

ÍNDICE DEL VOLUMEN I

Índice de ilustraciones	IX
Nota del editor	X
Prefacio de Sri Daya Mata	XI
Introducción	XVII

I: EL DESALIENTO DE ARJUNA. 1

La importancia del capítulo I, 3 • «¿Qué hicieron?». El reconocimiento del campo de batalla psicológico y espiritual interior, 4 • Los ejércitos adversarios: las fuerzas espirituales y las materialistas, 56 • Las caracolas: la batalla vibratoria interior que se libra en la meditación, 130 • El devoto observa a los enemigos que habrá de destruir, 149 • Arjuna rehúsa combatir, 164

II: SANKHYA Y YOGA: LA SABIDURÍA CÓSMICA Y EL MÉTODO PARA ALCANZARLA 199

La exhortación del Señor al devoto, y la súplica de consejo por parte del devoto, 201 • La naturaleza trascendental y eterna del alma, 229 • Librar una batalla justa es un deber religioso del ser humano, 288 • El Yoga: remedio para erradicar la duda, la confusión y la insatisfacción intelectual, 315 • El arte yóguico de la acción correcta que conduce a la sabiduría infinita, 332 • Las cualidades de quien ha alcanzado la unión divina, 350

III: KARMA YOGA: EL SENDERO DE LA ACCIÓN ESPIRITUAL. 387

¿Por qué es necesaria la actividad en el sendero hacia la liberación?, 389 • La naturaleza de la acción correcta: llevar a cabo toda obra como una ofrenda (*yajna*), 412 • El deber moralmente correcto que se lleva a cabo sin apego es de naturaleza divina, 445 • Cómo la acción desinteresada del yogui lo libera de las dualidades de la Naturaleza y de la opresión del karma, 462 • La actitud correcta hacia el guía espiritual y el *sadhana* prescrito, 471 • La conquista de los dos aspectos de la pasión: el deseo y la ira, 481

IV: LA CIENCIA SUPREMA PARA CONOCER A DIOS 501

El fundamento histórico y la esencia esotérica del Yoga, 503 • Las encarnaciones de la Divinidad, 516 • Los senderos que liberan al ser humano de la sucesión de renacimientos, 535 •

Las diversas maneras en que actúa el Señor en su creación, 542
• Liberarse del karma: conocer la naturaleza de la acción correcta, de la acción errónea y de la inacción, 552 • *Yajna*, el rito espiritual de fuego que consume todo karma, 566 • La sabiduría que santifica plenamente la imparte un verdadero gurú, 612

V: LA LIBERACIÓN POR MEDIO DE LA RENUNCIA INTERIOR 631

¿Qué es preferible: servir en el mundo o buscar en recogimiento la sabiduría?, 633 • El sendero hacia la libertad que enseña el *Guita*: la meditación en Dios aunada a la actividad desprovista de deseos, 641 • El Ser como testigo trascendental: establecido en la bienaventuranza e imperturbable ante el mundo, 651 • El bien y el mal, y su relación con el alma, 655 • Quien conoce al Espíritu mora en el Ser Supremo, 662 • Cómo trascender el mundo sensorial y alcanzar la bienaventuranza imperecedera, 672

Transliteración y pronunciación de los términos sánscritos	693
Epítetos del Señor Krishna y de Arjuna	695
Diagrama de los <i>chakras</i> realizado por Lahiri Mahasaya	698
Reseña del autor	700
Metas e ideales de <i>Self-Realization Fellowship</i>	705
Publicaciones y Lecciones de <i>Self-Realization Fellowship</i>	706
Términos asociados con <i>Self-Realization Fellowship</i>	714

EL DESALIENTO DE ARJUNA

LA IMPORTANCIA DEL CAPÍTULO I

COMO TRATADO PREEMINENTE SOBRE EL YOGA, el renombrado *Bhagavad Guita* se expresa tanto en forma pragmática como esotérica, con la finalidad de abarcar el amplísimo espectro de buscadores espirituales que por incontables generaciones han hallado refugio en los consejos y solaz que les brindan las estrofas de esta amada escritura. El *Guita* no sólo hace referencia a la aplicación práctica de los principios espirituales que le son requeridos al aspirante espiritual, sino también a la expresión perfecta de esos principios tal como los manifiesta en su vida el yogui avanzado.

En los libros modernos, lo habitual es que la introducción proporcione al lector una idea general del contenido; en cambio, los autores de las escrituras hindúes de la antigua India a menudo utilizaban el primer capítulo para dar a conocer sus propósitos. Por esa razón, el capítulo inicial del *Bhagavad Guita* sirve de introducción al sagrado discurso que le sigue. Su propósito, sin embargo, no es simplemente situarnos en la escena y proveer un telón de fondo que haya de leerse a la ligera, como un texto insustancial. Cuando se lee como la alegoría que su autor, el gran sabio Vyasa, pretendió exponer, este capítulo presenta los principios básicos de la ciencia del yoga y describe las primeras contiendas espirituales del yogui que se dispone a recorrer el sendero hacia *kaivalya*, la liberación, la unidad con Dios —la meta del yoga—. Comprender las verdades que se hallan implícitas en el primer capítulo significa emprender el viaje del yoga con un itinerario claramente delineado.

Mi reverenciado gurú, Swami Sri Yukteswar —que era un *Guianavata*, una encarnación de la sabiduría—, me enseñó el significado oculto de sólo algunas estrofas importantes del primer capítulo del *Guita*. «Ahora tienes la llave —me dijo—. Por medio de la serena percepción interior, te será posible abrir esta escritura en cualquiera de sus pasajes y comprender tanto su sustancia como su esencia». Es merced a su estímulo y su gracia que ofrezco ahora esta obra.

«¿QUÉ HICIERON?». EL RECONOCIMIENTO DEL CAMPO DE BATALLA PSICOLÓGICO Y ESPIRITUAL INTERIOR

ESTROFA I

धृतराष्ट्र उवाच
 धर्मक्षेत्रे कुरुक्षेत्रे समवेता युयुत्सवः ।
 मामकाः पाण्डवाश्चैव किमकुर्वत सञ्जय ॥

dhṛitarāṣṭra uvāca
dharmakṣetre kurukṣetre samaveta yuyutsavaḥ
māmakaḥ pāṇḍavāś caiva kim akurvata sañjaya

Dhritarashtra dijo:

En la sagrada llanura de Kurukshetra (dharmakshetra kurukshetra), donde con ansias de lucha se han congregado mi descendencia y los hijos de Pandu, dime, ¡oh Sanjaya!, ¿qué hicieron?

EL REY CIEGO DHRITARASHTRA (la mente ciega) preguntó al veraz Sanjaya (la introspección imparcial): «Cuando mi descendencia, los Kurus (las irreflexivas tendencias negativas de la mente y de los sentidos), y los hijos del virtuoso Pandu (las tendencias puras del discernimiento) se congregaron en el *dharmakshetra* (sagrada llanura) de Kurukshetra (el terreno corporal de la actividad), con ansias de luchar por conseguir la supremacía, ¿cuál fue el resultado?».

La pregunta que con gran interés formula el rey ciego Dhritarashtra, para solicitar del imparcial Sanjaya un informe objetivo acerca del

❖
*El significado meta-
 fórico y la relevancia
 de la pregunta de
 Dhritarashtra*

❖ resultado de la batalla entre los Kurus y los Pandavas (los hijos de Pandu) en Kurukshetra, es, metafóricamente hablando, la pregunta que debe formularse el aspirante espiritual cuando examina día tras día los sucesos de su justa batalla en la que espera alcanzar la victoria de la realización del Ser, la unidad con Dios. Por medio de la introspección sincera, analiza sus acciones y evalúa el poderío de los ejércitos en pugna, constituidos por sus buenas y malas tendencias: el autocontrol frente a la indulgencia sensorial; la inteligencia discernidora en contraposición a las inclinaciones

mentales sensoriales; la resolución espiritual de meditar confrontada con la resistencia mental y la inquietud física; y la divina conciencia del alma en oposición a la ignorancia y la atracción magnética de la naturaleza inferior del ego.

El campo de batalla en que se enfrentan esas fuerzas es Kurukshetra (*Kuru*, de la raíz sánscrita *kṛi*, «trabajo, actividad material»; y *kṣetra*, «campo»). Este «campo de acción» es el cuerpo humano con sus correspondientes facultades físicas, mentales y espirituales; es el terreno donde se desarrollan todas las actividades de la vida. En esta estrofa del *Guita* se alude a dicho terreno como «Dharmakshetra» (llanura o campo sagrado, pues *dharma* significa rectitud, virtud, santidad), porque éste es el lugar donde se libra la justa batalla entre las virtudes de la inteligencia discernidora del alma (los hijos de Pandu) y las acciones innobles y descontroladas de la mente ciega (los Kurus, la descendencia del rey ciego Dhritarashtra).

El Dharmakshetra Kurukshetra se refiere también a los deberes y acciones religiosos y espirituales (aquellos que el yogui desarrolla en la meditación) en contraposición con las responsabilidades y actividades mundanas. Por consiguiente, en esta interpretación metafísica más profunda, el Dharmakshetra Kurukshetra representa el campo corporal interior en el que tiene lugar la actividad espiritual de la meditación yóguica para alcanzar la realización del Ser: la llanura del eje cerebroespinal con sus siete centros sutiles de vida y de conciencia divina.

Existen dos fuerzas o polos magnéticos opuestos que rivalizan en este campo: la inteligencia discernidora (*buddhi*) y la mente ligada a la conciencia sensorial (*manas*). *Buddhi*, el intelecto discernidor puro, está representado alegóricamente por Pandu, esposo de Kunti (madre de Arjuna y de los demás príncipes pandavas, que defienden los rectos principios de *nivritti*, la renuncia a la mundanalidad). El nombre de Pandu deriva de *pand*, «blanco»: una referencia metafórica a la claridad del intelecto discernidor puro. *Manas* se encuentra representado alegóricamente por el rey ciego Dhritarashtra, padre de los cien Kurus o impresiones y tendencias sensoriales, la totalidad de las cuales se inclina hacia *pravritti*, el goce mundano. La capacidad que posee *buddhi* para discernir correctamente la obtiene de la supraconciencia del alma que se manifiesta en los asientos causales de la conciencia situados en los centros espirituales del cerebro y de la espina dorsal. *Manas*, la mente sensorial —el polo magnético sutil orientado hacia el exterior, en

❖
*Dos fuerzas opuestas:
 las inclinaciones de la
 mente inferior en contra-
 posición con el discerni-
 miento del alma*

❖

dirección al mundo de la materia— se encuentra ubicada en el puente de Varolio, el cual, desde el punto de vista fisiológico, se halla en todo momento ocupado en la coordinación de los sentidos¹. De este modo, la inteligencia inherente a *buddhi* atrae la conciencia hacia la verdad o las realidades eternas, la conciencia del alma o la realización del Ser. *Manas* (la mente sensorial) aleja de la verdad a la conciencia y la mantiene ocupada en las actividades sensoriales externas del cuerpo y, por consiguiente, inmersa en el mundo de las relatividades ilusorias, o *maya*.

El nombre de Dhritarashtra deriva de *dhyta*, «sostenido, apoyado, firmemente sujeto (por las riendas)», y *rāṣṭra*, «reino», derivado de *rāj*, «gobernar». Por inferencia, obtenemos el significado simbólico, *dhytam rāṣṭraṁ yena*, «aquel que sostiene el reino (de los sentidos)» o «aquel que gobierna sosteniendo con firmeza las riendas (de los sentidos)».

La mente (*manas* o conciencia sensorial) coordina los sentidos del mismo modo en que las riendas mantienen unidos a los diferentes corceles de un carruaje. El cuerpo es el carruaje; el alma es el amo del carruaje; la inteligencia es el conductor; y los sentidos son los corceles. Se dice que la mente es ciega porque no puede ver sin el auxilio de los sentidos y de la inteligencia. Las riendas del carruaje reciben y transmiten los impulsos provenientes de los corceles y de la dirección indicada por el conductor. De manera similar, la mente ciega por sí sola no reconoce ni ejerce dirección alguna, sino que simplemente recoge las impresiones de los sentidos y transmite las conclusiones e instrucciones provenientes de la inteligencia. Si la inteligencia está gobernada por *buddhi*, el poder del discernimiento puro, los sentidos se encuentran bajo control; si, por el contrario, la inteligencia está gobernada por los deseos materiales, los sentidos se comportan de manera turbulenta y descontrolada.

¹ El puente de Varolio o protuberancia anular es una porción del tronco encefálico; se encuentra situado por encima del bulbo raquídeo y centrado por debajo de los dos hemisferios cerebrales, y conecta el cerebro, el cerebelo y la médula oblongada. Sus dimensiones son pequeñas (aproximadamente 2,5 x 2,5 x 3,8 cm) y por su interior pasan las vías ascendentes sensitivas y descendentes motoras que conectan el cerebro con el resto del cuerpo. Estas vías atraviesan una densa red de neuronas, llamada «formación reticular», cuya función es activar el resto del cerebro y regular el ciclo circadiano de sueño y vigilia. El puente de Varolio contiene una estructura especial, el *locus coeruleus* («lugar azul»): un pequeño y comprimido racimo de células que contienen norepinefrina, una sustancia química cuya función es estimular la movilización que prepara el cuerpo para la acción. Esta estructura participa en los procesos de despertar, soñar, dormir y en la variación de los estados de ánimo.

EN SENTIDO LITERAL, SANJAYA SIGNIFICA «completamente victorioso», «aquel que se ha conquistado a sí mismo». Sólo quien no está centrado en su ego tiene la capacidad de ver con claridad y de modo imparcial. Por eso, en el *Guita*, Sanjaya personifica la visión divina que mora en nuestro interior; para el devoto aspirante, Sanjaya representa el poder del autoanálisis intuitivo e imparcial, la introspección discernidora. Es la capacidad de tomar distancia de uno mismo, observarse sin prejuicios y juzgar con exactitud. Los pensamientos pueden estar presentes sin que nos percatemos conscientemente de ello. La introspección es aquel poder intuitivo mediante el cual la conciencia es capaz de observar los pensamientos. No razona; más bien, siente —no con la parcialidad de la emoción, sino con la claridad y la calma de la intuición.

♦
*Symbolismo de Sanjaya:
 el autoanálisis intuitivo
 imparcial*
 ♦

En el *Mahabharata*, del cual forma parte el *Bhagavad Guita*, el gran *rishi* (sabio) Vyasa prelude el texto del *Guita* otorgándole a Sanjaya el poder espiritual de ver a distancia lo que está ocurriendo en la totalidad del campo de batalla, a fin de que pueda relatárselo al rey ciego Dhritarashtra a medida que los acontecimientos se desarrollan. Por ello, uno podría esperar que la pregunta que el rey formula en la primera estrofa se encontrara en tiempo presente. El autor, Vyasa, hace de manera intencional que Sanjaya narre el diálogo del *Guita* en forma retrospectiva y emplee el verbo en tiempo pasado («¿qué *hicieron?*»), a fin de indicar claramente a los estudiantes perceptivos que el *Guita* se refiere sólo de modo incidental a una batalla histórica que tuvo lugar en la llanura de Kurukshetra, al norte de la India. Lo que en realidad Vyasa describe es primordialmente una batalla universal: la enconada contienda que a diario se libra en la vida de cada ser humano. Si Vyasa hubiera querido simplemente informar acerca del desarrollo de una batalla real que se estaba librando en ese momento en el campo de Kurukshetra, habría hecho que Dhritarashtra le hablase al mensajero Sanjaya en tiempo presente: «Mi descendencia y los hijos de Pandu, ¿qué están haciendo *ahora?*».

Éste es un punto importante. El inmemorial mensaje del *Bhagavad Guita* no hace referencia únicamente a una batalla histórica, sino al conflicto cósmico entre el bien y el mal: la vida como una serie de contiendas entre el Espíritu y la materia, el alma y el cuerpo, la vida y la muerte, el conocimiento y la ignorancia, la salud y la enfermedad, la inmutabilidad y la transitoriedad, el autocontrol y las tentaciones, el discernimiento y la ciega mente sensorial. Por lo tanto, en la primera