

# Kriya Yoga de Babaji

Textos para leer



## El poder del silencio por Aurobindo y Satprem

Hay dos grandes fuerzas en el universo, el silencio y el habla. El silencio prepara, el habla crea. El silencio actúa, el habla da el impulso para la acción. El silencio fuerza, el habla persuade. Todos los procesos inmensos e inescrutables del mundo se perfeccionan internamente en un silencio profundo y augusto, cubierto por una superficie ruidosa y desorientadora de sonido – la agitación de olas innumerables por arriba, abajo la masa insondable e incontenible de las aguas del océano. Los hombres ven las olas, escuchan el rumor y las miles de voces y por ello juzgan el curso del futuro y el corazón de la intención de Dios; pero en nueve de cada diez casos juzgan erróneamente. Por tanto se dice que en la historia es siempre lo inesperado lo que sucede. Pero no sería inesperado si los hombres pudieran retirar sus ojos de las superficies y mirar en la sustancia, si se acostumbrasen a dejar de lado las apariencias y penetrar, más allá de ellas, en la realidad secreta y disfrazada, si dejasen de escuchar el sonido de la vida y en vez de eso escuchasen a su silencio.

Los esfuerzos más grandes se hacen con la respiración calmada; cuanto más rápida la respiración, mayor la disipación de energía. Aquél que en medio de la acción puede dejar de respirar – de forma natural y espontánea – es el maestro del *prana*, la energía que actúa y crea en todo el universo. Es una experiencia común del yogui que, cuando cesa el pensamiento, la respiración cesa – todo el efecto (llamado) *kumbhaka* realizado por el Hatha Yogui con dificultad infinita

y esfuerzo gigantesco, se establece por sí mismo fácil y felizmente – pero cuando los pensamientos comienzan de nuevo, la respiración reanuda su actividad. Pero cuando el pensamiento fluye sin la reanudación de la inhalación y de la exhalación, entonces el *prana* es conquistado verdaderamente. Ésta es una ley de la naturaleza. Cuando nos esforzamos en actuar, las fuerzas de la Naturaleza hacen su voluntad sobre nosotros; cuando nos aquietamos, nos convertimos en su maestro. Pero hay dos tipos de quietud – la quietud impotente de la inercia, que anuncia la disolución, y la quietud de la cierta soberanía que ordena la armonía de la vida. Es la quietud soberana la que es la calma del yogui. Cuanto más completa la calma, más poderos el poder yóguico, más grande la fuerza en acción.

En esta calma llega el conocimiento correcto. Los pensamientos de los hombres son una mezcla de verdad y de falsedad. La verdadera percepción es estropeada y nublada por la falsa percepción, el juicio verdadero es impedido por el falso juicio, la verdadera imaginación es distorsionada por la falsa imaginación, la verdadera memoria es engañada por la falsa memoria. La actividad de la mente debe cesar, el *chitta* (subconsciente) debe ser purificado, un silencio cae sobre la inquietud de Prakriti (la naturaleza), entonces en esa calma, en esa iluminación aquietada sin voces que llega a la mente, el error comienza a caer, y, en tanto el deseo no se agite de nuevo, la claridad se establece por sí misma en el estrato más elevado de la consciencia, impulsando la paz y la alegría en lo inferior. El conocimiento correcto se convierte en la fuente infalible la acción correcta.

El conocimiento del yogui no es el conocimiento de la mente común impulsada por el deseo. Tampoco es el conocimiento del científico o de la razón mundanamente que se ancla en los hechos de superficie y aprende sobre la experiencia y la probabilidad. El yogui conoce la forma de trabajar de Dios y se da cuenta de que lo improbable sucede a menudo, de que los hechos engañan. Se eleva por encima de la razón, hacia ese conocimiento directo e iluminado que llamamos "*vijñanam*". La mente impulsada por el deseo está enredada en el lío intrincado del bien y del mal, de lo placentero y lo desagradable, de la felicidad y el infortunio. Se esfuerza en tener siempre lo bueno, siempre lo placentero, siempre la felicidad. Se regocija ante los acontecimientos afortunados, se perturba e incomoda por sus opuestos. Pero el ojo iluminado del vidente percibe que todo conduce a lo bueno, porque Dios es todo y Dios es *sarvamangalam* (todo lo auspicioso). Él sabe que el mal aparente es a menudo la vía más corta hacia lo bueno, lo desagradable es indispensable para preparar lo placentero, el infortunio la condición para obtener una felicidad más perfecta. Su intelecto es liberado de la esclavitud a las dualidades.

Sri Aurobindo

En esta zona de silencio que nosotros somos ya, los más leves desplazamientos de substancia (mental, emocional o de otra naturaleza)

actuarán sobre nosotros como señales; inmediatamente sabremos que alguna cosa ha tocado nuestra atmósfera. Tendremos entonces conocimiento espontáneo de una cantidad de vibraciones que las gentes despiden constantemente, aun sin saberlo, y sabremos de qué se trata o ante quién nos hallamos (a menudo nada tiene que ver la pulcritud exterior con esta pequeña realidad que vibra). Nuestras relaciones con el mundo exterior se volverán claras, conoceremos el porqué de nuestras simpatías, la razón de nuestras antipatías, el origen de nuestros temores y de nuestro malestar; entonces podremos poner en orden, rectificar nuestras reacciones, aceptar las vibraciones susceptibles de, ayudarnos, apartar las que nos ensombrecen, neutralizar las que tratan de dañarnos. Porque nos percataremos de un fenómeno interesante: nuestro silencio interior posee una virtud. Si en vez de responder a una vibración que llega a nosotros, nos quedamos en una inmovilidad interior absoluta, veremos que esa inmovilidad disuelve la vibración; es como si existiese en torno un campo de nieve, donde todos los golpes quedan detenidos, anulados.

Podemos tomar la cólera como ejemplo; si en lugar de ponernos a vibrar interiormente al unísono con el que habla, sabemos permanecer inmóviles por dentro, veremos que la cólera del otro se disuelve poco a poco, lo mismo que una humareda. La Madre hacía observar que esta inmovilidad interior, o esta virtud de no responder, puede llegar a detener el brazo de un asesino, el salto de una serpiente. Mas no se trata solamente de revestirse de una impassibilidad aparente, mientras por dentro subsiste la agitación; con las vibraciones no pueden hacerse trampas y bien lo sabe la serpiente; no se trata del supuesto y común "dominio de sí mismo", que no es sino un dominio de las apariencias; se trata del verdadero, que es un dominio interior. Y este silencio puede anular cualquier vibración, por la sencilla razón de que todas las vibraciones, de cualquier naturaleza que sean, son contagiosas (las vibraciones más altas lo mismo que las más bajas; a ello se debe el hecho de que el Maestro pueda transmitir experiencias espirituales o poderes a un discípulo) y de nosotros depende aceptar o rechazar el contagio; si sentimos temor es porque el contagio ha sido aceptado por nosotros y, por tanto, hemos aceptado también el impacto del hombre colérico o el de la serpiente; también se puede aceptar el impacto del amor.

El silencio es, en todos los niveles, la clave del dominio, porque en el silencio distinguimos las vibraciones, y distinguirlas es aprehenderlas. Hay gran número de aplicaciones prácticas y, sobre todo, numerosas oportunidades de progresar. La vida exterior ordinaria (que no es ordinaria sino para quienes viven ordinariamente) se convierte en un inmenso campo de experiencia y de manipulación de vibraciones; a ello obedece el que Sri Aurobindo haya querido siempre que su yoga participe de la vida de todos los días.

Satprem, *"Sri Aurobindo o la aventura de la consciencia"*.