

Mensaje 55

40 Dalberg Road, Londres, 19 de mayo del 2003

Yoga Sutras de Patanjali

SAMADHI PADA

La libertad es el primer paso.

La libertad es el comienzo. No es el resultado final de una determinación, esfuerzo o fantasía del ego en cualquiera de sus formas. Es la energía de ver y comprender, no de buscar y perseguir metas. “Iluminarse” no es enredarse en pre-conceptos o postulados predeterminados. Es “esto”, no “debería ser” o “ha de ser” esto.

Hacer lo que sea para liberarnos de la mente usando la mente, es la negación misma de esta libertad. Ser capaces de comprender esto es la confirmación suprema de esta libertad. Para percibir esta libertad directamente por y para uno mismo, deben desaparecer todos los objetivos y paradojas acerca de la libertad. La libertad existe como inteligencia y energía no corporal y no mental, no en el ego e intelecto.

1. *Atayoganushasanam.*

El Yoga —el sutil sometimiento del aparente “yo” para conectarnos con el verdadero Yo— es **ahora**; es decir: en la energía de estar presentes en la vida y **no** en el **pasado** ni en el **futuro** los cuales son la morada de la mente. La mente es la expresión de la vida, pero no la euforia ni el éxtasis de la vida. La mente es la carga y la ligadura de la vida, no su encanto y bendición.

2. *Yogaschitta vritti nirodhah*

Ocasionales pausas en la circulación de los rasgos y tendencias de la mente —las *gunas*— conducen al Yoga, a la conexión del intelecto personal con la Inteligencia universal.

3. *Tada drastuh swarupeavasthanam.*

Ver estas discontinuidades es ver el Yo divino o real; es decir: establecernos en nuestro Yo natural.

4. *Vrtti sarupyamitarata.*

Todo lo demás es mente, la conciencia separadora y sus modalidades y formulaciones.

5. *Vrittayah panchatayyah klistaklistah*

Los cinco constituyentes de la mente son los responsables del sufrimiento y la ausencia de sufrimiento.

6. *Pramana viparyaya vikalpa nidra smritayah*

Y son:

1. Evidencia
2. Creencias
3. Elecciones
4. Inercia
5. Memoria

En el ámbito de la memoria es donde aparecen los otros cuatro constituyentes.

La evidencia va a la cabeza ya que no causa sufrimiento debido a su disponibilidad para dirigir derivaciones y deducciones sin dar lugar a desilusiones o decepciones.

7. *Pratyakshanumanagamah pramanani*

La evidencia es la percepción directa y su subsiguiente inferencia.

8. *Viparyayo mithyajnanamatadrupaprathistham*

Los sistemas de creencias son desastrosas entelequias y dogmas basados en el falso conocimiento y en “lo-que-debería-ser”, es decir: en fantasías y mentiras.

9. *Shabda jnananupati vastu shunyo vikalpah*

Elegir —psicológica y no técnicamente— es una actividad insustancial que tiene lugar dependiendo de los condicionamientos tradicionales, culturales y verbales.

10. *Abbhavapratyayalambana vrttirnidra*

La insuficiente confianza en la percepción directa nos enreda en postulados y paradojas. Esta es la dimensión metal del abotagamiento y adormecimiento.

11. *Anubhutavisayasampramosah smrtih*

La memoria no permite que lo experimentado desaparezca. La memoria natural no es obsesiva, no es inhibida, ni deja residuos psicológicos tales como influencias o inclinaciones.

12. *Abhyasavairagyabhayam tannirodhah*

Vairagya es la perseverancia en el desapego. *Vairagya* es rehusar involucrarnos en la atracción y la aversión lo cual, finalmente, conduce a la discontinuidad del constante rumiar pensamientos y a pausas ocasionales en la circulación de los rasgos y tendencias de la mente.

13. *Tatra sthitau yatno'bhyasah*

Así se establece un completo y exhaustivo proceso —de desapego—.

14. *Sa tu dirghakala nairantaryasatkarasevito dridhabhumih*

Este proceso de desapego está firmemente basado en una extensa, dedicada e ininterrumpida actitud de reverencia.

15. *Dristanushravika visayavitrishnasya vashikara sanjna vairagyam*

El desapego —*vairagya*— surge a través de una completa atención —*vashikara sanjan*—. Este es el resultado de la indiferencia hacia los objetos sensoriales —*visaya vitrishna*— cuando las percepciones sensoriales no son transformadas en sensualidad al ser clasificarlas como placenteras o desagradables.

16. *Tat param purusakhyatergunavaitrisnyam.*

La Inteligencia superior —*purusha*— es entendida entonces como la consecuencia de mantener la indiferencia —*vitrishna*— hacia las *gunas* —las características mentales—.

17. *Vitarka vicharanandasmitanugamat samprajnatah*

La ecuanimidad en la conciencia emerge cuando la racionalización y contemplación son desplegadas en una atmosfera de gozosa de unidad, sin modificaciones ni anhelos futuros.

18. *Virampratyayabhyasapurvah samskarashesonyah*

El proceso de percibir la discontinuidad —en la agitación mental— precede el final de toda clase de condicionamientos —*samskara shesa anyah*—.

19. *Bhavapratyayo videhaprakritilayanam*

La percepción directa de la pura Inteligencia acontece al disolverse los rasgos y tendencias de la mente —las *gunas* o *prakriti*—.

20. *Shraddhaviryasmritisamadhiprajnapurvaka itaresam*

Antes de que tenga lugar la disolución de las *gunas* son necesarios los siguientes méritos:

1. Confianza o dedicación
2. Energía o vigor
3. Memoria o intelecto
4. Percepción sin elección o ecuanimidad —*samadhi prajna*—

21. *Tivrasamveganamasannah*

Surgirá ahora una intensa urgencia —por el estado natural—.

22. *Mridu madhyadhimatratvattatopi visesah*

La urgencia evoluciona desde suave a media, a fuerte, e incluso hasta una excelsa singularidad y excelencia.

23. *Ishvarapranidhanadva*

Y conduce a la percepción directa e inmediata de la Totalidad.

24. *Kleeshakarmavipakashayairhaparamristah purusavishesa Isvarah*

En la Totalidad la divinidad es la más excelsa inteligencia —*purusha vishesa*— incontaminada por el sufrimiento resultante de enredarnos en los frutos de las acciones o en sus expectativas. Las actividades fragmentadas de la mente son sufrimiento. El Todo, la Inteligencia, no es tocada por la mente.

25. *Tatra niratishayam sarvajna bijam*

En el Todo —la ausencia de mente— está la semilla de la percepción ilimitada y holística —el *purusha*—.

26. *Purvesampi guruh kalenanavacchedat*

La percepción holística, libre del tiempo —la mente— es el mejor maestro.

27. *Tasya vachakah pravavah*

Si a toda esta percepción holística de la conciencia cósmica —*purusha* or *chaitanya purna*— se le puede asociar un sonido, éste solo puede ser OM —*pranava*—.

28. *Tajjapastadarthabhavanam*

OM puede ser cantado y contemplado.

29. *Tatah pratyakchetanadhigamopyantarayabhavascha.*

Om es el centramiento la consciencia que sobrepasa todos los obstáculos —surgidos de las tendencias centrífugas—.

30. *Vyadhityanasamsayapramadalasyaaviratibhrrantidarsanalabdhabhumikatvanavasthitatvanichitt aviksepasteantarayah.*

Los siguientes son los obstáculos para la percepción holística:

1. La mala salud.
2. La pereza, la inercia.
3. Las dudas o aprehensiones.
4. Las actividades desordenadas.
5. La pereza.
6. Los anhelos.
7. La observación ilusoria o errónea.
8. La incapacidad de permanecer arraigados en el silencio de la mente, en la dimensión de la “ausencia de pensamientos” o “ausencia de mente”.
9. La inestabilidad.
10. Las tensiones y distracciones.

31. *Duhkhadaurmanasyangamejayatvashvasaprashvasaviksepasahabhuva.*

El sufrimiento que acompaña a la conciencia separativa —la mente— es:

1. Dolor.
2. Depresión.
3. El descontrol del cuerpo, la histeria o la locura.
4. La respiración desarmónica.

32. (I) *Tatpratishedharthamekatattvabhyasah*

El antídoto para los obstáculos a la percepción holística —la liberación de la mente— es perseverar hacia la libertad sin desviarnos en absoluto.

33. (II) *Maitrikarunamuditopeksanam sukhaduhkhapunyapunyavisayanam bhavanataschittaprasadanam.*

La Consciencia holística es, en realidad, una bendición que implica:

1. Ecuanimidad en las cuestiones que implican felicidad-tristeza, agradable-desagradable, virtud-vicio.
2. Amistad.
3. Compasión.
4. Alegría.
5. Renunciación.

34. (III) *Prachchhardana vidharanabhyam va pranasya*

La regulación de la respiración también conduce a la quietud y, por tanto, a la Consciencia holística.

35. (IV) *Visayavati va pravrittirutpanna manasah sthitinibandhani*

La liberación de las cadenas de la mente —provocando el funcionamiento natural de los órganos sensoriales— conduce a la extinción de la infatuación de la mente con los objetos y las obsesiones.

36. (V) *Vishoka va jyotismati*

El final del sufrimiento o iluminación interior —la espontánea claridad interior— también conduce a liberarnos del tiempo —es decir: de la mente—.

37. (VI) *Vitaragavisayam va chittam*

El desapego a lo material también es Consciencia holística.

38. (VII) *Svapnanidrajanalambanam va*

Comprender la verdadera naturaleza del dormir y del soñar conlleva liberarnos de la conciencia fragmentada.

39. (VIII) *Yathabhimatadhyanaadva*

Cualquier meditación acorde a nuestra propia comprensión e intuición nos conduce a la libertad esencial —no existe un método de meditación—.

40. *Paramanuparamamahattvaantosya vasikarah*

La meditación —convertir el conocimiento prestado en propio— conduce al dominio sobre todas las cosas, desde los fenómenos más elevados a los inferiores.

41. *Ksinavritterabhijatasyaeva manergrahitirgrahanagrahyesu tatsthatadanjanata samapattih*

En un ser realizado, en el que rasgos y tendencias —*gunas* y *vrittis*— van desapareciendo —*Ksina*— el conocedor y el objeto de cognición se convierten en un movimiento unitario debido a la pureza de la percepción sensorial que no es tocada por la sensualidad —la mente— de la misma manera que un cristal asume el color de aquello sobre lo que descansa.

(Un breve comentario acerca del significado de la palabra *samapatti*, sustituida a menudo por *samadhi*

Samapatti= *sama* + *apatti* = igual /sin elegir + indiferencia.

Esto significa: “igualmente indiferente a todo proceso centrífugo” o, en otras palabras, “completa absorción en la ecuanimidad”. La diferencia entre “consciencia no selectiva” e “indiferencia no selectiva” es que en la primera aun estamos abiertos al exterior, mientras que la “completa indiferencia” indica una total absorción en lo interior. De esta manera, *samapatti* puede sustituirse con *samadhi*).

42. *Tatra shabdarthajnanavikalpaih samkirna savitarka sama pattih*

Por consiguiente, la conciencia superficial y argumentativa —que surge de nuestras elecciones y fluye desde las palabras con sus interpretaciones, conceptos y conclusiones asociadas— es totalmente asimilada.

43. *Smritiparishuddhau svarupashunyevarthamatranirbhasa nirvitarka*

La desaparición de todas las imágenes acerca de nosotros mismos —*svrupashunyeva*— conduce al descondicionamiento —*smritiparishuddhau*— y a la extinción de la conciencia argumentativa, sutil simuladora de la realidad —*arthamatranirbhasa*—.

44. *Etayaiva savichara nirvichara cha suksmavisaya vyakhyata*

De este modo, se comprenden y explican las sutiles cuestiones sobre la mente y la “ausencia de mente”.

45. *Sukshnavisayatvam chaaliingaparyavasanam*

Comprender estas sutiles cuestiones nos conduce a la disolución de todas las formas y formulaciones de la mente —*alinga*—.

46. *Ta eva sabijah samadhi*

Incluso en toda esta liberación, la semilla de la mente puede estar aún presente.

47. *Nirvichara-vaisharadyeadhyatma-prasadah*

La excelencia y perfección de la “ausencia de mente” —la Inteligencia pura— da como resultado la bendición del conocimiento de lo “Otro” —*adhyatma*—.

48. *Ritambhara tatra prajna*

En la “ausencia de mente” radica la sabiduría de la Inteligencia cósmica, lo “Otro”.

49. *Shruta-anumana-prajnabhyam-amanya-visaya vishesa-arthatvat*

Este *ritam* tiene un significado muy especial: está más allá de las cuestiones intelectuales o del conocimiento que la mente adquiere mediante testimonios e inferencias.

50. *Taj-jah samskaro-anyasamskara-pratibandhi*

La Inteligencia cósmica —*ritam*— genera consciencia pura y esto nos mantiene libres de condicionamientos y fragmentaciones.

51. *Tasyapi nirhodhe sarva-nirodham nirbijah samadhih*

La liberación absoluta e incondicional sin semilla alguna de mente, es el final de todo.