

## YOGA CLASICO Y PSI: SUS IMPLICACIONES PARA LA PARAPSICOLOGIA \*

Walter Gardini \*\*

Con la palabra Yoga se denominan muchos "productos" más o menos auténticos. En este artículo nos referimos al Yoga clásico que encuentra en los Aforismos sobre el Yoga de Patanjali su texto básico. Se trata del primer documento que presenta en forma completa la doctrina y la práctica del yoga. Fue escrito entre el siglo II y el III D.C.

Se lo atribuye a Patanjali pero poco o nada sabemos acerca de él. Seguramente no fue el creador del Yoga, que ya existía a partir del segundo milenio A.C. y del cual se habla en algunos Upanishads anteriores. Patanjali sintetiza la tradición del pasado en un texto breve (unas 15 páginas) en forma de aforismos concisos y un poco crípticos (195, divididos en cuatro secciones) que debían ser memorizados por los practicantes".

Numerosos fueron los comentaristas que intentaron aclarar el sentido de estos aforismos. Todavía hoy se los estudian en las Universidades de la India y en los mejores institutos de Yoga de Oriente y Occidente. Se los consideran punto de referencia para distinguir el yoga verdadero del espurio, junto a otro texto clásico que los complementa el *Bhagavad Guita*. En los aforismos no se encuentra ninguno de los elementos con los cuales ordinariamente se caracteriza el pensamiento de la India y que se hallan, por el contrario, en el *Guita*: dioses, ritos, castas, divinización del hombre, irrealdad del mundo, monismo con relativa aniquilación de yo individual. Aparece Ishavara, el señor, pero ocupa un lugar secundario. No es creador, ni conservador, ni transformador según la doctrina tradicional del hinduismo. Es un simple maestro (gurú). La entrega a él, recomendada cuatro veces, es facultativa ("se puede"). Probablemente se trata de una interpolación. Sin embargo, no hay que pensar que los Aforismos sean totalmente de ella. La finalidad próxima es el logro de la serenidad y el control de la mente para llegar a la plena autorrealización más allá de la material no en la unión con alguna divinidad, sino en la percepción clara de lo que uno es realmente: un "ser y conciencia" (*saticht*) espiritual e infinito que se hace autotransparente.

Se considera a Patanjali el padre de la psicología y en realidad, se pueden considerar los Aforismos como el primer libro de psicología, todavía de asombrosa actualidad. Se divide la psique en cinco niveles: inconciente y subconciente (llamado el "depósito" de las consecuencias de nuestras acciones, Karma), conciencia o "estado de vigilia", superconciencia y transconciencia (*kaivalya*, liberación).

A la superconciencia están dedicados 41 aforismos en los cuales se señalan 45 poderes paranormales vinculados con el cuerpo, los sentidos, el conocimiento, y el alma:

### CLASIFICACION DE LOS PODERES

En relación con el conocimiento de:

pasado y futuro	16
sonidos e idiomas	17
vidas anteriores	18
hábitos mentales de los otros	19
momento de la muerte	23
cosas escondidas y lejanas	26
espacios cósmicos	27
estrellas y sus movimientos	28-29

constitución del cuerpo	30
los espíritus perfectos	33
la mente propia	35
la sucesión del tiempo	53
las cosas semejantes	53
<i>En relación con el cuerpo. Se hace:</i>	
invisible	21
fuerte	25
insensible al hambre y a la sed	31
interpenetrable	39
liviano	40
luminoso	41
capaz de la levitación	43
desencarnado	44
pequeño, grande e invulnerable	46
bello	47
veloz	49
omnipotente	50
<i>En relación a los sentidos:</i>	
cesación de los poderes normales	22
actividad supernormal	37
oído transfísico	42
dominio total	45-48
independencia	33
<i>Efectos más importantes:</i>	
poder de amistad y benevolencia	24
firmeza	32
intuición	34
sabiduría discriminativa	50-55
aislamiento-independencia	56
<i>Peligros más dañinos:</i>	
apego	38.51
orgullo	52
<i>Objetos sobre los cuales se debe ejercer la concentración perfecta:</i>	
transformaciones de la mente	16
sonidos	17
impresiones latentes	18-23
rasgos externos	19
forma del cuerpo	21
objetos de los sentidos	22
amistad	24
animales	25
cosas pequeñas y escondidas	26
espacios cósmicos	27
estrellas	28-29

ombliigo	30
garganta	31
cabeza	33
corazón	35
soplo	40-41
elementos constitutivos del cuerpo	46-48
luminosidad	50
instante temporal	53

## ORIGEN DE LOS PODERES

Se halla claramente precisado en el primer aforismo de la cuarta parte: "Los Aforismos provienen del conocimiento, del uso de hierbas, de fórmulas mágicas, del ascetismo y de la concentración."

1.- La última causa es la más importante. Casi todos los aforismos tienen como introducción estas palabras: "Practicando la concentración perfecta (samyama) se adquiere..." Esta es la unificación de las tres últimas etapas del octuple noble sendero del yoga: la atención fija, la meditación, y la Iluminación (samadhi). No es un simple pensar sino un esfuerzo intenso para enfocar la mente y detener la absorbida por largo tiempo en una única dirección, hacia un objetivo particular.

Los aforismos presentan un vasto abanico de objetos de concentración; elementos del cosmos y de la naturaleza, partes del cuerpo, impresiones latentes, el instante temporal, vivencias luminosas hasta llegar al "Ser" (el Yo verdadero) infinito.

Concentrados sobre uno u otro de estos objetos, la mente sumamente unificada logra un contacto en profundidad con ellos. Conocer así es trascender las apariencias, los detalles exteriores e ir a las causas últimas. Pero no como lo hace el científico y el filósofo, sino como el poeta, el artista, y el místico. Uno se transforma en lo que contempla. Semejante conocimiento tiene un poder dinámico. Conocer es dominar. Se establece una interacción en la cual el cognoscente se enriquece con las fuerzas que le llegan del objeto conocido.

Esto es posible porque todos los seres son expresión de una realidad única. Según la doctrina subyacente al yoga la materia es energía y esta compuesta de tres fuerzas (*gunas*): una positiva, la otra negativa y una tercera intermedia (se usan los tres colores: blanco, negro y rojo). No faltan los que ven hoy una íntima relación entre esta cosmología y los cuanta-energéticos de la física nuclear, en particular con los tres elementos básicos de los fenómenos físicos: vibración, dinamismo, e inercia.

También la mente se la considera una realidad material compuesta por los mismos tres principios que confiere a cada ser sus características particulates. La fuerza del hombre, la del sol, y del elefante proceden de una sola fuente: la materia-energía activada por el estímulo que proviene del Ser infinito. Con la concentración perfecta uno puede sintonizarse con las fuerzas específicas de los objetos que contempla sobre la naturaleza íntima (esencia) del elefante, adquiere su misma estabilidad y firmeza (aforismo 25, tercera parte). Otro ejemplo: si alguien se desconcentra sobre las vibraciones ondulatorias que salen de su cuerpo y que le permiten ser vistos, puede detenerlas y hacerse invisible (aforismo 21).

2.- Otra causa, puesta como primera en el aforismo que comentamos es el nacimiento. Existen poderes que son innatos, propios de algunos. No se heredan de los padres sino de las existencias anteriores de un individuo conforme a la doctrina de la reencarnación. El Karma personal influye en la aparición de un cuerpo con cualidades específicas y conocimientos extraordinarios que se pueden manifestar inmediatamente después del nacimiento.

3.- La tercera causa es la utilización de hierbas especiales conocidas en la India antigua, como en las culturas precolombinas (el peyote en México, y la coca en el Perú), y prácticamente, desde siempre, en todo el mundo. En la India se preparaba con el cáñamo una bebida alcohólica llamada *siddhi*. Quien la tomaba era un siddha, palabra empleada por Patanjali. Se utilizaba también el rayasana. Los rayasanas precursores de los alquimistas, primeros en usar los metales en la medicina, que se proponían reforzar el cuerpo y hacerlo inmortal. Ellos creían que, en el mercurio y en el azufre, estaba oculto un maravilloso poder, en consecuencia, mezclándolo en determinadas proporciones, se podía lograr una bebida que fuera capaz de asegurar la inmortalidad.

4.- Las fórmulas mágicas nombradas en el aforismo son conjuros o palabras especiales, repetidas en condiciones apropiadas, sobre todo de entonación. Se las halla en todos los pueblos. Son el "ábrete sésamo" o el "abracadabra" de los cuentos. Patanjali propone la recitación del OM, la palabra sagrada más usada en el yoga (el mantra). Es un sonido, una vibración conectada con todos los seres. Se puede dirigir al Señor personal (*Ishvara*) o al Ser (*Purusha*). Con el OM uno se conecta con una energía superior y la hace suya. Se aconseja una repetición continua del mantra porque solo así dinamiza la conciencia, rompe el surco creado en ella y la transforma en una fuente de energía.

5.- La última causa es el ascetismo o las austeridades. Estas comprenden las mortificaciones corporales que pueden ir desde una simple abstinencia de carnes o bebidas alcohólicas, al ayuno, al control del sueño y la auto-tortura. El aforismo 43 de la segunda sección dice expresamente que "con las austeridades se logran poderes especiales (*siddhis*) para los sentidos y para el cuerpo." Se hace posible un autocontrol perfecto, de manera que el cuerpo sea funcional, imperturbable y preparado para el ejercicio de los poderes paranormales. Se aconseja también... practicar firmemente la continencia para adquirir energía" (II, 38). El aforismo se refiere en primer lugar al vigor físico fruto de la conservación de la energía sexual, pero abarca igualmente el ámbito psicofísico. Las aguas dispersas, oportunamente encauzadas, pueden accionar turbinas y generar tremendas energías. Esto logra la autodisciplina con relación a las potencialidades del cuerpo.

## OBJETO DE LOS PODERES

Ayer y hoy frente a los poderes paranormales, se pueden tomar dos actitudes opuestas: rechazarlos como si no tuviesen importancia y fuesen fruto de alucinaciones, o ensalzarlos viendo en ellos lo alto de la perfección. El yoga clásico elige el camino intermedio. El aforismo 38 de la tercera parte afirma que "los poderes son eficaces en la experiencia ordinaria, impedimentos en la concentración." Se acepta su existencia comprobada por la experiencia; se reivindica su utilidad, pero al mismo tiempo, se reconoce que pueden constituir un obstáculo.

Los poderes paranormales tienen muchos aspectos positivos. Nos permiten conocer más hondamente los secretos de la psique humana y del mundo. Son manifestaciones de una naturaleza que cada día nos sorprende con nuevos misterios. Son un medio para ayudar más eficazmente a los demás aliviando su sufrimiento. Son prueba de un progresivo perfeccionamiento individual en la práctica de la concentración y del ascetismo. Sobre todo, ellos nos permiten llegar a la plena autorrealización.

Al respecto merecen ser señalados dos aforismos: el 24 y el 56. El primero se conecta con I, 30: "Se logra la serenidad de la mente practicando la amistad con los que son felices, la compasión con los que sufren, la alegría con los que son virtuosos y la indiferencia con el vicio." El aforismo III, 24 afirma que "practicando la concentración perfecta sobre la amistad y otros sentimientos se logran los poderes correspondientes." Las virtudes sociales: la benevolencia, la humildad, la

sensibilidad al dolor ajeno. Por otro lado, sin estas virtudes, no se puede llegar a la tranquilidad mental.

El aforismo 56 afirma: "Cuando la luminosidad del intelecto y la del Espíritu llegan a igual pureza, se dá la independencia total." Esto es el resultado de las últimas etapas de la concentración perfecta. El practicante ya ha reconocido que todo lo que se refleja en el espejo de su intelecto no es la realidad: hay que ir a la fuente del reflejo. Ya ha rechazado todos los objetos materiales por precarios e impermanentes y ha llegado a la fuente última, imperecedera e infinita. Con ella se identifica y así logra la liberación de todos los condicionamientos humanos.

Junto a estos resultados sumamente positivos, los poderes pueden ser un grave obstáculo en el camino hacia la autorrealización. El motivo es evidente. Los efectos que producen llaman fuertemente la atención, estimulan el orgullo y el deseo de autoafirmación. Esto trae consigo la extroversión, la vuelta hacia aspectos materiales, y los espejismos de la vida. Desvían, pues, de los fines más altos con que fueron analizados y constituyen para el yogui una tentación y un serio dilema: o él se instala en los poderes y los utiliza para afirmarse en este mundo, transformándose así en un mago o los domina para seguir la vía del desapego hasta la total liberación. La elección de una u otra propuesta es decisiva. Solo la renuncia y una lucha victoriosa contra la tentación de la magia trae consigo un nuevo enriquecimiento espiritual del asceta.

Este debería usar discretamente los poderes que posee en casos de verdadera necesidad, con total Indiferencia, no para la exaltación de sí mismo, sino en beneficio de los demás. Los débiles se queman y se esclavizan cada vez más, mientras que los yoguis auténticos se perfeccionan. Los poderes son un desafío. Son medios, no fines. Hay que controlarlos; no ser controlados por ellos. Son peldaños que se presentan en el sendero para probar el valor auténtico del practicante, hay que dejarlos y seguir adelante.

Es significativo que de ellos no se hable en otro texto clásico del yoga: el Bhagavad Guita. Por otro lado se atribuye a Gandhi. Excepcionales fueron su autocontrol, la lucha para la libertad de su país, la única incesante con Dios y la entrega al prójimo, sobre todo a los más humildes y desprotegidos, hasta la muerte.

## LOS PODERES SEGUN LA TRADICION DEL YOGA CLASICO

Para una comprensión más completa de los aforismos dedicados a los poderes psíquicos, es necesario tener presente a los comentaristas más destacados del yoga Clásico.

1.- Los comentarios más antiguos y más estudiados son los de Vyasa (s.VII) y los de Boia (s.XI) (Patanjali, 1962; Herrera, 1977). También ellos analizan los aforismos relativos a la causa de los poderes y a su finalidad comentados anteriormente, pero remiten también a los números 2 y 3 de la cuarta sección: "La transformación de una forma a otra proviene del fluir de la materia primordial. La causa accidental: no es productora real de estas transformaciones, sino solo destruye los obstáculos, como en el caso de un campesino."

Causa Inmediata de los poderes son las acciones que el discípulo cumple, el progresivo avanzar a través de las ocho etapas y, sobre todo, la concentración perfecta (*samyama*), siempre recordada antes de la enumeración de cada poder. Sin embargo, hay que ir más a fondo; en realidad, todo se debe al fluir de la naturaleza primordial (*prakriti*). Es ella la que, en unión con el espíritu (purusha), realiza todos los cambios en todos los seres; es la verdadera y única causa eficiente que determine cambios a través de impresiones latentes.

La acción del individuo particular es necesaria, pero "no es productora real de las transformaciones," porque está predeterminada por una causa anterior: el depósito kármico. Patanjali la compara a la ruptura de un obstáculo, como en el caso de un campesino que, para llevar agua de un campo de labranza a otro, rompe simplemente el dique e, inmediatamente, el agua corre a través de los arroyuelos, por sí sola, sin que él haga ningún esfuerzo para que el agua fluya. Así

las plantas germinan, dan flores y frutos, pero todo esto se debe atribuir a las leyes de la naturaleza que trabajan a través de la savia de la planta y de la luz del sol, no al labrador. Este no hizo otra cosa, sino remover obstáculos.

De la misma manera, los elementos constitutivos de la naturaleza actúan por sí mismos provocando ellos, como causa principal y responsable, los cambios relativos. Estos cambios son, pues, parte de un largo proceso evolutivo, el desarrollo de potencialidades latentes. Se confirma así la tesis según la cual cada uno nace condicionado, limitado por el contexto general y eterno en el que se sitúa el proceso evolutivo. Nadie es dueño total de sí mismo, nadie es igual a otro; nadie puede hacer todo lo que quiere; todos son instrumentos. El depósito kármico con el que uno nace es distinto en uno y en otro, y distintas serán las realizaciones, las formas elegidas para llegar a la liberación.

2.- El comentario de J.K. Taimni (1955) a los Aforismos es uno de los más recientes (1961). Y, sin duda, es el mejor. Su autor fue, durante muchos años profesor de química en la Universidad de Allahabad y acerca de esta especialidad publicó numerosos trabajos. Una larga nota al Aforismo 16 de la sección tercera y otras observaciones esparcidas en su obra, nos permiten reconstruir su pensamiento sobre el origen y la naturaleza de los poderes paranormales.

En primer lugar toma distancia tanto respecto de una interpretación científica de corte materialista como la que ven los poderes de efectos milagrosos. La psicología moderna que pretende estudiar las expresiones de la mente y del conocimiento limitándose a lo que aparece a través del vehículo físico del cuerpo, no puede dar ninguna explicación exhaustiva sobre hechos de la vida interior y espiritual que ella desconoce. "Quien rehúsa abandonar las orillas del mundo físico, queda encerrado en conocimientos y recursos limitados, y no puede pretender juzgar las experiencias de quien se ha aventurado en alta mar y ha llegado a regiones espléndidas e inimaginables."

Se necesita, por lo tanto, partir de la psicología yoga, la cual admite la existencia de dos principios complementarios, interconectados. Uno material (*prakriti*) y otro espiritual (*purusha*). El yoga afirma también que, en el individuo, el intelecto (*buddhi*), es el elemento prioritario a través del cual se puede tomar contacto con todos los seres e influir sobre ellos.

Taimni concluye sus reflexiones -tanto más interesantes por cuanto provienen de un científico distinguido- con estas palabras: "Obviamente, en todas partes existen charlatanes que engañan a los crédulos por sus fines y nefastos. Existen también personas que han adquirido algunos poderes inferiores y continúan exhibiéndolos para satisfacer su mezquina vanidad o para ganar dinero. Aunque dichas personas se presentan como grandes yoguis, su actitud mundana los traiciona. El ejercicio de yoga superior y el desarrollo de la vida espiritual son los únicos medios seguros para entrar en contacto con los verdaderos yoguis que dominan esta ciencia y que, sin duda, pueden ejercer los poderes mencionados en los Aforismos."

3.- Swami Akhilananda (1964) es muy conocido en los Estados Unidos como conferenciante y profesor. Su pensamiento sobre los poderes paranormales que él llama experiencias "extrasensoriales", se halla ampliamente expuesto en su libro *Psicología Hindú*. Como punto de partida reconoce que "en la historia de lo insólito se registran muchas afirmaciones sin fundamento que no se vieron verificadas ni corroboradas por los hechos," de modo que... no sería justo culpar a nadie de mostrarse escéptico o crítico en esta materia." Esto no debe ser un motivo para rechazar totalmente este género de fenómenos. Se debe adoptar una actitud crítica y una amplitud de criterio necesaria. Para poder alcanzar la verdad definitiva.

Akhilananda recuerda, al respecto, muchos casos de hombres y mujeres capaces de anticipar sucesos, de comprender hechos distantes en forma inmediata, de transferir un pensamiento y emociones a otra persona sin hablarle o sin tener contacto directo con ella. Por eso... no es posible negar la validez de las experiencias extrasensoriales, puesto que los hechos correctos se encargan de confirmarlos."

Akhilananda remite directamente a los métodos propuestos por Patanjali en su Aforismos pero añade que es necesario una perspectiva o escala de valores adecuada. Como no es posible usar un telescopio para experimentos de biología o de química, así solo es posible investigar los hechos psicológicos mediante métodos psicológicos. "Cualquiera que desee investigar las extraordinarias facultades de experiencias extrasensoriales deberá alcanzar el mismo estado de desarrollo de las personas que la manifiestan. Nosotros también aplaudimos el espíritu crítico, pero el investigador debe estar bien adiestrado Para poder evaluar correctamente. No es el panadero, sino el joyero quien puede tasar una joya.

## CONCLUSION

La catalogación de los poderes paranormales reseñados fue hecha por Patanjali hace dos mil años y se remonta seguramente a una tradición anterior. Cabe, entonces, una pregunta: ¿cuánto avanzó la parapsicología en los últimos dos milenios? Acaso tengan razón los que afirman que la investigación se dirigió en Occidente hacia los fenómenos de la naturaleza (el microcosmos), en China hacia los principios éticos que rigen el desarrollo de la sociedad y en la India hacia los secretos psicofísicos y espirituales del alma humana (el microcosmos). Ha llegado la hora para que Occidente recupere el tiempo perdido.

## REFERENCIAS

AKHILANANDA, S. (1964). *Psicología hindú*. Buenos Aires: Paidós.

GARDINI, W. (1992). *Yoga clásico*. Buenos Aires: Hastinapura.

HERRERA, J. (1977). *El Yogasutra de Patanjali*. Lima.

PATANJALI (1962). *Gli aforismi sul Yoga con il commento di Vyasa*. Torino [Hay traducción al español, 1972. Madrid: Doncel].

TAIMNI, J.K. (1955). *The Science of Yoga*. Adyar [India]: Theosophical House.

VIVEKANANDA, S. (1989). *Raja Yoga*. Buenos Aires: Kier.