo. Cuando la energía vital, la kundalini, empieza a fluir hacia arriba, le sigue la energía sexual. Empieza a fluir hacia arriba: los pies se enfrían y la cabeza se calienta. Biológicamente, es mejor que los pies estén más calientes que la cabeza, pero espiritualmente es más saludable que los pies estén fríos porque es una señal de que la energía está fluyendo hacia arriba.

Cuando la energía empieza a fluir hacia arriba pueden empezar a aparecer muchas enfermedades, porque has alterado todo tu organismo. Buda murió muy enfermo, Mahavira murió muy enfermo, Ramana Maharshi murió de cáncer; Ramakrishna murió de cáncer. La razón es que se altera todo el sistema biológico. Ha habido muchas otras explicaciones, pero son absurdas.

Los jainistas han inventado muchas historias porque no podían concebir que Mahavira estuviese enfermo. Para mí es lo contrario, no puedo concebir cómo podía estar completamente sano. No podía ser, porque este era su último nacimiento y todo su sistema biológico tenía que fallar. Un sistema que ha funcionado constantemente desde hace miles de años tiene que fallar. No podía estar sano; al final tenía que estar muy enfermo. ¡Y lo estaba! Pero para sus seguidores era muy difícil concebir que Mahavira estuviese enfermo.

En aquellos tiempos, sólo había una explicación para la enfermedad. Si padecías una enfermedad determinada, esto significaba que tus obras y tus acciones del pasado habían sido malas. Si Mahavira padecía una enfermedad, esto significaba que todavía estaba bajo su influencia kármica. Esto no podía ser, de modo que se inventaron una historia ingeniosa: Goshalak, rival de Mahavira, estaba utilizando fuerzas malignas contra él. Pero esto no era en absoluto cierto.

El flujo biológico, natural, es descendente; el espiritual es ascendente. Y el organismo está preparado para el flujo descendente.

Tal vez empieces a sentir cambios en el cuerpo, pero los primeros cambios ocurrirán en el cuerpo sutil. Por medio de la meditación se crea un puente entre lo físico y lo sutil. Cuando digo «meditación» sólo me refiero a eso: si consigues dar un salto y salirte del cuerpo físico, esto es lo que se entiende por meditación. Pero para dar este salto necesitarás a tu cuerpo físico; tendrás que usarlo como peldaño.

Desde un punto extremo se puede dar el salto. El ayuno se ha utilizado para llevarte hasta el extremo. Con un ayuno largo, prolongado, estás al límite. El cuerpo humano normalmente puede llegar a soportar un ayuno de noventa días, pero entonces, cuando el cuerpo está totalmente exhausto, en el momento que se han agotado las reservas acumuladas para las emergencias, en ese momento son posibles una de las dos cosas. Si no haces nada, puede sobrevenirte la muerte, pero si usas este momento para la meditación, puedes dar el salto.

Si no haces nada y simplemente sigues ayunando, puede sobrevenirte la muerte. Entonces se tratará de un suicidio. Mahavira, que experimentó con el ayuno más a fondo que nadie en toda la historia de la evolución humana, fue el único que permitió que sus seguidores cometieran un suicidio espiritual. Él lo llamaba *santhara*: ese punto límite en el que pueden ocurrir ambas cosas. En un mismo instante puedes morirte o bien puedes saltar. Si usas alguna técnica, podrás saltar; en ese caso, Mahavira dice que no es un suicidio sino una gran explosión espiritual. Mahavira ha sido el único ser humano, el único, que ha dicho que, teniendo valor, hasta el suicidio se puede usar para el progreso espiritual.

El salto es posible desde cualquier punto límite. Los sufíes han utilizado el baile. Cuando bailas, llega un momento que te empiezas a sentir sobrenatural. Con un auténtico bailarín sufí incluso el público se siente sobrenatural. Mediante los movimientos del cuerpo, movimientos rítmicos, el bailarín pronto empieza a sentir que él es diferente de su cuerpo, que está separado de su cuerpo. Uno inicia el movimiento, pero el mecanismo involuntario del cuerpo muy pronto toma el poder. Tú empiezas, pero si el final también es tuyo, entonces el baile sólo era un baile corriente. Pero si empiezas a bailar y, cuando estás llegando al final, sientes como si en algún momento del baile hubiese tomado el mando un mecanismo involuntario, entonces es una danza derviche.

Te mueves tan rápido que el cuerpo se agita de una forma involuntaria.

En ese punto te puedes volver loco o puedes saltar. Te puedes volver loco porque hay un mecanismo involuntario que ha tomado el mando del movimiento de tu cuerpo. Está fuera de tu control: no puedes hacer nada. Te puedes volver loco y no ser capaz de regresar de este movimiento involuntario. En este punto puedes encontrar la locura o, si conoces la técnica del salto, puedes encontrar la meditación.

Por esto siempre se ha visto a los sufíes como locos. ¡Se les toma por locos! Normalmente, están locos. También hay una secta en Bengala que es exactamente igual que los sufíes: los faquires baúles. Van de pueblo en pueblo bailando y cantando. La misma palabra *baúl* significa *bawla*, loco. Son gente que está loca.

La locura ocurre muchas veces, pero si conoces la técnica se producirá la meditación. Siempre sucede en el filo, por eso los místicos han utilizado la expresión «el filo de la navaja». O bien sucede la locura o bien la meditación, y todos los métodos usan tu cuerpo como si fuese el filo de la navaja donde las dos opciones son posibles. Entonces, ¿cuál es la técnica para saltar a la meditación? Yo he hablado de dos: el ayuno y el baile. Todas las técnicas de meditación consisten en empujarte hasta el límite donde tengas que dar el salto, pero el salto en sí sólo se puede dar con un método muy sencillo que no es metódico.

Si puedes ser consciente del momento en el que el ayuno te conduce al precipicio de la muerte, si puedes ser consciente del momento en que te va a sobrevenir la muerte, si puedes ser consciente, no habrá muerte. Y no sólo no habrá muerte esta vez, sino que no volverá a haber muerte. ¡Has dado el salto! Cuando el momento es tan intenso que sabes que en un segundo te habrá superado, cuando sabes que si pierdes un segundo ya no serás capaz de volver, estate alerta... y salta.

El método es la conciencia. Y como el método es la conciencia, la gente de zen dice que no hay método. La conciencia no es en absoluto un método. Por eso dice Krishnamurti que no hay ningún método. Desde luego, la conciencia no es realmente un método, pero lo sigo llamando método porque si no puedes estar consciente, entonces, justo en el momento en el que se puede dar el salto, estarás perdido. De modo que si alguien dice «sólo vale la conciencia», esto puede ser verdad para una persona entre diez mil, pero será una persona que tendrá que llegar hasta el punto donde sobreviene la locura o la muerte. De cualquier forma, tiene que llegar hasta ese punto.

Y con los demás, con la mayoría de la gente, no basta con hablar de la conciencia. Primero se tienen que entrenar. No basta con ser consciente en las situaciones corrientes. Y en las situaciones corrientes no puedes ser consciente. La estupidez de la mente tiene una historia tan larga, el letargo de la mente, la pereza y la inconsciencia llevan funcionando tanto tiempo que no puedes esperar ser consciente sólo porque escuches a Krishnamurti o me escuches a mí. Y será difícil ser consciente de todas esas cosas que tantas veces has hecho inconscientemente.

Llegas a tu oficina sin darte cuenta de que te mueves: das la vuelta, caminas, abres la puerta. Lo has estado haciendo toda tu vida. Se ha vuelto un mecanismo involuntario; ha sido eliminado de tu conciencia completamente.

Después Krishnamurti dice: «Sé consciente cuando estás caminando.» Pero siempre has caminado sin ser consciente. La costumbre se ha establecido tan profundamente que se ha vuelto parte de tus huesos y de tu sangre; ahora es muy complicado.

Sólo puedes ser consciente cuando hay una emergencia, una emergencia repentina. Alguien te coloca una pistola en el pecho: puedes ser consciente porque es una situación que no has practicado antes. Pero si la situación te resulta familiar, no serás consciente en absoluto.

Con el ayuno se crea una emergencia, y nunca has conocido una emergencia así. Por tanto, a quien ha estado practicando el ayuno anteriormente esto no le servirá de ayuda; necesitará periodos de ayuno más largos. O si nunca has bailado, el baile puede ser de gran ayuda, pero si eres

un bailarín experto, las danzas derviches de los sufíes no te servirán. No servirá de nada porque eres tan perfecto, tan eficiente, y la eficiencia quiere decir que ahora es la parte involuntaria de la mente la que se ocupa de hacerlo.

Eficiencia siempre ha querido decir eso. Por eso se han desarrollado ciento doce métodos de meditación. Uno quizá no te sirva, pero otro sí. Y el más beneficioso será el que te resulte totalmente desconocido. Si no te has entrenado con ningún método se producirá la emergencia enseguida. Y cuando surja la emergencia, ¡estate alerta!

Por tanto, intérate por la meditación y no por la kundalini. Y cuando estés alerta, te empezarán a suceder cosas, por primera vez serás consciente de un mundo interior que es más grande, más amplio y extenso que el universo; empezarás a notar que hay energías desconocidas, totalmente desconocidas, que empiezan a fluir dentro de ti. Fenómenos sobre los que nunca habías oído hablar, que nunca habías imaginado ni soñado. Pero esto varía con cada persona, de modo que es mejor no hablar sobre esto.

Varían; por eso sigue existiendo el antiguo énfasis tradicional en el gurú. Las escrituras no te sirven; solamente te sirve el gurú. Los gurús siempre han estado en contra de las escrituras, aunque éstas hablen sobre los gurús y los alaben. El mismo concepto de gurú es opuesto a las escrituras. El conocido proverbio *gurú bin gnana nahee* —sin un gurú no hay conocimiento— no significa realmente que sin el gurú no haya conocimiento; significa que solamente con las escrituras no hay conocimiento.

Es necesario que haya un gurú vivo, no un libro muerto. Un libro no puede saber qué tipo de persona eres. Los libros siempre generalizan, no pueden ser particulares; esto es imposible, ni siquiera existe esta posibilidad. Sólo un ser vivo puede ser consciente de tus necesidades, de las cosas que te van a suceder.

Esto es muy paradójico; las escrituras hablan de los gurús —gurú bin gnana nahee, no hay sabiduría sin un gurú— pero, simbólicamente, los gurús están en contra de las escrituras. El concepto de que el gurú te va a dar sabiduría no significa que te la proporcione. Significa, mejor dicho, que sólo un ser vivo te puede servir de ayuda. ¿Por qué? Porque conoce al individuo.

Los libros no pueden conocer al individuo. Los libros no están dirigidos a nadie en particular, sino a todo el mundo. Y cuando hay que indicar un método, hay que tener en cuenta tu individualidad con mucha precisión, científicamente. El conocimiento que tiene que transferir el gurú siempre se ha transferido en secreto, en privado, del gurú al discípulo. ¿Por qué este misterio? El secreto es el único medio para transferir el conocimiento. El discípulo recibe órdenes de no contárselo a nadie. La mente quiere hablar. Cuando sabes algo, es muy difícil guardar el secreto; es una de las cosas más difíciles, pero éste siempre ha sido el camino de los gurús, de los maestros. Te dan algo a condición de que no hables de ello. ¿Por qué, por qué este misterio? Hay mucha gente que dice que la verdad no necesita secreto, privacidad. Esto es absurdo. La verdad necesita más privacidad que la no verdad porque puede ser fatal para cualquiera; puede ser peligrosa. Le ha sido dada a un determinado individuo; sólo es para él y para nadie más. No debería dársela a

nadie hasta que él mismo llegue al punto en el que pierda su individualidad. Esto tiene que quedar claro.

Un gurú es una persona que ha perdido su individualidad. Sólo entonces puede mirar profundamente en tu individualidad. Si él mismo es un individuo te podrá interpretar, pero nunca será capaz de conocerte. Por ejemplo, si estoy aquí y digo algo de ti, soy yo el que hablo de ti. No hablo sobre ti sino, más bien, sobre mí. No te puedo ayudar porque realmente no te puedo conocer en absoluto. Cuando te conozco siempre es de un modo indirecto, conociéndome a mí.

Debe desaparecer la cuestión de estar yo aquí. Debo ser una ausencia. Sólo así podré entrar en tu interior sin interpretaciones; sólo así te podré conocer tal como eres y no según yo. Sólo así te podré ayudar. Por eso se mantiene en secreto.

No es bueno hablar de la kundalini y los chakras. Solamente debemos enseñar, escuchar y aprender la meditación. Entonces, lo demás vendrá a continuación. La kundalini en sí misma no es una fuerza vital; más bien es un canal concreto para la fuerza vital, una vía. Pero la fuerza vital puede tomar también otros caminos, de modo que no es necesario pasar a través de la kundalini. Es posible iluminarse sin pasar por la kundalini, pero la kundalini es el camino más fácil, el más corto.

Si la fuerza vital pasa a través de la kundalini, el brahma randhra será el punto final. Pero si la fuerza vital toma otro camino —hay infinitos caminos posibles— entonces el brahma randhra no será el final. Así el florecimiento de brahma randhra sólo es una posibilidad o una potencialidad cuando la fuerza vital pasa a través de la kundalini.

Hay yogas que ni siquiera mencionan la kundalini; en ese caso no existe nada parecido al brahma randhra. Pero es el camino más fácil; por eso, normalmente, el 90 por 100 de las personas que se iluminan pasan a través de la kundalini.

La kundalini y los chakras no están localizados en el cuerpo físico. Pertenecen al cuerpo etéreo, pero tienen puntos que se corresponden en el cuerpo físico. Es como ponerse la mano sobre el corazón cuando sientes amor. No está ahí el «amor», o algo parecido, pero tu corazón, tu corazón físico, es el punto correspondiente. Cuando colocas la mano sobre el corazón estás poniendo la mano en el chakra que pertenece al cuerpo etéreo, y este punto es aproximadamente paralelo a tu corazón físico.

La kundalini forma parte del cuerpo etéreo; por eso, todo lo que consigas avanzar en el camino de la kundalini no morirá al morir tu cuerpo físico, se va contigo. Todo lo que alcances seguirá estando contigo, porque no forma parte del cuerpo físico. Si fuese parte del cuerpo físico se perdería con cada muerte, y tendrías que volver a empezar desde el principio. Pero si alguien alcanza el tercer chakra, este progreso permanecerá con él en su próxima vida. Se irá con él, está almacenado en su cuerpo etéreo. Cuando digo que la energía vital pasa a través de la kundalini me refiero a la kundalini como canal, todo el canal que conecta los siete chakras. Estos chakras no están en el cuerpo físico; por eso, todo lo que digamos de la kundalini lo estamos diciendo del cuerpo etéreo.

Cuando la fuerza vital pasa a través de la kundalini, los chakras empiezan a vibrar y a florecer. En cuanto les llega energía reviven. Es como cuando se descubrió la energía hidroeléctrica; la fuerza y la presión del agua hacen rodar la dinamo. Si no hubiese presión ni agua, la dinamo se detendría; no funcionaría. La dinamo gira a causa de la presión. Del mismo modo, los chakras existen, pero están muertos hasta el momento en que la fuerza vital les penetra; sólo entonces empiezan a girar.

Por eso se les llama chakras. La traducción exacta de «chakra» no es la palabra centro, porque centro significa algo estático y chakra significa algo dinámico. De modo que la traducción correcta sería rueda, no centro; centro dinámico, centro rotativo o centro cinético.

Los chakras son centros hasta que les llega la fuerza vital. En el momento que tienen fuerza vital empiezan a ser chakras. Ahora ya no son centros sino ruedas que giran. Y cada rueda, al girar, crea un nuevo tipo de energía. Esta energía se usa de nuevo para que giren los demás chakras. Así, cuando la fuerza vital pasa por cada chakra, éste se activa, se vuelve más vital.

La kundalini es el canal por el que discurre la energía vital. La energía vital está situada en el centro sexual, se almacena ahí, en el *muladhara*. Puede ser utilizada como energía sexual; entonces genera un tipo de vida determinado, la vida biológica. Además, también origina movimiento, origina más energía, pero esto es biológico. Cuando esta misma energía se mueve hacia arriba, el canal de la kundalini se abre.

El centro sexual, el *muladhara*, es el primero en abrirse. Se puede abrir hacia la generación biológica o la espiritual. El *muladhara* tiene dos aberturas, una inferior y otra superior. En el canal de la kundalini, *sahasrara* es el centro más elevado, y el punto medio es brahma randhra. La abertura de brahma randhra es uno de los caminos hacia la auto-realización.

También existen otros métodos que no usan el canal de la kundalini, pero son más arduos. En estos otros métodos la kundalini no viene al caso, por eso no hay movimiento en ese canal. Hay métodos hindúes: raja yoga, mantra yoga y todas las técnicas del tantra. Hay métodos cristianos, budistas, zen, taoístas. No están relacionados con el despertar de la kundalini, no usan ese canal. Usan otros canales, canales que ni siquiera pertenecen al cuerpo etéreo. Puede usar canales astrales. El cuerpo astral, el tercer cuerpo tiene su propio canal. El cuerpo mental, el cuarto cuerpo, tiene su propio canal. Los siete cuerpos tienen sus propios canales.

El método de Meditación Dinámica que yo utilizo está relacionado con la kundalini. Es más fácil trabajar con la kundalini porque te estás refiriendo al segundo cuerpo. Cuanto más profundo vayas —con el tercer o cuarto cuerpo— más difícil se vuelve. El segundo cuerpo es el más próximo a tu cuerpo físico. Y hay puntos que se corresponden en tu cuerpo físico, por eso es más fácil.

Si trabajas con el tercer cuerpo, los puntos correspondientes están en el segundo cuerpo. Si trabajas con el cuarto cuerpo, los puntos correspondientes están en el tercero. Tu cuerpo físico no tiene nada que ver; no puedes sentir absolutamente nada en tu cuerpo físico. Pero con la kundalini puedes sentir detalladamente cada paso, y sabes dónde estás. Entonces, tienes más

confianza. Con los otros métodos tendrás que aprender técnicas que te ayuden a sentir los puntos correspondientes del segundo o tercer cuerpo, y eso lleva un tiempo.

Los demás métodos niegan la kundalini, pero su rechazo no es correcto: la niegan porque no trabajan con ella. La kundalini tiene su propio método; si estás trabajando con un método zen no deberías preocuparte por la kundalini.

Pero, en ocasiones, puede aparecer la kundalini incluso aunque trabajes con otro método, porque los siete cuerpos se superponen, están interrelacionados. Puedes estar trabajando con el cuerpo astral, el tercer cuerpo, y el segundo cuerpo podría empezar a funcionar. Este recibe una chispa del tercer cuerpo.

A la inversa no es posible. Si estás trabajando con el segundo cuerpo, el tercero no se prenderá porque el segundo es inferior al tercero. Pero si estás trabajando con el tercero, estarás creando energía que puede llegar al segundo sin ningún esfuerzo por tu parte. La energía fluye hacia el campo inferior. El segundo cuerpo es inferior al tercero, de modo que la energía que se genera en el tercer cuerpo a veces puede fluir hacia el segundo.

Por medio de otros métodos también se puede sentir la kundalini, pero los que enseñan métodos que no están interesados en la kundalini no permitirán que le prestes atención. Si le prestas atención tendrás cada vez más energía; y el método que no estaba interesado en la kundalini se hará pedazos. No saben nada acerca de la kundalini por eso no saben cómo trabajar con ella.

Los maestros de otras doctrinas niegan totalmente la kundalini. Dicen que es una bobada; dicen que es la imaginación; dicen que estás proyectando: «No te preocupes de eso, no le prestes atención.» Si no le prestas atención y sigues trabajando con el tercer cuerpo, poco a poco la kundalini se irá deteniendo. La energía ya no pasará al segundo cuerpo. Así está mejor.

De modo que si estás comprometido con algún método, hazlo con totalidad. No te comprometas con otros métodos, ni siquiera pienses en ellos, porque si no, te confundirás. Y el canal de la kundalini es tan sutil y desconocido que cualquier confusión puede ser perjudicial.

Mi método de Meditación Dinámica está relacionado con la kundalini. Simplemente observar la respiración puede ser beneficioso para la kundalini, porque la respiración junto con el prana, o energía vital, tiene relación con el cuerpo etéreo, el segundo cuerpo. Tampoco está relacionado con tu cuerpo físico. Se toma de tu cuerpo físico, se extrae de tu cuerpo físico, pero el cuerpo físico sólo es una puerta.

El prana está relacionado con el cuerpo etéreo. Los pulmones respiran, pero lo hacen para el cuerpo etéreo. Tu cuerpo físico, el primer cuerpo, trabaja para el cuerpo etéreo, el segundo. Del mismo modo, el cuerpo etéreo trabaja para el cuerpo astral, el tercero, y el cuerpo astral trabaja para el cuerpo mental, el cuarto. El cuerpo físico es la puerta hacia el segundo cuerpo. El segundo cuerpo es tan sutil que no se puede relacionar directamente con el mundo material; entonces, tu cuerpo físico transmuta todos los materiales en formas vivas; después, éstas se pueden convertir en alimento para el segundo cuerpo.

Todo lo que se extrae de los sentidos se transforma en formas vivas; entonces, esto se convierte en el alimento del segundo cuerpo. Después, el

segundo cuerpo lo transforma en formas todavía más sutiles que se convierten en el alimento del tercer cuerpo.

Funciona de este modo: no puedes comer barro, pero los elementos del barro se transforman en vegetales y de ese modo puedes comer barro. El mundo vegetal transforma el barro en una forma viva, sutil; ahora lo puedes ingerir. No puedes comer hierba; la vaca lo hace por ti. Pasa al cuerpo de la vaca y ésta lo transforma en leche; después puedes tomarlo, puedes tomar la leche.

Del mismo modo, tu primer cuerpo ingiere materia transformándola en formas vivas; después las toma el segundo cuerpo. Los pulmones toman la respiración: los pulmones son máquinas que trabajan para el segundo cuerpo. Si el segundo cuerpo muere, los pulmones seguirán estando bien pero no hay respiración; la respiración ha desaparecido. El segundo cuerpo es el amo del primero, y el tercero es el amo del segundo. Cada cuerpo inferior es un sirviente del superior.

Para la práctica de la kundalini es útil poner atención en la respiración. Esto genera energía; conserva la energía y ayuda a que la fuerza vital vaya hacia arriba.

Mi método está relacionado con la kundalini. Una vez que captas el método, podrás conseguir lo que quieras. Ya no necesitas nada más.

El último chakra, *sahasrara*, se puede alcanzar con cualquier método. *Sahasrara* y brahma randhra son los nombres que recibe el séptimo chakra en el yoga kundalini. Si no trabajas con la kundalini, sino con el tercer cuerpo, también llegarás a este punto, pero no recibirá el nombre de brahma randhra, y no existirán los seis primeros chakras. Has ido por otro canal, por eso los peldaños serán diferentes, pero el final será el mismo. Los siete cuerpos están conectados con el séptimo chakra, por eso se puede alcanzar desde cualquier punto.

Uno no debe comprometerse con dos canales, dos métodos; de lo contrario, habrá confusión y la energía interna se dividirá en dos canales. Cualquier método debe canalizar toda la energía en una única dimensión. Esto es lo que hace mi método de Meditación Dinámica, y por eso comienza con diez minutos de respiración profunda, rápida.

Capítulo 3

ETAPAS DE DESARROLLO DE LOS CUERPOS SUTILES

Primera pregunta:

Según tú, podemos proyectar falsas experiencias de kundalini a las que no consideras espirituales, sino psíquicas. En tu introducción inicial, sin embargo, dijiste que la kundalini sólo era psíquica. ¿Significa esto que hay dos estados de kundalini, uno psíquico y otro espiritual?

A fin de que lo entiendas, tenemos que detenernos a estudiar la estructura de los distintos cuerpos sutiles.

El individuo se puede dividir en siete cuerpos. El primer cuerpo es el cuerpo físico que todos conocemos. El segundo es el cuerpo etéreo, y el

tercero —que está por encima del segundo— es el cuerpo astral. El cuarto — que está por encima de éste— es el cuerpo mental o psíquico; y el quinto — que, de nuevo, está por encima de éste— es el cuerpo espiritual. El sexto está por encima del quinto, y se llama cuerpo cósmico. Después, el séptimo y último es el nirvana sharir o cuerpo nirvánico, el cuerpo incorpóreo.

Alguna información más sobre estos siete cuerpos te permitirá entender a fondo la kundalini. Durante los primeros siete años de vida sólo se forma el sthul sharir o cuerpo físico. Los otros cuerpos están en forma de semilla. Tienen un potencial para el crecimiento pero permanecen en estado latente durante el comienzo de la vida. Por tanto, estos primeros siete años de vida son años de limitaciones. Durante estos años no se produce desarrollo del intelecto, la emoción o el deseo. En esta fase solamente se desarrolla el cuerpo físico. Hay personas que no evolucionan más allá de los siete años, se estancan en esta fase y no son más que animales. Los animales sólo desarrollan el cuerpo físico; los demás cuerpos permanecen intactos en su interior. Durante los siete años siguientes —es decir, desde los siete hasta los catorce años— se desarrolla el bhawa sharir, el cuerpo etéreo. Estos siete años son los años de desarrollo emocional del individuo. Por eso, a los catorce años se alcanza la madurez sexual, que es la forma más intensa de emoción. Algunas personas se estancan a esa edad. Su cuerpo físico se sigue desarrollando, pero se quedan en los dos primeros cuerpos.

En el tercer periodo de siete años, entre los catorce y los veintiún años, se desarrolla el sukshma sharir, el cuerpo astral. La emoción se desarrolla en el segundo cuerpo; el razonamiento, el pensamiento y el intelecto en el tercero. Por este motivo, la ley no considera responsable de sus actos a un niño menor de siete años, porque el niño sólo tiene cuerpo físico. Tratamos al niño de la misma forma que tratamos a los animales; no podemos considerarle responsable. Aunque un niño cometa un asesinato, se supone que lo ha cometido guiado por alguien, se supone que el verdadero asesino es otra persona.

Después de desarrollarse el segundo cuerpo, la persona alcanza la madurez; pero se trata de la madurez sexual. El trabajo de la naturaleza se completa con este desarrollo, por eso la naturaleza colabora totalmente hasta esta etapa. Pero en esta etapa el hombre no es un ser humano en todo el sentido de la palabra. El tercer cuerpo, donde se desarrollan la razón, el intelecto y la capacidad de pensar, es un resultado de la educación, la civilización y la cultura. Por eso el derecho al voto se otorga a partir de los veintiún años. Aunque esto es lo que prevalece en todo el mundo, algunos países están debatiendo si deberían otorgar el derecho al voto a los dieciocho años. Es natural, porque como el ser humano está evolucionando cada vez más, el periodo de siete años que dura el crecimiento de cada cuerpo se va reduciendo. En todo el mundo las niñas alcanzan la pubertad entre los trece y los catorce años. Desde hace treinta años esta edad está disminuyendo. Incluso una niña de once años puede tener la pubertad. El descenso de la edad de voto a los dieciocho años es una señal de que el hombre ahora completa el trabajo de veintiún años en dieciocho. Normalmente, sin embargo, son necesarios veintiún años para el desarrollo del tercer cuerpo y la mayoría de las personas no evolucionan más allá de este cuerpo. Su crecimiento se

detiene con el desarrollo del tercer cuerpo y ya no se seguirán desarrollando durante el resto de sus vidas.

Lo que yo llamo psique es el cuarto cuerpo, el manas sharir. Este cuerpo tiene sus propias experiencias fascinantes. Pero la persona que no ha desarrollado el intelecto quizá no se interese o no disfrute, por ejemplo, con las matemáticas. Las matemáticas tienen su propio encanto, y sólo Einstein puede estar absorto en ellas del mismo modo que el músico con la música, o un pintor con los colores. Para Einstein las matemáticas no eran un trabajo sino un juego; pero el intelecto debe alcanzar ese plano de desarrollo para poder convertir las matemáticas en un juego.

Cada cuerpo que se desarrolla nos abre infinitas posibilidades. Quien no desarrolla el cuerpo etéreo y se estanca después de los siete primeros años de desarrollo no tiene otro interés en la vida más que comer y beber. Por eso, la cultura de esas civilizaciones en las que la mayoría de la gente sólo ha desarrollado el primer cuerpo gira enteramente en torno a las papilas gustativas. Las civilizaciones donde la mayoría de la gente se ha estancado en el segundo cuerpo girarán en torno al sexo. Su personalidad, su literatura, su música, sus películas y sus libros, su poesía y su pintura, incluso sus casas y sus vehículos girarán en torno al sexo; todas estas cosas estarán repletas de sexo, de sexualidad.

En una civilización que desarrolle completamente el tercer cuerpo, las personas serán intelectuales y contemplativas. Cuando el desarrollo del cuerpo se vuelve muy importante para una sociedad o una nación se suceden muchas revoluciones intelectuales. En Bihar, en los tiempos de Buda o Mahavira, la mayoría de las gentes eran de este calibre. Por eso, en la pequeña provincia de Bihar han nacido ocho individuos de la estatura de Buda o Mahavira. Además, había miles de personas en aquella época que estaban tocadas por la genialidad. Este era también el caso de Grecia en la época de Sócrates y Platón; este era el caso de China en el tiempo de Lao Tzu y Confucio. Lo más fascinante es comprobar el hecho de que todos estos seres luminosos existieron en un periodo de quinientos años. Durante esos quinientos años el desarrollo del tercer cuerpo alcanzó la cima. Generalmente, el ser humano se detiene en el tercer cuerpo. La mayor parte de la gente no se sigue desarrollando después de los veintiún años.

Hay experiencias extraordinarias del cuarto cuerpo. La hipnosis, la telepatía y la clarividencia son potenciales del cuarto cuerpo. Las personas se pueden comunicar entre sí sin el obstáculo del tiempo o el espacio; pueden leer los pensamientos de los demás sin preguntar, o pueden proyectar pensamientos en los demás. Puedes meter una semilla de pensamiento dentro de otra persona sin ninguna ayuda exterior. Una persona puede viajar fuera de su cuerpo; puede hacer una proyección astral y verse separado de su cuerpo físico.

El cuarto cuerpo tiene muchas posibilidades, pero normalmente no desarrollamos este cuerpo porque implica tanto riesgos como engaños. A medida que las cosas se van volviendo cada vez más sutiles, las posibilidades de engaño van aumentando. No obstante, es difícil saber si un ser humano realmente se ha separado de su cuerpo o no. Puede soñar que se ha separado

de su cuerpo o hacerlo de verdad, pero en ambos casos él será el único testigo. Por eso, hay muchas posibilidades de engañarse.

El mundo que comienza en el cuarto cuerpo es subjetivo, mientras que, hasta este momento, el mundo había sido objetivo. Tengo una rupia en la mano; yo la puedo ver, tú la puedes ver, otras cincuenta personas también la pueden ver. Es una realidad común en la que todos podemos tomar parte, y se puede investigar si la rupia existe o no. Pero, en el mundo de mis pensamientos tú no puedes ser un compañero, y en el mundo de tus pensamientos, no puedo serlo yo. A partir de aquí comienza el mundo personal con todos sus riesgos; no podemos aplicar ninguna de nuestras reglas externas de validez. Así que en el cuarto cuerpo comienza el auténtico mundo del engaño. Se pueden entrever todos los engaños de los tres cuerpos precedentes.

El mayor peligro es que el que engaña no es consciente del hecho de que está engañando. Puede engañar sin saberlo, tanto a sí mismo como a los demás. Las cosas en este plano son tan sutiles, raras y personales, que uno no tiene medios para comprobar la validez de las experiencias. De modo que no puede distinguir si está imaginándose las cosas o si realmente le están sucediendo.

Siempre hemos intentado salvar a la humanidad de este cuarto cuerpo, y aquellos que hicieron uso de este cuerpo fueron condenados y difamados. En Europa hubo cientos de mujeres a las que tildaron de brujas y quemaron, porque utilizaban las capacidades del cuarto cuerpo. En India, cientos de personas que practicaban tantra fueron asesinadas a causa del cuarto cuerpo. Conocían algunos secretos que podían ser peligrosos para el ser humano. Sabían lo que estaba sucediendo en tu mente; sin haber entrado nunca en tu casa, sabían dónde están colocadas todas las cosas. Lo que correspondía al mundo del cuarto cuerpo se consideraba magia «negra», porque nunca se sabía lo que podía ocurrir. Siempre hemos estado intentando que el progreso se detenga en el tercer cuerpo, porque el cuarto cuerpo parece muy peligroso.

Hay riesgos, pero junto a ellos también hay fabulosos beneficios. En vez de detenerse, hay que investigar. Así podremos descubrir formas de comprobar la validez de nuestras experiencias. Actualmente, hay instrumentos científicos, y la capacidad de comprensión del ser humano también ha aumentado. Podemos encontrar caminos, como es el caso de otros muchos descubrimientos que ha hecho la ciencia.

No se sabe si los animales sueñan o no. ¿Cómo podemos asegurarlo, si los animales no hablan? Sabemos que soñamos porque, al levantarnos por la mañana, decimos que hemos soñado. Después de mucha perseverancia y un gran esfuerzo han encontrado una forma de comprobarlo. Hay un hombre que ha trabajado con monos desde hace varios años para descubrirlo y vale la pena conocer las medidas que tomó para su experimento. Empezó por enseñarles una película a los monos. En cuanto comenzó la película, el mono con el que estaban experimentando recibió una descarga eléctrica. Había un botón en su asiento y le enseñaron a apretarlo cada vez que sintiera la descarga. De modo que le obligaban a sentarse todos los días en la silla, y cuando comenzaba la película, el mono recibía una descarga.

Entonces apretaba el botón y la apagaba. Esto se repitió durante varios días; después le obligaron a dormir en la silla. Entonces, cuando empezaba a soñar, comenzaba a sentirse incómodo, porque, para él, la película de la pantalla y la de sus sueños eran la misma. Apretó el botón de inmediato. Apretaba el botón repetidamente, y esto demuestra que estaba soñando. Así es como el hombre puede penetrar ahora en el mundo interno de los sueños de los animales mudos. Los meditadores también han descubierto formas de analizar las experiencias del cuarto cuerpo desde el exterior, y ahora se puede demostrar si lo que sucede es verdadero o falso. Las experiencias de la kundalini en el cuarto cuerpo pueden ser psíquicas, pero eso no significa que sean falsas. Son estados psíquicos auténticos y estados psíquicos falsos. Cuando digo que la kundalini sólo puede ser una experiencia mental no significa que sea necesariamente una experiencia falsa. Las experiencias mentales también pueden ser auténticas.

Tienes un sueño por la noche. Este sueño es un hecho porque ha sucedido. Pero cuando despiertas por la mañana quizá recuerdes un sueño que realmente no has soñado; a pesar de todo, insistes en que lo soñaste. Esto es falso. Un hombre se puede levantar por la mañana y decir que nunca sueña. Hay mucha gente que cree que nunca sueña. Sí sueñan, lo hacen durante toda la noche; esto se ha demostrado científicamente. Pero por la mañana afirman que nunca sueñan. Lo que están diciendo es absolutamente falso, aunque no se den cuenta. En realidad, no se acuerdan de los sueños. También ocurre lo contrario: te acuerdas de sueños que nunca has soñado. Esto también es falso. Los sueños no son falsos, tienen su propia realidad. Pero los sueños pueden ser tanto reales como irreales. Los sueños reales son los que se han soñado realmente. El problema es que cuando te despiertas no puedes contar tu sueño con precisión. Por ese motivo, en la Antigüedad eran muy respetadas las personas que podían contar sus sueños con claridad y precisión. Es muy, muy difícil relatar un sueño correctamente. La secuencia del sueño es una cosa mientras lo estás soñando, y lo contrario cuando lo recuerdas. Es como una película. Cuando estás viendo una película la historia se desarrolla desde el comienzo del carrete. De una forma parecida, el carrete de película del sueño se enrolla en un sentido durante el sueño y empieza a desenrollarse en el sentido contrario cuando estás despierto, por eso recordamos la última parte del sueño y vamos recordándolo hacia atrás. Lo que soñamos primero se convierte en lo último que recordamos. Es como si una persona intentara leer un libro comenzando por el final; las palabras al revés sólo provocarían un gran caos. Por tanto, recordar un sueño y hacer una buena exposición es un arte. Generalmente, cuando recordamos un sueño agregamos hechos que nunca hemos soñado. Ponemos una buena porción del sueño actual y después añadimos el resto.

Los sueños son sucesos del cuarto cuerpo, y el cuarto cuerpo tiene un gran potencial. Todos los poderes que se mencionan en el yoga se consiguen en este cuerpo. El yoga ha estado advirtiéndolo sin cesar al meditador que no debe inmiscuirse con estos poderes. El mayor peligro es el de ir por el camino equivocado; aunque entres en un estado psíquico esto no tendrá ningún valor espiritual.

Por tanto, cuando dije que la kundalini era espiritual, en realidad me refería a que es un suceso del cuarto cuerpo. Por eso los fisiólogos no encuentran la kundalini dentro del cuerpo humano. Es natural que nieguen la existencia de la kundalini y de los chakras y que digan que son imaginarios. Son sucesos del cuarto cuerpo. El cuarto cuerpo existe, pero es muy sutil; no es palpable. Sólo es palpable el cuerpo físico. Sin embargo, entre el primer cuerpo y el cuarto hay puntos que se corresponden.

Si colocamos siete hojas de papel una encima de la otra y hacemos un agujero perforando todas las hojas con un alfiler, entonces, aunque desaparezca el agujero de la primera página, seguirá teniendo una marca que corresponde a los agujeros del resto de las hojas. Aunque la primera hoja no tenga agujero, si la colocas encima de las otras hojas tendrá un punto que se corresponde a los agujeros de las otras hojas. De igual manera, chakras, kundalini, etc., no pertenecen al primer cuerpo como tal, pero en este cuerpo podemos encontrar puntos que se corresponden. Entonces, un fisiólogo no se está equivocando al negarlo. Los chakras y la kundalini están en otros cuerpos, pero en el cuerpo físico se pueden encontrar los puntos correspondientes.

Por tanto, la kundalini es un suceso del cuarto cuerpo, y es psíquico. Cuando digo que este suceso psíquico puede ser de dos tipos —verdadero y falso— entenderás lo que quiero decir. Es falso si es producto de tu imaginación, porque la imaginación también es una característica del cuarto cuerpo. Los animales no tienen el poder de imaginar, por eso tienen muy poca memoria del pasado y no tienen noción del futuro. Los animales están libres de ansiedad, ya que la ansiedad siempre tiene que ver con el futuro. Los animales ven suceder muchas muertes, pero nunca se imaginan que ellos también pueden morir; en consecuencia, no temen a la muerte. Entre los seres humanos también hay muchas personas a las que no les preocupa el miedo a la muerte. Este tipo de personas siempre asocia la muerte con los demás pero nunca consigo mismos. La causa es que su poder de imaginación en el cuarto cuerpo no se ha desarrollado lo suficiente como para vislumbrar el futuro.

Esto significa que la imaginación también puede ser verdadera o falsa. La verdadera imaginación significa que somos capaces de ver más allá, que podemos imaginarnos lo que todavía no ha sucedido. Pero imaginar que va a suceder algo que no puede ser, que no existe, es falsa imaginación. Cuando la imaginación se usa con la perspectiva adecuada se convierte en ciencia; la ciencia básicamente es imaginación.

El ser humano ha soñado con volar desde hace muchos siglos. Los hombres que tuvieron estos sueños debían de ser muy imaginativos. Si no hubiesen soñado con volar habría sido imposible que los hermanos Wright construyesen el primer avión. Convirtieron en algo concreto el deseo de volar de los hombres. Este deseo tardó un tiempo hasta que tomó forma, después se llevaron a cabo experimentos y, finalmente, el hombre consiguió volar.

También, desde hace miles de años, el hombre ha querido llegar a la luna. Al principio sólo estaba en su imaginación; poco a poco fue ganando terreno, y ahora se ha cumplido. Pero estas imaginaciones eran auténticas; es decir, no andaban descaminadas. Estas imaginaciones estaban en el curso de una realidad que sería descubierta con fecha posterior. De modo que los científicos también imaginan, y los locos también.

Si digo que la ciencia es imaginación y la locura también no creáis que son una sola y única cosa. El loco imagina cosas que no existen y que no tienen relación con el mundo físico. El científico también imagina: imagina cosas que están directamente relacionadas con el mundo físico. Y aunque no lo parezca al principio, hay grandes posibilidades de que existan en el futuro.

Entre las posibilidades del cuarto cuerpo siempre hay alguna probabilidad de que las cosas salgan mal. Entonces comienza el mundo falso. Por eso es mejor no albergar ninguna expectativa antes de entrar en este cuerpo. El cuarto cuerpo es el cuerpo psíquico. Por ejemplo, si ahora quiero bajar a la planta baja de esta casa tendré que buscar un ascensor o unas escaleras para poder hacerlo. Pero si quiero imaginarme que estoy bajando no necesito ningún ascensor o escalera. Puedo estar aquí sentado y bajar.

El riesgo de la imaginación y los sueños es que sólo tienes que imaginar y pensar, y esto lo puede hacer cualquiera. Por otra parte, si alguien entra en este mundo con ideas o expectativas preconcebidas sólo se encontrará inmediatamente con éstas, porque la mente estará deseando cooperar. «¿Quieres despertar la kundalini?»; dirá: «¡De acuerdo! Está ascendiendo. .., ha ascendido.» Entonces, te empiezas a imaginar la kundalini ascendiendo, y la mente te alienta en este falso sentimiento hasta que al final sientes que se ha despertado del todo y que los chakras están totalmente activados. Pero hay una forma de comprobar la validez de todo esto, y es que con la apertura de cada chakra ocurre un cambio notable en tu personalidad. Tú no puedes imaginar ni concebir este cambio, porque tiene lugar en el mundo de la materia.

Por ejemplo, cuando se despierta la kundalini no puedes tomar sustancias estimulantes, es imposible. El cuerpo mental se altera muy pronto con el alcohol y es muy delicado. Por eso —os sorprenderá saberlo—, cuando una mujer consume alcohol se vuelve más peligrosa que un hombre. Esto se debe a que su cuerpo mental es aún más delicado, y el alcohol le afecta tanto que las cosas se escapan de su control. Debido a ello las mujeres se han protegido de este riesgo por medio de ciertas reglas sociales. Este era uno de los aspectos donde la mujer no buscaba la igualdad con el hombre, aunque últimamente, por desgracia, también lo intenta. El día que imponga su igualdad en este aspecto e intente superar al hombre se causará más daño a sí misma del que le haya causado nunca el hombre.

En el cuarto cuerpo, el despertar de la kundalini no se puede demostrar con tu descripción de la experiencia porque, como dije antes, también puedes experimentarla imaginando un falso despertar de la kundalini. Sólo se puede determinar por los rasgos físicos si ha habido alguna transformación radical en tu personalidad. En cuanto nace la energía, inmediatamente aparecen signos de cambio dentro de ti. Por eso digo siempre que el comportamiento es el criterio exterior y no la causa interior. Es el criterio de lo que te ha sucedido dentro. Con cada tentativa, inevitablemente, empiezan a suceder ciertas cosas. Cuando se despierta la energía, para el meditador es imposible tomar sustancias estimulantes. Si se abandona a las drogas y el alcohol sabrás que sus experiencias son falsas, porque esto es absolutamente imposible.

Después del despertar de la kundalini desaparece por completo la tendencia a la violencia. El meditador no sólo no comete violencia, sino que

dentro de él no existe ningún sentimiento de violencia. La necesidad de cometer violencia, de hacer daño a los demás, sólo puede existir cuando la energía vital está latente. En cuanto se despierta, el otro deja de ser el otro, de modo que no deseas hacerle daño. Entonces no tendrás que reprimir la violencia en tu interior porque ya no serás violento.

Si sientes que tienes que reprimirte la violencia, entonces sabrás que la kundalini no se ha despertado. Si después de que se han abierto tus ojos tienes que usar un bastón para caminar, entonces sabrás que tus ojos todavía no pueden ver porque no renuncias a tu bastón, a pesar de que tú afirmes lo contrario. El que un extraño pueda adivinar si ves o no depende de tus acciones. Tu bastón, tus traspies y tu caminar inestable demuestran que tus ojos todavía no se han abierto.

Por tanto, con tu despertar habrá un cambio radical en tu comportamiento y todos los votos religiosos como los del mahavrata —no violencia, no robar, no poseer, celibato y plena conciencia— se volverán algo natural y fácil para ti. Entonces sabrás que tu experiencia es auténtica. Es psíquica; sin embargo, es auténtica. Ahora podrás seguir avanzando. Cuando tu camino es auténtico puedes avanzar, pero no al contrario. No te puedes quedar en el cuarto cuerpo para siempre, porque no es la meta. Todavía quedan otros cuerpos por atravesar.

Estaba diciendo que hay muy pocas personas capaces de desarrollar el cuarto cuerpo. Por eso, en el mundo actual hay personas que hacen milagros. Si todos desarrollásemos el cuarto cuerpo, los milagros desaparecerían de la tierra de golpe. Si existiese una sociedad en la que el desarrollo de la gente se estancase a los catorce años, ellos creerían que el que se ha desarrollado un poco más, y sabe sumar y restar, está haciendo milagros.

Hace mil años, calcular la fecha de un eclipse solar se consideraba un milagro que solamente podían realizar los grandes sabios. Hoy en día sabemos que incluso una máquina nos puede dar esa fecha. Es una cuestión de cálculos que no requiere un astrónomo, un profeta o una persona muy instruida. Un ordenador puede darnos la información no sólo de un eclipse sino de millones de eclipses. Puede predecir incluso el día que el sol se enfriará; sólo se trata de un cálculo. El aparato puede calcular, desde un día determinado, que la cantidad de energía emitida por el sol cada día dividida entre la energía total del sol da como resultado el número de años que durará el sol. A nosotros todo esto ya no nos parece un milagro porque nos hemos desarrollado hasta el tercer cuerpo.

Hace miles de años, era un milagro que alguien profetizara que dentro de un año, en tal mes y a tal hora, habría un eclipse de luna. Sería considerado un ser sobrenatural. Los «milagros» de hoy en día —los encantamientos, la materialización de cenizas en los marcos de las fotos— son todos sucesos ordinarios del cuarto cuerpo. Pero como no los conocemos, para nosotros es un milagro.

Es como si tú estuvieses sentado debajo de un árbol y yo hubiese trepado al árbol, y los dos estuviésemos charlando. Entonces veo venir una carreta a lo lejos y te digo que dentro de una hora llegará una carreta y se parará debajo del árbol. Tú dirás: «¿Eres profeta? Hablas con metáforas. No hay ninguna carreta a nuestro alrededor. No te creo.» Pero al cabo de una hora la carreta

llega rodando hasta el árbol y entonces me tocarás los pies diciendo: «Mis respetos, amado maestro. Eres un profeta.» La única diferencia es que yo estaba sentado en un plano un poco más alto que tú en el árbol, desde el cual podía ver la carreta una hora antes que tú. No estaba hablando del futuro, hablaba absolutamente del presente. Pero hay una distancia de una hora entre tu presente y el mío, porque estoy en un plano más alto. Para ti se convertirá en presente dentro de una hora, pero para mí ya es presente ahora.

Cuanto más profundamente asentado esté un ser humano en su ser interior, mayor será el milagro que representa para los que todavía están en planos superficiales. Entonces, como no sabemos cómo calificar estos sucesos, todos sus actos se convierten en milagros para nosotros, puesto que no conocemos las reglas del cuarto cuerpo. Así es como tienen lugar la magia y los milagros; son un pequeño desarrollo del cuarto cuerpo. Si queremos que se acaben los milagros, no lo conseguiremos predicando a las masas. Del mismo modo que hemos instruido al hombre sobre el tercer cuerpo y le hemos hecho comprender las lenguas y las matemáticas, ahora debemos ejercitarlo en el cuarto cuerpo. Hay que cualificar a todos los hombres conforme a esto y sólo así cesarán los milagros; de lo contrario, siempre habrá alguien que se aproveche. El cuarto cuerpo se desarrolla hasta los veintiocho años, es decir, siete años más. Pero hay muy pocas personas capaces de desarrollarlo.

El atma sharir —el quinto cuerpo, al que se llama cuerpo espiritual— es de gran valor. Si el crecimiento continúa de la forma adecuada, a los treinta y cinco años este cuerpo debería estar totalmente desarrollado. Pero es una idea lejana, porque muy pocas personas desarrollan el cuarto cuerpo. Este es el motivo por el que el alma y las cosas de esa índole sólo son para nosotros un tópico de discusión; detrás de la palabra no hay ningún contenido. Cuando decimos atman², es meramente una palabra, no hay nada detrás. Cuando decimos pared, no sólo está la palabra sino también la sustancia que hay detrás; sabemos qué quiere decir «pared». Pero no hay ningún significado detrás de la palabra atman, porque no lo conocemos, no tenemos la experiencia del atman.

² El verdadero ser inmortal de todos los seres. (*N. del T.*)

Este es nuestro quinto cuerpo, y sólo podremos tener acceso al quinto cuerpo si se despierta la kundalini en el cuarto; de lo contrario, no entraremos. No somos conscientes del cuarto cuerpo; por tanto, el quinto también permanece desconocido.

Muy poca gente ha descubierto el quinto cuerpo; son los que reciben el nombre de espiritualistas. Ellos lo consideran el final del camino y declaran que «alcanzar el atman es alcanzarlo todo». Pero el viaje aún no ha terminado. Sin embargo, las personas que se detienen en el quinto cuerpo niegan a Dios. Dicen: «Brahman no existe; *paramatman* no existe», del mismo modo que el que se estanca en el primer cuerpo niega la existencia del atman. Igual que el materialista dice «el cuerpo es todo, y cuando muere el cuerpo muere todo», el espiritualista declara «no existe nada más allá del atman: el atman es todo; es el estado más elevado del ser». Pero sólo estamos en el quinto cuerpo. El sexto es brahma sharir: el cuerpo cósmico. Si una persona se desarrolla más

allá de su atman, y está dispuesto a renunciar a él, entra en el sexto cuerpo. Si la humanidad se desarrolla científicamente, el desarrollo natural del sexto cuerpo tendría lugar a los cuarenta y dos años, y el del nirvana sharir —el séptimo cuerpo— a los cuarenta y nueve. El séptimo cuerpo es el cuerpo nirvánico, que es el no cuerpo; es el estado incorpóreo, sin cuerpo. Es el estado final donde sólo queda el vacío, ni siquiera queda brahman, la realidad cósmica, sino sólo el vacío. No queda nada; todo ha desaparecido.

Por eso, cuando alguien le preguntaba a Buda:

—¿Qué ocurre allí?

Él contestaba:

—Se extingue la llama.

—¿Entonces qué sucede? —volvían a preguntar.

—Cuando se extingue la llama, no preguntas «¿dónde se ha ido? ¿Dónde está la llama ahora?». Se ha extinguido y eso es todo.

La palabra nirvana implica la extinción de la llama. Por eso, dijo Buda, tiene lugar el nirvana.

El estado de moksha se experimenta en el cuarto cuerpo. Se trascienden las limitaciones de los cuatro primeros cuerpos, y el alma se vuelve totalmente libre. De modo que la liberación es una experiencia del quinto cuerpo. El cielo y el infierno pertenecen al cuarto cuerpo, y quien se detenga aquí los experimentará. Para quienes se detengan en el primero, segundo o tercer cuerpo, la vida entre el nacimiento y la muerte será todo lo que hay; para ellos no habrá vida más allá de la muerte. Si alguien continúa hasta el cuarto cuerpo, después de esta vida experimentará el cielo y el infierno, donde tendrá posibilidades infinitas de alegría y de tristeza.

Si alcanza el quinto cuerpo encontrará la puerta de la liberación, y si alcanza al sexto tendrá posibilidades de realizar a Dios. Ya no se trata de liberarse o no; él se vuelve uno con lo que es. La declaración «*aham brahmasmi*» —yo soy Dios— pertenece a este plano. Pero todavía hay otro paso más, que es el último salto —donde no hay aham y no hay Brahman, donde yo y tú no existen, donde no hay nada—, donde sólo hay un vacío total y absoluto. Esto es el nirvana.

Estos siete cuerpos se desarrollan a lo largo de cuarenta y nueve años. Por eso, la edad central de cincuenta años era conocida como punto de revolución. Durante los primeros veinticinco años había un sistema de vida. En ese periodo se realizaban esfuerzos para desarrollar los cuatro primeros cuerpos; después, se suponía que la educación había concluido. Posteriormente, durante el resto de su vida, uno debería alcanzar el quinto, sexto y séptimo cuerpo, y en los últimos veinticinco años se suponía que debía alcanzar el séptimo cuerpo. Por eso se consideraba crucial la edad de cincuenta años. En ese momento, el ser humano se convierte en un wanaprasth, que solamente significa que a partir de ahora deberá volver la vista hacia el bosque; ahora deberá alejar su mirada de la humanidad, la sociedad y el mundo.

Los setenta y cinco años eran otro punto de revolución, en el que un hombre debía iniciarse al sannyas. Volver la mirada hacia el bosque significa retirarse de las multitudes y la gente; sannyas significa que ha llegado el momento de mirar más allá del ego, de trascender el ego. Aunque haya

renunciado a todo lo demás, el «yo» seguirá estando en el bosque, pero a los setenta y cinco años también tiene que renunciar a este «yo». No obstante, la condición es que, en nuestra vida de padre de familia, debemos atravesar y desarrollar los siete cuerpos para que el resto del viaje sea espontáneo y feliz. Si esto no sucede será muy difícil, porque hay un estado de desarrollo particular conectado con cada ciclo de siete años. Si el cuerpo físico de un niño no crece totalmente durante los primeros siete años de vida siempre será un niño enfermizo. Como mucho, podemos procurar que no siga enfermo, pero nunca será un niño sano porque se han quebrantado los fundamentos básicos de la salud, que se debían haber desarrollado durante los siete primeros años. Se interrumpió la época de desarrollo en la que se tenía que haber convertido en algo fuerte y sólido.

Es como hacer los cimientos de una casa: si los cimientos son débiles será difícil —aunque no imposible— arreglarlo una vez que se ha alcanzado el techo. Sólo se pueden poner bien los cimientos en esta fase. Así que, durante los primeros siete años, si hay unas condiciones adecuadas para el primer cuerpo, el cuerpo se desarrolla plenamente. Pero si el segundo cuerpo y las emociones no se desarrollan completamente durante los siete años siguientes, pueden aparecer innumerables perversiones sexuales. Y después es muy difícil remediarlas. Por tanto, el periodo de desarrollo de cada cuerpo particular es crucial.

En cada paso de la vida, cada cuerpo tiene un momento predeterminado de desarrollo. Puede haber una ligera diferencia de uno a otro, pero eso no viene al caso. Si la sexualidad del niño no se desarrolla antes de los catorce años, toda su vida se convertirá en una larga y penosa prueba. Si a la edad de veintiún años el intelecto todavía no se ha desarrollado, tendrá pocas posibilidades de desarrollarse posteriormente. Pero hasta el momento hemos llegado a un acuerdo: cuidamos del primer cuerpo y después nos ocupamos de mandar al niño al colegio para que también desarrolle su intelecto. Pero nos olvidamos de que los otros cuerpos también tienen un tiempo limitado, y si lo perdemos nos encontraremos con muchas dificultades.

A un hombre le cuesta cincuenta años desarrollar el cuerpo que debía haber desarrollado en veintiún años. Obviamente, no tendrá tanta energía a los cincuenta años como a los veintiuno, de modo que tendrá que hacer un gran esfuerzo. Lo que podía haber logrado de una forma mucho más sencilla a los veintiún años le resultará largo y penoso.

Todavía se encontrará con otra dificultad más: a los veintiún años estaba justo a las puertas, pero se le escapó. Ahora, durante treinta años sucesivos, habrá estado en tantos sitios que perderá de vista la entrada correcta. Errará sin rumbo y le será imposible encontrar el sitio donde estuvo a los veintiuno, donde sólo hacía falta un ligero empujón para abrir la puerta.

Por eso se necesita una situación muy organizada hasta que los niños tengan veinticinco años. Debería estar tan bien planificado que esto les pudiera llevar hasta el plano del cuarto cuerpo. Después del cuarto cuerpo, el resto es fácil. Ya se han colocado los cimientos, ahora sólo falta que dé frutos. El árbol está bien formado hasta el cuarto cuerpo; después empieza a dar frutos en el quinto cuerpo y culmina en el séptimo. Quizá tengamos que hacer alguna

concesión aquí y allá, pero tendríamos que ser muy cuidadosos con los cimientos.

A este respecto, habría que tener presentes algunas cosas. En los primeros cuatro cuerpos hay algunas diferencias entre el hombre y la mujer. Por ejemplo, si el individuo es un hombre, su cuerpo físico será masculino. Pero su segundo cuerpo —el etéreo, que está después del físico— es femenino, porque el polo femenino y el masculino no existen independientemente. El cuerpo masculino y el femenino, en términos de electricidad, son cuerpos positivos y negativos.

El cuerpo físico de la mujer es negativo; en consecuencia, nunca es agresiva en el aspecto sexual. Ella puede soportar la violencia del hombre en este aspecto, pero no puede ser violenta. No podrá hacerle ninguna cosa al hombre sin su consentimiento. El primer cuerpo del hombre es positivo, agresivo. Puede, por tanto, ser agresivo con la mujer sin su consentimiento; tiene un primer cuerpo agresivo. Pero negativo no significa cero o estar ausente. En términos de electricidad, negativo significa receptividad, depósito. En el cuerpo de la mujer, la energía está reservada; hay mucha energía en reserva. Pero no es activa; es inactiva.

Por eso las mujeres no crean; no escriben poesía ni hay grandes pintoras o investigadoras científicas. Esto es debido a que para un trabajo de investigación o un trabajo creativo es necesario ser agresiva. Sólo puede esperar; por eso, sólo puede crear niños.

El hombre tiene un cuerpo positivo, pero siempre que hay un cuerpo positivo debe haber otro negativo al lado; si no, no durará. Ambos están presentes a la vez, el círculo se cierra. El segundo cuerpo del hombre es femenino, mientras que el segundo cuerpo de la mujer es masculino. Por eso —y este es un hecho muy interesante—, el hombre parece y es muy fuerte en lo que al cuerpo físico se refiere. Pero detrás de esta fuerza exterior se halla un débil cuerpo femenino. Por eso sólo consigue mostrar su fuerza en algunos momentos aislados. A la larga pierde a manos de la mujer, ya que detrás de su débil cuerpo femenino se encuentra un fuerte cuerpo positivo.

Por este motivo, la capacidad de resistencia de la mujer, su capacidad de aguante, es mayor que la del hombre. Si un hombre y una mujer padecen la misma enfermedad, la mujer puede soportarla mejor que el hombre. Las mujeres tienen niños. Si los hombres tuviesen que tener niños se darían cuenta de la dolorosa prueba que hay que pasar. Quizá así no sería necesaria la planificación familiar, porque el hombre no puede soportar tanto dolor durante tanto tiempo. Puede darle un ataque de rabia durante un minuto o dos, luchar con una almohada, pero no puede llevar a un niño en su vientre durante nueve meses, ni criarle pacientemente durante años. Si el niño está llorando toda la noche sería capaz de estrangularle. No será capaz de soportar la molestia. Tiene una fuerza extraordinaria, pero detrás de esto hay un frágil y delicado cuerpo etéreo. A causa de esto, no puede soportar el dolor ni la incomodidad. Por eso la mujer cae enferma menos que el hombre, y su vida es más larga.

El tercer cuerpo del ser humano —es decir, el cuerpo astral— será de nuevo masculino, y el cuarto, o cuerpo psíquico, volverá a ser femenino. En la

mujer sucede a la inversa. La división de lo masculino y lo femenino sólo existe hasta el cuarto cuerpo; el quinto cuerpo está más allá del sexo. Por eso, en cuanto se alcanza el atman ya no hay masculino ni femenino, pero no hasta entonces.

Se me ocurre otra cosa relacionada con esto. Como todos los hombres tienen un cuerpo femenino en su interior, y todas las mujeres tienen un cuerpo masculino, el matrimonio sólo tendrá éxito si coincide que la mujer encuentra un marido idéntico a su cuerpo masculino, o si el hombre se casa con una mujer que es idéntica a su cuerpo femenino interno; de lo contrario, no tendrá éxito.

El 99 por 100 de los matrimonios son un fracaso por este motivo, porque todavía no conocen la regla intrínseca del éxito. Mientras no seamos capaces de averiguar la alianza correcta entre los cuerpos de energía respectivos de las dos personas, los matrimonios seguirán estando abocados a ser un fracaso a pesar de todos los intentos que hagamos en otro sentido. Sólo habrá matrimonios con éxito si se tienen datos científicos absolutamente claros sobre los distintos cuerpos. A un niño o una niña que haya alcanzado el punto del despertar de la kundalini le resultará muy sencillo elegir al compañero correcto en su vida. Uno puede escoger correctamente en el exterior cuando conoce todos los cuerpos internos. Pero antes de conocerlos es muy difícil.

Por eso, los que sabían, insistían en que el niño debía guardar celibato durante los veinticinco años iniciales para desarrollar los cuatro primeros cuerpos, y sólo después se podía casar... porque ¿con quién se va a casar? ¿Con quién quiere pasar el resto de su vida? ¿A quién está buscando? ¿Qué tipo de hombre busca una mujer? Busca al hombre que está en su interior. Si resulta que, casualmente, se conecta con la persona adecuada, entonces el hombre y la mujer estarán satisfechos; de lo contrario, habrá insatisfacción y, a raíz de esto, aparecerán mil y una perversiones. El hombre irá a una prostituta o buscará a la mujer de al lado. Día a día, su desesperación irá en aumento, y a medida que aumenta el intelecto del hombre tenderá a aumentar su infelicidad.

Si el desarrollo de una persona se detiene a los catorce años no padecerá esta agonía, porque el sufrimiento comienza con el desarrollo del tercer cuerpo. Si sólo se hubiesen desarrollado los dos primeros cuerpos, el hombre estaría satisfecho con el sexo. Por tanto, hay dos posibilidades: o bien deberíamos hacer que el niño se desarrollara hasta el cuarto cuerpo durante los veinticinco primeros años, los años de celibato, o deberíamos fomentar los matrimonios de niños. Matrimonio de niños significa casarse antes de que se desarrolle el intelecto, de modo que la persona se queda estancada en el sexo; esto no originará ningún conflicto porque la relación se da enteramente en el plano animal. La relación en un matrimonio de niños es puramente sexual; en este matrimonio no hay posibilidad de que haya amor.

Actualmente, en lugares como América, donde la educación ha hecho grandes progresos y donde el tercer cuerpo se ha desarrollado completamente, los matrimonios no duran. Es inevitable porque el tercer cuerpo se rebela ante una relación equivocada. De modo que acaba en divorcio porque no es posible prolongar este tipo de matrimonio.

La forma de educación correcta es aquella que desarrolla los cuatro primeros cuerpos. La educación correcta es aquella que te lleva hasta el cuarto cuerpo. Entonces, el cometido de la educación se habrá completado. No hay ninguna educación que te ayude a entrar en el quinto cuerpo; tienes que llegar por tus propios medios. Una educación adecuada te llevará fácilmente hasta el cuarto cuerpo. Después comienza el desarrollo del quinto cuerpo, que es muy valioso y personal. La kundalini es el potencial del cuarto cuerpo; por eso, la kundalini es un fenómeno psíquico. Espero que ahora os haya quedado claro.

Capítulo 4

LAS BASES DE LA ARMONÍA EN LOS TRES PRIMEROS CUERPOS

¿Cómo debería preparar el meditador su cuerpo físico, etéreo y astral para el despertar de la kundalini?

Lo primero que hay que entender a este respecto es que la total armonía entre el primero, segundo y tercer cuerpo es absolutamente esencial. Si no hay una conexión armónica entre estos tres cuerpos, el despertar de la kundalini puede ser perjudicial. Para que tenga lugar esta armonía, esta correspondencia, son muy necesarias una serie de circunstancias.

En primer lugar, mientras ignoremos y seamos insensibles al cuerpo físico, este cuerpo no podrá establecer una armonía con los demás cuerpos. Cuando digo insensibles me refiero a que no somos totalmente conscientes del cuerpo. Cuando caminamos, apenas somos conscientes del hecho de que estamos caminando. Cuando estamos de pie, apenas somos conscientes del hecho de estar de pie. Cuando comemos, apenas somos conscientes de este hecho. Cualquier actividad que hagamos con el cuerpo, la hacemos inconscientemente, como un sonámbulo. Si no somos conscientes de este cuerpo, seremos doblemente inconscientes de los demás cuerpos internos, porque son más sutiles. Si no somos conscientes del cuerpo manifiesto que es visible a simple vista, ni siquiera se planteará la posibilidad de ser conscientes de los cuerpos sutiles. Es imposible ser conscientes de ellos. Sin conciencia no hay armonía. La armonía sólo es posible en un estado consciente. En un estado inconsciente se destruye toda la armonía.

Por tanto, lo primero que hay que hacer es ser conscientes del cuerpo. Es absolutamente necesario recordarlo en cada pequeño movimiento del cuerpo. Deberíamos poner atención en todo lo que hacemos. Como solía decir Buda: «Al andar por el camino sé consciente de que estás andando. Cuando levantas el pie derecho tu mente debería ser consciente de que se ha levantado el pie derecho. Mientras duermes por la noche deberías ser consciente de cuándo te das la vuelta.»

Hay una anécdota de la vida de Buda cuando todavía sólo era un buscador. Pasaba por un pueblo con un compañero. Estaban conversando, cuando una mosca se posó en el cuello de Buda. En medio de la discusión levantó la mano para espantar la mosca. Ésta salió volando pero, de repente, Buda se detuvo:

—He cometido un grave error —le comentó Buda a su compañero.

Después volvió a levantar la mano como queriendo espantar la mosca otra vez.

El compañero de búsqueda exclamó sorprendido:

—¿Qué estás haciendo? Ya no hay ninguna mosca.

Buda respondió:

—Estoy espantando la mosca como debería haberlo hecho. Ahora soy totalmente consciente de lo que estoy haciendo. Ahora, cuando levanto la mano, soy totalmente consciente de que lo estoy haciendo y de que la mano se dirige hacia mi cuello para espantar la mosca. Antes estaba hablando contigo; mi atención era mecánica. He cometido un pecado contra mi cuerpo.

Si empezamos a hacer todos nuestros actos físicos con total atención, se romperá la identificación con el cuerpo físico. Si estás totalmente atento cuando levantas una mano, te sentirás separado de la mano..., porque el que la levanta es diferente a aquello que se levanta. La sensación de estar separado del cuerpo físico es el comienzo de la conciencia del cuerpo etéreo. Entonces, como dije antes, también deberías ser totalmente consciente del segundo cuerpo.

Imagínate que está tocando una orquesta. La orquesta está formada por muchos instrumentos. Si entre el público hay alguien que nunca ha escuchado una orquesta sólo oír los tambores, ya que es el instrumento que suena más fuerte; no será capaz de distinguir las notas más suaves de los demás instrumentos. Pero si se empieza a hacer consciente de la música, poco a poco, captará las notas más suaves. A medida que su conciencia va aumentando empezará a captar las notas más sutilmente delicadas. Después, a medida que su conciencia sigue aumentando, no sólo oír las notas sino que también se hará consciente del espacio que hay entre dos notas..., del silencio entre dos notas. Entonces habrá comprendido la música. El intervalo, la separación, es lo último que se capta. Entonces se puede decir que su comprensión de la música es completa.

El intervalo, el silencio entre dos notas, tiene su propio significado. En realidad, las notas solamente acentúan ese silencio. El auténtico sentido de la música es resaltar la importancia del silencio.

Si has visto las pinturas japonesas o chinas te habrá sorprendido que el dibujo siempre se encuentra en una esquina; el resto del lienzo está vacío. En ninguna otra parte del mundo se encuentra este estilo de pintura, porque los artistas no han pintado tan meditativamente en ningún otro lugar. De hecho, sólo los meditadores de China o Japón se han dedicado a la pintura. Si le preguntas al pintor por qué ha desperdiciado un lienzo tan grande para un dibujo tan pequeño, cuando podía haber usado un lienzo ocho veces más pequeño, te contestará que ha trabajado específicamente en una parte del lienzo para hacer resaltar el espacio vacío de las siete octavas partes del lienzo. Esta es la proporción que hay en la realidad.

Normalmente, si dibujas un árbol al aire libre te ocupará todo el lienzo. En realidad, el árbol debería estar en una esquina, como si fuese insignificante comparado con la amplitud del cielo. Esta es la proporción real. El árbol sólo podrá estar vivo cuando tenga la proporción correcta de espacio dentro del lienzo. Por tanto, todos nuestros cuadros están desproporcionados. Si un

meditador hace música, habrá menos sonido y más silencio, porque todas las notas serán pequeñas si las comparamos con el silencio que las une. Los sonidos sólo tienen una utilidad: sugerir el vacío, el silencio, y después desaparecer. Cuanto más profundices en la música, más profunda se volverá tu sensación de silencio.

La finalidad de nuestro cuerpo físico es únicamente darte una percepción de tus cuerpos más sutiles, pero nunca lo usamos con este fin. Nos quedamos enganchados en el cuerpo físico porque estamos dormidos y nos identificamos con él. Estamos dormidos; de este modo vivimos en el cuerpo de una forma muy inconsciente. Si te haces consciente de cada uno de los actos de este cuerpo empezarás a sentir la presencia del segundo cuerpo. El segundo cuerpo también tiene su propia actividad, pero no conocerás el cuerpo etéreo hasta que no seas totalmente consciente de las actividades del cuerpo físico, puesto que el cuerpo etéreo es más sutil. Si eres totalmente consciente de las actividades del cuerpo físico empezarás a sentir los movimientos del segundo cuerpo. Después te sorprenderás de que las vibraciones etéreas están funcionando todo el tiempo dentro de ti.

Un hombre se enfada. El enfado nace en el cuerpo etéreo, pero se manifiesta en el primer cuerpo. Básicamente, el enfado es una actividad del segundo cuerpo; el primer cuerpo se usa como medio de expresión. Por tanto, si quieres, puedes impedir que el enfado llegue al primer cuerpo. Esto es lo que se hace con la represión. Supón que estoy lleno de rabia: tengo ganas de pegarte con un palo, pero me detengo. El pegar es una actividad del primer plano. Básicamente hay enfado, pero ahora ya no hay una manifestación del enfado. Me puedo contener para no pegar; incluso soy capaz de sonreírte si lo deseo. Pero, en mi interior, la rabia se ha extendido por el segundo cuerpo. Por consiguiente, lo que sucede con la represión es que nos reprimimos en el plano de la manifestación, aunque la rabia ya está presente en su fuente primordial. Cuando empieces a ser consciente del proceso del cuerpo físico empezarás a entender la actividad del amor, la rabia y el odio dentro de ti; te harás consciente de su presencia. Hasta que no captés la actividad de estas emociones que surgen en el segundo cuerpo, lo único que podrás hacer es reprimirlas. No podrás librarte de ellas porque sólo te harás consciente cuando alcancen el primer cuerpo; y, en muchas ocasiones, ni siquiera entonces: a menudo sólo te das cuenta cuando ya han alcanzado el cuerpo de otra persona. Somos tan insensibles que no nos damos cuenta de lo que hemos hecho hasta que la bofetada alcanza la cara de la otra persona. Después de la bofetada nos damos cuenta de que ha sucedido algo.

Todas las emociones surgen en el cuerpo etéreo. Por eso también llamo cuerpo emocional al segundo cuerpo, al cuerpo etéreo. Tiene sus propios impulsos, sus actividades de rabia, amor, odio, desasosiego. Llegarás a conocer estas vibraciones.

El cuerpo etéreo se encoge cuando tiene miedo. El proceso de encogernos que sentimos cuando tenemos miedo no pertenece al primer cuerpo. El primer cuerpo sigue igual; no hay ningún cambio en él. Pero el efecto de esta contracción del cuerpo etéreo se vuelve evidente en la forma de caminar de una persona, en la forma de sentarse. Parece que está subyugado todo el

tiempo. No está erguido. Al hablar balbucea. Le tiemblan las piernas cuando camina; le tiemblan las manos cuando escribe.

Cualquier persona es capaz de ver la diferencia entre la forma de escribir de un hombre y la de una mujer; no es en absoluto difícil. La letra de una mujer nunca es recta. No importa lo simétricas y bien hechas que estén las letras, siempre habrá signos de temblor. Es una característica femenina y proviene del cuerpo femenino. La mujer siempre está temerosa; su personalidad está marcada por el miedo. De modo que se puede distinguir la letra de una mujer o la de un hombre sin mucha dificultad. Por la letra, también podemos saber si un hombre es muy miedoso. No hay diferencia entre los dedos de una mujer y los de un hombre, ni tampoco en la forma de agarrar el bolígrafo. En lo que se refiere al primer cuerpo no hay diferencias entre los dos, pero en el plano del segundo cuerpo, la mujer es temerosa.

Ni siquiera la mujer contemporánea ha logrado no tener miedo. Es tal el estado de nuestra sociedad, nuestra cultura y nuestro pensamiento que aún no hemos sido capaces de conseguir que la mujer no tenga miedo. Está temerosa todo el tiempo, y las vibraciones de su miedo se extienden a su personalidad. El grado de valentía o de miedo de los hombres también se puede calcular por su letra. El estado del miedo está en el plano de lo etéreo. Os he dicho que estéis atentos a todos los sucesos del cuerpo físico, pero del mismo modo debéis estar atentos a los procesos del cuerpo etéreo. Cuando estás enamorado, sientes como si te expandieras. La libertad que sientes en el amor se debe a esta expansión. Ahora estás con alguien con el que no tienes nada que temer. Con la persona a la que quieres no tienes motivos para tener miedo. A decir verdad, amar significa no tener miedo en presencia de alguien con quien puedes florecer del todo, sin importar quién seas. Por eso, en los momentos de amor tienes la sensación de expandirte. El cuerpo físico sigue siendo el mismo, pero el cuerpo etéreo interno florece y se expande.

En la meditación siempre hay experiencias del cuerpo etéreo. El meditador puede sentir que su cuerpo se expande..., se expande tanto que llena toda la habitación. Sin embargo, su cuerpo físico sigue igual. Cuando abre los ojos se sorprende al ver que su cuerpo sigue igual. Pero la sensación de la experiencia continúa y le hace darse cuenta de que lo que sintió no era falso. La experiencia está muy clara, llenaba toda la habitación. Esto es una actividad del cuerpo etéreo; sus posibilidades de expansión son ilimitadas. También se expande y se contrae según las emociones. Puede expandirse hasta llenar la tierra; se puede contraer hasta entrar en un átomo.

Empezarás a darte cuenta de los movimientos del cuerpo etéreo, sus expansiones y contracciones, y en qué situaciones se contrae o se expande. Si el meditador empieza a vivir procesos en los que se expande, habrá armonía. Si empieza a vivir en condiciones que hacen que se encoja, no habrá armonía entre los dos cuerpos. Su naturaleza innata es la expansión. Si se expande totalmente, si florece del todo, se conecta al primer cuerpo mediante un puente. Si se vuelve temeroso y se encoge, se rompen todos los lazos con el primer cuerpo y se queda aislado en un rincón.

Hay otros procesos del segundo cuerpo que se pueden conocer por medio de métodos diferentes. Por ejemplo, una persona está perfectamente bien, completamente sana. Pero si alguien le dice que le han condenado a muerte,

palidecerá inmediatamente; no ha habido ningún cambio en su primer cuerpo, sin embargo, hay un cambio inmediato en su cuerpo etéreo. Su cuerpo etéreo está listo para abandonar el cuerpo físico. Si el dueño de una casa se entera de que tiene que abandonar la casa inmediatamente, desaparecerá toda la alegría, toda la gracia; se alterará todo. En cierto sentido, el segundo cuerpo ha cortado los lazos con el primero. La ejecución tendrá lugar dentro de algún tiempo o quizá no suceda; sin embargo, la conexión con el primer cuerpo se ha interrumpido.

Si te ataca un hombre con una pistola en la jungla, o un león, aunque a tu cuerpo físico todavía no le ha ocurrido nada, el cuerpo etéreo se prepara rápidamente para marcharse y se separa a mucha distancia del primer cuerpo. Por tanto, puedes observar el funcionamiento del segundo cuerpo de una forma sutil, y lo puedes hacer sin dificultad. La dificultad estriba en que no acertamos a observar el funcionamiento del cuerpo físico. Si lo hiciésemos, empezariamos a notar las funciones del segundo cuerpo. Cuando el funcionamiento de ambos esté claro, este mismo hecho hará que haya armonía entre los dos. Después hay un tercer cuerpo, el cuerpo astral. Sus funciones son claramente más sutiles; más sutiles que el miedo, la rabia, el amor y el odio. Es difícil captar su funcionamiento, a menos que conozcamos el segundo cuerpo por completo. Desde el primer cuerpo es incluso más difícil entender el tercer cuerpo, porque la distancia es mayor y el intervalo más grande; en el primer plano somos inconscientes. El segundo cuerpo está más cerca, por eso entendemos un poco cómo funciona. Es como si fuese nuestro vecino: a veces podemos oír el ruido de las cacerolas, o el llanto de un niño en la casa de al lado. Pero el tercer cuerpo es el vecino del vecino y no nos llega ningún ruido de su casa.

El fenómeno del tercer cuerpo es todavía más sutil. Sólo lo podemos captar si percibimos totalmente las emociones.

Cuando las emociones se condensan, se convierten en acción. Y las ondas astrales son más sutiles que las ondas emocionales. Por eso, si no expresas tu enfado nunca podré saber que estás enfadado conmigo, porque sólo puedo verlo cuando entra en acción. Pero tú puedes verlo de antemano. Puedes sentir cómo surge en tu cuerpo etéreo. Esta rabia que ha aparecido tiene sus propios átomos que provienen del cuerpo etéreo. Si no surgiesen estos átomos, no podrías enfadarte.

Puedes decir que el cuerpo astral es un conjunto de vibraciones. Este ejemplo te ayudará a entender mejor los diferentes estados de este cuerpo. Podemos tener agua, y podemos tener hidrógeno y oxígeno separados; en el oxígeno no hay rastro del agua, y en el agua tampoco hay rastro del oxígeno. Ni el oxígeno ni el hidrógeno tienen las propiedades del agua, pero ambos se combinan para formar el agua; cada uno tiene una propiedad oculta que se manifiesta cuando se combinan. En el cuerpo astral no puedes encontrar rabia ni amor, odio ni miedo. Pero hay vibraciones que se manifiestan al combinarse con el segundo cuerpo. De modo que si eres totalmente consciente del segundo cuerpo, si estás completamente atento a tu rabia, entonces te darás cuenta de que algunas reacciones suceden antes de que surja la rabia. En otras palabras, el origen no es la rabia. Es la segunda parte de un suceso que ya ha tenido lugar en otro sitio.

Aparece una burbuja en el fondo del lago y empieza a ascender. No podemos verla cuando sale de la arena, en el fondo del lago. Cuando alcanza la mitad de la profundidad todavía sigue siendo invisible. Cuando está a corta distancia de la superficie empieza a hacerse visible, aunque es muy pequeña. Entonces, a medida que sube a la superficie, se va haciendo cada vez más grande porque el peso y la presión del agua disminuyen mientras va subiendo. Ahora ya podemos divisarla. En las profundidades, la presión del agua la mantenía pequeña, pero a medida que va ascendiendo la presión es menor, hasta que alcanza su tamaño natural. Pero cuando alcanza toda su dimensión explota.

Ha viajado un largo camino. Había sitios donde no podíamos verla pero, a pesar de todo, estaba escondida debajo de la arena. Después salió de ahí pero seguía siendo invisible porque el agua hacía presión hacia abajo. Después se acercó a la superficie desde donde la podíamos ver, aunque seguía siendo muy pequeña. Entonces, subió hasta la superficie donde la podíamos ver entera..., pero entonces explotó.

La burbuja de la rabia se desarrolla así, y cuando llega al primer cuerpo explota. Cuando llega a la superficie se manifiesta. Si lo deseas, puedes detenerla en el segundo cuerpo, pero eso sería represión. Si te fijas en el cuerpo etéreo, te asombrará comprobar que ya ha viajado un trecho. Pero en su lugar de origen se encuentra en forma de vibraciones de energía.

Como os dije antes, no hay diferentes tipos de materia sino diferentes combinaciones de las mismas partículas de energía. El carbón y el diamante son lo mismo, la diferencia está en la combinación de las partículas de energía. Si descompones la materia en sus componentes, al final sólo quedará energía eléctrica. Las diferentes combinaciones de estas ondas energéticas dan lugar a la formación de sustancias diferentes. Todas las sustancias son distintas en la superficie pero, en el fondo, son lo mismo.

Si despiertas al cuerpo etéreo y vas hasta el origen de las emociones te encontrarás, de pronto, en el cuerpo astral. Entonces, te darás cuenta que enfadarse no es enfadarse, perdonar no es perdonar; en ambos vibra la misma energía. La energía que hay en las vibraciones de amor y de odio es la misma. La única diferencia es la naturaleza de las vibraciones.

Cuando el amor se transforma en odio y el odio en amor, nos preguntamos cómo es posible que dos sentimientos opuestos se puedan transformar el uno en el otro. Por ejemplo, una persona a la que hasta ayer llamaba mi amigo, hoy es mi enemigo. Entonces me consuelo diciendo que quizá me equivoqué, que nunca fue mi amigo, porque ¿cómo se puede convertir tu amigo en un enemigo? La energía que vibra en la amistad y la enemistad es la misma; la diferencia sólo está en la naturaleza de las vibraciones. La diferencia está en la estructura de las ondas. Lo que llamamos amor es amor por la mañana y odio por la noche. Por la tarde es amor y por la noche se transforma en odio. Es una situación complicada. A la persona que queremos por la mañana la odiamos por la noche.

Freud tenía la impresión de que amamos a quienes odiamos, y odiamos a quienes amamos. Hasta cierto punto, tenía razón en los motivos que exponía, pero como no tenía conocimiento de los otros cuerpos del hombre no pudo avanzar más en sus investigaciones. La razón que dio era muy superficial. Dijo

que la relación con la madre es la primera relación que experimenta el niño; la madre es el primer objeto que ama. Cuando la madre lo cuida y le da atención, el niño la quiere, y si la madre le riñe o le castiga, el niño la odia. Por tanto, en su mente hay dos sentimientos acerca del mismo objeto: su madre, a la que odia del mismo modo que la quiere. A veces siente que querría matarla, y otras veces siente que no puede vivir sin ella, que es su propia respiración.

Este pensamiento dual convierte a la madre en su primer objeto de amor y odio. Después, durante toda su vida, odiará a las personas que también quiere debido a esta asociación en su mente.

Esto es un descubrimiento muy superficial. Ha captado la burbuja en la superficie, justo cuando estaba a punto de explotar. Si un niño es capaz de amar y odiar a su madre a la vez, esto significa que la diferencia entre el amor y el odio es cuantitativa y no cualitativa. El amor y el odio no se pueden manifestar juntos a la vez. Sólo pueden estar los dos presentes si se cumple una condición... que sean transmutables; sus ondas pueden oscilar de uno a otro. Por tanto, sólo en el tercer cuerpo llega el meditador a entender el porqué la mente está llena de emociones opuestas. Por la mañana llega una persona, se postra a mis pies y me saluda como si fuera un santo..., su amado maestro. La misma persona viene por la noche, me insulta y dice «este hombre es el diablo en persona». Al día siguiente vuelve, me llama su maestro y me toca los pies. Entonces, los demás vienen y me aconsejan que no le haga caso, puesto que a veces me llama Dios y a veces el diablo. Les contesto que es la única persona en la que puedo confiar. No debemos culparle. No está haciendo declaraciones contradictorias; mejor dicho, sus declaraciones pertenecen al mismo espectro. Son peldaños de la misma escalera, la diferencia sólo es cuantitativa. De hecho, en cuanto dice «amado Maestro» se está aferrando a una de las partes. La mente está formada por pares de opuestos, ¿dónde se ha quedado la otra parte? Estará escondida detrás de la primera, esperando a que ésta se agote. Finalmente, la primera se cansará, pues ¿cuanto tiempo puede seguir diciendo «amado Maestro»? Cuando se canse, aparecerá la segunda parte que le impulsará a decir: «Este hombre es el diablo en persona.» Pero no son dos cosas, son la misma.

No podremos ser capaces de resolver los problemas del hombre hasta que lleguemos a entender que las emociones opuestas son formas de la misma energía. El mayor problema con el que nos enfrentamos es que cuando amamos también odiamos. Estamos dispuestos a matar a la persona sin la cual no podemos vivir. Nuestro amigo, en el fondo, también es nuestro enemigo. Este es nuestro problema, y siempre que haya relaciones, esto planteará un gran dilema. Pero hay que dejar claro que la energía subyacente de las emociones opuestas es la misma, no hay ninguna diferencia.

Ordinariamente, consideramos que la luz y la oscuridad son dos cosas opuestas, esto es incorrecto. En términos científicos, la oscuridad es la luz en su manifestación mínima. Sí lo intentamos, también encontraremos luz en la oscuridad. Donde no hay luz, no hay oscuridad. Si nuestros instrumentos científicos no son capaces de captarlo, eso es otro asunto. Nuestros ojos serán incapaces de discernir la luz en la oscuridad, pero luz y oscuridad están en el mismo plano, son formas y vibraciones distintas de la misma energía.

Resultará más sencillo entenderlo de este modo: creemos que la luz y la oscuridad son fenómenos totalmente opuestos, pero no creemos que el frío y el calor se opongan hasta ese punto. Sería interesante llevar a cabo un experimento. Deja que una de tus manos se caliente en una estufa y pon la otra dentro del hielo. Ahora coloca las dos manos en un cubo con agua a temperatura ambiente. Te costará trabajo decidir si el agua está caliente o fría. Una mano te dirá que está caliente y la otra que está fría. No sabrás qué decir porque ambas manos son tuyas. En realidad, calor y frío no son dos cosas diferentes; son experiencias relativas.

Cuando decimos que algo está frío, esto quiere decir que nosotros estamos más calientes. Cuando decimos que está caliente, significa que nosotros estamos fríos; sólo estamos expresando la diferencia cuantitativa de la temperatura entre el objeto y nosotros, nada más. No hay cosas calientes ni frías, o también puedes decir que lo que está caliente también está frío. De hecho, caliente y frío son términos engañosos. Deberíamos hablar en términos de temperatura, esa sería la expresión correcta. El científico tampoco usa los términos caliente y frío. Dice que la temperatura de una cosa es tantos grados. Caliente y frío son términos poéticos. Son peligrosos para la ciencia porque no conllevan nada.

Si un hombre entra en una habitación y dice que está fría, no sabemos qué está diciendo. Quizá tenga fiebre y sienta que la habitación está fría, aunque no esté tan fría. Por eso, hasta que el hombre no sepa cuál es la temperatura de su cuerpo, la temperatura de la habitación no tiene sentido. Podemos decir: «No hagas comentarios de si la habitación está caliente o fría, simplemente di cuál es la temperatura de la habitación.» Los grados no nos dan ninguna idea de calor o frío, sólo nos informan de cuál es la temperatura. Si la temperatura es más baja que la de tu cuerpo, sentirás frío; si es más alta, sentirás calor. Lo mismo sucede con la luz y la oscuridad, depende de tu capacidad de ver. La noche nos parece oscura, pero no le sucede lo mismo al búho. Al búho le parece oscuro el día. Debe estar preguntándose: «El hombre es una criatura realmente extraña, ¡se pasa toda la noche despierto!» Generalmente, el hombre considera tonto al búho, pero no sabe cuál es la opinión que tiene el búho de él. Para el búho el día es la noche, y es de noche cuando es de día. ¡Debe estar admirado de lo ridículo que es el hombre!. Piensa: «Entre los seres humanos hay muchos sabios, y a pesar de eso, están despiertos por la noche y cuando se hace de día se van a dormir. Cuando llega la hora de estar despiertos y hacer cosas, esas pobres criaturas se van a dormir.» Los ojos del búho pueden ver de noche. Como puede ver de noche, la noche no es oscura para él.

Las vibraciones del amor y el odio son como las de la oscuridad y la luz, tienen su propio porcentaje. Cuando empiezas a ser consciente del tercer plano te encontrarás en una situación extraña: la elección de amar u odiar no está en tus manos. Entonces sabrás que son dos nombres distintos para una misma cosa.

Si escoges uno, estás escogiendo automáticamente el otro; no puedes evitar la segunda elección. Si le pides a una persona del tercer plano que te ame, te preguntará si también estás preparado para el odio. Por supuesto, dirás: «No, sólo quiero amor. ¡Dame amor, por favor!» Te responderá que no

es posible porque el amor es una de las formas de la vibración del odio. De hecho, el amor es la forma que te agrada, mientras que el odio es otra forma de la misma vibración que te desagradada.

Por eso, la persona que es consciente del tercer plano se empieza a liberar de los pares de opuestos. Por primera vez, se dará cuenta de que lo que consideraba como dos opuestos son una sola cosa y la misma. Dos ramas opuestas que forman parte del mismo tronco del árbol. Entonces, se reirá de su estupidez al tratar de destruir una para poder tener la otra. Antes no sabía que era imposible y que, en lo más profundo, el árbol era el mismo. Sólo podrás conocer el tercer plano después de despertar al segundo plano, porque el tercer cuerpo tiene vibraciones muy sutiles. Ahí no hay emociones, sólo vibraciones.

Si llegas a entender las vibraciones del tercer cuerpo empezarás a tener una experiencia única. Entonces, sólo con verla, serás capaz de saber qué clase de vibraciones rodean a una persona. Como no eres consciente de tus propias vibraciones es imposible que reconozcas las de otra persona; las vibraciones que emanan del tercer cuerpo se concentran alrededor de la cabeza. El halo que pintan en los dibujos de Buda, Mahavira, Rama y Krishna es el aura que se ve alrededor de sus cabezas. Se ha descubierto que tienen colores determinados. Si tienes la experiencia correcta del tercer cuerpo empezarás a detectar estos colores. Cuando empieces a detectarlos, no sólo verás los tuyos, sino también los de los demás.

De hecho, cuanto más profundamente empezamos a vernos, más profundamente empezaremos a ver a los demás..., en la misma proporción. Cuando lleguemos a conocer nuestro cuerpo etéreo empezaremos a ser conscientes de los cuerpos etéreos de los demás.

Cuando estás a punto de enfadarte, te das cuenta de antemano de lo que te va a suceder. Antes de que expreses amor se puede predecir perfectamente que estás haciendo preparativos para el amor. Conocer los sentimientos de los demás, después de todo, no es un hecho tan insólito. Si te haces consciente de tu propio cuerpo emocional será fácil captar los sentimientos de los demás, porque empezamos a ver todas las variaciones que hay. Cuando nos despertamos al tercer plano todo se vuelve muy sencillo, porque entonces podemos ver también los colores de la personalidad.

Los colores de la ropa de los sadhus y los sannyasins se escogieron por el color que se veía desde el tercer cuerpo. La elección era diferente en cada caso según en qué cuerpo se estaba poniendo énfasis. Por ejemplo, Buda escogió el amarillo porque hacía énfasis en el séptimo cuerpo. El aura de una persona que ha alcanzado el séptimo plano es amarilla; por tanto, Buda escogió el amarillo para sus bikkhus³. Por culpa de este color, los bikkhus budistas tuvieron dificultades para quedarse en India. El amarillo se identifica con la muerte. Y de hecho, es el color de la muerte, porque el séptimo plano es el plano de la muerte definitiva. De modo que en nuestro ser más profundo el amarillo está asociado con la muerte.

El color naranja nos da una sensación de vida. Por eso, los sannyasins vestidos de naranja eran más atractivos que los que estaban vestidos de amarillo, parecían estar vivos. Este color es el color de la sangre, el color del aura del sexto cuerpo: es el color del sol naciente. Los jainistas escogieron el

blanco, que es el color del quinto cuerpo, el cuerpo espiritual. Los jainistas insistían en dejar en paz a Dios, en apartar de la polémica a Dios y el nirvana, porque las discusiones científicas sólo son posibles hasta el quinto cuerpo. Mahavira fue un hombre de mente científica. Por eso, sólo hablaba acerca de temas que se pudieran resolver matemáticamente; aparte de eso, se negaba a hablar. No deseaba hablar mientras sus palabras estuviesen expuestas a errores, y se negó a desarrollar un misticismo. Mahavira decía que no se podía hablar sobre esto; era mejor practicarlo y experimentarlo. Por eso no habló de los planos que están más allá del quinto. Mahavira escogió el blanco por eso, porque es el color del quinto plano.

Desde el tercer plano empezará a ver colores que son consecuencia de las vibraciones sutiles que hay en nuestro interior. En un futuro próximo los podremos fotografiar. Si se pueden ver con el ojo humano, dentro de poco no escapan al objetivo de la cámara. Entonces, desarrollaremos una magnífica habilidad para valorar a las personas y su carácter. Hay un pensador alemán que se llama Lushev, que ha estudiado el efecto del color sobre millones de personas. Hay muchos hospitales en Europa y en América que están utilizando sus experimentos. El color que eliges revela muchas cosas de tu personalidad. Un hombre que tiene una enfermedad determinada prefiere un color determinado; una persona sana escoge un color totalmente distinto; una persona tranquila prefiere otro color; una persona ambiciosa escoge un color muy diferente al de una persona no ambiciosa. Con tu elección das una pista sobre lo que está ocurriendo en tu tercer cuerpo. Es un hecho curioso que si se capta el color que emana de tu tercer cuerpo, y si se compara con tu color preferido, resultará que son el mismo; escogerás un color parecido al que emana de tu tercer cuerpo.

Los colores tienen significados y usos maravillosos. Antes no se sabía que los colores eran tan significativos, ni que podían hablar de tu personalidad incluso externamente. Tampoco se sabía que el efecto de los colores puede alcanzar tu personalidad interna. No te puedes escapar. Por ejemplo, el color rojo siempre está conectado con la revolución. Es el color de la rabia y es difícil evitarlo. Por eso, los revolucionarios llevaban banderas rojas. Alrededor de una mente colérica hay un aura de color rojo. Es el color de la sangre, de la muerte, de la rabia y la destrucción.

Es muy curioso: si todas las cosas de la habitación fuesen rojas, aumentaría la presión de la sangre de todos los que estáis ahí sentados. Si una persona vive continuamente rodeada de rojo, su presión sanguínea nunca será normal. El color

³ Palabra comúnmente utilizada para referirse a los monjes budistas. (*N. del T.*)

azul hace que descienda la presión de la sangre; es el color del cielo y de la tranquilidad suprema. Si estás rodeado de azul, descenderá la presión de tu sangre.

Dejando a un lado al hombre, si llenas de agua una botella azul y la dejas al sol, la composición química del agua cambiará. El agua absorbe el color azul y éste modifica su composición. Esta agua tiene un efecto determinado en la

presión sanguínea del hombre. De un modo similar, si llenamos de agua una botella amarilla y la ponemos al sol, sus características cambiarán. El agua de la botella azul seguirá estando fresca durante días, mientras que la de la botella amarilla se pudrirá enseguida. El amarillo es el color de la muerte y desintegra las cosas.

Empezarás a ver círculos de colores a tu alrededor. Esto sucede en el tercer plano. Cuando eres consciente de estos tres cuerpos, esa misma conciencia originará una armonía entre ellos. Entonces, ningún tipo de *shaktipat*⁴ podrá ser perjudicial. La energía de *shaktipat* entrará en tu cuarto cuerpo a través de los niveles armoniosos de los tres primeros cuerpos; esta será la autopista por la que viajará. Si el camino no está listo habrá muchos peligros. Por eso he dicho que los tres primeros planos tienen que estar fuertes y en forma, sólo así podrá haber un desarrollo suave.

⁴ Transferencia de energía. (*N. del T.*)

Capítulo 5

LIMITACIONES CIENTÍFICAS Y POSIBILIDADES DE CONOCER LOS CUERPOS SUTILES

Lo que llamamos cuerpo físico y lo que llamamos alma no son dos cosas diferentes y separadas. Entre ellas no hay separación, sino unión. Siempre hemos creído que el cuerpo está separado del alma y que no hay nada que los conecte. También pensábamos que no sólo estaban separados sino que eran opuestos. Esta idea separó a la religión de la ciencia. Se suponía que la religión tenía que buscar lo que era diferente del cuerpo, mientras que la ciencia descubría todo lo relacionado con el cuerpo, todo excepto el atman, el alma. Por eso es natural que la una negara a la otra.

La ciencia se dedicaba al cuerpo físico, por eso preguntaba: «¿El cuerpo es real, pero dónde está el alma?» La religión investigaba lo interno y lo llamó alma. Dijo: «El espíritu es real, y lo físico es una ilusión.» Por ello, cuando la religión alcanzó la cima, describió el cuerpo como una ilusión, una fantasía, *maya*⁵, y dijo que realmente no existía. Proclamó que el atman era la verdad y el cuerpo era ilusión. Y cuando la ciencia alcanzó la cima negó el atman. Dijo: «El concepto de alma es falso, es una mentira. El cuerpo es todo». Este error es la causa que hay detrás del concepto de que el cuerpo y el atman son dos cosas opuestas.

He hablado de los siete cuerpos. Si el primer cuerpo es físico y el último espiritual, si no tomamos en consideración los cinco cuerpos que hay entre medias no habrá ningún puente que una estos dos cuerpos. Es como si fueras a subir por una escalera y descartases todos los peldaños que hay entre el primero y el último. Entonces, el primero y el último peldaño no estarían conectados.

Si te fijas en toda la escalera verás que el primer peldaño está conectado con el último. Y si la examinas más de cerca verás que el último peldaño forma parte del primero, y que el primer peldaño forma parte del último. De forma

similar, si tomamos los siete cuerpos, encontraremos una conexión entre el primero y el

⁵ Ilusión. (*N. del T.*)

segundo. El primer cuerpo es el cuerpo físico; el segundo es el cuerpo etéreo..., el cuerpo emocional. Sólo es una forma sutil del cuerpo físico y es inmaterial. Es tan sutil que todavía no ha sido totalmente captado por los medios físicos. Pero actualmente los físicos no niegan el hecho de que la materia física en su forma sutil se vuelve cada vez más escasa y menos física.

Por ejemplo, la ciencia moderna dice que si analizas la materia, ésta finalmente se reduce a electrones que no son materia, sino partículas eléctricas. Al final no queda nada que se parezca a la materia, sólo hay energía. La ciencia ha hecho un descubrimiento magnífico en los últimos treinta años. Aunque consideraba que la materia era una realidad, ha llegado a la conclusión de que la materia no existe y, sin embargo, la energía es un hecho. Actualmente la ciencia dice que la materia es una ilusión que surge debido al movimiento de la energía a velocidades elevadas. Si haces girar un ventilador a toda velocidad, no podrás ver las tres aspas. Sólo vemos un círculo que gira. Los espacios entre las aspas también aparecen cubiertos. En realidad, las aspas se mueven tan deprisa que antes de que el reflejo de una de las aspas llegue a tus ojos, ya está allí la siguiente. Después, le sigue rápidamente la tercera aspa, y van una detrás de otra sin que podamos ver los espacios vacíos que hay entre ellas. Puedes hacer que el ventilador vaya a tal velocidad que te puedes sentar encima de él y no darte cuenta que debajo de ti hay algo que se está moviendo. El espacio entre las aspas se rellena tan rápidamente que cuando acaba de pasar un aspa enseguida es reemplazada por la siguiente; no te das cuenta de que hay espacio vacío entre ellas. Sólo es una cuestión de velocidad.

Cuando la energía gira a una velocidad elevada parece materia. La energía atómica, en la que se basa toda la investigación científica moderna, nunca ha sido percibida visualmente, sólo son visibles sus efectos. La energía fundamental es invisible y nadie se plantea el poder verla, pero podemos observar sus efectos.

Si consideramos al cuerpo etéreo como un cuerpo atómico, esto no estará equivocado, porque en este caso tampoco podemos ver el cuerpo etéreo en sí, sino sus efectos. Tenemos que admitir que existe por los efectos. El segundo cuerpo es una forma sutil del primero; de ahí que no sea difícil conectarlos a los dos. De alguna forma, están unidos el uno al otro. Uno de ellos es palpable, por tanto lo puedes ver; el otro es sutil y no lo puedes ver. Más allá del cuerpo etéreo está el cuerpo astral. Es una forma de éter más sutil. La ciencia todavía no ha alcanzado a comprenderlo, pero ha llegado a la conclusión de que si analizamos la materia encontraremos que, en última instancia, lo que queda es energía. Esta energía se puede llamar éter. Si descomponemos el éter en sus componentes más sutiles lo que nos queda es el cuerpo astral, que es más sutil que lo sutil.

La ciencia aún no ha llegado al astral pero lo hará. Hasta hace poco, la ciencia sólo aceptaba la existencia de la materia y negaba la existencia del átomo. Prácticamente hasta ayer, la ciencia afirmaba que la materia era sólida.

Actualmente, dice que la sustancia sólida no existe y que la materia no es sólida. Han demostrado que ni siquiera las paredes que parecen tan sólidas lo son. Son porosas, y las cosas pueden pasar de un lado a otro a través de los agujeros. Quizá nos inclinemos a pensar que al menos debe ser sólido lo que hay alrededor de los poros, pero tampoco es sólido; los átomos son porosos.

Si ampliamos un átomo hasta que tenga el tamaño de la tierra encontraremos que entre los componentes del átomo hay la misma distancia que existe entre la tierra y la luna, o el sol y las estrellas. Entonces, podemos decir que al menos los componentes de los dos extremos deben de ser sólidos, pero la ciencia dice que tampoco lo son; son partículas eléctricas. La ciencia ni siquiera está dispuesta a aceptar la palabra partícula porque está asociada al concepto de materia. Partícula significa porción de materia, pero los componentes de los átomos no son materia, porque la materia es sólida y mantiene la forma, mientras que estos componentes están cambiando de forma constantemente. Más que partículas son como olas. Cuando surge una ola en el agua, antes de que puedas decir «esto es una ola» ya habrá cambiado, porque una ola es algo que va y viene continuamente. Pero la ola también es un suceso material, por eso la ciencia ha acuñado un nuevo término que no existía hace treinta años. Este término *escuanto*. Resulta difícil encontrar un término equivalente en hindi, del mismo modo que hay muchas palabras en hindi que no tienen un equivalente en inglés, por ejemplo, la palabra Brahman, o realidad cósmica. Las palabras se han formado por la necesidad de expresión de los que han tenido una experiencia. Cuando se experimentó Brahman, los que lo experimentaron sintieron la necesidad de acuñar una palabra para expresarlo, por eso la palabra brahman se ha acuñado en Oriente. En Occidente todavía no se ha llegado a este estadio, y no tienen una palabra equivalente porque no la necesitan.

Muchos términos religiosos no tienen equivalente en inglés por esta razón. Por ejemplo, la palabra *aum*; este término no se puede traducir a ningún idioma. Es la expresión de una experiencia espiritual profunda. En Occidente no hay ninguna palabra equivalente que lo exprese. Si intentamos comprender el significado de cuanto, significa a la vez una partícula y una ondulación. Sin embargo, es difícil de concebir. Es algo que unas veces se comporta como una partícula y otras como una ondulación, y cuyo comportamiento es impredecible.

Hasta ahora la materia era muy fiable; la materia era incuestionable. Pero la esencia de la materia, la energía atómica que se ha descubierto, es cuestionable. No se puede predecir su comportamiento. Al principio, la ciencia postulaba que la materia era incuestionable. Decía que todo era preciso y definido. Ahora los científicos no insisten en esto porque saben que, según las investigaciones actuales, esta convicción es muy superficial. En lo más profundo hay una incertidumbre, y sería interesante saber qué significa esta incertidumbre.

Donde hay incertidumbre, inevitablemente, habrá conciencia; si no, no puede haber incertidumbre. La incertidumbre forma parte de la conciencia, la certeza forma parte de la materia. Si dejamos una silla en un lugar determinado de una habitación, la volveremos a encontrar exactamente en el mismo lugar a la vuelta, pero si dejamos un niño jamás lo volveremos a

encontrar en el mismo lugar que lo dejamos. Siempre te queda la duda, la inseguridad de dónde estará y qué estará haciendo. Podemos estar seguros de la materia pero no de la conciencia. Por eso, cuando la ciencia aceptó la incertidumbre del comportamiento por parte de la última división de átomo aceptó también la posibilidad de que haya conciencia en la última división de la materia.

La indeterminación es una cualidad de la conciencia, pero la materia no puede ser impredecible. No es que el fuego pueda elegir quemar o no quemar, ni que el agua pueda fluir en la dirección que quiera o hervir a la temperatura que se le antoje. Las funciones de la materia están determinadas, pero si entramos dentro de la materia descubrimos que, esencialmente, es indeterminada.

Puedes plantearlo de este modo: si quieres saber cuánta gente muere cada día en Bombay, esto es posible. Si hay diez millones de personas, podemos tomar el número de muertes en un año y calcular aproximadamente cuánta gente muere por día, y el resultado sería bastante acertado. Si calculamos la tasa de mortalidad de este país de novecientos millones de personas de la misma forma, la cifra se aproximará más aún. Si calculamos la tasa de mortalidad del mundo, la aproximación de la cifra será mayor. Pero si queremos saber cuándo va a morir una persona determinada, nuestros cálculos serán muy poco precisos. Cuanto mayor es la multitud, más materiales se vuelven las cosas. Cuanto más individual es el fenómeno, más conciencia encontraremos. De hecho, un trozo de materia es una multitud de millones de átomos; por tanto, podemos predecirlo. Pero si penetramos dentro de un átomo y atrapamos un electrón, veremos que es individual: no podemos determinar su curso y parece que lo decide por su cuenta. Podemos estar seguros con una roca sólida de que la encontraremos en un lugar determinado. Pero la estructura individual de los átomos que la componen no será igual. Cuando volvamos a la roca los átomos internos habrán cambiado de posición y se habrán trasladado de un sitio a otro. La indeterminación empieza al profundizar en la materia. Por eso la ciencia ha modificado su lenguaje de la certeza a la probabilidad. Ya no dice: «Esto o aquello será de este modo», sino que dice «es más probable que sea de este modo y no de aquél». Ya no dice enfáticamente: «Es así.» En el pasado, las afirmaciones de la ciencia se expresaban en un lenguaje de certeza: era inevitable que sucediera todo lo que decía. Pero cuando la investigación de la ciencia fue más a fondo, los conceptos anteriores empezaron a fallar. La razón es que la ciencia, sin saberlo, había pasado del mundo de lo físico al mundo de lo etéreo, sobre el que no tiene ningún conocimiento. Hasta que acepte el hecho de pasar del plano físico al etéreo no podrá alcanzar ninguna comprensión. Ha llegado a la segunda dimensión de la materia, la etérea, que tiene sus propias posibilidades. No existe separación entre el primero y segundo cuerpo.

El tercer cuerpo o cuerpo astral es todavía más sutil. Es el más sutil. Si descomponemos el éter en átomos..., lo cual es poco probable porque apenas hemos descompuesto el átomo físico, de modo que experimentar con el éter todavía nos llevará mucho tiempo. Cuando conozcamos los átomos del éter, descubriremos que son partículas del cuerpo que viene a continuación, el cuerpo astral. Al descomponer el átomo físico se descubrió que las partículas

más sutiles eran etéreas. De un modo similar, si descomponemos el átomo etéreo descubriremos que las partículas más sutiles pertenecen al cuerpo astral. Encontraremos que hay una conexión entre ellos. Estos tres cuerpos están claramente unidos entre sí, por eso se han podido hacer fotografías de los fantasmas.

Un fantasma no tiene cuerpo físico. Se empieza a velar con el cuerpo etéreo. Ha sido posible fotografiar a los fantasmas porque cuando el cuerpo etéreo se condensa, una cámara sensible puede captar su reflejo. Otra cuestión acerca del éter es que se trata de algo tan sutil que puede ser fácilmente influenciado por la mente. Si el espíritu de una persona muerta quiere aparecer se puede condensar para que los átomos esparcidos se aproximen y formen un contorno. Esto se puede captar con una cámara.

Por tanto, nuestro segundo cuerpo, que es etéreo, está mucho más influenciado por la mente que el cuerpo físico. Éste también está influenciado por la mente, pero no hasta ese punto. Cuanto más sutil es un cuerpo, más le afecta la mente y más próximo está de ella. El cuerpo astral está todavía más influenciado por la mente. Por eso son posibles los viajes astrales. Una persona puede estar durmiendo en esta habitación, pero puede estar viajando a cualquier parte del mundo con su cuerpo astral. Probablemente, hayáis oído hablar de personas que han sido vistas en dos o tres lugares a la vez. Esto es posible. Su cuerpo físico está en un lugar y el cuerpo astral está en otro. Es cuestión de práctica, pero se puede llevar a cabo.

Los poderes de la mente se van desarrollando a medida que vamos hacia dentro y se desvanecen a medida que vamos hacia fuera. Ir hacia fuera es como encender un candil y cubrirlo con una pantalla de cristal. Con la pantalla, la llama no está muy brillante. Entonces, vamos poniendo pantallas, hasta llegar a siete. Después de la séptima, la luz de la llama estará muy apagada y oscura porque tiene que atravesar siete capas.

De este modo, nuestra energía vital se vuelve muy débil cuando alcanza el cuerpo físico. Por eso parece que no tenemos mucho control sobre el cuerpo físico. Pero si alguien empieza a viajar hacia dentro, el control de su cuerpo físico se volverá cada vez mayor, proporcionalmente a la profundidad de su viaje interior. La forma sutil de lo físico es lo etéreo, y la parte más sutil de lo etéreo es lo astral. Después viene el cuarto cuerpo, el cuerpo mental.

Hasta ahora teníamos la impresión de que la mente era una cosa y la materia otra. Se consideraba que la mente y la materia eran entes separados. En realidad, no había ninguna forma de definirlos. Cuando preguntábamos «¿qué es la mente?», nos decían «lo que no es materia», y viceversa. Cuando preguntábamos «¿qué es la materia?» no había otra definición. Siempre hemos pensado lo mismo sobre esta cuestión: que son diferentes y están separados. Ahora, sin embargo, también sabemos que la mente es una forma más sutil de la materia. Y a la inversa, podemos decir que la materia es una forma condensada de la mente.

Al descomponerse los átomos del cuerpo astral se convierten en ondas de pensamiento. Hay un gran parecido entre los cuantos y las ondas de pensamiento; esto no se tomaba en consideración. Hasta la fecha, no se considera que los pensamientos tengan una existencia física, pero es un hecho que cuando tienes un pensamiento determinado, las vibraciones a tu alrededor

cambian de acuerdo a este pensamiento. Es interesante comprobar que no sólo los pensamientos, sino también las palabras tienen su propia vibración. Si esparces granitos de arena sobre una bandeja de cristal y cantas *Aum* con fuerza, el dibujo que se origina con la vibración de este sonido es diferente del que se origina cuando cantas *Rama*. Si profieres un insulto, el dibujo volverá a cambiar.

Te asombrarás al saber que cuanto más desagradable es el insulto, más feo es el dibujo, y cuanto más bella la palabra, más bello será el dibujo originado por su vibración. El insulto tendrá un dibujo caótico, mientras que el dibujo de unas palabras hermosas estará bien formado y proporcionado.

Debido a esto, durante miles de años se ha investigado qué tipo de palabras producen vibraciones hermosas y se ha estudiado si su intensidad es suficiente para afectar al corazón. Las palabras son pensamientos que se manifiestan. No obstante, las palabras no manifestadas también tienen una resonancia y reciben el nombre de pensamientos. Cuando piensas en algo, se origina una resonancia particular a tu alrededor, te rodea una vibración particular. Por eso notas que cuando te acercas a una persona determinada sientes tristeza sin ningún motivo aparente. Tal vez esa persona no haya pronunciado ninguna palabra negativa, incluso puede estar riéndose y sentirse feliz de verte. Sin embargo, sientes que te inunda una tristeza por dentro. Por otra parte, en compañía de otra persona te puedes sentir contento.

Cuando entras en una habitación puedes sentir que ocurre un cambio repentino dentro de ti. Notas que te domina un sentimiento santo o no santo. En ciertos momentos estás rodeado de paz y tranquilidad, y en otros de inquietud. No lo entiendes y te preguntas: «Estaba muy tranquilo. ¿Por qué ha aparecido esta inquietud en mi mente?» A tu alrededor hay ondas de pensamiento que te están traspasando las veinticuatro horas del día.

Un científico francés ha desarrollado recientemente un instrumento que ha conseguido captar las ondas de pensamiento. En cuanto se aproxima una persona, el instrumento empieza a mostrar los pensamientos que tiene en su interior. La máquina empieza a captar las ondas de pensamiento. Si se hace la prueba con un idiota habrá muy pocas ondas, porque estas personas apenas piensan. Si se hace la prueba con un intelectual, la máquina captará todas las vibraciones de sus pensamientos.

Lo que conocemos como mente es la forma sutil del cuerpo astral. A medida que profundizamos, los estratos se van haciendo cada vez más sutiles. La ciencia ha llegado al cuerpo etéreo pero todavía sigue insistiendo en llamarlo nivel atómico o nivel de la energía atómica. La ciencia ha llegado al segundo cuerpo de la materia. No pasará mucho tiempo antes de que llegue al tercer plano, porque ahora ya es necesario que lo haga.

Se está trabajando también sobre el cuarto cuerpo, pero desde otra dimensión. Como se consideraba que la mente estaba separada del cuerpo, algunos científicos estudian únicamente la mente, dejando de lado al cuerpo. Han experimentado sobre muchas cosas del cuarto cuerpo. Por ejemplo, en cierto sentido, todos somos transmisores. Nuestros pensamientos se esparcen a nuestro alrededor. Aunque no esté hablando contigo, te llegan mis pensamientos.

En el campo de la telepatía se están desarrollando muchos estudios en la Unión Soviética.

Hay un científico, Fayadev, que ha conseguido transmitir pensamientos a una persona que está a mil kilómetros de distancia como si se tratase de una transmisión radiofónica. Si concentramos nuestra atención y nuestra fuerza de voluntad en una dirección particular y transmitimos un pensamiento, éste alcanzará su destino. Si la mente que está en el otro extremo también está abierta y lista para recibir en ese momento y se concentra en la misma dirección recibirá el pensamiento.

Puedes intentar hacer este experimento en casa. Los niños pequeños captan las ondas de pensamiento muy rápido porque su receptividad está muy acentuada. Sienta a un niño en la esquina de un cuarto oscuro y dile que se concentre en ti durante cinco minutos. Dile que le vas a decir algo en silencio y que él debe intentar oírlo. Si lo oye, tiene que repetir lo que ha oído. Después, escoge una palabra, di *Rama*. Concéntrate en el niño y repite esa palabra dentro de ti hasta que resuene. No la digas en alto. Al cabo de dos o tres días descubrirás que el niño ha captado la palabra.

También puede suceder a la inversa. Cuando logres tener éxito con el experimento será fácil llevar a cabo otras pruebas. Ahora le puedes decir al niño que se concentre en ti. Tiene que pensar en una palabra y, del mismo modo, mandarla en tu dirección. Con la primera parte del experimento se aclaró tu duda cuando el niño captó la palabra. Ahora tienes que ser receptivo y captar la palabra del niño. Cuando aciertes, dejarás de dudar, y en consecuencia, aumentará tu receptividad.

Entre el niño y tú hay un mundo físico. El pensamiento deberá ser intrínsecamente físico en su contenido; si no, no será capaz de atravesar el medio físico. Te resultará sorprendente saber que Mahavira incluso definió los karmas como algo material. Si estás enfadado y matas a alguien, se trata de una acción de rabia y de asesinato. Mahavira dice que los átomos sutiles de estas acciones se adhieren a ti como si fuesen el desecho de los karmas y las acciones. De modo que las acciones también son físicas, y se quedan adheridas a ti como la materia. Mahavira dice que *nirjara* (descondicionar) es librarse de la acumulación del condicionamiento de los karmas. Los átomos de estos karmas que se han ido acumulando sobre ti deberían desprenderse. El día que te libres de ellos, lo que quede de ti será totalmente puro. Nirjara significa el desprendimiento de los átomos de las acciones. Cuando te enfadas, es una acción; después, este enfado seguirá estando dentro de ti en forma de átomo. Por eso, cuando la forma física desaparece, estos átomos no se desintegran, porque son muy sutiles. Volverán a estar contigo en tu próximo nacimiento.

El cuerpo mental es la forma sutil del cuerpo astral. De modo que, como puedes ver, no hay separación entre los cuatro cuerpos. Cada cuerpo es una forma más sutil del cuerpo precedente. El cuerpo mental se está estudiando a fondo. Los científicos trabajan en el campo de la psicología y, especialmente, de la parapsicología, y poco a poco van entendiendo las reglas de la energía mental. La religión las entendió hace mucho tiempo, pero ahora hay muchas cosas que han quedado claras también para la ciencia.

En Montecarlo hay muchas personas que son invencibles con los dados. Tiren los dados que tiren, siempre sacan el número que quieren. Al principio,

se pensaba que los dados estaban fabricados especialmente para sacar el número que deseaban. Entonces, cambiaron los dados, pero el resultado siguió siendo el mismo: los dados salían exactamente donde estas personas querían que saliesen. Se hicieron varios cambios de dados pero con el mismo resultado. Incluso con los ojos vendados conseguían sacar el número correcto. Esto hizo que otras personas prestaran atención y tomaran nota de esto. Se iniciaron unas investigaciones para encontrar el motivo. En realidad, la firmeza de su pensamiento influenciaba a los dados. Tiraban los dados con la determinación de sacar el número que querían. Sus ondas mentales hacían que los dados cayesen en ese número. ¿Qué significa esto? Si las ondas mentales son capaces de cambiar la dirección de los dados también deben ser materiales; de lo contrario, no sería posible. Haz un pequeño experimento y lo entenderás. Puesto que tú hablas de ciencia, yo hablo de experimentos. Coge un vaso lleno de agua; añade un poco de glicerina o cualquier otro líquido graso para formar una película sobre la superficie del agua. Coloca un alfiler que esté derecho delicadamente encima de esta película, de modo que flote sobre la superficie. Cierra la habitación por todos los lados. Pon las palmas de las manos en el suelo y concéntrate en el alfiler. Mira el alfiler fijamente durante cinco minutos. Entonces dile al alfiler que gire a la izquierda y girará a la izquierda. Después dile que gire a la derecha y girará a la derecha. Dile que se detenga y se detendrá; dile que se mueva y se moverá. Si puedes mover un alfiler con tu pensamiento también podrás mover una montaña; sólo es cuestión de proporciones. Básicamente, el principio es el mismo. Si tienes la capacidad de mover un alfiler se cumple el principio. Que la montaña sea demasiado grande para moverla es otra cuestión, pero se puede mover.

Nuestras ondas de pensamiento afectan a la materia y la transforman. Hay personas que sólo con ver tu pañuelo son capaces de hablar de ti casi como si estuvieses delante. Esto se debe a que el pañuelo absorbe tus ondas de pensamiento. Estas ondas son tan sutiles que en el pañuelo que perteneció a Alejandro Magno todavía se pueden leer hechos acerca de su personalidad. Las ondas son tan sutiles que les cuesta millones de años salir del objeto. Por eso se empezaron a construir las tumbas y los *samadhis*.

Ayer os dije que en India tenemos la costumbre de incinerar a los muertos, pero no a nuestros muertos sannyasins. El cuerpo de una persona corriente se incinera para que su espíritu deje de rondar alrededor de él. Pero no se incinera a un sannyasin, porque su espíritu ya dejó de rondarle cuando su cuerpo estaba vivo. Ahora ya no hay peligro de que su espíritu tenga apego a su cuerpo. Deseamos conservar su cuerpo porque el cuerpo de una persona que ha dedicado muchos años de su vida a experimentar lo divino difundirá el mismo tipo de ondas de pensamiento durante miles de años. El lugar donde está enterrado es muy importante; producirá efectos. El cuerpo está muerto, pero ha estado tan cerca de su espíritu que ha absorbido muchas de las vibraciones que ha emitido el espíritu.

Las posibilidades de los pensamientos son infinitas, pero no dejan de ser físicas. Por tanto, debes estar muy atento a lo que piensas, porque las ondas sutiles de pensamiento seguirán estando contigo cuando este cuerpo haya desaparecido. Tu edad física es bastante pequeña comparada con la edad de estas ondas sutiles. Los científicos han llegado a la conclusión de que si han

existido personas como Jesús o Krishna, en un futuro próximo se podrá captar sus ondas de pensamiento. Entonces, podremos decir si Krishna realmente habló sobre el *Gita*, porque las ondas mentales que emanaron de Krishna todavía estarán presentes en el Universo, rebotando desde algún planeta, desde algún asteroide.

Es como cuando tiras una piedra al mar: al caer forma un pequeño círculo. La piedra se hundirá porque no puede permanecer sobre la superficie del agua durante mucho tiempo; en cuanto toca el agua se empieza a hundir. Las ondas originadas por el impacto sobre el agua empiezan a multiplicarse. Se vuelven cada vez más grandes y se extienden hasta el infinito. Pueden salirse del horizonte de tu vista, y quién sabe qué lejanas orillas habrán alcanzado.

Los pensamientos, provengan de la época que provengan —no sólo los que se emitieron hablando, sino también los que estaban en la mente—, también se esparcen en el Universo, siguen extendiéndose. Y los puedes captar. Algún día, cuando la ciencia abarque más y el ser humano progrese, seremos capaces de oírlos de nuevo. Actualmente, las noticias de radio que se retransmiten desde Delhi a Bombay tardan un cierto tiempo en llegar a Bombay porque el sonido tarda en viajar. Cuando el sonido llega a Bombay ya no está en Delhi; las ondas partieron de Delhi aunque sólo tarden un momento en recorrer esa distancia. Hay un intervalo de tiempo. Imagínate ahora que en India estamos viendo por la televisión a un hombre que está en Nueva York. Cuando se forma su imagen en Nueva York nosotros no podemos verla instantáneamente; hay un intervalo entre la formación de la imagen y el momento en que nos llega. Puede ocurrir que la persona se muera en ese intervalo, pero en la imagen que estamos viendo está viva.

Las ondas mentales de la tierra, así como las ondas de otros sucesos, viajan a un número infinito de planetas. Si nos adelantásemos a ellas y las captásemos, en cierto sentido, seguirían estando vivas. El hombre se muere, pero sus pensamientos no se mueren tan rápido. La vida del hombre es muy breve; la vida de los pensamientos es muy larga. También debes tener en cuenta que los pensamientos que no expresamos tienen una vida más larga que los que expresamos, porque son más sutiles. Cuanto más sutil sea una cosa, más larga será su vida; cuanto más palpable, más breve su vida.

Los pensamientos influyen en el mundo físico de muchas maneras. No tenemos ni idea de su efecto. Los biólogos han experimentado que si le pones un tipo de música romántica a una planta empezará a florecer antes, incluso aunque no sea la estación. Si le pones una música ruidosa, caótica, entonces no florecerá ni siquiera en su estación. Las vibraciones de la música afectan a la planta. Las vacas producen más leche bajo los efectos de una música determinada. Los pensamientos producen un éter más sutil que provoca un aura de ondas. Cada persona está rodeada de su propio mundo de pensamientos del que constantemente salen ondas que se van expandiendo. Esas ondas mentales también son físicas. Lo que conocemos como mente es un tipo de energía física muy sutil. Por tanto, para la ciencia no es difícil captarlas, pues las ondas pueden ser captadas y estudiadas. Por ejemplo, hasta hace poco no se sabía lo profundamente que está durmiendo una persona, hasta qué profundidad llega su mente. Ahora lo sabemos, tenemos

instrumentos para medirlo. Del mismo modo que hay aparatos que miden el pulso, también hay otros que miden el sueño. Se coloca un dispositivo en la cabeza durante toda la noche y según el gráfico que resulta podemos decir exactamente cuándo entró en sueño profundo, cuánto tiempo durmió, cuánto tiempo estuvo soñando, la duración de los sueños agradables, la duración de los sueños desagradables, cuánto duran los sueños, si fueron sexuales o no. El gráfico nos muestra todo esto. En América hay cerca de diez laboratorios donde pagan a miles de personas para que vayan allí a dormir y examinar su sueño de cerca. No conocer todavía el sueño es un motivo de gran preocupación.

El ser humano pasa un tercio de su vida durmiendo. Dormir no es un asunto sin importancia. Si una persona vive hasta los sesenta años pasará veinte años durmiendo. Si no conoce ese periodo de su vida que dura veinte años desconocerá lo que sucedió durante un tercio de su vida. Pero el hecho interesante es que no podrá vivir hasta los sesenta años si no duerme veinte años. Por tanto, el sueño es una necesidad básica. Una persona puede estar durmiendo sin despertarse durante sesenta años, pero no puede vivir sin dormir. Por eso el sueño es un requisito básico.

Mientras dormimos, estamos en otra parte, la mente está en otra parte. Pero podemos medir la mente. Ahora podemos medir la profundidad de un sueño. Hay mucha gente que insiste en decir que no sueña. Esto es absolutamente falso, y lo dicen porque no saben. Es muy difícil encontrar una persona que no sueñe. ¡Es muy difícil! Los sueños transcurren a lo largo de toda la noche. Crees que sólo has tenido un sueño o dos, pero eso es mentira. El aparato dice que sueñas durante toda la noche pero no lo recuerdas. Como estás dormido, el recuerdo está ausente. El sueño que logras recordar es el que tienes cuando estás a punto de terminar de dormir. Cuando vuelves a despertarte el último sueño permanece en tu pensamiento. Persiste un eco lejano en tu interior cuando te estás despertando. Pero no recuerdas en absoluto los sueños que tuviste durante el sueño profundo.

Es necesario investigar los sueños que ocurren cuando se duerme profundamente, porque los sueños de una persona durante el sueño profundo revelan su auténtica personalidad. Cuando nos despertamos, en realidad, nos volvemos falsos. Habitualmente decimos: «¿Qué representan los sueños?» Pero los sueños revelan más verdades sobre nosotros mismos que cuando estamos despiertos. En nuestro estado consciente nos cubrimos con mantos falsos. Una persona perdería su última libertad si consiguiésemos hacer una ventana en su cabeza desde la que podemos observar sus sueños. Ya no será libre ni siquiera para soñar. Tendrá miedo de soñar porque entonces la moralidad pondrá policías con sus leyes y reglamentos. Dirá: «Este sueño no es apropiado, no estás soñando correctamente.» En el presente, sin embargo, tenemos esa libertad. El ser humano es libre cuando duerme, pero esa libertad no durará mucho porque ya ha comenzado la intromisión en el sueño. Rusia, por ejemplo, ha comenzado a educar durante el sueño.

Se están realizando muchas investigaciones sobre la educación durante el sueño. Durante las horas que estamos despiertos hay que hacer un esfuerzo mayor, porque el niño se resiste. Es difícil enseñarle algo a un niño porque, básicamente, se niega a ser educado. En realidad, todo el mundo se niega a

aprender, porque cada hombre parte del pensamiento básico de que él ya sabe. El niño también se niega diciendo: «¿Qué estáis enseñando?» De ningún modo está dispuesto a aprender. Entonces, tenemos que sobornarle dándole premios después de cada examen, medallas de oro, etc. Tenemos que encender en él el fuego de la ambición; tenemos que estimularle para poder educarle. Esta lucha dura demasiado. Nos cuesta dos meses transmitirle a un niño lo que podría aprender en dos horas.

Por eso se ha desarrollado el método de aprender durante el sueño, y está tan claro como la luz del día que los niños pueden aprender muy bien mientras duermen. La razón es muy sencilla: durante el sueño no hay resistencia. Cerca del niño se pone una cinta grabada con lo que queramos enseñarle. «Dos más dos son cuatro, dos más dos son cuatro», la cinta sigue repitiéndolo. Si le preguntas al niño por la mañana, te dirá: «Dos más dos son cuatro.» Ahora que sabemos que existen las ondas mentales, podemos hacer que el pensamiento que se impartía durante el sueño penetre en la mente a través de las ondas mentales. En el pasado no lo sabíamos, pero ahora sabemos que en el disco no están grabadas las palabras en sí, sino el impacto de las ondas de sonido. Cuando la aguja toca los surcos que se han creado repite las mismas ondas que causaron la impresión de los surcos.

Como dije antes, si cantas *Aum* se formará un dibujo determinado en la arena. El dibujo en sí no es el *Aum*, pero si sabes que este dibujo concreto está formado por el *Aum* entonces, algún día, serás capaz de volver a convertir este patrón en un *Aum*. Al hacer este patrón debería aparecer el sonido *Aum*. Puedes considerar el dibujo y el *Aum* como la misma cosa. En el disco no hay palabras, sino surcos creados por el impacto del sonido de las palabras.

Cuando los surcos entran en contacto con la aguja se convierten en los sonidos correspondientes.

En un futuro próximo seremos capaces de hacer discos de pensamientos. Desde el momento que se ha descubierto el impacto de los pensamientos, el hombre no tardará mucho en conseguir grabarlos. Entonces sucederá algo maravilloso. Es posible que aunque Einstein esté muerto, podamos grabar el proceso de su mente. Un aparato nos suministrará lo que Einstein, de haber estado vivo, habría pensado en el futuro, porque el aparato captará el impacto de todas sus ondas mentales.

Se ha investigado a fondo el sueño, los sueños y el inconsciente. De ahí que el ser humano conozca ahora todas las posibilidades de la mente. Por eso es importante entenderlas. Por ejemplo, tenemos una persona que está enfadada. De acuerdo con nuestras antiguas valoraciones, le aconsejaremos: «No te entregues a la rabia; irás al infierno.» No sabemos convencerle de otra manera. Pero si nos dice que está deseando ir al infierno, nos sentiremos impotentes; no podremos hacer nada por él. Y si además declara que está impaciente por llegar, toda nuestra moral será inútil. Sólo podemos controlar a un hombre cuando le asusta el infierno. Por eso, en cuanto se desterró el miedo al infierno desapareció también nuestra moral. Nadie tiene miedo del infierno. «¿Dónde está el infierno?», pregunta todo el mundo.

La moral ha desaparecido porque el miedo en el que se basaba ya no existe. Pero la ciencia dice que la moral no es necesaria, ya que ha

desarrollado otra fórmula que se basa en detener ciertas secreciones del cuerpo. Cuando estamos enfadados ocurre un proceso químico determinado en el cuerpo, porque la rabia es un suceso físico. Cuando aparece la rabia es absolutamente necesario segregarse determinadas sustancias químicas dentro del cuerpo. Por tanto, la fórmula científica es esta: si puedes detener la formación de esas sustancias químicas, entonces ya no habrá rabia. No será necesario detener la rabia directamente. Si detenemos estos fluidos, al hombre le resultará imposible enfadarse. Los chicos y las chicas nunca escuchan cuando intentamos aconsejarles que se abstengan del sexo, que practiquen el celibato. La ciencia dice: «¡Dejadles tranquilos! Si restringimos el crecimiento de ciertas glándulas, la madurez sexual no llegará hasta los veinticinco años.»

Esto es muy peligroso. En cuanto la mente esté totalmente dominada por la ciencia, el ser humano empezará a hacer mal uso de este conocimiento. La ciencia dice que la composición química de un hombre con una mente rebelde es diferente de la de un hombre con una mente ortodoxa. Este descubrimiento entraña posibilidades peligrosas. Si el ser humano descubre esta composición química podrá convertir al hombre rebelde en pasivo y al ortodoxo en rebelde. Cuando conozcamos la composición química que le obliga a alguien a robar o a matar ya no serán necesarias las cárceles ni las ejecuciones. Sólo será necesaria una operación o un tratamiento para que la persona se pueda deshacer de estos defectos. Se podrá eliminar las sustancias químicas en cuestión, introducir otras sustancias químicas para neutralizarlas o darle algún antídoto. Actualmente, todo esto se está investigando. Esto demuestra que en el camino de la ciencia ya no hay muchas dificultades para llegar al cuarto cuerpo. El único problema es que la mayor parte de la ciencia se dedica a investigar al servicio de la guerra. Por eso no se le da mayor importancia a este tipo de investigaciones; sigue siendo un asunto secundario. No obstante, ha habido un gran progreso y se han obtenido resultados espectaculares.

Aldous Huxley declara que con una inyección se puede provocar lo mismo que le sucedió a Meera o a Kabir. Es una declaración muy sesuda aunque, hasta cierto punto, cierta. Mahavira ayunaba durante un mes y su mente se tranquilizaba. El ayuno también es un acto físico, y si la mente encuentra la paz con un acto físico, eso quiere decir que la mente también es física. En un mes de ayuno cambia toda la composición química del cuerpo; no tiene más misterio. El cuerpo no recibe la nutrición que debía, entonces utiliza todas las reservas que tiene. La grasa se disuelve, y los elementos que no son esenciales se destruyen, mientras que los esenciales se salvan. Así la distribución química del cuerpo cambia completamente.

La ciencia dice: «¿Qué necesidad hay de pasar por tantos sacrificios durante un largo mes? La proporción química se puede modificar según se prescriba, aquí y ahora.» Si la ciencia logra realizar este cambio químico podrás experimentar la misma paz que experimentó Mahavira ayunando durante un largo mes, pero en un instante, sin que sea necesario ayunar un mes.

Durante la meditación os digo que respiréis fuerte y rápido. ¿Qué sucederá después de media hora de respirar con fuerza? Se modificará en tu interior la proporción de carbono y oxígeno, pero esto también se puede conseguir con medios externos. No hace falta que te esfuerces durante media

hora. La proporción de oxígeno y de dióxido de carbono de esta habitación se puede alterar, y todos los que estéis aquí sentados experimentaréis paz y tranquilidad, y os sentiréis felices. La ciencia, por tanto, ha abordado el cuarto cuerpo desde todas las vertientes y sigue profundizando en él.

Durante la meditación tienes varias experiencias. Puedes oler diferentes aromas, puedes ver colores. Todo esto también se puede producir sin la meditación, porque la ciencia ha descubierto qué parte de la mente se activa durante estas experiencias. Si se estimula la parte posterior de la mente al ver bellos colores, la investigación científica mostrará exactamente qué porción se activa y la longitud de onda que se produce. No hace falta que medites. Podemos provocar dentro de ti las mismas vibraciones por medio de la electricidad y empezarás a ver colores. Son sucesos paralelos, porque cuando agarramos uno de los polos, no importa cual, el otro se activa inmediatamente.

Sin embargo, existen algunos riesgos. Cuanto más a fondo van las nuevas investigaciones del ser humano, mayores son los riesgos. Ahora, por ejemplo, podemos alargar la vida del ser humano todo lo que queramos. Ya no está en manos de la naturaleza; está en manos de la ciencia. En Europa y en América hay miles de ancianos que claman por el derecho a morir por voluntad propia, pero los mantienen esperando en su lecho de muerte. Les dan oxígeno y de este modo los pueden mantener vivos durante mucho tiempo. Un hombre de noventa años suplica la muerte, pero los médicos dicen: «No podemos secundarle, va contra la ley.» Un hijo no puede decir abiertamente que deberían dejar morir a su padre, aunque sienta que está sufriendo mucho. Hay máquinas que mantienen vivo a un moribundo y hay personas medio vivas que siguen vivas gracias a ellas. Pero, en cierto sentido, esto es peligroso.

Nuestras antiguas leyes se hicieron cuando no había manera alguna de mantener viva a una persona y cuando todavía se podía matar a una persona. Ahora hay que revisar las leyes, porque podemos mantener viva a una persona agonizante durante tanto tiempo hasta que sienta: «¡Esto es violencia, esto es una atrocidad! No quiero vivir más tiempo. ¿Qué me estáis haciendo?» Antiguamente, un hombre era castigado por su crimen colgándole. No me sorprendería de que en los próximos cincuenta años se castigue a las personas no permitiéndoles morir. Este castigo será peor que el primero, porque morir es una cuestión de segundos, mientras que vivir puede durar décadas.

Siempre que hay un nuevo descubrimiento aparecen dos resultados en el mundo interior del hombre: o bien la humanidad sufre por ello o bien se beneficia. Siempre que haya poder será un arma de doble filo.

La ciencia ha alcanzado el cuarto plano del ser humano. En los próximos cincuenta años —o mejor dicho, en los próximos treinta años— comprenderá mejor el cuarto cuerpo. Quizá no sepáis que todo lo que se emprende a lo largo de un siglo determinado alcanza su clímax hacia el final del siglo. Cada siglo completa su trabajo cuando está llegando a su final. Este siglo ha emprendido muchas empresas que se completarán en un periodo de treinta años. La misión más importante ha sido la entrada en el espíritu del hombre, y esto se completará.

El quinto cuerpo —el cuerpo espiritual— es incluso más sutil que el cuarto. No sólo hay vibraciones de pensamientos, sino también vibraciones del ser. Mi ser está creando vibraciones incluso aunque esté sentado en silencio,

sin tener ni un solo pensamiento. Si te acercas a mí, aunque no tenga pensamientos, estarás dentro del campo de mis vibraciones. Y lo más curioso es que las vibraciones de mis pensamientos no son tan fuertes o penetrantes como las vibraciones de mi ser. En consecuencia, aquel que alcanza el estado de no-mente se vuelve muy poderoso. Es difícil calcular el efecto de su poder, porque empiezan a aparecer dentro de él las vibraciones de la existencia. La energía vibratoria del quinto cuerpo es la forma más sutil de energía que el ser humano puede llegar a conocer.

En muchos casos sucedió, como en el caso de Mahavira, que no hablaban. Es decir, hablaba muy poco o nada en absoluto; sólo estaba sentado. La gente venía, se sentaba delante de él, le entendían y se marchaban. Esto fue posible en su época, pero no ahora. Actualmente, es muy difícil, porque sólo experimentará s las olas profundas del cuerpo espiritual si tú mismo ya estás en un estado de no pensamiento, y no al contrario. Si estás lleno del ruido de tus propios pensamientos se te escaparán estas vibraciones sutiles. Te atravesarán pero no serás capaz de captarlas. Si podemos captar las vibraciones de la existencia, si hay un estado de no pensamiento por ambas partes, no habrá necesidad de hablar. La comunicación tiene lugar en un plano muy íntimo, y esta comunicación va directamente al corazón. Aquí no hay explicaciones, porque no hay forma de explicarlo. Tú tampoco estarás fluctuando entre sí esto o aquello será o no será. Tu ser sabrá directamente lo que ha sucedido.

Las vibraciones del quinto cuerpo no las reciben necesariamente sólo los humanos. Hay un fenómeno maravilloso en la vida de Mahavira: se cuenta que hasta los animales acudían a sus reuniones. Los monjes jainistas no han sido capaces de explicar este fenómeno y no lo serán. Los animales no entienden el lenguaje de los seres humanos, pero entienden el lenguaje de sentirse muy bien. Cuando me siento en un estado de no-mente al lado de un gato, el gato ya está en un estado de no-mente. Con vosotros, sin embargo, tengo que hablar. Para poneros en un estado de no-mente como el del gato hay un largo camino. Los animales, las plantas e incluso las piedras entienden las vibraciones que surgen del cuerpo espiritual; no tienen ninguna dificultad. También se puede acceder a este cuerpo, pero sólo después del cuarto cuerpo. Se ha abordado el cuarto cuerpo desde muchas vertientes, y la ciencia aceptará sin dificultad el estado espiritual. Pero después surgen las dificultades.

Cuando dije que las cosas podían tener claridad científica hasta el quinto cuerpo, pero que a partir del quinto cuerpo empezaban las dificultades, tenía motivos para decirlo. La ciencia, bien entendida, es una especialización en una dirección determinada; es una selección particular. La ciencia sólo puede progresar si restringe su investigación al menor número de cosas posible, e intenta saber todo lo que pueda sobre ellas. El objetivo de la ciencia es saber cada vez más sobre cada vez menos. Hace que el objeto de su estudio sea lo más pequeño posible, y aumenta sus conocimientos sobre él.

Los médicos de antes tenían conocimientos de todo el cuerpo, pero el médico actual no. Ya no se ven médicos de medicina general como los de antes. En el mundo actual, esto se ha convertido en una reliquia; ya no se puede confiar en ellos. Saben tantas cosas que no pueden saber nada lo

suficientemente bien como para confiar en ellos; hay especialistas para los ojos y especialistas para los oídos; se puede confiar en ellos porque han adquirido el máximo conocimiento posible en un determinado campo.

Se ha escrito tanto sobre los ojos, por ejemplo, que no bastaría con una vida para leerlo todo. Es bastante probable que en el futuro próximo tengamos un especialista del ojo derecho y otro del ojo izquierdo, o quizá uno de la pupila y otro de la retina. A medida que aumentan los conocimientos se dividirá el ojo en diferentes partes para estudios específicos, porque cada parte es un caso importante. El objeto de la ciencia es concentrar su foco de atención con tanta precisión que pueda penetrar hasta lo más recóndito. Así es como la ciencia puede llegar a conocer muchas cosas.

Como dije antes, la ciencia llegará hasta el quinto cuerpo porque el individuo todavía está presente en este cuerpo; por tanto, puede entrar dentro de su enfoque. A partir del sexto cuerpo empieza lo cósmico, que está más allá del enfoque de la ciencia. El cuerpo cósmico significa totalidad; la ciencia no puede entrar ahí, porque la ciencia va desde lo pequeño hasta lo microscópico. Sólo puede captar lo individual; le costará mucho captar lo cósmico. Sólo la religión puede captarlo. Por eso la ciencia no tendrá ningún problema para llegar hasta el atman, el ser. Las dificultades comienzan con Brahman, el ser cósmico. No creo que la ciencia sea nunca capaz de captar el Brahman, porque entonces tendría que abandonar la especialización. Y en cuanto abandone la especialización dejará de ser ciencia. Se convertirá en algo tan generalizado e indefinido como la religión. Con la ayuda de la ciencia podemos viajar hasta el quinto cuerpo. En el sexto la ciencia se perderá, y el séptimo es imposible para ella porque su investigación sólo se basa en la vida.

En realidad, el centro de nuestra existencia es la vida. Queremos estar menos enfermos y más sanos; queremos vivir más, más felices, más cómodos. El objetivo de la ciencia es lograr que la vida sea profundamente feliz, satisfactoria, sana y agradable. Pero el séptimo cuerpo es la aceptación de la muerte: es la muerte definitiva. En este punto, el meditador va más allá de la búsqueda de la vida. Dice: «También quiero conocer la muerte. He conocido la existencia y los misterios del ser; ahora quiero conocer la no existencia, el no ser.»

En este campo, la ciencia ya no tiene sentido. Los científicos como Freud dicen que esto es desear la muerte, y añaden que no es la condición de una mente sana, dicen que es suicida. Según Freud, la liberación y el nirvana no conducen a la vida, y esos conceptos son la prueba de tu deseo de morir. Dice que estás enfermo porque deseas morirte. Los científicos están en contra del deseo de morir, porque la ciencia se basa en la voluntad de vivir y en la expansión de la vida. La persona que desea vivir está sana, pero llega un momento en el que el deseo de morir es igual de sano. Si alguien desea morir antes de que le llegue el momento, esto es decididamente nocivo. Sin embargo, llega un momento en la vida que la persona desea morir por el puro placer de morirse.

Se puede decir que es sano estar despierto y nocivo estar dormido, y gradualmente estamos dejando más espacio para el día que para la noche. Al principio, la noche empezaba a las seis de la tarde, ahora empieza a las dos de la mañana. Le hemos dado al día el tiempo de la noche. Hay algunos

intelectuales modernos que llegan hasta el punto de decir que si pudiésemos eliminar completamente la noche de la vida del hombre podríamos evitar desperdiciar una parte importante de la vida. ¿Qué necesidad hay de dormir? Debería desaparecer, sostienen. Pero del mismo modo que disfrutamos al despertarnos, disfrutamos al dormirnos. Del mismo modo que el deseo de despertar es natural y sano, también lo es el deseo de dormir. Si una persona mantiene la ansiedad de vivir hasta el último aliento no será una persona sana, y si una persona alimenta el deseo de morir desde su nacimiento esto tampoco es natural, y es nocivo. Si un niño anhela morir, está enfermo, es anormal, necesita tratamiento. Si un anciano anhela seguir viviendo también necesita un tratamiento porque también está enfermo.

La vida y la muerte son los dos extremos de la existencia. Si sólo aceptas uno estarás abocado, inevitablemente, a ser un inválido. Seguirás siendo un inválido hasta que llegue el día que aceptes el otro extremo. Los dos extremos son importantes: el ser y el no ser. Podemos decir que quien abarca y acepta tanto el ser como el no ser es una persona completamente sana. Quien dice «sé lo que significa ser, y ahora quiero saber qué significa no ser» no tiene miedo de no ser.

El séptimo plano sólo es para los valientes, los que, conociendo la vida, están ansiosos por conocer la muerte, desean explorar la muerte, el estado de extinción. Están anhelando saber qué significa no ser, qué significa extinguirse, qué es no ser. Han probado la vida, ahora quieren probar la muerte.

En este punto debéis saber que la muerte desciende del séptimo plano. Lo que conocemos normalmente como muerte viene del séptimo plano y lo que conocemos como vida viene del primer plano. Con el nacimiento empieza lo físico; nacer significa el comienzo de lo físico. Por eso, en el vientre de la madre, nace primero el cuerpo físico y después le siguen los otros cuerpos. De modo que el primer cuerpo es el comienzo de la vida, y la muerte procede del último cuerpo, el cuerpo nirvánico. Quien se aferra al cuerpo físico tiene mucho miedo de la muerte y quien tiene miedo a la muerte jamás conocerá el séptimo cuerpo.

En consecuencia, como nos vamos separando gradualmente cada vez más del cuerpo físico llegará un momento en que aceptemos también la muerte. Sólo entonces lo sabremos. Quien conoce la muerte se libera en el auténtico sentido de la palabra, porque entonces, la vida y la muerte se convierten en dos caras de la misma cosa, y uno está más allá de las dos. Por eso no hay esperanzas de que la ciencia llegue al séptimo cuerpo, aunque hay alguna posibilidad de que llegue hasta el sexto.

Se han abierto las puertas del cuarto cuerpo para la ciencia, y ahora realmente ya no hay ninguna dificultad para que alcance el quinto cuerpo. Pero es preciso que estas personas tengan una mente científica y un corazón religioso. Cuando aparezcan estas personas no será difícil entrar en el quinto cuerpo. Pero es una combinación muy rara, porque la misma educación del científico le impide, desde diferentes puntos de vista, volverse religioso. De forma paralela, la educación religiosa le impide al ser humano volverse científico. Estas dos ramas de la enseñanza no coinciden en ningún punto, y por eso hay tanta dificultad.

A veces sucede, y cuando esto sucede, se alcanza en el mundo una nueva cima del saber. Patanjali, por ejemplo, era un hombre con una mente científica pero se hizo religioso. Elevó el yoga a un punto que, hasta ahora, ha sido difícil superar. Hace ya mucho tiempo que murió Patanjali y se podía haber desarrollado mucho más este campo, pero no ha aparecido un ser humano que tuviese la inteligencia del científico y un mundo interior de práctica espiritual. No ha habido ninguno que escalase las cumbres más altas del yoga. Sri Aurobindo lo intentó pero no lo consiguió. Sri Aurobindo tenía una mente científica, quizá más científica que Patanjali porque había sido educado en Occidente. Su educación era exquisita. Cuando tenía aproximadamente seis años, su Padre le mandó fuera de India y le prohibió volver hasta que fuese totalmente maduro. Su padre ni siquiera le permitió volver cuando estaba en su lecho de muerte, y había otras personas de la familia que querían que volviese. «No importa si no le veo antes de morirme», dijo, «debe empaparse completamente de la cultura occidental. No dejemos que la sombra de Oriente le atrape. Ni siquiera debéis decirle que he muerto.» Debió ser un padre muy valiente. Así, Aurobindo bebió de la cultura occidental. Si existe algún occidental en el verdadero sentido de la palabra, ese fue Aurobindo. Cuando regresó a India tuvo que volver a aprender su lengua materna.

Había completado el conocimiento de las ciencias, pero se introdujo a la religión más tarde, de modo que no la podía expresar tan profundamente; si no, este hombre habría alcanzado alturas que ni siquiera alcanzó Patanjali. Pero no tenía que suceder. Mirándolo bien, la educación occidental se convirtió en un obstáculo, porque su forma de pensar era la de un científico. Trasladó a la religión la teoría de la evolución de Darwin. Introdujo en la religión ideas que trajo de Occidente. Pero no vislumbró nada en la religión que se pudiese aplicar a la ciencia. Como resultado, escribió un voluminoso tratado científico en donde se aborda la religión de un modo superficial, porque cualquier intento de explicar los misterios del sexto y séptimo cuerpo está abocado al fracaso, ya que esto no se puede explicar en términos científicos ni lógicos.

Siempre que se llega a un equilibrio entre el intelecto científico y la mente religiosa se alcanzan grandes cimas. Pero hay pocas posibilidades de que esto suceda en Oriente, porque Oriente ha perdido su religión y nunca ha tenido ciencia. Hay más posibilidades en Occidente, donde hay un exceso de ciencia. Siempre que hay un exceso, el péndulo tiende a oscilar hacia el extremo contrario. Por eso, los superintelectuales de Occidente leen el *Gita* con tanto placer como nunca se ha visto en India.

La primera vez que Schopenhauer leyó el *Gita* se lo puso encima de la cabeza y bailó de alegría. Cuando la gente le preguntó qué le pasaba, cuando le preguntaban por qué se comportaba como un loco, él contestaba: «No sólo vale la pena leer este libro, sino que también vale la pena ponértelo encima de la cabeza y bailar! No sabía que en la tierra hubiese habido gente que hablase de esta forma. En este libro está escrito lo que yo creía que no se podía expresar con palabras.» Pero en India no encontrarás ni una sola persona que se ponga el *Gita* encima de la cabeza y empiece a bailar. Lo que sí podemos encontrar es gente que pone el *Gita* en el asiento del tren y viaja sentada encima de él... pero esto no es significativo.

Al final de este siglo alcanzaremos otra cima, porque cuando existe la necesidad se activan muchas fuerzas en el mundo. Einstein se volvió religioso antes de morir. A lo largo de su vida fue un científico, pero a medida que fue llegando a su fin se fue volviendo religioso. Por eso, las personas esencialmente científicas dijeron: «No deberíamos tomar en serio las últimas declaraciones de Einstein. Había perdido la cabeza.»

Las últimas palabras de Einstein fueron muy significativas. Dijo: «Creía que podía saber todo lo que hay que saber sobre el mundo, pero cuanto más aprendí, más me di cuenta que esto era imposible, porque todavía quedaba una vasta infinidad por conocer. Pensé que un día resolvería el misterio del mundo de la ciencia y lo reduciría a una ecuación matemática, y que entonces dejaría de ser un misterio. Pero el problema matemático se fue haciendo cada vez mayor, y en vez de resolver el misterio del mundo se convirtió él mismo en un misterio. Ahora es imposible resolver este problema.»

Algunos de los científicos más importantes de los tiempos modernos están revoloteando a las puertas de la religión. En la ciencia aparece esta posibilidad porque ha traspasado el segundo cuerpo y se aproxima al tercero, y a medida que se acerca al tercer cuerpo los ecos de la religión se vuelven inevitables. Entran, por su propio pie, en un mundo desconocido de incertidumbres y probabilidades. Alguna vez, en algún lugar, tendrán que aceptar lo desconocido. Tendrán que admitir que hay algo más de lo que se puede ver a simple vista. Lo que no puede ser visto también existe; lo que no puede ser oído también existe. Hace cien años decíamos que no existía lo que no se podía oír, ver o tocar. Ahora la ciencia dice otra cosa. Dice que el mundo de lo que se puede tocar es muy pequeño; sin embargo, el mundo de lo que no se puede tocar es muy grande. El mundo del sonido es muy pequeño; sin embargo, el mundo de lo que no se puede oír es ilimitado. Lo que se ve es infinitesimal comparado con lo ilimitado de lo que no se ve.

En realidad, lo que nuestros ojos pueden ver es una pequeña parte de lo que existe. Nuestros ojos pueden captar una longitud de onda determinada, nuestros oídos pueden oír ciertas longitudes de onda. Hay una infinidad de longitudes de onda por encima y por debajo de éstas. A veces, por casualidad, nuestros sentidos también captan esas longitudes de onda.

Una vez, un hombre se cayó de una montaña y se lesionó un oído. Entonces, su oído empezó a captar ondas de radio de la emisora de radio de su pueblo. En el hospital tuvo muchos problemas; al principio no entendía lo que le estaba pasando.

—O me estoy volviendo loco o no entiendo lo que está pasando —dijo.

Cuando las cosas empezaron a ir mejor, protestó al doctor:

—¿Dónde guardan la radio en este hospital?

El doctor dijo:

—¿Estás oyendo algo? No hay ninguna radio.

Pero seguía insistiendo que oía las noticias y le contó lo que había oído. El doctor fue al despacho corriendo y encendió la radio. Para su sorpresa, descubrió que estaban emitiendo exactamente la misma noticia. Entonces, quedó todo claro. Se descubrió que sus oídos se habían vuelto sensibles a nuevas longitudes de onda; cambiaron al caerse de la montaña.

Es muy posible que en un futuro cercano podamos captar longitudes de onda simplemente colocando un pequeño dispositivo en el oído. Hay infinidad de sonidos que están pasando a nuestro lado pero no los podemos oír porque nuestra capacidad auditiva está muy limitada. Incluso hay muchos sonidos muy fuertes que no podemos oír. No podemos oír los sonidos que están por encima o por debajo de nuestra capacidad auditiva. Cuando cae una estrella, el sonido tremendo de su caída se extiende a nuestro alrededor, pero no podemos oírlo. Si no fuese así, estaríamos sordos. De un modo similar, la temperatura de nuestro cuerpo oscila entre los 36 y los 41 grados. Si baja de los 36 grados o sube más de los 41 grados, nos morimos. Nuestra vida oscila entre estos diez o doce grados. La temperatura tiene un intervalo muy grande. Puede estar por debajo de este margen de doce grados pero no nos atañe.

Tenemos, igualmente, limitaciones en todos los aspectos. Pero podemos tener conocimiento de las cosas que están fuera de esos límites porque también existen. La ciencia ha empezado a aceptar su existencia. Cuando hay aceptación comienza la averiguación de dónde y qué son esas cosas. Todo esto se puede conocer, se puede comprender, por eso he dicho que la ciencia puede llegar hasta el quinto cuerpo.

Capítulo 6

SOBRE LOS SIETE TIPOS DE SUEÑOS Y LOS SIETE NIVELES DE REALIDAD

Tenemos siete cuerpos: el físico, el etéreo, el astral, el mental, el espiritual, el cósmico y el nirvánico. Cada cuerpo tiene un tipo de sueño. En la psicología occidental el cuerpo físico se conoce como cuerpo consciente, el cuerpo etéreo se conoce como inconsciente y el cuerpo astral se conoce como inconsciente colectivo.

El cuerpo físico tiene sus propios sueños. Si tienes malestar en la barriga, tendrás un cierto tipo de sueños. Si estás enfermo, febril, el cuerpo físico crea un sueño determinado. Hay algo evidente: el sueño es creado por algún tipo de malestar.

El malestar físico, la enfermedad física, crean su propio mundo de sueños, de modo que es posible estimular el sueño físico incluso desde el exterior. Estás dormido. Si te colocan un paño mojado alrededor de las piernas, empezarás a soñar. Puedes soñar que estás cruzando un río. Si te colocan una almohada en el pecho empezarás a soñar. Puedes soñar que se te ha sentado alguien encima, o que te ha caído una piedra. Estos sueños surgen del cuerpo físico.

El cuerpo etéreo —el segundo cuerpo— sueña a su manera. Los sueños etéreos han creado mucha confusión en la psicología occidental. Freud confundió los sueños etéreos con los sueños causados por la represión de ciertos deseos. Hay sueños que se deben a deseos reprimidos, pero estos sueños pertenecen al primer cuerpo al cuerpo físico. Si has reprimido tus deseos físicos, por ejemplo, si has estado ayunando, hay muchas posibilidades de que sueñes con el desayuno. Si has reprimido el sexo, habrá muchas posibilidades de que tengas fantasías sexuales. Pero estos sueños pertenecen

al primer cuerpo. El cuerpo etéreo queda fuera de la investigación psicológica, por eso sus sueños se interpretan como si perteneciesen al primer cuerpo, el físico. Esto crea mucha confusión.

El cuerpo etéreo puede viajar en sueños. Hay muchas posibilidades de que abandone tu cuerpo. Cuando lo recuerdas, lo haces como un sueño, pero no es un sueño como los del cuerpo físico. El cuerpo etéreo puede salirse de ti mientras duermes. Tu cuerpo físico estará ahí, pero tu cuerpo etéreo puede salir y viajar por el espacio. No está limitado por el espacio; la distancia no es un problema. Los que no lo entienden, los que no admiten la existencia del cuerpo etéreo, pueden interpretar esto como el mundo inconsciente. Dividen la mente del ser humano en consciente o inconsciente. Entonces, el sueño fisiológico es «consciente» y el etéreo es «inconsciente». No es inconsciente. Es tan consciente como los sueños fisiológicos, pero a otro nivel. Si tomas conciencia de tu cuerpo etéreo, los sueños que corresponden a ese mundo serán conscientes.

Del mismo modo que podemos provocar sueños fisiológicos desde el exterior también podemos provocar y estimular sueños etéreos. El mantra es uno de los métodos para crear visiones etéreas, sueños etéreos. Un cierto *mantra* o un cierto *nada* —una palabra concreta que resuena reiteradamente en el centro etéreo— puede provocar sueños etéreos. Hay muchos métodos. El sonido es uno de ellos.

Lo sufíes utilizan el perfume para crear visiones etéreas. Mahoma mismo era un amante de los perfumes. Un perfume determinado provoca un sueño determinado.

Los colores también pueden servir de ayuda. Leadbeater⁶ una vez tuvo un sueño etéreo sobre el azul, el azul nada más, pero un cierto tono de azul. Empezó a buscar ese azul determinado en todos los mercados del mundo. Después de varios años de búsqueda, finalmente lo encontró en una tienda italiana, era un terciopelo que tenía ese tono. Entonces se empezó a utilizar el terciopelo para crear también sueños etéreos en los demás.

Cuando alguien esta en meditación profunda y ve colores, y tiene experiencias de perfumes, sonidos y música absolutamente desconocida, esto también es un sueño, un sueño del cuerpo etéreo. Las visiones que llamamos espirituales pertenecen al cuerpo etéreo; son sueños etéreos. Los gurús que se manifiestan ante sus discípulos no son más que un viaje etéreo, un sueño etéreo. Pero como sólo hemos estudiado la mente en un nivel de existencia, el fisiológico, estos sueños se han interpretado en el lenguaje de lo fisiológico o se han desechado, se han negado.

O se han metido dentro del inconsciente. Decir que algo forma parte del inconsciente es lo mismo que admitir que no sabemos nada de esto. Es un tecnicismo, un truco. No hay nada inconsciente, pero todo lo que es consciente a un nivel más profundo es inconsciente a un nivel menos profundo. Por tanto, lo etéreo es inconsciente para lo físico; lo astral es inconsciente para lo etéreo; lo mental es inconsciente para lo astral. Consciente significa aquello que conoces. Inconsciente significa lo que todavía no se conoce, lo desconocido.

También hay sueños astrales. En los sueños astrales vuelves a tus vidas pasadas. Es la tercera dimensión de los sueños. A veces, en un sueño corriente

puede haber algunas partes de sueño astral o de sueño etéreo. Entonces el sueño se vuelve un lío, un barullo; no entiendes nada. Como los siete cuerpos existen simultáneamente, las cosas de un mundo pueden pasar a otro mundo, introducirse en él. Por eso a veces incluso en los sueños corrientes hay fragmentos de lo etéreo o lo astral.

En el primer cuerpo, el cuerpo físico, no puedes viajar en el tiempo ni el espacio. Estás confinado a tu estado físico y a la hora que sea... pongamos, las diez de la noche. Tu cuerpo físico puede soñar en ese tiempo y espacio específicos pero no más allá de ellos. En el cuerpo etéreo puedes viajar en el espacio pero no en el tiempo. Puedes ir a cualquier parte, pero seguirán siendo las diez de la noche. En el mundo de lo astral, en el tercer cuerpo, no sólo puedes viajar en el tiempo sino también en el espacio. El cuerpo astral puede traspasar la barrera del tiempo, pero sólo hacia el pasado, no hacia el futuro. La mente astral puede ir recorrer todo el pasado, desde la ameba hasta el ser humano.

En la psicología de Jung la mente astral se denomina inconsciente colectivo. Es vuestra historia individual de nacimientos. Algunas veces se introduce en los sueños corrientes, pero más frecuentemente en estados patológicos que en estados saludables. En una persona con una enfermedad mental, los primeros tres cuerpos pierden la distinción habitual con los demás. Un enfermo mental puede soñar sobre sus vidas pasadas, pero nadie le creerá. Él mismo tampoco lo cree. Dirá que sólo ha sido un sueño.

Esto no es soñar en el plano físico. Es un sueño astral. El sueño astral tiene un gran significado, mucha importancia. Pero el tercer cuerpo sólo puede soñar sobre el pasado, no sobre lo que será.

El cuarto cuerpo es el cuerpo mental. Puede viajar al pasado y al futuro. En una emergencia grave, a veces, incluso un ser corriente puede tener un destello del futuro. Si se está muriendo alguien muy próximo y querido, puedes recibir el mensaje en un sueño corriente. Como no conoces otra dimensión del sueño, como no conoces las otras posibilidades, el mensaje se introducirá en un sueño corriente.

Pero el sueño no estará claro, porque tiene que superar algunos obstáculos para que el mensaje se vuelva parte de tus sueños corrientes. Cada obstáculo elimina algo, transforma algo. Cada cuerpo tiene su propia simbología; por eso, cada vez que un sueño pasa de un cuerpo a otro se traduce a la simbología de ese cuerpo. Entonces se mezcla todo.

Si sueñas en el cuarto cuerpo de forma inequívoca —no por medio de otro cuerpo sino por medio del cuarto cuerpo mismo—, entonces podrás penetrar en el futuro, pero sólo en el tuyo. Seguirá siendo individual, no podrás penetrar en el futuro de otra persona.

Para el cuarto cuerpo, el pasado es tan presente como el futuro. El pasado, el presente y el futuro se vuelven uno. Todo es ahora: ahora penetrando hacia atrás, ahora penetrando hacia delante. No hay pasado ni futuro, pero todavía existe el tiempo. El tiempo, incluso como «presente», sigue siendo un fluir de tiempo. Tendrás que seguir enfocando tu mente. Puedes mirar al pasado pero tienes que enfocar tu mente en esa dirección. Entonces, el futuro y el presente estarán en suspenso. Cuando te enfocas hacia

el futuro, los otros dos —el pasado y el presente— estarán ausentes. Serás capaz de ver el pasado, el presente y el futuro, pero no como uno. Y sólo serás capaz de ver tus sueños individuales, los que te pertenecen como individuo.

El quinto cuerpo, el cuerpo espiritual, atraviesa el mundo del individuo y del tiempo. Ahora estás en la eternidad. El soñar no está relacionado contigo como tal, sino con la conciencia de la totalidad. Ahora conoces el pasado de la existencia pero no el futuro.

A través del quinto cuerpo se han desarrollado los mitos de la creación. Son todos iguales. Varían los símbolos, las historias difieren un poco, pero los mitos de la creación —cómo se creó el mundo, como comenzó su existencia— son paralelos, ya sean cristianos, hinduistas, judíos o egipcios; todas tienen un parecido subyacente. En todo el mundo, por ejemplo, hay historias similares a la del diluvio universal. Sin embargo, no existe una crónica histórica, pero hay un testimonio. Ese testimonio pertenece a la quinta mente, al cuerpo espiritual. La quinta mente puede soñar sobre esto.

Cuanto más penetras en tu interior, más se acerca el sueño a la realidad. El sueño fisiológico no es tan real. Tiene su propia realidad pero no es tan real. El etéreo es mucho más real, el astral es todavía más real, el mental se aproxima a la realidad y, finalmente, en el quinto cuerpo tus sueños se vuelven totalmente realistas. Esta es la forma de conocer la realidad. El término soñar no es apropiado. Pero, en cierto sentido, es soñar, porque lo real no está presente objetivamente. Tiene su propia objetividad, pero aparece como una experiencia subjetiva.

Dos personas que hayan alcanzado el quinto cuerpo pueden soñar simultáneamente, lo cual no era posible antes. Habitualmente, no hay forma de tener un sueño común con otra persona, pero a partir del quinto cuerpo varias personas pueden tener el mismo sueño simultáneamente. Por eso, en cierto sentido, los sueños son objetivos. Se pueden comparar con las notas y hay tantas personas que sueñan en el quinto cuerpo y descubren los mismos mitos. Estos mitos no fueron inventados por personas individuales. Fueron inventados por escuelas determinadas, tradiciones concretas que trabajan conjuntamente.

El quinto tipo de sueños se vuelve mucho más real. Los cuatro tipos precedentes son, en cierto sentido, irreales, porque son individuales. No hay posibilidad de que otra persona comparta la experiencia; no hay posibilidad de juzgar su validez, si son fantasía o no. Una fantasía es algo que has proyectado; un sueño es algo que no existe como tal, pero que has llegado a conocer. A medida que vas profundizando, los sueños se vuelven menos fantásticos, menos imaginarios, más objetivos, reales, auténticos.

Los conceptos teológicos han sido creados por el quinto cuerpo. Difieren en el lenguaje, la terminología, los conceptos, pero, básicamente, son iguales. Son sueños del quinto cuerpo.

En el sexto cuerpo o cuerpo cósmico atraviesas el umbral de la conciencia/inconsciencia, materia/mente. Se abandonan las distinciones. El sexto cuerpo sueña sobre el cosmos. Cruzas el umbral de la conciencia y el mundo inconsciente también se vuelve consciente. Ahora, todo está vivo y

consciente. Incluso lo que recibe el nombre materia forma parte de la conciencia.

En el sexto cuerpo surgen los sueños de los mitos cósmicos. Has trascendido el individuo, has trascendido la conciencia, has trascendido el tiempo y el espacio, pero el lenguaje todavía existe. Señala en una dirección; te está indicando algo. Las teorías sobre Brahma, sobre maya, las teorías sobre la unidad, el infinito, todas ellas han surgido en el sexto tipo de sueños.

Los que han tenido sueños en la dimensión cósmica son los creadores de las grandes doctrinas, de las grandes religiones.

En el sexto tipo de mente, los sueños aparecen en términos de ser, y no de no ser; en términos de existencia positiva, no en términos de no existencia. Todavía sigue habiendo un cierto apego a la existencia y miedo a la no existencia. La materia y la mente se han vuelto uno, pero la existencia y la no existencia no, el ser y el no ser no. Siguen estado separados. Esta es la última barrera.

El séptimo cuerpo, el nirvánico, atraviesa la frontera de lo positivo y salta a la nada. Tiene sus propios sueños: sueños de la no existencia, sueños de la nada, sueños del vacío. El sí se ha quedado atrás, incluso el no ya no es un no; la nada no es nada. La nada, más bien, es incluso más infinita. Lo positivo tiene límites; no puede ser infinito. Sólo lo negativo no tiene límites.

El séptimo cuerpo tiene sus propios sueños. Ahora ya no hay símbolos, no hay formas. Sólo existe lo que no tiene forma. Ahora ya no hay más sonido que la ausencia de sonido; hay silencio absoluto. Los sueños de silencio son totales, interminables.

Estos son los siete cuerpos. Cada uno de ellos tiene sus propios sueños. Pero estas siete dimensiones de los sueños se pueden convertir en un obstáculo para conocer los siete tipos de realidades.

Tu cuerpo fisiológico tiene una manera de conocer la realidad y una manera de soñar sobre ella. Cuando comes, es una realidad, pero cuando sueñas que estás comiendo no es una realidad. El sueño es un sustituto de la verdadera comida. El cuerpo fisiológico tiene su propia realidad y sus propios sueños. Son las dos formas de funcionar de lo fisiológico y están muy lejos una de otra.

Cuanto más te aproximas al centro —cuanto más elevado sea el cuerpo en el que estás— más se aproximan el sueño y la realidad. Del mismo modo que las líneas que van desde la periferia de un círculo hacia el centro se acercan a medida que se aproximan al centro, y están más separadas cuanto más se acercan a la circunferencia, el sueño y la realidad se van acercando a medida que tú te acercas a tu centro, y se separan a medida que vas hacia la periferia. Por tanto, en lo que respecta al cuerpo fisiológico, el sueño y la realidad están separados. La distancia que los separa es muy grande. Los sueños sólo son fantasías.

Esta separación no es tan grande en el cuerpo etéreo. Lo real y lo soñado se aproximan, por eso en el cuerpo etéreo será más difícil distinguir lo que es real de lo soñado que en el cuerpo fisiológico. No obstante, se puede saber la diferencia. Si tu viaje etéreo es un viaje real, sucederá cuando estás despierto.

Si ha sido un sueño, sucederá cuando estás dormido. Para saber la diferencia debes haber despertado al cuerpo etéreo.

Hay métodos para ser conscientes del cuerpo etéreo. Los métodos de trabajo personal, como el *japa* —la repetición de un mantra—, te desconectan del mundo exterior. Si te duermes, la repetición constante puede crear un sueño hipnótico. Entonces, soñarás. Pero, si permaneces atento durante tu *japa* y no te origina un efecto hipnótico, entonces conocerás la realidad en lo que concierne al cuerpo etéreo.

En el tercer cuerpo o astral todavía es más difícil saber la diferencia entre los dos, porque se han acercado más. Si conoces el verdadero cuerpo astral y no sólo el sueño astral dejarás de tener miedo a la muerte. Desde aquí, uno llega a conocer su inmortalidad. Pero si el astral es un sueño y no es real estarás atezado por el miedo a la muerte. Este es el punto de distinción, esta es la prueba: el miedo a la muerte.

Una persona que cree que el alma es inmortal, y lo repite constantemente para convencerse de que es verdad, no será capaz de distinguir entre lo que es real en el cuerpo astral y el sueño astral. No deberíamos creer en la inmortalidad sino conocerla. Pero antes de conocerla uno debe tener dudas, incertidumbres. Sólo así podrás saber si realmente la conoces o si la has proyectado. Si crees que el alma es inmortal, entonces esta creencia puede penetrar en tu mente astral. Después empezará a soñar, pero sólo será un sueño. Pero, si no tienes creencias sino sed de saber, sed de buscar —sin saber qué hay que buscar ni saber qué vas a encontrar, sin ideas preconcebidas ni prejuicios—, si sólo estás buscando en el vacío, sabrás la diferencia. Las personas que creen en la inmortalidad del alma, en las vidas pasadas, que las aceptan en un acto de fe, quizá sólo estén soñando en el plano astral sin conocer la realidad.

En el cuarto cuerpo o cuerpo mental, el sueño y la realidad son vecinos. Se parecen tanto que es muy fácil confundirlos. El cuerpo mental puede tener sueños más reales que la realidad. Hay muchos métodos para provocar dichos sueños: el yoga, el tantra y otros métodos. Una persona que está practicando el ayuno, la soledad, la oscuridad, puede crear el cuarto tipo de sueños, los sueños mentales. También serán reales, más reales que la realidad que nos rodea.

En el cuarto cuerpo, la mente es totalmente creativa, sin que se lo impida nada objetivo, sin tener ningún límite material. Ahora es totalmente libre de crear. Los poetas y los pintores viven en el cuarto tipo de sueños; el cuarto tipo de sueños produce el arte. La persona que es capaz de soñar en el mundo del cuarto cuerpo se puede convertir en un gran artista, pero no en alguien que conoce.

En el cuarto cuerpo hay que estar atento a cualquier tipo de creación mental. Uno no debería proyectar nada; de lo contrario, se proyectará. No se debería desear nada; de lo contrario, hay muchas posibilidades de que se cumpla el deseo. No sólo se puede cumplir el deseo internamente, sino exteriormente. En el cuarto cuerpo, la mente es tan poderosa y cristalina porque el cuarto cuerpo es el último refugio de la mente. Más allá comienza la no-mente.

El cuarto cuerpo es el principio original de la mente, de modo que puedes crear lo que quieras. Hay que estar continuamente alerta de que no haya ningún deseo, ninguna imaginación, ninguna idea; ningún dios, ningún gurú. De lo contrario, su creación partirá de ti. ¡Tú serás el creador! Se siente tanta alegría al verlos que uno anhela crearlos. Es el último obstáculo para el *sadhaka*, el buscador. Si puede cruzar la última barrera, ya no habrá otra barrera mayor. Si estás atento, si sólo eres un testigo en el cuarto cuerpo, entonces conoces la verdad. De lo contrario, seguirás soñando. Y no hay ninguna realidad que se pueda comparar con estos sueños. Serán extáticos; no hay un éxtasis comparable con esto. Por eso debemos estar atentos al éxtasis, la felicidad, la dicha, y debemos estar vigilantes con cualquier tipo de concepto. En cuanto aparece un concepto, la cuarta mente empieza a flotar en un sueño. Un concepto lleva a otro, y sigues soñando.

El cuarto tipo de sueños sólo se puede evitar si eres testigo; esto marca la diferencia, porque si estás soñando te identificarás con ello. En todo lo que respecta al cuarto cuerpo, la identificación es soñar. En el cuarto cuerpo la conciencia y una mente testigo son el camino hacia la verdad.

En el quinto cuerpo sueño y realidad son uno. Desaparece toda dualidad. Ya no es cuestión de conciencia. Aunque seas inconsciente, serás consciente de tu inconsciencia. El sueño no es más que un reflejo de la realidad. Hay una diferencia, pero no una distinción. Si me miro al espejo no habrá distinción entre mi reflejo y yo, pero hay una diferencia. Yo soy real y el reflejo no lo es.

Si la quinta mente ha cultivado distintos conceptos quizá crea que se conoce porque se ha visto reflejada en el espejo. Se conoce, pero no como es, sino como se refleja. Esta es la única diferencia. En cierto sentido, es peligrosa. El peligro consiste en que puedes quedarte satisfecho con el reflejo y considerar la imagen reflejada como verdadera.

En lo que respecta al quinto cuerpo, no hay un peligro real si esto ocurre, pero sí hay un peligro en lo que respecta al sexto cuerpo. Si sólo te has visto en el espejo, no podrás cruzar el límite del quinto cuerpo y pasar al sexto. No puedes pasar el límite a través del espejo. Por eso hay personas que se han quedado en el quinto cuerpo. Se han conocido, pero no con inmediatez, no directamente, sino a través de un espejo.

¿De dónde viene el espejo? Viene de cultivar los conceptos: «Yo soy el espíritu. Eterno. Inmortal. Más allá de la muerte, más allá del nacimiento.» Concebirse a uno mismo como espíritu sin saberlo es crear un espejo. Entonces, no te conocerás tal como eres, sino reflejado por tus conceptos. Esta es la única diferencia: si el conocimiento te llega a través del espejo será un sueño, y si es directo, inmediato, sin necesidad de espejos, entonces será real. Esta es la única diferencia, aunque es muy grande, no en relación a los cuerpos que has atravesado, sino en relación a los cuerpos que todavía tienes que penetrar.

¿Cómo podemos saber si estamos soñando en el quinto cuerpo o viviendo la realidad? Sólo hay un modo de saberlo: abandonar las escrituras, abandonar las filosofías. Ya no debería haber un gurú; de lo contrario, el gurú se convertirá en el espejo. De ahora en adelante, estarás completamente solo. No puedes tener un guía; si no, éste se convertirá en un espejo.

De ahora en adelante, estarás total y absolutamente solo. No solitario sino solo. Solitario siempre se refiere a los demás; sólo se refiere a uno mismo. Me siento solitario cuando no tengo vínculo con los demás, pero estoy solo, cuando soy.

Uno debería estar solo en todas las dimensiones: las palabras, los conceptos, las teorías, las filosofías, las doctrinas, los gurús, las escrituras; cristianismo, hinduismo; Buda, Cristo, Krishna, Mahavira... Ahora uno debería estar solo; de lo contrario, todo el presente se volverá un espejo. Ahora Buda se convertirá en un espejo. Muy querido, pero muy peligroso.

Si estás completamente solo no te podrás reflejar en nada. Meditación es el término del quinto cuerpo. Significa estar completamente solo, libre de cualquier mención. Significa estar en la no-mente. Si hay mente de algún tipo, se convertirá en un espejo y te verás reflejado en ella. Ahora uno debería ser una no-mente, sin pensar, sin contemplar.

En el sexto cuerpo no hay ningún espejo. Sólo existe lo cósmico. Tú has desaparecido. Ya no existes, el que sueña no existe. Pero el sueño puede seguir existiendo sin el que sueña. Y cuando hay un sueño sin un soñador parece la auténtica realidad. No hay mente, nadie que piense, de modo que todo lo que se conoce se conoce. Se vuelve tu conocimiento. Aparecen los mitos de la creación; pasan flotando. Tú no existes; las cosas sólo pasan flotando. No hay nadie ahí para juzgar; ahí no hay nadie para soñar.

Pero una mente que no existe, sigue existiendo. Una mente aniquilada sigue existiendo, no individualmente, sino en la totalidad cósmica. Tú no existes pero Brahma sí existe. Por eso dicen que el mundo es un sueño de Brahma. Todo el mundo es un sueño, maya. No un sueño de un individuo sino un sueño de la totalidad, del todo. Tú no existes, pero la totalidad está soñando.

Ahora la única distinción que existe es si el sueño es positivo. Si es positivo será ilusorio, será un sueño, porque en el sentido fundamental, sólo existe lo negativo. Cuando todo ha pasado a constituir lo que no tiene forma, cuando todo ha vuelto a su origen, entonces todo existe y a la vez no existe. El único factor que queda es lo positivo. Esto debe ser superado.

Por tanto, si abandonas lo positivo en el sexto cuerpo pasarás al séptimo cuerpo. Lo real del sexto cuerpo es la puerta del séptimo. Si no hay nada positivo, no hay mitos ni conceptos, entonces el sueño habrá terminado. Entonces sólo existe lo que es: lo que es, es. Sólo existe la existencia. Las cosas no existen pero el origen sí. El árbol no existe, pero la semilla sí.

Los que lo han conocido llaman a este tipo de mente samadhi con semilla: *samadhi sabeej*. Se ha abandonado todo; todo ha vuelto a la fuente original, la semilla cósmica. El árbol no existe pero la semilla sí. Pero desde la semilla todavía es posible soñar, de modo que también hay que destruir la semilla.

En el séptimo cuerpo no hay sueño ni realidad. Sólo puedes ver lo verdadero hasta el punto en que se puede soñar. Si ya no hay posibilidad de soñar, entonces no existirá lo verdadero ni lo ilusorio. El séptimo cuerpo es el centro. Ahora, sueño y realidad se han vuelto uno. No se diferencian. Puedes soñar la nada o conocer la nada, pero la nada sigue siendo lo mismo.

Si sueño sobre ti será ilusorio. Si te veo es real. Pero no hay ninguna diferencia entre soñar con tu ausencia o ver tu ausencia. Si sueñas sobre la ausencia de cualquier cosa, el sueño será igual a la ausencia misma. Sólo puede haber una diferencia real en términos de lo positivo. Hasta el sexto cuerpo hay diferencia. En el séptimo cuerpo sólo queda la nada. Hay ausencia incluso de la semilla. Esto es *nirbeej samadhi*, el samadhi sin semilla. Ahora ya no hay posibilidad de soñar.

Por tanto, hay siete tipos de sueños y siete tipos de realidades. Se mezclan los unos con los otros. Por culpa de esto, se crea mucha confusión. Pero te ayudará mucho hacer una distinción entre los siete, aclararlo. La psicología todavía está muy lejos de conocer los sueños. Sólo conoce lo fisiológico y, a veces, lo etéreo. Pero lo etéreo también se interpreta como fisiológico.

Jung ha profundizado más que Freud, pero su análisis de la mente humana tiene un tratamiento mitológico, religioso. No obstante, tiene la semilla. Si la psicología occidental sigue evolucionando, será a través de Jung y no de Freud. Freud fue el pionero, pero si se obsesionan con aferrarse a sus avances, todos los pioneros se convierten en un obstáculo para un progreso mayor. Aunque Freud ahora esté pasado de moda, la psicología occidental sigue obsesionada con su origen freudiano. Freud debe pasar a formar parte de la historia. La psicología tiene que evolucionar.

En América están intentando aprender sobre los sueños a través de métodos de laboratorio. Hay muchos laboratorios de sueños, pero los métodos que utilizan sólo se interesan en la fisiología. Si se quiere conocer el mundo de los sueños habrá que introducir el yoga, el tantra y otras enseñanzas esotéricas. Cada tipo de sueño tiene un tipo de realidad paralelo, pero si no se puede conocer todo el mundo del maya, si no se puede conocer el mundo ilusorio, será imposible conocer el mundo real. Sólo se puede conocer lo real a través de lo ilusorio.

No tenéis que interpretar lo que digo como si fuese una teoría, una doctrina. Tomadlo como punto de partida y empezad a soñar con una mente consciente. Sólo podrás conocer la realidad cuando seas consciente en tus sueños.

Ni siquiera somos conscientes de nuestro cuerpo físico. Seguimos estando en la inconsciencia. Solamente nos hacemos conscientes cuando hay una parte que se pone enferma. Debemos hacernos conscientes del cuerpo cuando está sano. Ser consciente del cuerpo cuando está enfermo no es más que una medida de emergencia. Es un proceso natural, intrínseco. Tu mente tiene que estar atenta cuando se enferma una parte del cuerpo para poderla cuidar, pero en cuanto se cura, vuelves a dejar de ser consciente.

Debes hacerte consciente de tu propio cuerpo, de su funcionamiento, sus sentimientos sutiles, su música y sus silencios. A veces el cuerpo está quieto; a veces hace ruido; a veces está relajado. Es una sensación tan distinta en cada uno de estos estados que desgraciadamente no somos conscientes de ello. Cuando te vas a dormir hay cambios sutiles en tu cuerpo. Pero cuando te vas a despertar por la mañana vuelve a haber cambios. Debemos ser conscientes de

estos cambios. Cuando estés a punto de abrir los ojos por la mañana no lo hagas inmediatamente. Cuando seas consciente de que tu sueño ha terminado toma conciencia de tu cuerpo. Todavía no abras los ojos. ¿Qué te ocurre? En tu interior está teniendo lugar un gran cambio. El sueño te abandona y llega el despertar. Has visto el amanecer del sol, pero nunca has visto el amanecer del cuerpo. Tiene su belleza particular. En tu cuerpo hay una mañana y una noche. Se llama *sandhya*; el momento de la transformación, el momento del cambio.

Cuando estés a punto de dormirte observa lo que sucede. El sueño llegará, estará llegando. ¡Estate alerta! Sólo así podrás hacerte consciente de tu cuerpo físico. Cuando te hagas consciente sabrás qué es el sueño fisiológico. Entonces, por la mañana, podrás saber qué sueños han sido fisiológicos y cuáles no. Si conoces tus sentimientos internos, tus necesidades internas, los ritmos internos de tu cuerpo, cuando se reflejen en tus sueños, serás capaz de entender su lenguaje.

No hemos comprendido el lenguaje de nuestro cuerpo. El cuerpo tiene su propia sabiduría; tiene miles y miles de años de experiencia. Mi cuerpo tiene la experiencia de mi padre y mi madre, la de sus padres y así sucesivamente, durante siglos y siglos la semilla de mi cuerpo se ha ido desarrollando hasta llegar a lo que es. Tiene su propio lenguaje. Primero hay que entenderlo. Cuando lo entiendas, sabrás qué es un sueño fisiológico. Entonces, por la mañana, serás capaz de separar los sueños fisiológicos de los que no lo son.

Sólo así nacerá una nueva posibilidad: el ser consciente de tu cuerpo etéreo. Sólo entonces y no antes. Te vuelves más sutil. Puedes experimentar niveles más sutiles de sonido, perfume y luz. Cuando caminas, sabes que lo hace el cuerpo fisiológico; sabes que no lo está haciendo el cuerpo etéreo. La diferencia está muy clara. Estás comiendo, está comiendo tu cuerpo físico, no tu cuerpo etéreo. Hay sed etérea, hambre etérea, deseos etéreos, pero estas cosas sólo se pueden ver cuando se conoce el cuerpo físico por completo. Entonces, poco a poco, empezarás a conocer los otros cuerpos.

El sueño es un tema importante. Todavía está sin descubrir, desconocido, escondido. Es parte del conocimiento secreto. Pero ha llegado el momento de sacar a la luz todos los secretos. Todo lo que estaba escondido hasta ahora no deberá seguir escondido; si no, puede llegar a ser peligroso.

En el pasado había algunas cosas que debían permanecer en secreto, porque el conocimiento en manos de los ignorantes puede resultar peligroso. Esto es lo que está sucediendo con el conocimiento científico en Occidente. Los científicos se han dado cuenta de esta crisis y quieren inventar ciencias secretas. Las armas nucleares no se deberían haber dado a conocer a los políticos. Los descubrimientos posteriores deberán permanecer ocultos. Tenemos que esperar hasta el momento en que el ser humano esté tan capacitado que no sea un peligro exponer el conocimiento.

De una forma similar, en Oriente se sabía mucho del mundo espiritual. Pero podría resultar peligroso si caía en manos de los ignorantes, por eso se escondía la llave. El conocimiento era secreto, esotérico. Se pasaba de uno a otro a escondidas. Pero ahora, gracias al progreso científico, ha llegado el momento de que salga a luz. La ciencia puede resultar peligrosa si no se conocen las verdades espirituales, esotéricas. Hay que difundirlas para que el conocimiento espiritual esté a la altura del conocimiento científico.

Los sueños son uno de los mundos esotéricos más importantes. Os he hablado un poco sobre ello para que empecéis a ser conscientes, pero no os he hablado de toda la ciencia. No es necesario ni tampoco os servirá de ayuda. He dejado espacios vacíos. Si os introducís, estos espacios se rellenarán automáticamente. Lo que os he dicho sólo es la capa exterior. No es suficiente para desarrollar una teoría sobre ello pero sí es suficiente para empezar.

Capítulo 7

NATURALEZA Y POTENCIALIDAD DE LOS CHAKRAS

Has dicho que el buscador debería preocuparse más de su receptividad en vez de ir mendigando de puerta en puerta. ¿Pero buscar no implica también enfrentar los obstáculos del camino espiritual?

Buscar y preguntar son dos cosas diferentes. En realidad, sólo pregunta el que no está buscando. Buscar y preguntar no son la misma cosa; son, más bien, dos cosas contradictorias. Quien quiere evitar buscar, pregunta. El proceso de buscar y el de pedir son muy diferentes. Al preguntar, la atención se centra en el otro: en el que da; al buscar la atención se centra en uno mismo: en el que recibe. Decir que hay obstáculos en el camino del crecimiento espiritual significa que hay obstáculos dentro del propio buscador. El camino también está en nuestro interior y no es muy difícil entender nuestros propios impedimentos. Habrá que explicar detalladamente cuáles son los obstáculos y cómo se pueden eliminar. Ayer os hablé de los siete cuerpos. Hablaremos sobre ellos más en detalle para que os quede claro.

Del mismo modo que hay siete cuerpos también hay siete chakras, siete centros de energía, y cada chakra está conectado de un modo especial con su cuerpo correspondiente. El chakra del cuerpo físico es *muladhara*. Es el primer chakra y está en completa conexión con el cuerpo físico. El chakra *muladhara* tiene dos posibilidades. La primera función es natural y nos es dada de nacimiento; la otra función se puede obtener con la meditación.

La posibilidad natural básica de este chakra es el apremio sexual del cuerpo físico. La primera cuestión que surge en la mente del buscador es: ¿qué podemos hacer respecto a este principio básico? Pero en este chakra existe otra posibilidad y es el *brahmacharya*, el celibato, que se puede alcanzar mediante la meditación. El sexo es la posibilidad natural, y el *brahmacharya* es su transformación. Cuanto más enfocada y atrapada esté la mente en el deseo sexual más le costará alcanzar su máxima potencialidad de *brahmacharya*.

Esto significa que podemos utilizar la situación que nos es dada por la naturaleza de dos formas. Podemos vivir dentro de la condición que nos ha impuesto la existencia —entonces, el proceso de crecimiento espiritual no podrá comenzar—, o podemos transformar este estado. El único peligro en el camino de la transformación es que existe la posibilidad de que empecemos a luchar con nuestro centro natural. ¿Cuál es el verdadero peligro en el camino del buscador? El primer obstáculo es que si el meditador se entrega al orden natural de las cosas no alcanzará la posibilidad máxima de su cuerpo físico y se estancará en el punto de partida. Por una parte existe la necesidad; por otra

existe una represión que provoca en el meditador un conflicto con su apremio sexual. La represión es un obstáculo en el camino de la meditación. Es el obstáculo del primer chakra. La transformación no puede suceder si hay represión.

Si la represión es un obstáculo, ¿cuál es la solución? La comprensión resolverá este asunto. En cuanto empiezas a entender el sexo, tiene lugar dentro de ti una transformación. Esto tiene un motivo. Dentro de nosotros están dormidos e inconscientes todos los elementos de la naturaleza. Si nos hacemos conscientes de ellos comienza la transformación. La conciencia es la alquimia; la conciencia es la alquimia para cambiarlos, para transformarlos. Si una persona se hace consciente de sus deseos sexuales con todos sus sentidos y su comprensión, entonces, dentro de él empezará a surgir el brahmacharya en vez del sexo. Será difícil trabajar sobre las posibilidades de los otros centros a menos que una persona alcance el brahmacharya en su primer cuerpo.

El segundo cuerpo, como dije, es el cuerpo emocional o etéreo. El segundo cuerpo está conectado con el segundo chakra, el *chakrasvadhista*. Este también tiene dos posibilidades. Básicamente, su potencialidad es el miedo, el odio, la rabia y la violencia. Son condiciones que se obtienen del potencial natural del *chakrasvadhista*. Si la persona se estanca en el segundo cuerpo, entonces las condiciones de transformación directamente opuestas, el amor, la compasión, el valor y la amistad no tendrán lugar. Los obstáculos del camino del meditador son el odio, la rabia y la violencia, y se trata de transformarlos.

Aquí se vuelve a cometer el mismo error. Una persona puede dar rienda suelta a su enfado; otra puede reprimirlo. Una persona puede ser miedosa; otra puede reprimir su miedo y hacer alarde de valor. Pero nada de esto te conducirá a la transformación. Cuando hay miedo hay que aceptarlo, no sirve de nada taparlo o reprimirlo. Si hay violencia en nuestro interior no vale de nada cubrirla con el manto de la no violencia. Gritar eslóganes de no violencia no provocará ningún cambio en el estado de nuestra violencia interior. Sigue siendo violencia. Es una condición que nos impone la naturaleza del segundo cuerpo. Tiene su utilidad, del mismo modo que el sexo tiene un significado. A través del sexo pueden nacer otros cuerpos físicos. Antes de que muera un cuerpo físico, la naturaleza ha previsto el nacimiento de otro.

El miedo, la violencia y la rabia son necesarios en el segundo plano; si no, el ser humano no sobreviviría, no se podría proteger. El miedo le protege, la rabia le implica en la lucha contra otros y la violencia le ayuda a salvarse de la violencia de otros. Son cualidades del segundo cuerpo y son necesarias para sobrevivir, pero generalmente nos detenemos aquí y no seguimos adelante. Si una persona entiende la naturaleza del miedo alcanzará la valentía, y si entiende la naturaleza de la violencia alcanzará la no violencia. De una forma similar, entendiendo la rabia, desarrollamos la cualidad de perdonar.

De hecho, la rabia es una cara de la moneda y el perdón es la otra. Cada una se esconde tras la otra, pero hay que dar la vuelta a la moneda. Si llegamos a conocer una cara de la moneda perfectamente, naturalmente tendremos curiosidad de saber qué hay en la otra cara, y así la moneda se da la vuelta. Si escondemos la moneda y fingimos que no tenemos miedo ni violencia dentro, nunca seremos capaces de conocer la valentía y la no

violencia. Quien acepta la existencia del miedo en su interior y lo investiga a fondo pronto alcanzará un punto en el que querrá saber qué hay detrás del miedo. Su curiosidad le animará a mirar el otro lado de la moneda.

En cuanto gira la moneda, pierde el miedo. Paralelamente, la violencia se convertirá en compasión. Estas son las características del segundo cuerpo. En consecuencia, el meditador tiene que llevar a cabo una transformación de las cualidades que ha recibido de la naturaleza. Y para esto no es necesario ir preguntándole a los demás; hay que buscar y preguntárselo uno mismo. Todos sabemos que la rabia y el miedo son impedimentos, porque ¿cómo puede ser que un cobarde busque la verdad? Irá mendigando la verdad; deseará que alguien se la dé sin tener que entrar en terrenos desconocidos.

El tercer cuerpo es el cuerpo astral. También tiene dos dimensiones. En primer lugar, el tercer cuerpo gira en torno a la duda y el pensamiento. Si se transforman, la duda se convierte en confianza y el pensamiento se convierte en *vivek*, atención. Si reprimes las dudas nunca alcanzarás *shraddha*, confianza, aunque se nos aconseja reprimir las dudas y creer en lo que escuchamos. Quien reprime sus dudas nunca alcanzará la confianza porque la duda seguirá estando presente en nuestro interior aunque reprimida. Se deslizará por dentro como un cáncer y acabará con tu vitalidad. Las creencias se imponen por el miedo al escepticismo. Tendremos que entender la cualidad del miedo, tendremos que vivirlo y cargar con él. Entonces, un día llegaremos al punto que empezaremos a tener dudas sobre la propia duda. En cuanto empezamos a dudar de la duda, empieza la confianza.

No podemos tener la claridad de la discriminación si no vamos a través del proceso del pensamiento. Hay gente que no piensa, y gente que les anima a que no piensen. Dicen: «No pienses; abandona todos los pensamientos.» Aquel que deja de pensar aterriza en la ignorancia y la fe ciega. Esto no es claridad. El poder de la discriminación se obtiene sólo después de pasar por los procesos de pensamiento más sutiles. ¿Cuál es el significado de *vivek*, discriminación? La duda siempre está presente en todos los pensamientos. Siempre hay indecisión. Por tanto, quienes piensan mucho nunca llegan a una decisión. Sólo pueden decidir si se salen de la rueda de pensamientos. La decisión proviene de un estado de claridad que está más allá de los pensamientos.

Los pensamientos no tienen conexión con la decisión. Quien está absorto en pensamientos nunca tomará una decisión. Por eso sucede, invariablemente, que aquellos cuyas vidas no están dominadas por los pensamientos son muy decididos, mientras que los que piensan mucho carecen de decisión. Los dos entrañan peligro. Los que no piensan continúan y hacen lo que han decidido hacer, por el simple hecho de que no tienen un proceso de pensamiento que les provoque dudas.

Los dogmáticos y los fanáticos del mundo son gente muy activa y enérgica; para ellos no se trata de dudas... ¡nunca piensan! Si creen que llegarán al cielo matando a mil personas no descansarán hasta que hayan matado a mil personas. Nunca se paran a pensar lo que están haciendo, de modo que nunca hay indecisión por su parte. Un ser humano que piensa, por el contrario, seguirá pensando antes de tomar ninguna decisión.

Si cerramos las puertas por miedo a los pensamientos nos quedaremos sólo con la fe ciega. Esto es muy peligroso y un gran obstáculo en el camino del meditador. Se necesita prudencia vigilante y pensamientos claros, decididos, que nos ayudan a tomar decisiones. Este es el significado de vivek: claridad, vigilancia. Significa que el poder del pensamiento es completo. Significa que hemos examinado los pensamientos con tanto detalle que se han aclarado todas las dudas. Ahora lo que queda es decisión pura en esencia.

El chakra del tercer cuerpo es *manipura*. La duda y la confianza son sus dos formas. El resultado es que la duda se transforma en confianza. Pero ten en cuenta esto, la confianza no es lo opuesto o lo contrario a la duda. La confianza es la forma más pura y el desarrollo máximo de esta. Es el extremo máximo de la duda, donde se pierde incluso la duda porque empieza a dudar de sí misma y de este modo se suicida. Entonces, nace la confianza.

El cuarto plano es el cuerpo mental o la psique, y el cuarto chakra, *anahata*, está conectado con este cuerpo. Las cualidades naturales de este plano son la imaginación y los sueños. Esto es lo que siempre hace la mente: imaginar y soñar. Por la noche sueña y durante el día ensueña. Si la imaginación se ha desarrollado totalmente, es decir, si se ha desarrollado hasta su máxima capacidad, de una forma completa, se convertirá en determinación, voluntad. Si el sueño se desarrolla completamente se transforma en visión, visión psíquica. Si la habilidad de soñar de una persona se ha desarrollado plenamente, sólo tiene que cerrar los ojos para ver cosas. Entonces, podrá ver incluso a través de un muro. Al principio, sueña que está viendo a través del muro; más tarde realmente verá a través del muro. Ahora sólo puede adivinar lo que estás pensando, pero después de la transformación podrá ver lo que piensas. Visión significa ver y oír cosas sin usar los órganos sensoriales habituales. Las limitaciones del tiempo y el espacio ya no existen para alguien que ha desarrollado la visión.

En los sueños puedes viajar a tierras lejanas. Si estás en Bombay puedes ir a Calcuta. En la visión también puedes viajar en el espacio, pero hay una diferencia: en los sueños imaginas que has estado, mientras que en la visión realmente estás. El cuarto cuerpo o cuerpo psíquico realmente puede estar ahí presente. Como no tenemos ni idea de las posibilidades fundamentales del cuarto cuerpo hemos descartado, en el mundo actual, el antiguo concepto de sueños. La experiencia antigua era que en los sueños uno de los cuerpos del hombre salía de viaje.

Actualmente, los científicos también están de acuerdo en que el cuarto cuerpo tiene muchas posibilidades psíquicas. Ahora que el hombre ha salido al espacio, la investigación en esta dirección es más importante. El hecho sigue siendo que a pesar de lo fiables que sean los aparatos que tiene el ser humano a su disposición no puede confiar totalmente en ellos. Si deja de funcionar el equipo de radio de una nave espacial, los astronautas perderán el contacto con el mundo. No serán capaces de decirnos dónde están o qué ha pasado. Los científicos actuales están interesados en desarrollar la telepatía y la visión del cuarto cuerpo para evitar este riesgo. Si los astronautas fuesen capaces de comunicarse directamente con poderes telepáticos estarían desarrollando una

parte del cuarto cuerpo. Entonces sería seguro viajar por el espacio. Hay que investigar mucho en ese campo.

El quinto chakra es el chakra *visuddha*. Se localiza en la garganta. El quinto cuerpo es el cuerpo espiritual. El chakra *visuddha* está conectado con el cuerpo espiritual. Los primeros cuatro chakras y sus cuerpos estaban divididos en dos. En el quinto cuerpo se acaba la dualidad.

Como dije antes, la diferencia entre masculino y femenino se mantiene hasta el cuarto cuerpo; a partir de ahí se acaba. Si lo observamos de cerca, la dualidad pertenece a lo masculino y lo femenino. Cuando ya no hay distancia entre lo masculino y lo femenino, en ese preciso instante, se acaba la dualidad. El quinto cuerpo no es dual. No tiene dos posibilidades, sino sólo una.

Por eso el meditador no tiene que hacer tanto esfuerzo; porque no hay que desarrollar un contrario; uno solamente tiene que entrar. Cuando llegas al cuarto cuerpo has desarrollado tanta capacidad y fuerza que es muy fácil pasar al quinto cuerpo. En ese caso, ¿cómo podemos distinguir a la persona que ha pasado al quinto cuerpo de la que no? La diferencia es que la persona que ha pasado al quinto cuerpo se ha librado de la inconsciencia. En realidad, no duerme por las noches. Es decir, duerme pero sólo duerme su cuerpo; hay alguien en su interior que siempre está despierto. Sabe si se da la vuelta mientras duerme, o si no lo hace. Sabe si se ha tapado con una manta, o si no lo ha hecho. Su conciencia no disminuye mientras duerme, está despierto las veinticuatro horas. Para alguien que no ha pasado al quinto cuerpo, su estado es precisamente el opuesto. Cuando duerme, duerme, y durante las horas que está despierto también hay una parte de él que está dormida.

La gente aparenta estar trabajando. Pero cuando vuelves a casa por las noches, el coche gira hacia la derecha y cruza la verja; pisas el freno cuando llegas al porche. No caigas en la ilusión de creer que eres tú el que hace todo esto. Sucede inconscientemente por la fuerza de la costumbre. Sólo en ciertos momentos, en momentos de mucho peligro, estamos realmente alerta. Cuando existe un peligro tan grande que no sirve ir con falta de atención, nos despertamos. Por ejemplo, si un hombre te pone una navaja en el pecho, saltas a la conciencia. La punta de la navaja te lleva, por un instante, al quinto cuerpo. A excepción de estos pocos instantes, vivimos nuestra vida como sonámbulos.

El marido todavía no ha visto bien la cara de su mujer, y la mujer tampoco. Si el marido intenta imaginarse la cara de su mujer no será capaz de hacerlo. Las líneas de la cara se irán difuminando y no será capaz de decir si es la misma cara que ha estado viendo los últimos treinta años. Nunca has visto, porque para ver, dentro hace falta que haya una persona iluminada.

La persona que está «despierta» aparenta estar viendo pero en realidad no es así, porque está dormida por dentro, soñando, y todo sucede en su estado de sueño. Te enfadas, después dices: «No sé cómo me he enfadado; no quería enfadarme.» Dices: «¡Perdóname! No quería ser grosero, se me ha escapado.» Has dicho una obscenidad y tú eres el que niegas la intención. El criminal siempre dice: «No quería matarle. Ha ocurrido sin proponérmelo.» Esto demuestra que funcionamos como autómatas. Decimos lo que no queremos decir; hacemos lo que no queremos hacer.

El sueño es una condición innata antes de comenzar en el plano espiritual. El ser humano es un sonámbulo antes de llegar al quinto cuerpo, y la cualidad de este cuerpo es la de estar despierto. Por tanto, después de desarrollar el cuarto cuerpo podemos decir que el individuo es buda, el que está despierto. Este ser humano está despierto. Buda no es el nombre de Gautama Siddharta sino el nombre que recibió después de alcanzar el quinto plano. Gautama Buda significa Gautama el que se ha despertado. Su nombre siguió siendo Gautama, pero era el nombre de la persona que estaba dormida; por eso, poco a poco, pasó a ser Buda.

La diferencia sucede al alcanzar el quinto cuerpo. Antes de pasar a este cuerpo, todo lo que hacemos son actos inconscientes en los que no podemos confiar. En un momento, el hombre promete amar y apreciar a su amada toda la vida, y al instante siguiente es capaz de estrangularla. La alianza que le prometió de por vida no dura mucho. El pobre hombre no tiene la culpa. ¿Qué valor tienen las promesas que se hacen dormido? Durante el sueño puedo prometer: «Esta es una relación para toda la vida.» ¿De qué sirve esta promesa? Por la mañana la negaré porque sólo se trataba de un sueño.

No puedes confiar en una persona dormida. Nuestro mundo es enteramente un mundo de gente dormida; por eso hay tanta confusión, tantos conflictos, tantas luchas, tanto caos. Es el resultado de gentes que están dormidas.

Hay otra diferencia importante que deberíamos tener en cuenta entre el ser humano dormido y el ser humano despierto. El ser humano dormido no sabe quién es, por eso siempre está intentando demostrar a los demás que es esto o aquello. Lo intenta durante toda su vida. Intenta demostrarlo de mil maneras. A veces sube a la escalera de la política y dice: «Soy así y asá.» A veces construye una casa y hace ostentación de su dinero, o sube a una montaña y hace ostentación de su fuerza. Intenta demostrar quién es de todas las maneras. Y en medio de estos esfuerzos, en realidad, está intentando averiguar, sin saberlo, quién es. No sabe quién es.

No encontraremos la respuesta antes de pasar del cuarto plano. El quinto cuerpo se llama el cuerpo espiritual porque es donde recibes la respuesta a la pregunta «¿Quién soy yo?». La llamada del yo se detiene de una vez por todas en este plano; desaparece inmediatamente el reclamar ser alguien especial. Si a esta persona le dices «eres tal y tal», se reirá de ti. Dejará de reclamar nada, porque ahora ya sabe. Ya no tiene que demostrar nada, porque ahora quién es él es un hecho demostrado.

Los conflictos y los problemas del individuo se acaban en el quinto plano. Pero este plano tiene sus propios riesgos. Ahora te conoces, y este conocerte te llena de tanta dicha y satisfacción que puedes querer acabar aquí tu viaje. Quizá no te apetezca seguir. Hasta ahora, los riesgos eran por el dolor y la agonía, pero ahora los riesgos son por la felicidad. El quinto plano es tan dichoso que no te gustará tener que abandonarlo y seguir adelante. Por tanto, el individuo que pasa a este plano tiene que estar muy atento de no aferrarse a la dicha, para que esta no le impida seguir. Ahora la dicha es suprema y está en la cima de su gloria; es su mayor profundidad. La persona que se ha conocido a sí misma sufre una gran transformación. Pero esto no es todo, hay que seguir adelante.

Debemos estar atentos a la dicha. Ahora nuestro esfuerzo debe ser el no perdernos en la dicha. La dicha nos arrastra hacia sí; nos ahoga; no sumerge completamente en ella. No te sumerjas en la dicha. Debes saber que también esto es una experiencia. La felicidad era una experiencia, la desgracia era una experiencia; la dicha también es una experiencia. Mantente al margen, sé un testigo. Siempre que siga habiendo experiencias seguirá habiendo un obstáculo; no se ha alcanzado la meta final. En el estado absoluto se acaban todas las experiencias. La alegría y la tristeza llegan a su fin, y lo mismo ocurre con la dicha. Nuestro idioma, no obstante, no alcanza más allá de este punto. Por eso hemos descrito a Dios como *sat-chit-ananda*, verdad-conciencia- dicha. No es la forma del ser supremo, pero es lo máximo que pueden expresar las palabras. La dicha es la expresión máxima del ser humano. De hecho, las palabras no pueden ir más allá del quinto plano. Pero podemos decir del quinto plano que: «Allí hay dicha; hay un despertar completo; allí hay realización del ser.» Todo esto se puede describir.

Por tanto, no hay ningún misterio respecto a los que se detienen en el quinto plano. Su forma de hablar puede resultar muy científica porque a partir de este plano nos encontramos con el mundo del misterio. Hasta el quinto plano las cosas están muy claras. Creo que, antes o después, la ciencia integrará las religiones que van hasta el quinto cuerpo, porque la ciencia será capaz de alcanzar el atman.

Cuando un buscador se dirige a este camino busca meramente la dicha y no la verdad. Frustrado por el sufrimiento y la inquietud empieza a buscar la dicha. Quien busca la dicha, decididamente se detendrá en el quinto plano; por tanto, debo decirles que no busquéis la dicha, sino la verdad. Así no estaréis mucho tiempo en el quinto plano.

Entonces, surge una pregunta: «Hay *ananda*; eso está muy bien. Me conozco; mucho mejor. Pero sólo son las hojas y las flores. ¿Dónde están las raíces? Me conozco, estoy dichoso, eso está bien, pero ¿de dónde procedo? ¿Dónde están mis raíces? ¿De dónde he venido? ¿Dónde están las profundidades de mi existencia? ¿De qué océano ha surgido esta ola que soy yo?»

Si buscas la verdad, continuarás después del quinto cuerpo. Desde el mismo comienzo, por tanto, debes buscar la verdad y no la dicha; si no, tu viaje hasta el quinto plano será fácil, pero te detendrás ahí. Si buscas la verdad, no te detendrás.

El mayor obstáculo del quinto plano es la felicidad que sentimos ahí, y más aún porque venimos de un mundo donde no hay más que sufrimiento, dolor, ansiedad y tensión. Entonces, cuando llegamos a este templo de dicha, tenemos un irresistible deseo de bailar en éxtasis, de ahogarnos y perdernos en esta dicha. No debes perderte en este lugar. Ese lugar llegará y no tendrás que perderte, sino que simplemente estarás perdido. Hay una gran diferencia entre perderse y estar perdido. En otras palabras, llegarás a un sitio donde, aunque quieras, no te salvarás. Verás cómo te pierdes, sin remedio. Pero aquí, en el quinto cuerpo, también te puedes perder. Tu esfuerzo, tu empeño, sigue funcionando en este plano, y aunque en el quinto plano el ego está

intrínsecamente muerto, el yo soy todavía persiste. Es necesario, por tanto, entender la diferencia entre el ego y el yo soy.

El ego, la sensación del «yo» morirá, pero no morirá la sensación de «soy». En el «yo soy» hay dos cosas, el «yo» es el ego, y el «soy» es *asmitta*, la sensación de ser. El «yo» muere en el quinto plano, pero el ser, el «soy» permanece. El «yo soy» seguirá estando ahí. Desde este plano, el meditador declarará: «Hay infinitos espíritus y cada espíritu es diferente y está separado del resto.» En este plano, el meditador experimentará la existencia de infinitos espíritus, porque todavía tiene la sensación del ser, esta sensación de ser es la que le hace sentirse separado de los demás. Si la mente está atrapada con la búsqueda de la verdad, podrás atravesar el obstáculo de la dicha, porque la dicha incesante se vuelve aburrida. Si sólo suena una nota de una melodía puede volverse molesto.

Bertrand Russell dijo una vez en broma: «No me atrae la salvación, porque oigo que ahí no hay más que dicha. Es muy aburrido cuando sólo hay dicha nada más. Si no hay ni traza de infelicidad, de angustia, de tensión, ¿cuánto tiempo aguantaremos la dicha?»

Estar perdido en la dicha es un riesgo del quinto plano. Es muy difícil superarlo. A veces, nos puede costar varias vidas. Los primeros cuatro niveles no son tan difíciles de pasar, pero el quinto es muy difícil. Se necesita haber nacido muchas veces para aburrirse de la dicha, aburrirse del ser, aburrirse del atman.

Hasta el quinto cuerpo, la búsqueda se enfoca a librarse del dolor, el odio, la violencia y los deseos. Después del quinto, la búsqueda se dirige a librarnos del ser. Por eso hay dos cosas: la primera es librarse de algo; esto es una cosa y se completa en el quinto plano. La segunda cosa es librarse del ser, y a partir de aquí comienza un nuevo mundo.

El sexto cuerpo es *brahma sharir*, el cuerpo cósmico; y el sexto chakra es el *ajna chakra*. Aquí ya no hay dualidad. En el quinto plano se intensifica la experiencia de dicha o beatitud, mientras que en el sexto lo que se intensifica es la experiencia de «ser», de la existencia. Desaparece *asmitta*, el «yo soy». En el quinto plano el «yo» desaparece, mientras que el «soy» se irá tan pronto trasciendas el quinto plano. Sentirás el «ser»; sentirás *tathata*, la existencia tal cual es. Ya no está en ninguna parte la percepción de un «yo» o un «soy»; sólo permanecerá lo que es. Habrá la percepción de la realidad, del ser...; la percepción de la conciencia. Pero aquí la conciencia se ha librado de mí; ya no es mi conciencia. Es conciencia. Ya no es mi existencia; es existencia, sin más.

Brahman es el obstáculo final, la última barrera en la búsqueda final del buscador. Sólo queda el ser, pero todavía hay que comprender el no ser. El ser se conoce, pero todavía hay que realizar el no ser; todavía falta por conocer lo que no es. Por tanto, el séptimo plano es el *nirvana haya*, el cuerpo nirvánico y su chakra *sahasrara*. No se puede decir nada respecto a este chakra. Como mucho, podemos seguir hablando hasta el sexto chakra, y eso con mucha dificultad. Casi todo lo que digamos será erróneo.

Hasta el quinto cuerpo, la búsqueda progresa de una forma muy científica, todo tiene explicación. En el sexto plano el horizonte empieza a difuminarse; nada parece tener sentido. Se puede sugerir algo pero, por

último, desaparece el dedo que señala, y las sugerencias dejan de existir porque ha desaparecido incluso nuestro propio ser. Brahman, el ser absoluto, se conoce desde el sexto cuerpo y el sexto chakra.

Por tanto, quienes buscan Brahman meditarán en el chakra *ajna*, que se encuentra entre los ojos. Este chakra está conectado con el cuerpo cósmico. Quienes trabajan a fondo sobre este chakra empezarán a llamar tercer ojo a la vasta expansión infinita de la que son testigos. Desde este tercer ojo podrán ver lo cósmico, lo infinito.

Todavía queda un último viaje, el viaje hacia el no ser, hacia la no existencia. La existencia sólo es la mitad de la historia; también está la no existencia. La luz existe, pero en la otra cara está la oscuridad. La vida es una parte, pero también está la muerte. Por tanto, es necesario que conozcamos el resto, la no existencia, el vacío, porque la verdad absoluta sólo se puede conocer cuando conoces ambos: la existencia y la no existencia. Conoces el ser y el no ser en su totalidad: entonces el conocimiento será completo. La existencia se conoce totalmente, y la no existencia también se conoce totalmente: entonces conocemos la totalidad; si no, nuestra experiencia será incompleta. *Brahma gyantodavía* es imperfecto, porque no ha sido capaz de conocer el no ser. Por eso el brahma gyan niega que haya algo como la no existencia y dice que es una ilusión. Dice que no existe. Dice que la verdad es ser, y no ser es una falsedad. No existe nada parecido; por tanto, no se plantea la cuestión de conocerlo.

Nirvana kaya significa el *shunya kaya*, el vacío desde el que saltamos del ser al no ser. En el cuerpo cósmico sigue habiendo algo que no conocemos. También tenemos que conocerlo: qué es no ser, qué es borrarlos completamente. En cierto sentido, el séptimo plano es la muerte definitiva. Nirvana, como os expliqué antes, significa la extinción de la llama. El yo se ha extinguido. Pero ahora, siendo uno con la totalidad, volvemos a ser. Ahora somos Brahman, y también tendremos que renunciar a esto. La persona que está lista para dar el último salto conoce la existencia y la no existencia.

Estos son los siete cuerpos y los siete chakras, y dentro de ellos podremos encontrar los medios, así como los obstáculos. Fuera no hay obstáculos; por tanto, no tiene mucho sentido indagar afuera. Si has ido a ver a alguien para preguntarle o para entender, entonces no mendigues. Entender es una cosa, mendigar otra. Tu búsqueda debe continuar. También debes examinar todo lo que hayas oído o entendido. No lo conviertas en una creencia, de lo contrario, estarás mendigando.

Me has preguntado algo; yo te doy una respuesta. Si has venido a por limosna, lo pondrás dentro de tu saco y lo guardarás como un tesoro. Entonces no serás un meditador sino un mendigo. No, lo que te he dicho se debe convertir en tu búsqueda. Debería acelerar tu búsqueda; debería estimular y motivar tu curiosidad. Debería ponerte en mayores dificultades, volverte más inquieto y provocar nuevas preguntas, nuevas dimensiones, trazará un nuevo camino de descubrimientos. Entonces no habrás aceptado limosnas sino que habrás entendido lo que he dicho. Y si esto te ayuda a comprenderte a ti mismo, entonces esto no es mendigar.

Sal a saber y a entender; sal a buscar. No eres el único que está buscando; hay muchos más. Hay muchas personas que han buscado; hay muchas personas que lo han alcanzado. Intenta saber y captar lo que le ha sucedido a esas personas y también lo que no les ha sucedido; intenta entender todo eso. Pero mientras lo haces, no te pares a intentar entenderte a ti mismo. No creas que te has realizado por entender a los demás. No tengas fe en sus experiencias; no les creas ciegamente. Más bien convierte todo en una indagación. Convierte todo en preguntas y no en respuestas; así tu camino continuará. Así no será mendigar: será tu búsqueda.

Sólo tu búsqueda te llevará hasta el final. A medida que te introduces en ti mismo encontrarás las dos caras de cada chakra. Como te dije, uno lo recibes de la naturaleza y el otro lo tienes que descubrir. Recibes la rabia; tienes que encontrar el perdón. Recibes el sexo; tienes que desarrollar el brahmacharya. Recibes los sueños; tienes que desarrollar la visión.

Tu búsqueda de los opuestos continuará hasta el cuarto chakra. A partir del quinto empezará a buscar lo indivisible, lo no dual. Intenta continuar tu búsqueda de lo que es distinto a lo que has recibido en el quinto cuerpo. Cuando alcances la dicha, intenta adivinar que hay más allá de la dicha. En el sexto plano alcanzas Brahman, pero sigue indagando: «¿Qué hay más allá de Brahman?» Entonces, un día te detendrás en el séptimo cuerpo, donde ocurren a la vez el ser y el no ser, la luz y la oscuridad, la vida y la muerte. Eso es alcanzar lo absoluto... y no tenemos forma de transmitir este estado.

Por eso, nuestras escrituras se acaban en el quinto cuerpo, o como mucho llegan hasta el sexto. Los que tienen inclinación científica no hablan de lo que hay más allá del quinto cuerpo. La realidad cósmica, que es ilimitada e infinita, comienza ahí, pero hay místicos como los sufíes que hablan de los planos que hay después del quinto. Es muy difícil hablar sobre estos planos porque hay que contradecirse continuamente. Si analizas el texto de todo lo que ha dicho un sufí dirás que esta persona está loca. A veces dice una cosa y a veces otra. Dice: «Dios existe» y también dice «Dios no existe». Dice «le he visto», y sin tener que volver a tomar aire dice «¿cómo puedes verle? No se trata de algo que puedan ver los ojos».

Estos místicos hacen tantas preguntas que no sabes si se las hacen a otras personas o a sí mismos.

El misticismo comienza en el sexto plano. Por tanto, sabes que si una religión no tiene misticismo acaba en el quinto cuerpo. Pero el misticismo tampoco es el estado final. El estado final es el vacío, la nada. La religión que acaba con el misticismo acaba en el sexto cuerpo. El vacío es lo último, el nihilismo es lo último, porque después ya no hay nada más que decir.

La búsqueda del *advaita*, de lo no dual, comienza en el quinto cuerpo. La búsqueda de los polos opuestos se acaba en el cuarto cuerpo. Las barreras están dentro de nosotros mismos y son útiles, porque estos obstáculos, al transformarse, se convierten en medios para seguir adelante.

Hay una piedra en el camino. Mientras sigas sin entenderlo, seguirá siendo un obstáculo para ti. El día que lo entiendas se convertirá en una escalera. La piedra está en el camino, mientras no lo entendías gritabas. «Hay una piedra en mi camino. ¿Cómo voy a continuar?» Cuando lo entiendes, saltas por encima de la piedra y sigues caminando, dándole gracias a la piedra

con estas palabras: «Has sido una bendición para mí, porque después de saltarte me encuentro en un plano superior. Ahora continúo en un nivel más alto. Tú has sido el medio, sin embargo, te tomé por un obstáculo.» La roca bloquea el camino. ¿Qué pasará? Atraviésala y lo sabrás. Supera así la rabia; atraviésala y llega al perdón que está en otro nivel. Supera el sexo y alcanza brahmacharya, que está en un plano totalmente distinto. Entonces, estarás agradecido al sexo y a la rabia por haber sido los escalones.

Cada piedra del camino puede ser una barrera o un medio. Depende enteramente de lo que hagas con ella. Hay una cosa segura: no luches con una piedra; si no, te romperás la cabeza y la piedra no te servirá de nada. Si luchas con la piedra, la piedra te obstruirá el camino, porque nos detenemos donde luchamos. Nos tenemos que detener al lado de la persona o cosa contra la que luchamos, no se puede pelear a distancia. Por eso, cuando alguien lucha contra el sexo, está tan implicado o más que una persona que se entrega al sexo. De hecho, muchas veces ocurre que está más cerca del sexo, porque la persona que se abandona al sexo podrá salir algún día, podrá trascenderlo; pero la persona que lucha no podrá salir; dará vueltas y vueltas alrededor.

Si luchas contra la rabia te enfadarás. Toda tu personalidad estará repleta de rabia y todas las fibras de tu cuerpo vibrarán con ella. Emanarás rabia. Las historias que conocemos de los sabios y ascetas que se enfadan, como Durwasa, suceden porque luchan contra la rabia; entonces, sólo pueden pensar en maldecir. La personalidad de este tipo de personas se inflama. Son personas que han luchado contra las rocas y ahora están en dificultades. Se han convertido en lo mismo contra lo que peleaban.

Habrás oído hablar de las muchachas celestiales que descienden del cielo en un momento para corromper a los *rishis*⁷ ¡Qué extraño! Esto sólo es posible cuando el ser humano lucha contra el sexo, y no al contrario. Ha luchado tanto que se ha debilitado. Entonces, el sexo se esconde en su sitio, esperando a que le fallen las fuerzas. El sexo puede desatarse en cualquier punto. Hay pocas posibilidades de que una *apsara*⁸ descienda de los cielos, ¿acaso han contratado a estas muchachas para que molesten a los *rishis* y los *munis*⁹? Cuando se reprime el sexo con mano dura, una mujer corriente se convierte en un ser celestial. La mente proyecta sueños por la noche, y pensamientos durante el día, y se llena de estos pensamientos. Y así, algo que no tenía demasiado interés se vuelve fascinante.

⁷ Aquel que alcanza a ver la verdad de sí mismo a través de la visión interna. (N. del T.)

⁸ Ninfa celestial. (N. del T.)

⁹ Monjes jainistas. (N. del T.)

Por eso, el buscador debe guardarse de la tendencia a luchar. Debería hacer todo lo posible por entender, entender significa entender lo que le ha sido dado por la naturaleza. A través de lo que has recibido podrás alcanzar lo que tienes que alcanzar. Este es el punto de partida. Si sales corriendo alejándote del principio, será imposible alcanzar la meta. Si sales huyendo del

sexo, ¿cómo vas a alcanzar brahmacharya? El sexo es la puerta que te da la naturaleza y brahmacharya es la búsqueda que debes llevar a cabo a través de esa puerta. Si lo miras desde esta perspectiva, no tendrás necesidad de mendigar nada; entendimiento es lo único que necesitas. La existencia entera está ahí y su finalidad es el entendimiento. Aprende de quien sea, oye a quien sea, y finalmente, comprende a tu propio ser interior.

Osho-El Libro de los Chakras

Caps.1-7