

# **La Complejidad de Nuestro Ser**

Traducción de **Our Many Selves**

Selección de escritos de  
Sri Aurobindo y de La Madre

por **A.S.Dalal**

Traducido y distribuido con el permiso del Ashram Sri Aurobindo - Pondicherry - India  
© Sri Aurobindo Ashram Trust 2001

Traducción Awareness through the Body [www.awarenessthroughthebody.org](http://www.awarenessthroughthebody.org), Revisión Uma.  
Auroville, Mayo 2023

Los títulos de las obras de Sri Aurobindo y La Madre que están escritos en español pueden encontrarse en las publicaciones de la Fundación - Centro Sri Aurobindo de Barcelona.  
[www.fundacionaurobindobcn.com](http://www.fundacionaurobindobcn.com)

# La complejidad de nuestro ser

## Psicología yóguica práctica

Recopilación de selecciones de las obras de Sri Aurobindo y de la Madre. La mayor parte de los textos de la Madre están sacados de las conversaciones que mantenía durante las clases de francés que daba a los jóvenes del Ashram y a las que también asistían los discípulos. (N.d.T.)

Este libro está pensado para profundizar en la frase de Sri Aurobindo que se cita a menudo: “El *Yoga* no es más que psicología práctica”. En general el *Yoga* se considera como un método compuesto por una serie de prácticas, reglas y normas relacionadas con nuestra vida exterior. En contraste con esta visión, *Las múltiples partes de nuestro ser*, recopilación de selecciones escogidas de la obra de Sri Aurobindo y de la Madre, presenta el *Yoga* como un trabajo psicológico esencialmente interior que tiene como objetivo la transformación de la consciencia.

Recopilación, prefacio e introducción por A.S. Dalal

... El hecho que el Ser es uno y al mismo tiempo múltiple, hace que la misma ley prevalezca también en nosotros y en nuestros miembros; el Espíritu, el *Purusha*, es uno pero se adapta a las formaciones de la Naturaleza. Un poder del Espíritu preside cada plano de nuestro ser; lo tenemos dentro, y lo descubrimos cuando nos interiorizamos suficientemente, un ser-de-mente, un ser-de-vida y un ser-físico; hay un ser mental, un *Purusha* mental que, a través de los pensamientos, las percepciones y las actividades de nuestra naturaleza-mental, expresa algo de sí mismo en nuestro ser de superficie; un ser de vida que expresa algo de sí mismo en los impulsos, sentimientos, sensaciones, deseos y actividades de la vida exterior de nuestra naturaleza vital; un ser físico, un ser corpóreo que expresa algo de sí mismo en los instintos, hábitos, actividades producidas por nuestra naturaleza física. Estos seres o entes parciales del ser en nosotros son poderes del Espíritu, y por lo tanto no están limitados por su expresión temporal, porque lo que así se expresa es solo un fragmento de sus posibilidades; pero al expresarse se crea una personalidad temporal, mental, vital o física que crece y se desarrolla, al mismo tiempo que se desarrolla y crece dentro de nosotros el ser psíquico o personalidad del alma. Cada uno de ellos tiene su propia naturaleza, influencia y acción en la totalidad de nuestro ser; pero, al aparecer en nuestra superficie, todas estas influencias y toda esta acción se mezclan, y crean un ser de superficie conjunto, que es una combinación, una amalgama de todos ellos, una formación externa persistente y, sin embargo, cambiante y móvil, para los fines de esta vida y su limitada experiencia.

Sri Aurobindo  
*La Vida Divina*

Si se tiene una mente filosófica, uno se pregunta: “¿A qué le llamo ‘yo’? ¿A mi cuerpo? – cambia continuamente, no es nunca el mismo. ¿A mis sentimientos? – cambian tan a menudo. ¿A mis

pensamientos? – se construyen y destruyen continuamente. Esto no soy yo. ¿Dónde está el yo? ¿Qué es lo que me da esta sensación de continuidad?” Si proseguís con sinceridad, retrocedéis algunos años. El problema se vuelve más y más desconcertante. Continuáis observando, os decís: “Es mi memoria.” Pero incluso cuando uno pierde su memoria mantiene su yo. Si se continúa esta profunda búsqueda sinceramente, hay un momento en el que todo desaparece y solo existe una única cosa: el Divino, la Presencia divina. Todo desaparece, se disuelve, todo se deshace como mantequilla a la luz del sol... Cuando se ha hecho este descubrimiento, uno se vuelve consciente de que no somos más que un manojo de hábitos. Quien habla es siempre lo que no conoce al Divino, lo que no es consciente del Divino. En cada uno de nosotros hay estos cientos y cientos de “yos” que hablan en cientos de maneras distintas – “yos” inconscientes, cambiantes, fluidos. El yo que habla hoy no es el mismo que hablaba ayer; y si miráis más lejos, más allá, el yo ha desaparecido. Sólo uno permanece. Y éste es el Divino. Es el único al que se puede ver siempre igual.

La Madre

*Entretiens del 1953*

## Prefacio

El *Yoga* viene asociado, generalmente, con ciertos conjuntos de prácticas como posiciones del cuerpo, ejercicios de respiración, meditación y similares. Además, se entiende por *Yoga* una serie de reglas y normas pertenecientes a aspectos de la propia vida exterior, como dieta, actos y hábitos de conducta. Sin embargo, como Sri Aurobindo enseña, el *Yoga* consiste esencialmente en un trabajo psicológico interior, que mira al cambio y transformación de la consciencia. Él afirma: “El *Yoga* no es nada más que un práctica psicológica”<sup>1</sup>; “...todo el método de *Yoga* es psicológico; podríamos incluso denominarle como la práctica perfecta para un completo conocimiento psicológico.”<sup>2</sup>

Este libro está pensado más para el indagador espiritual que para el practicante del *Yoga Integral* de Sri Aurobindo, y por lo tanto sólo se ocupa de los pasos iniciales y preliminares que llevan al cambio radical de consciencia que es el objetivo del *Yoga Integral*. Este trabajo inicial de crecimiento psico-espiritual consiste en: emerger progresivamente del estado inconsciente en el cual uno es una parte más o menos fundida con la masa colectiva, en vez de un individuo independiente, que es “una verdadera persona mental que piensa por sí misma, que está libre de toda influencia exterior, que tiene una individualidad, que existe y tiene su realidad” (p 104 del libro); desarrollar una comprensión más amplia y creciente de uno mismo por el hecho de volverse más y más consciente del propio ser en toda su complejidad, y así poder discernir los resortes de las propias acciones que tienen origen en las diferentes partes del ser, para poder ejercer autocontrol y alcanzar el dominio de sí mismo; llevando armonía y orden a las diversas partes del propio ser que normalmente se hallan en un estado de conflicto y desorden; descubrir el ser verdadero en nosotros y unificar el

---

<sup>1</sup> Sri Aurobindo, *La Síntesis del Yoga*

<sup>2</sup> Ibid.

propio ser – que está caracterizado normalmente por la división y la desunión – organizando todas las otras partes del ser alrededor de este ser verdadero.

El lector observará que la mayoría de pasajes de este libro han sido extraídos de las obras de la Madre porque su obra consiste mayormente en las conversaciones que tenía con los jóvenes de la escuela del Ashram a los que enseñó, en términos prácticos, el trabajo preliminar del crecimiento interior del que hemos hablado anteriormente.

El primer paso es el autoconocimiento. Como la Madre dice:

“Primero aprended a conocerlos perfectamente y luego a controlarlos perfectamente.”<sup>3</sup>

“Para perfeccionarse uno mismo, primero, uno tiene que volverse consciente de sí mismo.”<sup>4</sup>

“Lo que caracteriza al ser humano”, dice Sri Aurobindo, “es que es un ser mental”<sup>5</sup>. Por lo tanto el hombre, por naturaleza, empieza el autoconocimiento a partir de una comprensión mental de sí mismo. Un auto-entendimiento mental se basa en ser capaz de distinguir intelectualmente las múltiples, diferentes, y complejas partes del propio ser. Esto requiere “un largo entrenamiento y una larga disciplina de estudio y observación”<sup>6</sup>, para identificar dónde tienen origen los propios pensamientos, emociones, acciones y humores. Esto quiere decir, ser capaz de poner una “etiqueta” a las diferentes partes de nuestra estructura que constituyen las distintas personalidades de nuestro ser. Para muchas personas “etiqueta” y “etiquetar” tiene un significado peyorativo porque está asociado a un proceso meramente mental o intelectual, privado de una comprensión verdadera de lo que se etiqueta, y que a menudo actúa como un obstáculo a la verdadera comprensión. Sin embargo una comprensión mental no tiene por qué ser necesariamente un obstáculo. Al contrario, puede ser de gran ayuda y un paso hacia una comprensión más profunda. Evitar cualquier comprensión mental o intelectual porqué es como un mero “etiquetar”, es ignorar el hecho, expuesto más arriba, de que el carácter distintivo del ser humano es ser un ser mental, y es simplemente natural que se empiece por un conocimiento mental y gradualmente se desarrolle una comprensión más profunda. Solamente raros individuos tienen un autoconocimiento profundo y son capaces de distinguir los diferentes movimientos internos de sus varias personalidades sin haber primero aprendido a etiquetarlas mentalmente. La Madre dijo una vez a los niños del Ashram:

“... si nadie os explicó nunca qué es el ser psíquico, o el vital, no podéis tener ninguna idea de ello. Podéis decir, ‘hoy me siento bien, ayer no.’ Hasta que no cumplí veinticuatro años no sabía nada de todo esto, y sin embargo podía distinguir muy bien estos movimientos. No usaba estas palabras porque nadie me las había enseñado y no había leído sobre ello, pero sentía muy claramente la diferencia según los momentos y el estado de consciencia en el que me encontraba.

“Pero vosotros que estáis aquí, después de todo lo que habéis oído, y todo lo que habéis leído, y todo lo que os he enseñado, tendríais que estar familiarizados con todos

---

<sup>3</sup> La Madre, *Palabras de la Madre*

<sup>4</sup> La Madre, *Conversaciones del 1950-51*

<sup>5</sup> Sri Aurobindo, *La Síntesis del Yoga*

<sup>6</sup> La Madre, *Entretiens del 1957-58*



estos movimientos que ocurren dentro de vosotros, y ser capaces de ponerles una pequeña etiqueta: esto es esto, esto es esto otro.”<sup>7</sup>

Sri Aurobindo afirma que es necesario distinguir claramente las diferentes partes del propio ser, no sólo para una claridad intelectual, sino también para evitar confusión en la experiencia de la propia *sadhana*<sup>8</sup>. Así, por ejemplo, en lo que concierne a la distinción entre el ser individual (*Jivatman*) – que constituye un centro único del Divino múltiple – y el Divino mismo que lo abarca todo, Sri Aurobindo señala: “Es importante acordarse de la distinción; porque si no, si hay el mínimo egoísmo vital, uno puede empezar a creerse un Avatar<sup>9</sup>....”<sup>10</sup>

Otro ejemplo de confusión causado por la inhabilidad de distinguir entre las diferentes partes del ser, es la diferencia existente entre el ser psíquico o alma, y las partes del ser (mental y emocional) que están simplemente bajo la influencia del ser psíquico, pero se confunden a menudo con el propio ser psíquico (pág 91-93 de este libro).

Sobre la importancia de tal distinción Sri Aurobindo escribe:

“Existe el verdadero ser psíquico que es siempre bueno, y existe la apertura del ser psíquico a la mente, al vital y a otros mundos, que contiene todo tipo de cosas buenas, malas, e indiferentes, verdaderas, falsas, y medio verdaderas, sugerencias de pensamiento de todo tipo y también mensajes de todo tipo. Lo que es necesario es no entregarte imparcialmente a todos ellos sino desarrollar tanto un conocimiento y una experiencia, como un discernimiento suficiente para ser capaz de mantener tu equilibrio y eliminar la falsedad, las medias verdades y mezclas. No es bueno rechazar impacientemente la necesidad de discernir basándote en que esto es un mero intelectualismo. El discernimiento no tiene porqué ser intelectual, aunque si lo fuera no tendría por qué ser despreciado.”<sup>11</sup>

Por eso incluso un discernimiento puramente intelectual, no basado aún sobre la experiencia, es válido y “algo que no debe ser desestimado”.

Una distinción crucial que uno debe hacer en el camino espiritual es la diferencia entre lo psíquico y lo espiritual. Debido a un conocimiento inadecuado de la psicología yóguica, fenómenos y experiencias psíquicas – que pertenecen a la consciencia *interior* o subliminal, un reino tanto de obscuridad como de luz, – se confunden a menudo por experiencias espirituales, que pertenecen a la consciencia *superior*. En cuanto al modo vago e impreciso en que se usa el término “espiritual”, no sólo en la literatura popular sino también en escritos serios, la Madre comenta:

“... sistemas filosóficos, yóguicos y demás, usan la palabra ‘espiritual’ de forma muy vaga e imprecisa. ¡Cualquier cosa que no sea física es espiritual! En relación con el mundo físico ¡todos los otros mundos son espirituales! Todo pensamiento, todo esfuerzo que no tiende hacia la vida material es un esfuerzo espiritual. Cada tendencia

---

<sup>7</sup> La Madre, *Entretiens* del 1954

<sup>8</sup> Disciplina espiritual.

<sup>9</sup> Encarnación consciente del Divino en un ser Humano.

<sup>10</sup> Sri Aurobindo, *Cartas sobre el Yoga*

<sup>11</sup> *Ibid.*

que no es estrictamente humana y egoísta es una tendencia espiritual. Ésta es una palabra que sirve para condimentar todos los platos.”<sup>12</sup>

La distinción entre la consciencia interior o supra física y la consciencia superior o espiritual es uno de los aspectos más válidos de la psicología yóguica para fomentar el auto-entendimiento del buscador espiritual.

El auto-entendimiento debe conducir al auto-control. Como dice la Madre al explicar el sentido de su frase “conocerse a sí mismo y auto-controlarse”:

“Esto quiere decir ser consciente de la propia verdad interior, consciente de las diferentes partes del ser y sus respectivas funciones. Tenéis que saber por qué hacéis esto, por qué hacéis lo otro; tenéis que ser conscientes de vuestros pensamientos, vuestras emociones, todas vuestras actividades, todos vuestros movimientos, de lo que sois capaces, etc, etc. Y conocerse a sí mismo no basta, este conocimiento debe traer un control consciente. Conocerse perfectamente a sí mismo es auto-controlarse perfectamente.”<sup>13</sup>

Estas frases presuponen que si la comprensión mental ha de volverse auto-conocimiento verdadero, una comprensión de las distintas partes del propio ser, que constituyen nuestras diferentes personalidades, tiene que desembocar en auto-control y auto-dominio. Pero el verdadero auto-dominio solo tiene lugar cuando las diferentes partes del ser — que normalmente están divididas y en conflicto — se unifican alrededor del centro más profundo de nuestro ser, el alma o el ser psíquico. Como dice la Madre, “esta unificación es indispensable si uno quiere ser el dueño del propio ser y de todas sus acciones.”<sup>14</sup>

Tradicionalmente el término “Yoga” — que literalmente significa “unión” — se ha comprendido por lo general como un camino que tiene como meta conseguir la unión del ser individual con el Ser Universal, para liberarse de la ignorancia y del sufrimiento de la vida en la tierra. En el *Yoga* de Sri Aurobindo, que no tiene como meta sólo la liberación del alma individual sino también la transformación de la vida terrestre, *Yoga* no solo implica la unión del alma individual con el Divino, sino también la unión del ser externo con el alma, y la unificación del propio ser alrededor del alma, ya que según Sri Aurobindo y la Madre, es sólo a través de tal unificación del propio ser que se puede conseguir que el Divino se manifieste y transforme la vida terrestre.

A.S.Dalal

---

<sup>12</sup> La Madre, *Conversaciones del 1950-51*

<sup>13</sup> *Ibid*,

<sup>14</sup> La Madre, *Some answers from the Mother*

## Introducción

### SRI AUROBINDO SOBRE LAS MÚLTIPLES PARTES DE NUESTRO SER:

#### PLANOS Y PARTES DEL SER

“El ser humano es, en su ser, una Persona única, pero en su manifestación del ser es también una persona múltiple...”<sup>15</sup> En este enunciado Sri Aurobindo hace una distinción que es fundamental para entender su explicación sobre la naturaleza del ser humano – la distinción entre la Persona y sus muchas personalidades. Esta distinción está lejos de ser evidente para nuestra consciencia ordinaria.

“La mente ordinaria se conoce a sí misma sólo como un ego, con todos los movimientos de la naturaleza mezclados, e identificándose con estos movimientos piensa ‘estoy haciendo esto, sintiendo aquello, pensando, alegre o triste, etc.’ El comienzo inicial del autoconocimiento real, tiene lugar cuando uno se siente separado, en uno mismo, de la naturaleza y sus movimientos, y luego se da cuenta de que hay muchas partes en el propio ser, muchas personalidades, cada una actuando por su propia cuenta y a su manera.”<sup>16</sup>

No poseemos autoconocimiento porque no nos reconocemos como la Persona sino como un ego, que es una identificación de la Persona con las muchas personalidades que constituyen la naturaleza externa de nuestro ser. En términos de la filosofía *Sankhya*, no nos reconocemos como el *Purusha* (Persona) porque estamos identificados con *Prakriti* (Naturaleza). En este estado de identificación con *Prakriti*, la compleja naturaleza de nuestro ser escapa a nuestra percepción.

“Para el ser humano ordinario que vive en su consciencia de superficie, ignorante de las profundidades y vastedades del ser detrás del velo, su existencia psicológica es bastante simple. Un pequeño pero clamoroso conjunto de deseos, algunas ansias intelectuales imperativas y deseos estéticos, algunas preferencias, unas pocas ideas gobernantes o prominentes en medio de una gran corriente de pensamientos, mayormente triviales, desconectados o mal conectados, un número de necesidades vitales más o menos imperativas, alternancias de salud y enfermedad en el físico, una sucesión inconsecuente de gozos y dolores confusos, frecuentes perturbaciones y vicisitudes sin importancia, y contadas búsquedas y conmociones intensas de la mente o del cuerpo, y a través de todos éstos, en parte con la ayuda de su pensamiento y voluntad, en parte sin ellas o a pesar de ellas, la Naturaleza lo organiza todo de manera burda y práctica en un tolerable desorden ordenado: esto es el material de su existencia.”<sup>17</sup>

El autoconocimiento real comienza cuando se produce la separación entre *Purusha* y *Prakriti*, entre el Ser y su Naturaleza exterior. Entonces percibimos “la extraordinaria complejidad de nuestro propio ser, la estimulante y al mismo tiempo incómoda multiplicidad de nuestra personalidad, la rica e infinita confusión de la Naturaleza.”<sup>18</sup>

---

<sup>15</sup> Sri Aurobindo, *La Vida Divina* – Segundo libro, segunda parte.

<sup>16</sup> Sri Aurobindo, *Cartas sobre el Yoga* – Primera parte.

<sup>17</sup> Sri Aurobindo, *La Síntesis del Yoga* – Primera y segunda parte.

<sup>18</sup> *Ibid.*



También percibimos que las numerosas personalidades, que están mezcladas en la superficie, están separadas y diferenciadas cuando se ven desde dentro. Cada personalidad representa una parte del ser que tiene su propia compleja individualidad y naturaleza diferente, sus propias exigencias, sin ponerse de acuerdo consigo misma o con las otras. Hablando de la “divisibilidad perfectamente normal de las distintas partes del ser”, Sri Aurobindo afirma:

“En la naturaleza externa de superficie, la mente, el psíquico, el vital, el físico están todos entremezclados y se necesita un fuerte poder de introspección, de autoanálisis, de minuciosa observación y capacidad de desenredo de los hilos del pensamiento, emoción e impulso, para descubrir la composición de nuestra naturaleza y la relación e interacción de estas partes entre ellas. Pero cuando uno se interioriza... descubrimos el origen de toda esta acción de superficie y allí las partes de nuestro ser están bien separadas y son claramente distintas unas de otras. Las sentimos realmente como diferentes entes en nosotros, y al igual que a dos personas que hacen una acción conjunta se les puede ver observándose, criticándose, ayudándose u oponiéndose, y limitándose una a la otra, a éstas también se les puede ver haciendo lo mismo; es como si fuéramos un ser grupal, cada miembro del grupo con su lugar y su función separadas, y todas dirigidas por un ser central que a veces está por delante y por encima de las otras, y a veces detrás de la escena.”<sup>19</sup>

## Dos sistemas en la organización del ser

Desde el punto de vista del pensamiento de Sri Aurobindo, el ser humano es inseparablemente uno con el ser universal. Existen “dos sistemas simultáneamente activos en la organización del ser y sus partes”<sup>20</sup> – un sistema concéntrico y uno vertical.

El sistema concéntrico es como una serie de anillos o capas compuestas por el ser exterior, el ser interior y el ser más profundo. El ser exterior y el ser interior detrás de él, constituyen nuestro ser fenoménico o instrumental, y se dice que pertenecen a la Naturaleza o *Prakriti*. Ambos tienen tres partes correspondientes: física, vital, mental. El ser más profundo es el *Purusha*, el verdadero ser. En el *Purusha*, hay una mente profunda, un vital profundo y un físico profundo y, en su mismo centro, el ser psíquico o alma. Normalmente se denomina al ser psíquico como el ser más profundo (Fig. 1)

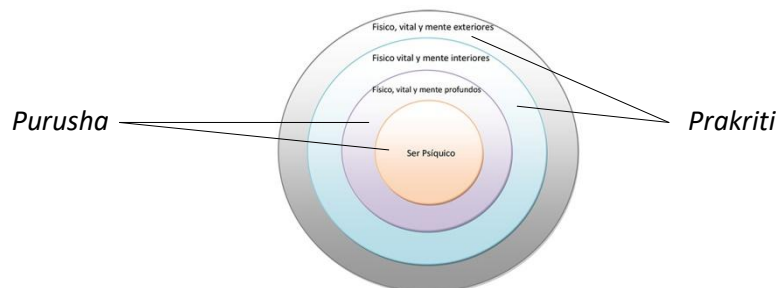


Fig. 1. El sistema concéntrico

<sup>19</sup> Cartas sobre el Yoga – Segunda y tercera parte.

<sup>20</sup> Cartas sobre el Yoga – Primera parte

El sistema vertical es como una escalera que consiste en varios niveles, planos o gradaciones de consciencia que van desde el más bajo – el Inconsciente – al más alto Sachchidananda (Fig. 2).



Fig. 2 El sistema vertical – Niveles de consciencia

*Nota:* La antigua sabiduría india dividió al ser humano, el microcosmos, al igual que al ser universal, el macrocosmos, en hemisferio superior *Parardha*, y hemisferio inferior *Aparardha*. El hemisferio superior es donde el Espíritu reina perfectamente y eternamente; en el hemisferio inferior el Espíritu está velado por la mente, la vida y el cuerpo. La Sobremente es el plano intermedio que divide los dos hemisferios.

Las principales partes y planos del ser, tal y como los describe Sri Aurobindo se explican a continuación.

## El ser exterior

En el ser exterior o de superficie hay tres partes principales: la mente (el mental), la naturaleza de vida (el vital) y el cuerpo (el físico). Cada parte tiene su particular tipo de consciencia, si bien en nuestro darnos cuenta habitual somos incapaces de distinguir entre la mente el vital y el físico, partes constituyentes de nuestra consciencia, y solemos considerar todos estos distintos elementos simplemente como nuestra “mente”. Pero en la psicología yóguica, “mente” se refiere específicamente a la parte del ser “que tiene que ver con lo cognitivo y la inteligencia, con ideas, con percepciones mentales o de pensamiento, reacciones del pensamiento a cosas, con los verdaderos movimientos y formaciones mentales...”<sup>21</sup> El ser vital o la naturaleza de la vida está hecho de deseos, sentimientos, instintos e impulsos. La energía-de-vida que anima el cuerpo (*Prana*) es un aspecto del vital. El cuerpo tiene también su propia consciencia diferenciada que opera en el funcionamiento involuntario de los varios órganos y sistemas fisiológicos. La consciencia-del-cuerpo es sólo parte de la consciencia física. Ésta última incluye también la mente física y el vital físico que ahora explicaremos.

Si bien separadas y distintas, las tres principales divisiones del ser exterior apenas mencionadas están interconectadas e interactúan una con otra, dando lugar a una subdivisión discernible en las principales partes del ser. Así, al lado de la mente pensante (la mente propia), hay una mente vital que es la parte

---

<sup>21</sup> Ibid.

de la mente que se mezcla con el vital. La mente vital, a diferencia de la mente pensante, no está gobernada por la razón, sino que está dominada por los impulsos y deseos del vital, y quiere justificar y racionalizar acciones que se basan en impulsos y deseos del vital. Otra subdivisión acontece en la mente física, que es la parte de la mente que se mezcla con el físico y comparte características de la consciencia física como la inercia, la obscuridad, y la repetición mecánica que se manifiesta en la mente física como sopor y conservacionismo, duda y pensamientos obsesivos. La parte de la mente más cercana al físico viene llamada mente mecánica; su característica es la de una máquina que da vueltas, una y otra vez, a los pensamientos que tienen lugar en ella. Otra subdivisión que es importante para el autoconocimiento es el físico-vital: la parte del vital que está completamente dirigida a las cosas físicas, y está llena de deseos y búsqueda de placer en el plano físico. Conectada íntimamente con ella se encuentra el vital-físico: la parte de la fuerza vital que constituye el ser nervioso; es el vehículo de las respuestas nerviosas y está relacionado con las reacciones, deseos y sensaciones del cuerpo.

## **El ser interior (el subliminal)**

Detrás de la superficie, o consciencia frontal de nuestro ser exterior, hay una consciencia subliminal o interior en los tres niveles – físico, vital, mental. Por consiguiente, existe una mente interior, un vital interior y un físico interior. La mente interior está en contacto con la mente universal, el vital interior con las fuerzas de vida universales y el físico interior con las fuerzas físicas universales que están a nuestro alrededor. Así, mientras que el ser exterior conoce las cosas solo indirectamente, a partir de las conexiones externas tal como las perciben los sentidos y la mente exterior, el ser interior es directamente consciente de las fuerzas universales que actúan a través de nosotros.

### *Consciencia ambiental (el Circunconsciente)*

El ser interior o subliminal recibe los contactos del mundo que le rodea a través de la consciencia ambiental o circunconsciente, una formación de la consciencia subliminal que se proyecta más allá del cuerpo.

“Es a través de ésta [consciencia ambiental] que los pensamientos, sentimientos, etc., de otros pasan y entran en uno mismo, es también a través de ésta que las ondas de fuerza universal como – deseo, sexo, etc. entran y toman posesión de la mente, el vital o el cuerpo.”<sup>22</sup>

“Cada persona tiene su propia consciencia personal arraigada en su cuerpo y se conecta con su alrededor sólo a través de su cuerpo y sus sentidos, y de la mente usando los sentidos.

“Sin embargo las fuerzas universales entran continuamente en ella sin que uno se dé cuenta. La persona sólo se da cuenta de pensamientos, sentimientos, etc., que ascienden a la superficie y los toma como si fueran propios. En realidad, estos proceden de fuera en forma de ondas mentales, ondas vitales, ondas de sentimiento y de sensación, etc., que

---

<sup>22</sup> *Cartas sobre el Yoga – Cuarta parte.*

toman un aspecto particular en la persona y, después de haber entrado en ella, suben a la superficie.

“Pero no entran dentro del cuerpo a la vez. Éste tiene a su alrededor una consciencia ambiental (que los teósofos llaman aura) en la que entran primero. Si uno puede volverse consciente de su ser ambiental, entonces puede atrapar el pensamiento, pasión, sugestión o vibración de enfermedad e impedirle entrar en él.”<sup>23</sup>

## **El ser más profundo– el ser psíquico**

Sri Aurobindo usa el término “ser psíquico” (del griego ψυχή *psykhé*, que quiere decir alma) para el ser más íntimo, que sostiene los seres exterior e interior. El ser psíquico en su esencia, llamado también psique o entidad psíquica, es la chispa o porción del Divino presente en todas las cosas y criaturas. En el curso de la evolución la psique crece volviéndose una personalidad psíquica individual en el ser humano, y es entonces cuando se le llama el ser psíquico.

Mientras que el Ser universal, el *Atman*, es nonato, y está por encima del proceso evolutivo y no está afectado por él, el ser psíquico es el alma en evolución que, si bien es inmortal, pasa a través de ciclos físicos de nacimiento y muerte, creciendo de vida en vida.

“En un principio, el psíquico solo puede ejercer una acción velada, parcial e indirecta a través de la mente, la vida y el cuerpo, puesto que éstas son las partes de la Naturaleza que hay que desarrollar como sus instrumentos de autoexpresión, y se encuentra muy limitado por su evolución. Encargado de guiar al hombre en la Ignorancia hacia la luz de la Consciencia Divina, toma la esencia de cualquier experiencia en la Ignorancia para formar un núcleo de alma en crecimiento en la naturaleza; el resto lo transmuta en material para el futuro desarrollo de los instrumentos que tiene que usar hasta que estos estén listos para ser una instrumentación luminosa del Divino.... Es la personalidad psíquica en nosotros que se manifiesta como el santo, el sabio, el visionario; cuando llega a su máxima potencia dirige el ser hacia el Conocimiento del Ser y el Divino, hacia la Verdad suprema, el Bien supremo, la Belleza suprema, el Amor y la Beatitud, las alturas y vastedades divinas, y nos abre al contacto con la empatía, la universalidad, y la unicidad espirituales.”<sup>24</sup>

## **El subconsciente y el Inconsciente**

El subconsciente es lo que está por *debajo* de la mente y la vida consciente, al igual que el subliminal es lo que está *detrás* de la consciencia externa. Mientras que el subliminal es una consciencia más interior y vasta si se compara con la consciencia de superficie, el subconsciente es una consciencia inferior subterránea y disminuida.

“El subconsciente abarca los elementos puramente físicos y vitales de nuestra constitución como seres corpóreos, la mente no los procesa, no los observa, ni controla lo que hacen. Podríamos decir que incluye la torpe consciencia oculta, dinámica, pero no percibida por

---

<sup>23</sup> *Cartas sobre el Yoga* – Primera parte.

<sup>24</sup> *La Vida Divina* – Libro primero y libro segundo, primera parte.

nosotros, que actúa en las células y los nervios y todo el material corpóreo, y que regula sus procesos de vida y respuestas automáticas. Abarca también aquellas funciones inferiores de la mente oculta de los sentidos que son más activas en la vida de los animales y de las plantas; en nuestra evolución hemos sobrepasado la necesidad de cualquier acción amplia y organizada de este elemento, pero permanece sumergido y oscuramente activo bajo nuestra naturaleza consciente. Esta oscura actividad continua en un substrato mental oculto y escondido, en el que se hundan impresiones del pasado y todo lo que la mente de superficie rechaza y allí permanecen inactivas, pudiendo resurgir en el sueño o en cualquier momento de distracción, tomando la forma de sueños, de acciones mentales mecánicas o sugerencias, de reacciones vitales automáticas o impulsos, tomando la forma de perturbaciones físicas o nerviosas anormales, formas de morbosidad, enfermedad, desequilibrio. Normalmente cogemos del subconsciente para llevarlo a la superficie, solo lo que nuestra mente de los sentidos e inteligencia conscientes necesitan para conseguir sus objetivos; no somos conscientes de lo que hemos llevado a la superficie, ni de su naturaleza, origen, y funcionamiento, y no lo evaluamos por sus propios valores, sino a través de una traducción de los valores de nuestra inteligencia y sentido humano conscientes. Pero las ondas del subconsciente y sus efectos en la mente y el cuerpo, son esencialmente automáticos, involuntarios e inesperados; porque al no conocer el subconsciente no podemos controlarlo.”<sup>25</sup>

Por debajo del subconsciente se encuentra el Inconsciente, el más inferior de los planos de consciencia. En realidad, éste no está privado de consciencia como su nombre podría indicar, sino que es un nivel de consciencia que representa una total involución de la consciencia, la “reproducción inversa de la suprema superconsciencia”.<sup>26</sup> La evolución comienza a partir del Inconsciente, y la Materia es su primera manifestación evolutiva.

## **El superconsciente**

El superconsciente está formado por los niveles más altos de consciencia que están por encima de la mente ordinaria, a partir de los cuales la consciencia más alta desciende dentro de las partes inferiores del ser. “La función de la superconsciencia ha sido hacer evolucionar poco a poco al hombre espiritual fuera de la mente medio animal.”<sup>27</sup> La superconsciencia incluye los planos más altos de la mente – Mente Superior, Mente Iluminada, Intuición y Sobremente – y también lo que está más allá de la mente, es decir, la Supermente y la Suprema Realidad llamada Sachchidananda (Existencia-Consciencia-Beatitud). A continuación, describimos brevemente estas gradaciones superconscientes de la consciencia en las palabras de Sri Aurobindo.

### **Mente Superior**

“Con el nombre de Mente Superior me refiero al primer plano de consciencia espiritual en el que uno se vuelve constante e íntimamente consciente del Ser, el Uno en todas partes, y normalmente sabe y ve las cosas a partir de esta consciencia; pero ésta se halla aún en un

---

<sup>25</sup> *La Vida Divina* – Libro segundo, segunda parte.

<sup>26</sup> *La Vida Divina* – Libros primero y segundo, primera parte.

<sup>27</sup> *Cartas sobre el Yoga* – Primera parte.

nivel muy mental, si bien es altamente espiritual en su substancia esencial; y su instrumentación se lleva a cabo a través de un elevado poder-de-pensamiento y visión mental exhaustiva – no iluminada por ninguna de las intensas luces superiores sino como en una gran, fuerte y clara luz del día. Actúa como un estado intermedio entre la Verdad-Luz existente por encima de la mente humana; comunicando el conocimiento superior de manera que la Mente, intensificada, ampliada, espiritualmente flexible, pueda recibir sin ser cegada o deslumbrada por la Verdad detrás de ella.”<sup>28</sup>

### Mente Iluminada

“... una Mente no ya de elevado Pensamiento, sino de luz espiritual. Aquí la claridad de la inteligencia espiritual, su serena luz del día cede el lugar o se subordina a una brillantez intensa, un esplendor e iluminación del Espíritu: un juego de destellos de poder y verdad irrumpe en la consciencia desde lo alto y añade a la iluminación serena y amplia, y al gran descenso de paz, que caracteriza o acompaña la acción del principio conceptual-espiritual más amplio, un ferviente ardor de realización y un intenso éxtasis de sabiduría.”<sup>29</sup>

### Intuición

“La Intuición es un poder de la consciencia que está mucho más cerca, y en contacto mucho más íntimo, con la inicial sabiduría por identidad; porque es siempre algo que emerge directamente a partir de una identificación velada. Cuando la consciencia del sujeto se encuentra con la consciencia del objeto, la penetra y la ve, la siente o vibra con la verdad de aquello que contacta, entonces es cuando la intuición irrumpe como una chispa o un relámpago procedente del impacto del encuentro; o cuando la consciencia, incluso sin un encuentro de este tipo, se mira a sí misma y siente directamente e íntimamente la verdad o las verdades que allí se encuentran, o contacta, de este modo, con las fuerzas escondidas detrás de las apariencias, también entonces tiene lugar la erupción de una luz intuitiva; asimismo cuando la consciencia se encuentra con la Realidad Suprema o la realidad espiritual de las cosas y seres y se une a ellas a través del contacto, entonces la chispa, el destello o la hoguera de la íntima percepción de la verdad se enciende en sus profundidades.”<sup>30</sup>

### Sobremente

“...la Sobremente reconoce al Uno como el soporte, esencia y poder fundamental de todas las cosas, pero en su característico movimiento dinámico pone énfasis en su capacidad divisional de multiplicidad, e intenta dar a cada capacidad o Aspecto su máxima posibilidad de manifestación, confiando en la Unidad subyacente para impedir desarmonía y conflicto. En cierto sentido, cada Deidad crea su propio mundo, pero sin conflicto con los demás; cada Aspecto, cada Idea, cada Fuerza en las cosas, puede ser percibida en su total energía o esplendor independiente y ejercita sus valores sin que esto cree una desarmonía, porque la

---

<sup>28</sup> *The Future Poetry*

<sup>29</sup> *La Vida Divina* – Segundo libro segunda parte.

<sup>30</sup> *Ibid.*

Sobrememente tiene el sentido del Infinito, y en el verdadero Infinito (no espacial) son posibles muchas infinidades concordantes.”<sup>31</sup>

“En su naturaleza y ley la Sobrememente es un delegado de la Consciencia Supermental, su delegado en la Ignorancia. O podríamos hablar de esa como un doble protector, una pantalla de similitud diferente, a través de la cual la Supermente puede actuar indirectamente en una Ignorancia cuya oscuridad no podría soportar o recibir el impacto directo de una Luz suprema. Incluso, gracias a la proyección de esta corona luminosa de la Sobrememente, fue posible la difusión de una luz disminuida en la Ignorancia, y arrojar la Inconsciencia, esa sombra antagónica que absorbe en sí toda luz. Porque la Supermente transmite a la Sobrememente todas sus realidades, pero le permite formularlas con un movimiento y en concordancia con una consciencia de las cosas que aún es una visión de la Verdad, y sin embargo al mismo tiempo es un primer progenitor de la Ignorancia.”<sup>32</sup>

### Supermente<sup>33</sup>

“La Supermente es, en su verdadera esencia, una consciencia-de-verdad, una consciencia siempre libre de Ignorancia, base de nuestra existencia presente natural o evolutiva, y a partir de la cual la naturaleza en nosotros intenta llegar al autoconocimiento y conocimiento del mundo y a una consciencia justa y al uso apropiado de nuestra existencia en el universo. La Supermente, dado que es una consciencia-de-verdad tiene inherente en ella esta sabiduría y este poder de existencia verdadera; su curso es recto y puede ir directo a su meta, su campo es amplio y puede incluso convertirse en ilimitable. Esto es debido a que su misma naturaleza es la sabiduría: no debe adquirirla, sino que la posee por derecho propio; sus pasos no proceden de la nesciencia o ignorancia hacia una luz imperfecta, sino de la verdad hacia una verdad mayor, desde una percepción justa a una percepción más profunda, de intuición a intuición, de iluminación a una luminosidad total y sin límites, de un crecimiento amplio a una total inmensidad y a la misma infinitud. En su cumbre, ésta posee la omnisciencia y omnipotencia divinas, pero incluso dentro de un movimiento evolutivo de su gradual auto manifestación, a través de la cuál finalmente podría revelar sus alturas más altas, es en su propia naturaleza libre de ignorancia y error: tiene su origen en la verdad y la luz y se mueve siempre dentro de la verdad y la luz.”<sup>34</sup>

### *Sachchidananda* (Existencia- Consciencia-Beatitud)

“Ésta [*Sachchidananda*] es una Existencia eterna, que en realidad ya somos, una Consciencia eterna que ve sus propios mecanismos en nosotros y en los demás, una eterna Voluntad o Fuerza de esta Consciencia que se manifiesta en infinitas obras, un eterno Deleite que goza de sí mismo y de todas sus obras, en sí mismo estable, inmutable, sin

---

<sup>31</sup> *Cartas sobre el Yoga – Primera parte.*

<sup>32</sup> *La Vida Divina – Libros primero y primera parte del segundo.*

<sup>33</sup> El término Supermente puede transmitir la noción de una mente super eminente que está lejanamente por encima de la mente ordinaria. Sin embargo, Sri Aurobindo entiende con él un plano superconsciente del ser, que no está sólo por encima de la mente, pero también *detrás* de la mente y es *radicalmente diferente* de ésta. Está detrás y es diferente, no sólo en relación a la mente ordinaria, sino también si se compara con los planos superconscientes de la mente, es decir con la Mente Superior, Mente Iluminada, Intuición y Sobrememente. Ya que todos estos planos superconscientes de la mente son mezclas de luz y oscuridad, Sabiduría-Ignorancia, la Supermente es la Consciencia-de-Verdad totalmente carente de Ignorancia.

<sup>34</sup> *La Manifestación Supramental sobre la Tierra*



tiempo, sin espacio, supremo, e inmóvil en la infinidad de sus obras, sus variaciones no le cambian, su multiplicidad no le fracturan, las mareas y corrientes que sus obras producen en los mares del Tiempo y el Espacio no le aumentan o le disminuyen, no le confunden las aparentes contradicciones o se ve restringido por sus limitaciones divinamente establecidas. Sachchidananda es la unidad de la multilateralidad de las cosas manifestadas, la armonía eterna de todas sus variaciones y contrarios, la infinita perfección que justifica sus limitaciones, y es la meta de sus imperfecciones.”<sup>35</sup>

En India, el tradicional Camino del Conocimiento (*Jnana Yoga*) tiene como objetivo eliminar sucesivamente el cuerpo, la vida y la mente, y sumergirse directamente en la supracósmica Realidad de *Sachchidananda*. Sin embargo, para obtener un autoconocimiento integral, Sri Aurobindo dice que es necesario ascender a través de cada uno de los planos superconscientes, incluida la Supermente, para entrar en *Sachchidananda*.

“Eliminando todas estas cosas, (cuerpo, vida, mente) el método de la vía tradicional del conocimiento, desemboca en el concepto y realización de una pura existencia consciente, auto-consciente, auto-dichosa, no condicionada por la mente y la vida y el cuerpo, y a su definitiva experiencia que afirma que el *Atman*, el Ser, es la naturaleza original y esencial de nuestra existencia. Por fin, aquí, hay algo fundamentalmente verdadero, pero en su prisa para llegar a ello, este conocimiento asume que no existe nada entre la mente pensante y lo más Alto, *buddheh paratastu sah*<sup>36</sup> y cerrando los ojos en *Samadhi*<sup>37</sup>, intenta precipitarse a través de todo lo que hay en medio sin ni siquiera ver estos grandes y luminosos reinos del Espíritu. Quizás llegue a su objetivo, pero sólo para caer dormido en el Infinito. O, si permanece despierto, es la máxima experiencia del Supremo en la que la Mente que, se anula a sí misma, puede entrar, pero no en el supremo del Supremo, *parâtpara*. La Mente sólo puede ser consciente del Ser en una sutileza espiritual mentalizada, y del reflejo de *Sachchidananda* en la mente. La verdad más alta, el autoconocimiento integral, no puede conseguirse a través de este auto-ciego salto en el Absoluto, sino a través de un tránsito paciente más allá de la mente para entrar en la Consciencia-de-Verdad, en la que el Infinito puede ser conocido, sentido, visto, experimentado, en la totalidad de sus riquezas interminables.”<sup>38</sup>

## El ser psíquico y la transformación

En la experiencia espiritual sólo existe un Ser, una sola Existencia que abraza todos los seres y todo lo que hay en el universo, y que en la realización espiritual se experimenta como el Único Ser de todas las cosas y criaturas. Pero en nuestra experiencia ordinaria, percibimos el mundo como habitado por una pluralidad de seres y cosas existentes, fuera de lo que sentimos ser lo que es nuestro ser. Esto sucede porque nuestro verdadero ser, descrito anteriormente como el *Purusha*, que es uno con el Ser de todas las cosas y seres, se ha identificado, a través de la ignorancia, con *Prakriti*, su naturaleza instrumental exterior hecha de cuerpo, vida y mente. Esta identificación del *Purusha* con *Prakriti*, ha tenido como

---

<sup>35</sup> *La Síntesis del Yoga* – Primera y segunda parte.

<sup>36</sup> Aquello que es supremo por encima de *Buddhi* es Él.

<sup>37</sup> Estado de consciencia de intensa concentración que se consigue a través de la meditación.

<sup>38</sup> *Ibid.*

resultado la formación de un ego en nosotros (físico, vital y mental) que nos da la sensación de ser un ser separado del resto del universo. Por consiguiente, el ego es lo que produce la distinción, arraigada en nuestra consciencia ordinaria, entre lo que sentimos ser nosotros mismos y el resto del universo, que percibimos como no perteneciente al ser. También, es el ego (físico, vital y mental) que, debido a su complejidad y heterogeneidad, conduce a la formación de seres o personalidades múltiples, causando división, conflicto, desarmonía y desorganización en el ser exterior. La armonización y unificación del ser exterior, sólo puede ser llevada a cabo descubriendo nuestro ser más profundo (*Chaitya Purusha* o ser psíquico) y organizando el ser exterior alrededor de él como su centro y principio gobernante.

La meta de la búsqueda espiritual en el pasado ha sido, generalmente, obtener la liberación de la esclavitud al sufrimiento causado por la sensación ilusoria de un ser separado, el ego, y de este modo escaparse del ciclo perpetuo de nacimiento y muerte. Según Sri Aurobindo la meta final de la evolución espiritual, más allá de la liberación, consiste en la transformación de los instrumentos del espíritu (mente, vida y cuerpo) para establecer el reino del espíritu sobre la tierra. Es sólo cuando se unifica el ser exterior, y éste está gobernado por el ser psíquico, que la transformación de la mente, la vida y el cuerpo se vuelve posible. Como dice Sri Aurobindo:

“El ser psíquico... sostiene la mente, el vital, el cuerpo, crece a través de las experiencias de estos y conduce la naturaleza de vida en vida.... Primero éste está velado por la mente, el vital y el cuerpo, pero a medida que crece se vuelve capaz de ponerse al frente y dominar la mente, la vida y el cuerpo; en el hombre común (el ser psíquico) depende de estos para expresarse y no puede asumírselos y usarlos libremente. La vida del ser es animal o humana y no divina. Cuando el ser psíquico puede, a través de la *sadhana*, volverse dominante y usar libremente sus instrumentos, entonces el impulso hacia el Divino se vuelve total y la transformación de la mente, el vital y el cuerpo, no solamente su liberación, se vuelve posible.”<sup>39</sup>

Final de la introducción de A.S. Dalal

## Nuestro ser múltiple

Un autoconocimiento psíquico<sup>40</sup> nos dice que en nuestro ser conviven muchos entes formales, frontales, aparentes o representaciones del yo, y sólo hay uno que es totalmente secreto y real; quedarse en el aparente y confundirlo con el real es el error general, raíz de todos los demás errores y causa de todos nuestros tropiezos y sufrimientos, a los cuales el hombre está expuesto debido a la naturaleza de su mentalidad.

Sri Aurobindo

---

<sup>39</sup> *Cartas sobre el Yoga* – Primera parte.

<sup>40</sup> “Psíquico” aquí quiere decir “interior” o “profundo”.



El ser humano corriente sólo es consciente de su ser físico, y sólo en momentos relativamente poco frecuentes es consciente de su mente, un poco más a menudo lo es también de su vital, pero todo esto está mezclado en su consciencia, de tal manera que sería incapaz de decir: “este movimiento procede de la mente, éste del vital, éste del físico.” Esto requiere ya un considerable desarrollo, para ser capaz de distinguir dentro de uno mismo el origen de los distintos movimientos que uno tiene. Y está tan mezclado que incluso cuando se intenta, al comienzo es muy difícil hacer una clasificación y separar una cosa de otra.

Es como cuando se trabaja con colores y se toman tres o cuatro o cinco colores distintos, se ponen en la misma agua y se mezclan todos juntos, esto da como resultado un gris indistinto e incomprensible, ¿veis? no se puede saber cual es rojo, cual es azul, cual es verde, cual es amarillo; es algo sucio, muchos colores mezclados. Entonces lo primero que hay que hacer es este pequeño trabajo preliminar de separar el rojo, azul, amarillo, verde, poniendo cada uno de ellos en su lugar. Esto no es fácil en absoluto.

He conocido personas que se creían extremadamente inteligentes, que pensaban saber mucho y, precisamente, cuando les hablé de las diferentes partes del ser, me miraron con una cara (*gesto*) y me preguntaron: “¿Pero de qué está hablando?” No comprendían en absoluto. Estoy hablando de personas que tienen la reputación de ser inteligentes. No son capaces de comprender en absoluto. Para ellos es simplemente la consciencia; es la consciencia: “es mi consciencia”, y luego hay la consciencia del vecino; y además hay cosas que no tienen ninguna consciencia. Y luego les pregunté si los animales tenían consciencia; entonces empezaron a rascarse la cabeza y a decir: “quizás somos nosotros que ponemos nuestra consciencia en el animal cuando le miramos.” ¡Así!

La Madre



“Forma parte de la base del *Yoga* volverse consciente de la gran complejidad de nuestra naturaleza, ver las diferentes fuerzas que la mueven y obtener un control sobre ella para guiarla a través del conocimiento.”

Sri Aurobindo

*¿Estas fuerzas son diferentes para cada persona?*

Sí. La composición es completamente diferente, de otro modo todos los seres serían iguales. No hay dos seres cuya combinación sea idéntica; la proporción entre las distintas partes del ser y la composición de estas partes, es diferente para cada individuo. Hay personas, seres primitivos, personas como en las razas que aún no se han desarrollado o que han degenerado, cuyas combinaciones son bastante simples; y aun son complicados, pero comparativamente simples. Y hay personas que están en la

cumbre de la escalera humana, la élite humana, cuyas combinaciones son tan complicadas, que hace falta un discernimiento muy especial para encontrar cuales son las relaciones entre todas estas cosas.

Existen seres que llevan en ellos millares de personalidades diferentes, y entonces cada una tiene su ritmo, su alternancia y hay una especie de combinación; algunas veces se crean conflictos interiores y hay un juego de actividades rítmicas y con alternancias de determinadas partes, que vienen hacia el frente y luego se van hacia atrás, y más tarde vuelven a venir hacia delante. Pero cuando se toma todo esto, se crean combinaciones tan complicadas que hay personas que tienen realmente dificultad para comprender lo que les sucede, y sin embargo, estos son precisamente los más capaces de una acción completa coordinada, consciente, organizada; pero su organización es infinitamente mucho más complicada que la de las personas primitivas o subdesarrolladas que tienen dos o tres impulsos, cuatro o cinco ideas y que pueden, muy fácilmente, arreglar todo esto y dan la impresión de ser muy coordinadas y lógicas, porque no hay gran cosa que organizar. Pero hay gente que son realmente como una multitud; y esto les da una plasticidad, una fluidez de acción y una complejidad de percepción extraordinaria; y en consecuencia son capaces de comprender un número considerable de cosas, como si tuvieran a su disposición una verdadera armada, que mueven según las circunstancias y las necesidades; y todo esto está dentro de ellos. Y entonces, cuando esta gente, ayudados por el *Yoga*, la disciplina del *Yoga*, consiguen concentrar todos estos seres alrededor de la luz central de la Presencia divina, se vuelven entidades formidables, precisamente a causa de su complejidad. Mientras esto no está organizado, a menudo dan la impresión de una incoherencia, son casi incomprensibles, no se puede llegar a comprender por qué son así, de tan complejos que son. Pero cuando se han organizado todos estos seres, es decir, cuando han puesto a cada uno en su lugar alrededor del centro divino, entonces son verdaderamente formidables, porque tienen la capacidad de comprender casi todo y de hacer casi todo, debido a la multitud de entidades que contienen, que les constituyen. Y más cerca se está de la cumbre de la escalera, más es así, por consiguiente, más difícil es organizar su ser; porque cuando se tienen más o menos una decena de elementos se les da la vuelta y se organizan muy rápido, pero cuando se tienen millares, es difícil.

La Madre



Los seres humanos no se conocen a sí mismos y no han aprendido a distinguir las distintas partes de su ser; porque ellos normalmente las han aglutinado bajo el nombre de la mente, puesto que es a través de la percepción y comprensión mentalizada, que las conocen o sienten; por lo tanto, los seres humanos no comprenden sus propios estados y acciones, o, como mucho, los comprenden sólo en la superficie. Volverse consciente de la gran complejidad de nuestra naturaleza es parte de la base del *Yoga*, ver las diferentes fuerzas que la mueven y obtener un control sobre ella, para dirigirla a través del conocimiento. Estamos compuestos por muchas partes, cada una de las cuales contribuye con algo al movimiento total de nuestra consciencia, nuestro pensamiento, nuestra voluntad, sensación, sentimiento, acción, pero no vemos en dónde se originan estos impulsos, o qué curso siguen; somos conscientes solamente de sus resultados confusos y caóticos que tienen en la superficie y sobre los que podemos imponer, en el mejor de los casos, sólo un orden cambiante y precario.

Sri Aurobindo



...El ser humano no está hecho de una sola pieza, sino de muchas piezas y cada una de sus partes tiene una personalidad propia. Esto es algo que la gente aún no ha reconocido suficientemente, los psicólogos han empezado a vislumbrarlo, pero lo admiten sólo cuando se encuentran con un caso muy marcado de doble o múltiple personalidad. Pero en realidad todos los seres humanos somos así.

Sri Aurobindo

La mente ordinaria se conoce a sí misma solamente como un ego con todos los movimientos de la naturaleza mezclados e, identificándose con estos movimientos, piensa “estoy haciendo esto, sintiendo lo otro, pensando, alegre o triste, etc.” El comienzo inicial del autoconocimiento real tiene lugar cuando uno se siente separado de la naturaleza y sus movimientos en uno mismo, y luego uno se da cuenta de que hay muchas partes en el ser, muchas personalidades, cada una actuando por su cuenta y a su manera.

Sri Aurobindo



... vuestro ser está lleno de innumerables tendencias que luchan las unas con las otras; podríamos decir que son casi personalidades diferentes. Cuando una de ellas se entrega al Divino, las otras aparecen y rechazan su adhesión: “Nosotros no nos hemos entregado”, protestan y empiezan a gritar, a reclamar su independencia y su expresión propia. Entonces les mandáis estar tranquilas y les mostráis la verdad. Tenéis que ir alrededor de vuestro ser pacientemente explorando cada recoveco, cada rincón, confrontando todos estos elementos anárquicos, que esperan dentro de vosotros el momento psicológico favorable para salir a la superficie. Solamente cuando hayáis dado toda la vuelta a vuestra naturaleza mental, vital y física, cuando hayáis persuadido a todos de entregarse al Divino y que hayáis conseguido una consagración unificada absoluta, habréis puesto fin a vuestras dificultades. Entonces, realmente vuestro camino hacia la transformación se vuelve glorioso; ya que no avanzáis más desde la oscuridad hacia el conocimiento, sino de conocimiento a conocimiento, de luz a luz, de felicidad a felicidad...

La Madre



Una “entidad” es una personalidad o una individualidad. Hay muchas de estas “personalidades” en cada uno de nosotros. Si estas personalidades se ponen de acuerdo y se complementan entre ellas, crean un ser humano, una “persona” rica y compleja. Pero esto normalmente no sucede así. Estas personalidades no se ponen de acuerdo entre ellas. Por ejemplo, una de ellas quiere progresar, perfeccionarse mayormente, conocer las cosas más profundamente, realizar más y más, avanzar hacia la perfección del

ser, mientras que otra, quizás simplemente quiere divertirse y gozar tanto cuanto pueda; un día hará así, el próximo día algo distinto, etc. Si las personalidades no se ponen de acuerdo, la vida de esta persona será incoherente, y esto no es inusual: en realidad estos casos son muy comunes...

¿Qué sucede luego? Conflictos, fricción, desorden interior creado por estas individualidades que son incapaces de llevarse bien una con otra. La más fuerte toma el mando; no solamente es dominante sobre las otras, sino que las reprime para impedir que se rebelen. Entonces, al final, las desafortunadas, las reprimidas, se ponen a dormir. Esperan el momento oportuno, y cuando llega, reaccionan de golpe y ponen todo cabeza abajo. Si esto sucede muy a menudo, la vida de esta persona será muy desordenada. Empezará a hacer una cosa hoy y otra mañana y así sucesivamente.

La Madre



*¿Dices que hay que establecer una "homogeneidad en el ser"?*

¿No sabes qué es una cosa homogénea, hecha de partes similares? Quiere decir que todo el ser tiene que estar bajo la misma influencia, la misma consciencia, la misma tendencia, la misma voluntad. Estamos formados de toda clase de piezas distintas. Se activan una después de otra. Según la parte que está activa, uno es una persona completamente diferente, uno se vuelve casi otra personalidad. Por ejemplo, al principio teníamos una aspiración, nos daba la impresión que todo existía solamente para el Divino, luego sucede algo, viene alguien, hacemos algo, y todo desaparece. Intentamos acordarnos de nuestra experiencia, no queda ni el recuerdo de la experiencia. Estamos completamente bajo otra influencia, uno se pregunta cómo pudo suceder esto. Hay ejemplos de doble, triple, cuádruple personalidades, absolutamente inconscientes de sí mismas... pero no es de esto de lo que hablo; hablo de algo que nos ha sucedido a todos: hemos tenido una experiencia, y durante algún tiempo hemos sentido, comprendido, que esta experiencia era la única cosa importante, que tuviera un valor absoluto, y media hora después, intentáis acordaros, y es como humo que se escapa. La experiencia ha desaparecido. Y sin embargo, media hora antes estaba allí y era tan fuerte... Es porque estamos hechos de todo tipo de cosas distintas. El cuerpo es como un saco de piedras y de perlas todas mezcladas, y es simplemente el saco el que reúne todo esto. No es una consciencia homogénea, uniforme, sino heterogénea.

La Madre



La práctica del *Yoga* nos pone cara a cara con la extraordinaria complejidad de nuestro ser, la estimulante y al mismo tiempo embarazosa multiplicidad de nuestra personalidad, la rica e interminable confusión de la Naturaleza. Para el ser humano común que vive en su consciencia superficial, ignorante de las profundidades y vastedades del ser que existen detrás del velo, su existencia psicológica es bastante simple. Un pequeño pero ruidoso conjunto de deseos, algunas ansias intelectuales y estéticas imperativas, algunas preferencias, unas pocas ideas gobernantes o prominentes, en medio de una gran

corriente de desconectados, o mal conectados, pensamientos mayormente triviales, un número de necesidades vitales más o menos imperativas, alternancias de salud y enfermedad en el físico, una sucesión inconsecuente de gozos y dolores confusos, frecuentes perturbaciones y vicisitudes fútiles, y contadas intensas búsquedas y conmociones de la mente o del cuerpo, y a través de todo esto la Naturaleza, en parte con la ayuda de su pensamiento y voluntad, en parte sin ellas o a pesar de ellas, lo organiza todo de manera burda y práctica, en un tolerable desorden ordenado, este es el material de su existencia. El ser humano común es, incluso ahora, tan tosco y subdesarrollado en su existencia interior, como lo era el hombre primitivo del pasado, en su vida exterior. Pero desde el momento en que nos sumergimos profundamente en nosotros mismos (*Yoga* quiere decir una inmersión en todas las múltiples profundidades del alma) nos encontramos subjetivamente, de la misma manera en que el ser humano en su crecimiento se ha encontrado objetivamente, rodeados por todo un mundo complejo que debemos conocer y conquistar.

El descubrimiento más desconcertante es hallar que cada parte de nosotros, intelecto, voluntad, mente-de-los-sentidos, ser nervioso o de deseo, el corazón, el cuerpo, cada una tiene, por así decirlo, su propia compleja individualidad y formación natural, independiente del resto; ésta ni se pone de acuerdo consigo misma ni con las otras, ni tampoco con el ego representativo, que es, en nuestra ignorancia superficial, la sombra proyectada por algún ser central y centralizador. Nos damos cuenta de estar compuestos no sólo por una, sino por muchas personalidades, y cada una de ellas tiene sus propias exigencias y su naturaleza divergente. Nuestro ser es un caos burdamente constituido en el que tenemos que introducir el principio de un orden divino.

Sri Aurobindo



... ¿por qué entonces normalmente no nos damos cuenta de todo lo que hay detrás nuestro y que nos influencia siempre? Por la misma razón que no somos conscientes de la vida interior de nuestro vecino, si bien existe tanto como la nuestra y ejerce constantemente una influencia oculta sobre nosotros, ya que una gran parte de nuestros pensamientos y sentimientos, llega a nosotros desde fuera, de nuestros semejantes, tanto de individuos, como de la mente colectiva de la humanidad; y por la misma razón que tampoco somos conscientes de la mayor parte de nuestro propio ser, que para nuestra mente de vigilia es subconsciente o subliminal y nos está influenciando constantemente, y determinando de manera oculta nuestra existencia de superficie. Esto sucede porque, normalmente, sólo usamos nuestros sentidos corpóreos, y vivimos casi totalmente en el cuerpo y en la vitalidad física y en la mente física, y el mundo-de-vida no entra directamente en relación con nosotros a través de éstos. Esto se produce a través de otras capas de nuestro ser (así se les llama en los *Upanishads*), hay otros cuerpos, como se les llama en una terminología más reciente: la capa mental o cuerpo sutil en la que nuestro verdadero ser mental vive, y la capa vital o cuerpo vital que está más estrechamente conectada con el físico, o capa-de-nutrición, y crea con él el cuerpo material de nuestra compleja existencia. Estas capas poseen facultades, sentidos, capacidades que están actuando siempre en nosotros de forma secreta, están conectadas con nuestros órganos físicos y les afectan, así como también afectan los plexos de nuestra vida y mentalidad físicas. A través del autodesarrollo podemos volvernos conscientes de éstas, ser



dueños de nuestra vida en ellas, obtener a través de ellas una relación consciente con el mundo-de-vida y otros mundos, y usarlas también para una experiencia más sutil y un conocimiento más íntimo de las verdades, hechos y sucesos incluso del mismo mundo material. A través de este autodesarrollo podemos vivir más o menos plenamente, en otros planos de nuestra existencia y no solamente en el plano material que ahora lo es todo para nosotros.

Sri Aurobindo



## II

### Planos y partes del ser

... primero hay que comprender qué se entiende por planos de consciencia, planos de existencia. Entendemos una condición general establecida, o un mundo de relaciones entre *Purusha* y *Prakriti*, entre el Alma y la Naturaleza. Puesto que cualquier cosa que podemos llamar mundo es, y no puede ser distinta de la elaboración de una relación general que una existencia universal ha creado, o establecido, entre sí misma, o podríamos decir su eterna realidad o potencialidad, y los poderes de su devenir. Esta existencia en sus relaciones con el devenir y su experiencia del mismo, es lo que llamamos alma o *Purusha*, alma individual en el individuo, alma universal en el cosmos; el principio y los poderes del devenir es lo que llamamos Naturaleza o *Prakriti*.

Sri Aurobindo



El *Purusha* universal habita, en cierto modo, en todos estos planos simultáneamente, y construye sobre cada uno de estos principios, un mundo, o series de mundos, con los seres que forman parte de la naturaleza de este principio. El ser humano, el microcosmos, tiene todos estos planos en su propio ser, y van desde su existencia subconsciente a su existencia superconsciente. Desarrollando la capacidad del *Yoga*, éste puede volverse consciente de todos estos mundos secretos ocultos a su físico, a su mente materializada, y a sus sentidos que se percatan sólo del mundo material, y entonces se da cuenta de que su existencia material no es algo separado y auto-existente, así como el universo material en el que vive tampoco es algo separado y auto-existente, sino que está en relación constante con los planos más elevados y condicionado por sus poderes y seres. Éste puede abrirse y aumentar la acción de estos planos más elevados en sí mismo y, de alguna manera, gozar de un cierto tipo de participación en la vida de los otros mundos, que por otra parte, son o pueden ser su morada dependiendo de donde se sitúa su consciencia.

Sri Aurobindo



El mundo físico no es el único mundo que existe; existen otros de los cuales nos volvemos conscientes a través de archivos oníricos, a través de los sentidos sutiles, a través de influencias y contactos, a través de la imaginación, la intuición y la visión. Existen mundos cuya vida sutil es mucho más amplia que la del nuestro, mundos vitales; mundos en los que la Mente construye sus propias formas e imágenes, mundos mentales; mundos psíquicos que son la morada del alma; otros más elevados con los cuales tenemos poco contacto. En cada uno de nosotros existe un plano de consciencia mental, uno psíquico, uno vital, uno físico sutil, así como el físico denso y el plano material. Los mismos planos se repiten en la consciencia de la Naturaleza universal. Cuando entramos o conectamos con estos otros planos, nos encontramos entonces en conexión con los mundos más allá del físico. Mientras dormimos salimos del cuerpo físico, quedando en él sólo un residuo del subconsciente, y entramos en todo tipo de planos y de mundos. En cada uno de estos planos vemos escenas, encontramos seres, compartimos sucesos, nos topamos con formaciones, influencias y sugerencias que pertenecen a estos planos. Incluso cuando estamos despiertos parte de nosotros se mueve en estos planos, pero su actividad acontece detrás del velo; nuestras mentes de vigilia no se dan cuenta de ello.

Sri Aurobindo



A medida que progresamos y despertamos el alma en nosotros y en las cosas, vamos a darnos cuenta que también existe una consciencia en el vegetal, en el metal, en el átomo, en la electricidad, en todo lo que pertenece a la naturaleza física, incluso descubriremos que, en realidad, bajo todos sus aspectos, no es necesariamente una modalidad inferior o más limitada que la de la mente, al contrario, en muchas formas “inanimadas” ésta es más intensa, rápida, aguda, si bien menos evolucionada en la superficie. Pero también ésta, esa consciencia de Naturaleza vital y física que es, comparada con *Chit*<sup>41</sup>, una forma, modalidad y movimiento inferior, y por lo tanto más limitado. Estas modalidades inferiores de consciencia son la substancia-consciente de los planos inferiores de una existencia única indivisible. También existe en nuestro ser subconsciente, una acción que es exactamente la misma que la de la Naturaleza física “inanimada”, a partir de la cual se ha constituido la base de nuestro ser físico, hay otra que es la vida del vegetal, y otra que es la creación animal inferior alrededor de nosotros. Todas éstas están tan dominadas y condicionadas por el pensamiento y razonamiento de nuestro ser consciente, que no tenemos verdadera consciencia de estos planos inferiores; somos incapaces de percibir en sus propios términos lo que estas partes de nosotros están haciendo, y lo reconocemos muy imperfectamente en los términos y valores de la mente pensante y racional. Sin embargo, sabemos muy bien que hay un animal en nosotros, al mismo tiempo que hay aquello que es característicamente humano, algo que es una criatura de instinto e impulso conscientes, que no reflexiona o razona, al mismo tiempo que hay aquello que nos lleva de regreso a la experiencia del pensamiento y de la voluntad, y que nos contacta desde arriba con la luz y la fuerza de un plano superior y de alguna manera la controla, la usa y la modifica. Pero el animal en el ser humano es sólo la cabeza de nuestro ser sub-humano, por debajo de ésta, tenemos mucho que es también sub-animal y meramente vital, mucho que

---

<sup>41</sup> La Consciencia.

actúa por un instinto y un impulso cuya consciencia constituyente se encuentra detrás de la superficie. Por debajo de este ser sub-animal, se halla, a mayor profundidad, el sub-vital. A medida que avanzamos en esta autoconsciencia y experiencia ultra-normal que el *Yoga* nos aporta, y nos volvemos conscientes de que también el cuerpo tiene una consciencia propia; posee hábitos, impulsos, instintos y una voluntad inerte, sin embargo efectiva, que difiere de la del resto de nuestro ser y puede oponerse a ella y condicionar su efectividad. Gran parte de la lucha que tiene lugar en nuestro ser es debida a esta existencia compuesta y a la interacción entre estos planos diversos y heterogéneos. Puesto que el ser humano es el resultado de una evolución y contiene en sí mismo la totalidad de esta evolución, desde la consciencia del ser meramente físico y sub-vital, hasta la criatura mental, de la cual él es la cumbre.

Pero esta evolución es realmente una manifestación, y al igual que tenemos en nosotros estos entes sub-normales y planos sub-humanos, tenemos también por encima de nuestro ser mental planos super-normales y super-humanos.

Sri Aurobindo



## **El físico**

Cada plano de nuestro ser (mental, vital, físico) tiene su propia consciencia separada, aunque interconectada e interactuante; pero en nuestra mente y sentidos exteriores, en nuestra experiencia de vigilia, están todos completamente mezclados....

Hay la consciencia física universal de la Naturaleza y la nuestra propia que es parte de ella, movida por ella y usada por el ser central, como apoyo de su expresión en el mundo físico y para tratar directamente con todos estos objetos, movimientos y fuerzas externas. Este plano de consciencia física recibe de los otros planos sus capacidades e influencias y hace de ellas formaciones en su propia esfera. Por consiguiente tenemos una mente física, así como una mente vital y una mente propiamente dicha; tenemos una parte en nosotros vital-física (el ser nervioso) así como el vital propio; y ambas están ampliamente condicionadas por la tosca parte material del cuerpo, que para nuestra experiencia es casi enteramente subconsciente.

Sri Aurobindo



Cada cosa tiene una parte física, incluso la mente tiene una parte física; hay una mente física, una mente del cuerpo y de lo material. También el ser emocional posee una parte física. Ésta no tiene una ubicación separada del resto del emocional. Esto sólo puede distinguirse cuando la consciencia se vuelve lo suficientemente sutil para ser capaz de hacerlo.

Sri Aurobindo



Por físico denso se entiende el físico terrestre y del cuerpo, tal como la mente externa de los sentidos y los sentidos lo experimentan. Pero esto no es la totalidad de la Materia. También existe un físico sutil, con una consciencia más sutil, que puede, por ejemplo, distanciarse del cuerpo y sin embargo sentir y darse cuenta de cosas de una forma que no es solo mental o vital.

Sri Aurobindo



Los nervios físicos forman parte del cuerpo material, pero se extienden al cuerpo sutil y existe una conexión entre ambos

Sri Aurobindo



Por otra parte, el vital físico, es el vehículo de las reacciones nerviosas de nuestra naturaleza física; es el campo y el instrumento de las pequeñas sensaciones, deseos, reacciones de todo tipo a los impactos del físico externo y la vida material concreta. Esta parte vital física (sostenida por la parte más inferior del vital propiamente dicho) es, por este motivo, el transmisor de la mayor parte de los movimientos inferiores de nuestra vida externa; sus reacciones habituales y sus mezquindades obstinadas son el mayor obstáculo en el camino del *Yoga* para la transformación de la consciencia exterior. Éste es también el mayor responsable del sufrimiento y de la enfermedad de la mente o del cuerpo, a los cuales el ser físico está sujeto por la Naturaleza.

Sri Aurobindo



El cuerpo vital rodea el cuerpo físico con una especie de revestimiento, que tiene casi la misma densidad de esas vibraciones de calor que pueden observarse en un día muy caluroso. Y es éste que hace de intermediario entre el cuerpo sutil y el cuerpo vital más material. Es éste que protege el cuerpo de todo contagio, fatiga, estrés e incluso de accidentes. Entonces, si este revestimiento está totalmente intacto, te protege de todo, pero basta una emoción un poco más fuerte, un pequeño cansancio, un disgusto o cualquier conmoción para arañarlo, y el mínimo arañazo permite cualquier tipo de intrusión. La ciencia médica reconoce ahora también, que si se está en perfecto equilibrio vital no se cogen enfermedades, o se tiene una especie de inmunidad al contagio. Si poseéis este equilibrio, esta armonía interior que mantiene la cobertura intacta, ésta os protege de todo. Hay gente así, que llevan una vida completamente común, que saben dormir como se debiera, comer como se debiera y cuyo revestimiento nervioso está tan intacto, que pasan a través de todos los peligros como si no les concernieran. Es una capacidad que uno puede cultivar. Si uno se vuelve consciente del punto débil en

su revestimiento, a veces bastan algunos minutos de concentración, de llamar a la fuerza, de paz interior, para que este punto débil, se arregle, se cure, y desaparezca.

La Madre



Todas las enfermedades pasan a través de la cubierta nerviosa o capa vital física de la consciencia sutil y del cuerpo sutil antes de entrar en el físico. Si uno es consciente del cuerpo sutil, o usa la consciencia sutil, uno puede parar una enfermedad que está llegando y prevenir que entre en el cuerpo físico. Pero ésta puede entrar sin que uno se dé cuenta, o durante el sueño, o a través del subconsciente, o en una ráfaga repentina cuando se está desprevenido; entonces ya no hay nada que hacer, lo único es luchar contra ella desde un espacio que ya esté conquistado en el cuerpo.

Sri Aurobindo



Así es como las enfermedades intentan pasar de una persona a otra, atacando al ser nervioso a través de una sugestión como ésta, o distinta, e intentan entrar. Incluso cuando la enfermedad no es contagiosa, esto sucede a menudo, pero es más fácil que suceda en enfermedades contagiosas. La sugestión o el contacto tiene que ser rechazado inmediatamente.

Hay una especie de protección alrededor del cuerpo a la que llamamos recubrimiento nervioso, si éste permanece fuerte y rechaza la entrada a la fuerza de enfermedad, entonces uno permanece sano incluso en el medio de una plaga u otra epidemia, si la cobertura está agujereada o débil entonces la enfermedad puede entrar.

Sri Aurobindo



Éstas (las fuerzas sutiles de la enfermedad) primero debilitan o atraviesan el recubrimiento nervioso, el aura. Si ésta es fuerte y está entera, mil millones de bacterias no podrán hacerte nada. Una vez rota la envoltura, atacan la mente subconsciente del cuerpo, a veces también la mente vital o la mente propiamente dicha y preparan la enfermedad a través del miedo o de la idea de enfermedad. Los mismos doctores dicen que en el Extremo Oriente, el noventa por ciento de enfermos por gripe o cólera son debidos al miedo. No hay nada mejor que el miedo para anular la resistencia.

Sri Aurobindo



*¿Cuáles son las causas de los accidentes? ¿Se deben a un desequilibrio?*

Si uno contesta desde lo más profundo... exteriormente hay muchas causas, pero siempre hay una causa profunda. El otro día decía que, si el recubrimiento nervioso está intacto, los accidentes pueden ser evitados, e incluso si ocurriera un accidente, no habría consecuencias. Desde el momento en el que hay un rasguño o un defecto en el recubrimiento nervioso del ser y según la índole de este rasguño, por así decirlo, su ubicación, su carácter, la gravedad de un accidente corresponderá a la disminución de la resistencia del recubrimiento. Creo que todo el mundo es psicológicamente consciente de un hecho, y es que los accidentes suceden cuando uno tiene una sensación de perturbación, cuando no se está plenamente consciente y en posesión de sí mismo, cuando se tiene un malestar. De todas formas, de manera general, la gente tiene la impresión que no son completamente ellos mismos, no son plenamente conscientes de lo que hacen. Si uno fuera plenamente consciente, con la consciencia plenamente despierta, no se produciría ningún accidente; se haría el gesto exacto, el movimiento necesario para evitar el accidente. De ahí que, de manera casi absoluta, éste se debe a una laxitud de la consciencia. O bien, puede que la consciencia esté retenida en una esfera superior; por ejemplo, sin ni siquiera hablar de cosas espirituales, una persona que está solucionando un problema mental, y que está muy concentrada sobre su problema mental, no presta atención a las cosas físicas y si se encuentra en la calle o en medio de una multitud, con su atención fijada en su problema, no hará el movimiento necesario para evitar el accidente, y el accidente se producirá. Sucede lo mismo en los deportes, los juegos; podéis observar esto fácilmente, hay siempre un relajamiento de la consciencia cuando los accidentes se producen, o una falta de atención, una pequeña ausencia; de golpe se piensa en otra cosa, la atención es atraída hacia otra parte, no se es plenamente consciente de lo que se hace y el accidente se produce.

Como os decía al inicio, si, por una razón cualquiera, por ejemplo falta de sueño, falta de descanso o una preocupación absorbente, o cualquier tipo de cosa que os incomoda, es decir que no estáis por encima de ella, si el recubrimiento vital está un poco deteriorado, no funciona perfectamente; y basta que una corriente de fuerza cualquiera la atraviese para que se produzca el accidente. En un último análisis el accidente proviene siempre de ese lugar, o sea lo que podríamos llamar una desatención o un relajamiento de la consciencia. Hay días en que uno se siente... no exactamente perturbado, pero como si uno intentara agarrar algo que se le escapa, incapaz de concentrarse, como si se estuviera medio diluido; estos días son días de accidentes. Hay que prestar atención. Naturalmente, ¡no es para deciros que os encerréis en vuestra habitación y no os mováis más cuando os sentís así! No es esto lo que quiero decir. Quiero decir que hay que estar atento, con mucha más atención, estar mucho más vigilante, no permitir justamente esta desatención y que se produzca ese aflojarse de la consciencia.

La Madre



El cuerpo... tiene su propia consciencia y actúa a partir de ella, incluso sin que haya ninguna voluntad mental por nuestra parte, o incluso en contra de esa voluntad, y nuestra mente de superficie sabe muy poco acerca de esa consciencia-del-cuerpo, la percibe sólo de manera imperfecta, ve sólo sus resultados y tiene la mayor de las dificultades en encontrar sus causas. Forma parte del *Yoga* volverse consciente de esa consciencia-del-cuerpo independiente, ver y sentir sus movimientos y las fuerzas que actúan

sobre ella desde dentro o fuera, y aprender cómo controlar y dirigirla incluso en sus procesos más recónditos y (para nosotros) subconscientes. Pero la consciencia-del-cuerpo en sí es sólo una parte de una consciencia física individualizada en nosotros, que reunimos y construimos a partir de las secretas fuerzas conscientes de la Naturaleza física universal.

Sri Aurobindo



...El cuerpo obedece automáticamente a la mente en aquellas cosas en las que está formado o entrenado para obedecerla, pero la relación del cuerpo con la mente no es, en todas las cosas, la de un instrumento automático perfecto. El cuerpo también tiene una consciencia propia y, si bien es una consciencia sierva o un instrumento sub-mental, puede también desobedecer o no conseguir obedecer. En muchas cosas, en asuntos de salud y enfermedad, por ejemplo, en todos los funcionamientos automáticos, el cuerpo actúa por sí mismo y no es un siervo de la mente. Si está cansado, puede ofrecer una resistencia pasiva a la voluntad de la mente. Puede ofuscarla con *tamas*, inercia, entorpecimiento, exhalaciones del subconsciente, de modo que la mente ya no puede actuar. El brazo se levanta, sin duda, cuando recibe la sugestión, pero al inicio las piernas no obedecen cuando se les pide andar; tienen que aprender como dejar la actitud y el movimiento del gateo, y adquirir el hábito de caminar erguido. La primera vez que se le pide a la mano que dibuje una línea recta o que toque música, no lo puede hacer y no lo hará. Tiene que ser instruida, entrenada, enseñada y luego hace automáticamente lo que se le requiere. Todo esto muestra que existe una consciencia-del-cuerpo que puede hacer cosas a requerimiento de la mente, pero tiene que ser despertada, entrenada, convertida en un buen instrumento consciente. Puede ser entrenada hasta tal punto, que una voluntad o una sugestión mental puedan curar una enfermedad del cuerpo.

Sri Aurobindo



Hay una consciencia en las células: es lo que llamamos la “consciencia del cuerpo” y está totalmente vinculada al cuerpo. Esta consciencia tiene una gran dificultad para cambiar, porque está bajo la influencia de la sugestión colectiva, que es absolutamente lo opuesto de la transformación. De manera que uno debe batallar con esa sugestión colectiva, no sólo con la sugestión colectiva del presente, sino con la sugestión colectiva que pertenece a la consciencia terrestre en su conjunto; es la consciencia terrestre humana que se remonta a la formación inicial del ser humano. Hay que superar esto antes de que las células puedan ser espontáneamente conscientes de la Verdad y de la Eternidad de la materia.

Ciertamente, hasta ahora, aquellos que han conseguido esta transformación consciente, que son conscientes de la vida eterna e infinita dentro de ellos mismos, en las profundidades de su ser, tienen que remitirse constantemente a su experiencia interior para preservar esta consciencia, volver a su contemplación interior, vivir en una especie de meditación más o menos constante. Y cuando salen de la meditación, su naturaleza exterior es prácticamente lo que era antes, y su forma de pensar y reaccionar



no es muy diferente, a menos que renuncien completamente a la acción. Pero en este caso la realización interior, esta transformación de la consciencia, sólo ayuda a la persona que la ha conseguido, pero no cambia mínimamente la condición de la materia o de la vida terrestre.

Para que esta transformación triunfe, todos los seres humanos, incluso todos los seres vivos, así como el entorno material, tienen que ser transformados. De otra manera las cosas se quedarán tal como son: una experiencia individual no puede cambiar la vida terrestre. Ésta es la diferencia esencial entre la vieja idea de transformación – o sea el volverse consciente del ser psíquico y de la vida interior – y la transformación como la concebimos y hablamos de ella. No es sólo un individuo, o un grupo de individuos, o incluso todos los individuos, sino la vida, la consciencia global más o menos desarrollada de esta vida material que ha de ser transformada. Sin una transformación tal continuaremos con la misma miseria, las mismas calamidades y las mismas atrocidades en el mundo. Unos pocos individuos escapan de ello debido a su desarrollo psíquico, pero la masa en general permanecerá en el mismo estado de miseria.

La Madre



... en el cuerpo, por ejemplo, cuando hay algo como un ataque, un accidente, una enfermedad, o algo que intenta entrar: un ataque al cuerpo, un cuerpo al que se le permite estar en su espontaneidad natural, tiene un impulso, una aspiración, una voluntad espontánea de pedir ayuda. Pero apenas esto se va a la cabeza, toma la forma de las cosas a las cuales estamos acostumbrados: se estropea todo. Pero si vemos el cuerpo en sí mismo, tal y como es, hay algo que, de golpe, se despierta y pide ayuda, con tal fe, con tal intensidad, como la de un pequeño bebé cuando llama a su mamá (o a quién esté allí), sin decir nada si no puede hablar. Pero el cuerpo, dejado a sí mismo sin esta especie de acción constante de la mente sobre él, tiene esto: en el momento en que algo se altera, surge una aspiración inmediata, una llamada, un esfuerzo para obtener ayuda, y es muy potente. Si nada interviene, es muy potente. Es como si las mismas células emitieran una aspiración, una llamada.

Hay, en el cuerpo, tesoros incalculables y desconocidos. En todas sus células hay una intensidad de vida, de aspiración, de voluntad de progreso, de las cuales normalmente ni siquiera nos damos cuenta. La consciencia corporal tendría que ser completamente deformada, por la acción de la mente y el vital, para que no hubiera una voluntad inmediata de restablecer el equilibrio. Cuando esta voluntad no está, quiere decir que toda la consciencia corporal ha sido deteriorada por la intervención de la mente y el vital. En gente que, de una manera más o menos subconsciente, le tiene mucho cariño a su enfermedad, con una especie de morbosidad, bajo el pretexto de que esto les vuelve “interesantes”, no es su cuerpo, ¡pobre cuerpo! es algo que le han impuesto a través de una corrupción mental y vital. El cuerpo, dejado a sí mismo es extraordinario, porque no solamente aspira al equilibrio y al bienestar, sino que es capaz de restablecer el equilibrio. Si uno deja su cuerpo tranquilo, sin intervenir con todos esos pensamientos, todas las reacciones vitales, todas las depresiones, y también con todo el supuesto

saber, y todas las construcciones mentales y todos los miedos, si se le deja estar al cuerpo, él hará espontáneamente lo necesario para recuperar su equilibrio.

El cuerpo, en su estado natural ama el equilibrio, ama la armonía, son las otras partes del ser las que lo estropean todo.

La Madre



*¿Cómo salir de la consciencia física que nos mantiene preocupados todo el tiempo y exclusivamente en las circunstancias físicas?*

Hay muchas maneras. Maneras intelectuales, maneras que podríamos llamar sentimentales, maneras artísticas y maneras espirituales. En general, es aconsejable que cada uno escoja el modo que le es más fácil, porque si se quiere empezar inmediatamente por el más difícil, no se consigue nada. Y siempre volvemos a la misma cosa, a lo que Sri Aurobindo ha descrito en *La Síntesis del Yoga*: la vía del conocimiento, o de la devoción, o de las obras. Pero es precisamente la vía de las obras la que os mantiene en la vida física y que os hace encontrar en ella vuestra liberación; y quizás es el medio más eficaz de todos, pero también el más difícil.

Para la mayoría de aspirantes, el camino de la meditación, de la concentración, de la abstracción de la vida física, del rechazo de las actividades físicas, es ciertamente más fácil que el camino de la acción. Pero dejan la consciencia física tal y como es, no la cambian nunca, y a menos que uno no se vuelva como un *sadhu*<sup>42</sup> o un asceta que deja atrás toda vía activa y permanece en una concentración o meditación constantes, uno no consigue nada. Es decir, hay toda una parte del ser que no se transforma jamás. Y para ellos, la solución no es transformarla, en absoluto, es simplemente rechazarla, salir del cuerpo lo más rápido posible. Así es como se concebía el *Yoga* en el pasado, porque evidentemente es mucho más fácil. Pero no es eso lo que queremos.

Lo que queremos, es la transformación de la consciencia física, y no rechazarla.

Y entonces, en este caso, lo que Sri Aurobindo recomendó, como el camino más directo y más completo, es la entrega al Divino; una entrega cada vez más integral, progresiva, y que incluye la consciencia física y las actividades físicas. Y si se consigue eso, entonces el físico en vez de ser un obstáculo, se vuelve una ayuda.

La Madre

---

<sup>42</sup> Santón, hombre religioso que ha renunciado a la vida común, y a menudo va de un lugar a otro mendigando.

## El vital

Vital... es algo referente a deseos, impulsos, ímpetus-de-fuerza, emociones, sensaciones, búsquedas de una vida plena, de posesión y de gozo; éstas son sus funciones y su naturaleza; es esta parte de nosotros que va en búsqueda de la vida y sus movimientos por su puro placer y no quiere soltarlos, aunque traigan consigo sufrimiento al mismo tiempo o quizás algo más que placer; es incluso capaz de deleitarse en las lágrimas y el sufrimiento como parte del drama de la vida. ¿Qué tienen entonces en común la inteligencia pensante y el vital, y por qué tendría este último que obedecer a la mente y no seguir su propia naturaleza? La desobediencia es perfectamente normal en lugar de ser, como sugiere San Agustín, incomprensible. Ciertamente, el ser humano puede establecer un control mental sobre su vital y en la medida en que lo haga es un ser humano, porque la mente pensante es una entidad y una consciencia más noble y más iluminada que la vital y debe por lo tanto gobernar y, si la voluntad mental es fuerte, puede gobernar. Pero este gobierno es precario, incompleto, y puede mantenerse sólo a través de mucha autodisciplina. Porque si bien la mente es más iluminada, el vital está más cercano a la tierra, es más intenso, vehemente, es más capaz de tocar el cuerpo directamente. Existe también una mente vital que vive a través de la imaginación, ideas de deseo, voluntad de actuar y gozar desde su propio impulso, y ésta es capaz de apoderarse de la razón misma y convertirla en su auxiliar y legítimo consejero, proveedor de súplicas y excusas. En el ser humano también hay la fuerza pura del Deseo, que es el soporte principal del vital y lo bastante fuerte para suprimir la razón, como dice la Gita, “como un barco en aguas tempestuosas”.

Sri Aurobindo



“En este momento, todos o casi todos los mecanismos de la vida son, o parecen ser, accionados o corrompidos por el alma de deseo, incluso aquellos que son éticos o religiosos, incluso los que llevan puesto el disfraz del altruismo, la filantropía, el autosacrificio, la abnegación, están repletos de destellos de su manera de hacer. Esta alma de deseo es una alma independiente del ego y todos sus instintos van hacia una autoafirmación independiente; empuja siempre, abiertamente o bajo máscaras más o menos brillantes, hacia su propio crecimiento, por la posesión, el gozo, la conquista y el dominio.”

Sri Aurobindo, *La Síntesis del Yoga*

*Dulce Madre, ¿qué es el “alma de deseo”?*

Es lo que os hace vivir, actuar, mover.

Alma procede de una palabra que significa animar. Es lo que le da la vida al cuerpo. Si no la tuvierais seríais materia inerte, algo así como las piedras o las plantas; no del todo inertes, pero vegetativos.

Ciertas personas dicen que, sin los deseos, es decir, sin esa alma de deseo no habría habido progreso jamás... en la vida ordinaria es algo muy útil, pero cuando uno decide hacer el *Yoga*, encontrar al Divino, se vuelve un poco un obstáculo.

La Madre



... el alma vital, es aquella que anima el cuerpo, la vida que anima el cuerpo. Veis, en el lenguaje ordinario se dice: “vais a morir cuando vuestra alma deje vuestro cuerpo”, o: “vuestra alma deja el cuerpo cuando morís”, de una manera o de la otra; pero no es el alma, no es sólo esa alma, lo que nosotros llamamos el alma, es decir el ser psíquico, es el ser vital. Cuando el ser vital abandona el cuerpo, por una razón cualquiera, el cuerpo muere, o la muerte produce el corte entre el ser vital y el cuerpo; o sea en el sentido de animar, es decir dar vida.

*Dulce Madre, ¿es el alma de deseo vital?*

Sí, el alma vital está llena de deseos. El ser vital está lleno de deseos. Está construido por deseos.

La Madre



Si uno quiere abrirse a la felicidad de la existencia, en una total belleza y armonía, debe rechazar el placer.

Esto nos conduce de forma bastante natural a una austeridad vital, la austeridad de las sensaciones, la *tapasya*<sup>43</sup> del poder. Porque el ser vital es la sede del poder, del verdadero entusiasmo. En el vital es donde el pensamiento se transforma en voluntad y se vuelve una energía para la acción. También es verdad que el vital es la sede de deseos y pasiones, de impulsos violentos y otras tantas reacciones violentas, de rebelión y de presión. El remedio normal es estrangularle y hacerle pasar hambre, privándole de toda sensación; las sensaciones son en realidad su sustento principal y sin ellas se duerme, se vuelve perezoso, y perece de hambre.

En realidad, el vital tiene tres fuentes de subsistencia. La que le es más fácilmente accesible procede de abajo, de las energías físicas a través de las sensaciones.

La segunda se encuentra en su mismo plano, cuando éste es lo suficientemente vasto y receptivo, a través del contacto con las fuerzas vitales universales.

La tercera, a la que normalmente sólo se abre si hay una gran aspiración de progreso, le llega de arriba a través de la infusión y absorción de las fuerzas espirituales y de la inspiración.

---

<sup>43</sup> *Tapasya*: ardua disciplina.

A estas tres los seres humanos siempre intentan, más o menos, añadir otra que, al mismo tiempo, se vuelve para ellos el origen de la mayor parte de sus tormentos y desgracias. Ésta es el intercambio de fuerzas vitales con su prójimo, normalmente en grupos de dos, que la mayor parte de las veces se confunde con amor, pero que es sólo la atracción entre dos fuerzas que obtienen placer en el intercambio mutuo.

Por esto, si no queremos privar de alimento a nuestro vital, no debemos rechazar las sensaciones o disminuirlas en número e intensidad. Tampoco debemos evitarlas; al contrario, tenemos que usarlas con sabiduría y discernimiento. Las sensaciones son un excelente instrumento de conocimiento y educación, pero para usarlas con este fin, no pueden ser utilizadas de manera egoísta, simplemente para obtener placer, en una búsqueda ciega e ignorante de placer y autosatisfacción.

Los sentidos han de ser capaces de soportarlo todo sin disgusto o desagrado, pero al mismo tiempo tienen que adquirir y desarrollar, cada vez más, el poder de discernir la cualidad, origen y efecto de las distintas vibraciones vitales, para poder saber si son favorables a la armonía, belleza y buena salud, o si son nocivas para el equilibrio y el progreso del ser físico y del ser vital. Es más, los sentidos deben de ser usados como instrumentos de enfoque y estudio de los mundos físicos y vitales en toda su complejidad; de este modo encontrarán su lugar apropiado en el gran esfuerzo hacia la transformación.

Uno puede contribuir al verdadero progreso del ser, iluminando, reforzando y purificando el vital, y no debilitándolo. Negarse las sensaciones es por lo tanto tan nocivo como privarse de comida. Pero al igual que hay que elegir la comida con sabiduría y solamente para el crecimiento y el buen funcionamiento del cuerpo, del mismo modo se deben elegir las sensaciones y su control con una austeridad muy científica y solamente para el crecimiento y la perfección del vital, de este instrumento altamente dinámico, que es tan esencial para el progreso como todas las otras partes del ser.

Educando el vital, refinándolo, haciéndolo más sensible, más sutil, y casi se podría decir, más elegante en el mejor sentido de la palabra, uno puede vencer su violencia y brutalidad que, en realidad, son una forma de crudeza e ignorancia, una falta de gusto.

Verdaderamente, un vital cultivado e iluminado puede ser tan noble, heroico y desinteresado como es ahora espontáneamente vulgar, egoísta y perverso, cuando se le deja a sí mismo sin educar. Basta con que cada uno sepa cómo transformar, en sí mismo, la búsqueda de placer en una aspiración hacia la plenitud supramental. Si se lleva la educación del vital lo suficientemente lejos, con perseverancia y sinceridad, llega un momento en que, convencido de la grandeza y belleza de la meta, el vital renuncia a las mezquinas e ilusorias satisfacciones sensoriales, para obtener el deleite divino.

La Madre



La mayor parte de la gente vive en el plano vital. Esto quiere decir que viven a través sus deseos, sensaciones, sentimientos emocionales, imaginaciones vitales y ven, experimentan y juzgan todo a partir

de ese punto de vista. El vital es el que les mueve, la mente no es su amo, está a su servicio. En el *Yoga* hay también mucha gente que hace la *sadhana* a partir de ese plano y su experiencia está llena de visiones, formaciones, experiencias vitales de todo tipo, pero no hay orden o claridad mental, y tampoco se elevan por encima de la mente. Sólo una minoría de seres humanos viven en el plano de la mente o del psíquico, o intentan vivir en el plano espiritual.

Sri Aurobindo



En la vida ordinaria las personas aceptan los movimientos vitales, como la ira, el deseo, la codicia, el sexo, etc. como cosas naturales, permisibles, legítimas, como parte de la naturaleza humana. Sólo cuando la sociedad los desaprueba o insiste en mantenerlos dentro de unos márgenes fijos o sometidos a un control o regla, la gente intenta controlarlos para adaptarse al estándar de moralidad social o a la regla de conducta. Aquí, al contrario, se requiere, como en toda vida espiritual, la conquista y el dominio completo de ellos.

Sri Aurobindo



### *¿La depresión viene del vital?*

¡Oh! Sí. Todo, todas vuestras contrariedades, depresiones, desánimos, disgustos, furores, todo, todo eso procede del vital. Es él que cambia el amor en odio, es él que crea el espíritu de venganza, el rencor, la mala voluntad, la necesidad de destruir y de hacer daño. Es él que os desanima cuando las cosas son difíciles o no son a su gusto. ¡Y tiene una capacidad extraordinaria de hacer huelga! Cuando no está contento se refugia en un rincón y no se mueve más. Y entonces no tenéis más energía, no tenéis más fuerza, no tenéis más coraje, vuestra voluntad es como... como una planta que se marchita. Todos los despechos, todos los desagradados, todos los furores, toda la desesperación, toda la aflicción, todas las iras, todo eso procede de este señor (el vital). Porque es la energía en acción. Entonces depende de hacia qué lado se gira.

Y os lo aseguro, tiene una gran costumbre de hacer huelga. Ésta es su arma más poderosa: “¡Ah! no hacéis lo que yo quiero, bueno, no me muevo más, me haré el muerto.” Y hace esto por la mínima cosa. Tiene muy mal carácter, es muy susceptible y es muy rencoroso, sí, tiene un carácter muy malo. Porque creo que es muy consciente de su poder, y siente claramente que si se da por entero, nada podrá resistir el movimiento de su fuerza. Y como todas las personas que tienen peso en la balanza, pues bien, regatea: “Os daré mi energía, pero tendréis que hacer lo que yo quiero, si no me dais lo que os pido, bueno, retiro mi energía.” Y os quedaréis chafados. Y es verdad, sucede así.

Es difícil regularlo. Sin embargo, cuando llegáis a domarlo, tenéis entre las manos un gran poder de realización. Él es el que puede ganar por asalto los más grandes obstáculos. Es él que es capaz de volver inteligente a un tonto, sólo él, porque si uno se apasiona para hacer un progreso, si el vital se mete en la

cabeza que vamos a progresar, ¡incluso el más tonto puede volverse inteligente! Lo he visto, no hablo de oídas: lo he visto. He visto personas que eran obtusas, estúpidas, incapaces de comprender, que no entendían nada (se les podía explicar algo durante un mes, y no entraba, como si se le hablara a un pedazo de madera) y luego, de golpe su vital se ve atrapado por una pasión; simplemente han querido contentar a alguien o realizar algo, y para esto hacía falta comprender, saber, era necesario. Pues bien, pusieron todo en movimiento, sacudieron esa mente adormecida, pusieron energía en todos los rincones en donde no había y comprendieron, se volvieron inteligentes. Conocí a alguien que no sabía prácticamente nada, no comprendía nada, y que cuando la mente se puso en movimiento y esa pasión de progreso le poseyó, se puso a escribir cosas maravillosas. Las conservo conmigo. Y cuando el movimiento se retiraba, cuando el vital hacía huelga (porque de vez en cuando hacía huelga, se retiraba), la persona se volvía absolutamente obtusa.

Ciertamente es muy difícil establecer un contacto constante entre la consciencia física más exterior y la consciencia psíquica, y ¡uf! La consciencia física tiene buena voluntad, es muy correcta, prueba siempre, pero es lenta y pesada, y toma tiempo, es difícil moverla. No se cansa, pero no hace el menor esfuerzo; continúa su camino tranquilamente. Puede tomar siglos para poner en contacto la consciencia exterior con el psíquico. Pero por una razón cualquiera, he aquí que el vital se entromete. Le posee una pasión. Quiere ese contacto (por cualquier razón, que no es siempre una razón espiritual), pero quiere ese contacto. Lo quiere con toda su energía, toda su fuerza, toda su pasión, todo su entusiasmo: en tres meses es tarea completada.

Entonces ya veis. Cuidadle bien, tratadlo con gran consideración, pero no os sometáis nunca a él. Porque os va a traer todo tipo de experiencias indeseables. Y si llegáis a convencerle de alguna manera, entonces daréis pasos de gigante en el camino.

La Madre



*Dulce Madre, ¿el deseo es contagioso?*

¡Ah, sí! Muy contagioso mi niño. Es mucho más contagioso que la enfermedad, si alguien a tu lado tiene un deseo, éste entra en ti inmediatamente; y en realidad así es como tiene lugar la mayor parte de las veces. Se pasa de uno a otro... terriblemente contagioso, de manera tan potente, que uno no se da ni siquiera cuenta que se trata de un contagio. De golpe uno siente surgir algo en sí mismo, es alguien que gentilmente te lo ha puesto dentro. Evidentemente se podría decir: “¿por qué no se aísla a las personas que tienen deseos?” ¡Entonces habría que aislar a todo el mundo! *(La Madre se ríe)*

La Madre



“Voluntad, Poder, Fuerza es la sustancia innata de la Energía de la Vida, y en ello reside la justificación de que la Vida no quiera reconocer sólo la supremacía del Conocimiento y el

Amor, debido a su empuje hacia la ejecución de algo mucho más irreflexivo, obstinado y peligroso, que sin embargo puede aventurarse también, a su modo y de manera audaz y ardiente hacia el Divino y el Absoluto. Amor y Sabiduría no son los únicos aspectos del Divino, existe también el aspecto del Poder.”

Sri Aurobindo, *La Síntesis del Yoga*

.... Sri Aurobindo nos dice que la parte vital, el ser vital, es el mayor obstáculo porque no está regenerado, y que habría una posibilidad de transformarlo si se sometiera completamente al Amor y al Conocimiento; pero puesto que su cualidad predominante es la fuerza, la energía, el poder, no le gusta someterse a otras partes del ser y esto legitima su rechazo a entregarse, puesto que esas virtudes, en su esencia, son tan elevadas como las otras. Por esto no tiene ni el mismo poder, ni las mismas capacidades, porque no se ha desarrollado, porque no se ha entregado, y esto es lo que crea el dilema: no se somete porque posee este poder, y este poder no puede utilizarlo porque no se ha sometido. Entonces ¿Cómo salir de esto? Si el vital estuviera entregado, sería una ayuda muy potente, extremadamente útil, haría que todo el proceso fuera mucho más rápido. Pero porque siente su poder rechaza entregarse a los demás; y porque no se entrega, su poder no puede utilizarse. Entonces, ¿qué hacer? Sri Aurobindo expone el problema (va a resolverlo más tarde si continuamos leyendo, después de un cierto tiempo nos va a decir cómo salir de este problema) pero primero nos lo pone para que podamos comprender muy bien la situación.

Si el vital fuera un ser mediocre y sin cualidades propias, no habría dificultades para que se entregara, pero él sería totalmente inútil. Mientras que, al contrario, el vital es una especie de fortaleza de energía y de poder, de todos los poderes. No obstante, generalmente este poder está desviado; no está más al servicio del Divino, está al servicio del vital mismo para su propia satisfacción. Entonces, mientras sea así, no puede utilizarse.

Tendría que comprender que esta energía y este poder que siente en él, sólo pueden volverse útiles si entra en un perfecto acuerdo con el plano divino de realización sobre la tierra. Si comprende esto, entonces se calma y se deja incorporar, por así decirlo, en el conjunto del ser, y por lo tanto asume su plena potencia y su plena importancia. Pero de otra manera no puede utilizarse. Y generalmente todas sus actividades son siempre actividades que complican las cosas y que les quitan su simplicidad, su pureza, a menudo su belleza y su eficacia, porque su acción es ciega, ignorante y muy egoísta.

La Madre



Así como existe una mente física, también existe un físico vital, un vital orientado por completo hacia las cosas físicas, lleno de deseos y avidez, y búsqueda del placer en el plano físico.

El físico-vital es el ser de pequeños deseos y ansias, etc., el vital-físico es el ser nervioso y están juntos y conectados íntimamente.



El vital-físico gobierna todas las pequeñas reacciones diarias a las cosas exteriores, reacciones de los nervios y de la consciencia corpórea y las emociones y sensaciones instintivas; motiva la mayor parte de las acciones ordinarias del ser humano, y junto a las partes más bajas del vital propio producen lujuria, celos, rabia, violencia, etc. En sus partes más bajas (vital-material) es la causa del dolor, enfermedad física, etc.

Sí, estos (el bajo vital, el físico vital y el vital más material) se vuelven muy claros cuando la consciencia crece. Y las distinciones son necesarias, porque si no uno puede influenciar o controlar el vital inferior o una parte del físico vital, y luego tener la sorpresa de encontrar que algo intangible pero aparentemente invencible resiste aún, es el vital material con todo el resto que consigue influenciar con su resistencia.

La parte nerviosa del ser es una porción del vital, es el vital físico, la fuerza de vida estrechamente atrapada en las reacciones, los deseos, las necesidades, las sensaciones del cuerpo.

Sri Aurobindo



## La Mente

La “Mente”, en el uso común de la palabra, cubre de manera indiscriminada toda la consciencia, porque el hombre es un ser mental y lo mentaliza todo; pero en el lenguaje de este *Yoga*, las palabras “mente” y “mental” son usadas para indicar especialmente la parte de la naturaleza, que tiene que ver con cognición e inteligencia, con ideas, con percepciones mentales o de pensamiento, las reacciones del pensamiento a las cosas, con los verdaderos movimientos y formaciones mentales, visión y voluntad mental, etc., que forman parte de su inteligencia. Hay que distinguir con cuidado el vital de la mente, incluso si aloja en él un elemento de la mente; el vital es la-naturaleza-de-Vida compuesta por deseos, sensaciones, sentimientos, pasiones, energías de acción, voluntad de deseo, reacciones del alma-de-deseo-en el ser humano y de toda la gama de instintos posesivos y otros relacionados con éstos, rabia, miedo, avidez, lujuria, etc., que pertenecen a este ámbito de la naturaleza. La mente y el vital están mezclados en la superficie de la consciencia, pero son fuerzas claramente separadas en sí mismas y, apenas uno se posiciona detrás de la consciencia ordinaria de superficie, se ven como separados, se descubre su diferenciación y se puede, con la ayuda de este conocimiento, analizar sus mezclas de superficie. Es muy posible, e incluso normal durante un corto o largo período, a veces muy largo, que la mente acepte al Divino o el ideal yóguico, mientras que el vital queda por convencer y no se somete y continúa obstinadamente en su camino de deseo, pasión y atracción de la vida común. Su división o su conflicto es la causa de muchas de las dificultades más agudas de la *sadhana*.

Sri Aurobindo



...la gente normalmente piensa que la mente es solo una forma de actividad, sin embargo, existe una substancia mental, así como existe una substancia vital y una física. Y puesto que hay una substancia, hay un mundo correspondiente con una existencia autónoma, es decir, puede existir una mente sin ningún soporte físico. El cuerpo físico puede desaparecer y la mente puede continuar existiendo. Aquí es donde es importante comprender que hay una substancia mental que, evidentemente, es mucho más... *(silencio)* ¿cómo decirlo? inmaterial que la materia física.

Algunas personas usan una palabra que no es no muy convencional: “enrarecida”, pero no creo que tenga exactamente este sentido. Porqué veis, decimos que la substancia tiene diferentes densidades, y que cuanto más material es, más densa es, y cuanto más se aleja de la materia, menos densa es. Pero sigue siendo una substancia. Existe incluso una substancia etérea. No digo que eso esté de acuerdo con las teorías científicas; ¡no os garantizo que no esté diciendo herejías científicas! Pero esto es un hecho cósmico. *(La Madre se ríe)* Es exactamente (creo que dije esto cuando hablé acerca del ocultismo), os dije que lo primero que hay que saber antes de poder practicar el ocultismo, es que los diferentes estados de ser tienen diferentes densidades, y tienen su propia existencia individual independiente, que son realidades existentes, que son verdaderamente sustancias reales, que no son simplemente una manera de ser. Puede haber un ser mental y una actividad mental y, por ejemplo, un pensamiento que es completamente independiente del cerebro, mientras que las teorías materialistas dicen que es el cerebro el que crea la actividad mental. Pero esto no es correcto. El cerebro es la transcripción material de la actividad mental, y la actividad mental tiene su propio terreno; la esfera mental tiene su realidad, y su propia sustancia. Uno puede pensar fuera del propio cerebro, pensar, actuar, hacer formaciones fuera del propio cerebro. Uno puede incluso vivir, moverse, ir de un lado para otro, tener un conocimiento directo de las cosas mentales en el mundo mental, en una palabra, ser absolutamente independiente de un cuerpo que en realidad puede estar en un estado de inercia total, no solo dormido sino también en un estado cataléptico. Es más, es completamente cierto que mientras uno no haya comprendido que se está compuesto por diferentes estados de ser, que tienen su propia vida independiente, uno no puede tener un control completo sobre su propio ser. Habrá siempre algo que se le escapa.

La Madre



...La verdadera función de la mente es la formación y la organización de la acción. La mente tiene un poder formador y organizador, y éste es el que pone en orden los diferentes elementos de la inspiración para la acción, para organizar la acción. Y si se ajustase únicamente a ese rol, recibiendo inspiraciones (de lo alto o del centro místico del alma), formulando simplemente el plano de acción (en grandes líneas o en los mínimos detalles, para todas las pequeñas cosas de la vida o para las grandes organizaciones terrestres), entonces, cumpliría plenamente su función.

No es un instrumento de conocimiento.

Pero puede utilizar el conocimiento en la acción, para organizarla. Es un instrumento de organización y de formación muy potente y muy capaz cuando está bien desarrollado.

Uno puede darse cuenta de esto cuando quiere organizar su propia vida, por ejemplo, poniendo en su lugar los diferentes elementos de la propia existencia. Hay una determinada facultad intelectual que, inmediatamente, pone cada cosa en su lugar y hace un plano y organiza. Y no es un conocimiento que viene de la mente; es un conocimiento que viene, como he dicho, de las profundidades místicas del alma o de una consciencia superior; y la mente la concentra en el mundo físico y la organiza para dar una base de acción a la consciencia superior.

Uno tiene esta experiencia de forma muy clara cuando quiere organizar su propia vida.

Luego, tiene otra utilidad. Cuando se está en contacto con la propia razón, con el centro racional del intelecto, la razón pura, ésta se vuelve un control potente sobre todos los impulsos vitales. Todo lo que procede del mundo vital puede ser controlado con firmeza por ella, y utilizado en una acción disciplinada y organizada. Pero tiene que estar al servicio de algo distinto, no para satisfacerse a sí misma.

Estas son las dos utilidades de la mente: es una fuerza de control, un instrumento de control y es una potencia de organización. Este es su verdadero lugar.

La Madre



*¿La función más alta de la mente es la razón?*

De la mente propiamente dicha, de la mente humana, sí, ciertamente. Es decir, que con la razón uno no se arriesga a equivocarse, siempre que permanezca en el plano puramente humano y puramente mental.

*¿Cómo puede la razón volverse un obstáculo para la vida espiritual?*

Porque no comprende nada de ello. La vida espiritual la sobrepasa, no son sus dominios, y no entiende nada de ello. Es un buen instrumento para todo lo que es ético, moral, para el control de sí mismo, pero la vida espiritual va más allá de estas cosas, y la razón no entiende de ellas.

*¡Pero si uno razona verdaderamente, entonces la razón tiene que admitir que la vida espiritual es superior a ella!*

Sí.

*¿Entonces, porqué se vuelve un obstáculo?*

A condición que se mantenga tranquila, que no intervenga... Si intenta intervenir, es un obstáculo; si se retira sin dar guerra y permanece tranquila, está muy bien. Si se quiere utilizar como juez y como amo es un obstáculo. Pero no lo es si se utiliza como instrumento, como todas las otras partes del ser. Es un excelente instrumento, a condición que permanezca un instrumento y no quiera volverse el amo que decide y juzga. Es una facultad de juicio que, en su campo, es totalmente correcto. Pero en el momento que va más allá de su esfera, no puede comprender, no es capaz de discernir.

Entonces si la razón comprende esto y se mantiene tranquila, en una actitud de instrumento y no de amo y juez, es perfecto. Pero para esto, es necesario que la consciencia que está creciendo, esté ya suficientemente desarrollada en una esfera supra-racional, para poder actuar sobre la razón desde arriba y hacerle comprender la cosa, porque esta esfera no forma parte de la razón. Por lo tanto, naturalmente la niega, a menos que no haya una parte de la consciencia suficientemente desarrollada para poder superponer algo en ella que le permita comprender. Todo depende del grado de desarrollo de la consciencia del individuo. Es una cuestión puramente individual.

La Madre



“Más tarde, aprendí que cuando la razón muere, nace la Sabiduría; antes de esta liberación, tenía sólo conocimientos.”

Sri Aurobindo, *Pensamientos y Aforismos*

Una vez más he de repetir que la forma de estos aforismos es voluntariamente paradójica, para dar un pequeño shock a la mente y despertarla lo suficiente para que haga un esfuerzo de comprensión. No hay que tomar este aforismo al pie de la letra. Hay personas a quienes les inquieta la idea de que para volverse un sabio la razón tiene que desaparecer. No es eso, no es eso en absoluto.

La razón no debe ser más la cumbre y el amo y señor.

Durante largo tiempo en la vida, antes de poseer algo que se parezca al Conocimiento, es indispensable que la razón sea el amo, de otra manera uno se vuelve el juguete de sus propios impulsos, de sus fantasías, de sus imaginaciones emotivas más o menos desordenadas, y se corre el riesgo de alejarse mucho, no sólo de la sabiduría, pero incluso del conocimiento indispensable para comportarse convenientemente. Pero cuando uno ha conseguido gobernar todas las partes inferiores del ser con la ayuda de la razón, que es la cumbre de la inteligencia humana ordinaria, entonces, si se quiere sobrepasar este estadio, si uno quiere liberarse de la vida ordinaria, del pensamiento ordinario, de la visión ordinaria de las cosas, es necesario, si puedo decirlo así, montarse sobre la cabeza de la razón, no pisotearla con desprecio, sino servirse de ella como un escalón para subir más arriba, más allá de ella, y llegar a algo a quien le importan muy poco los decretos de la razón y que puede permitirse ser

irracional, porque es una irracionalidad superior, con una luz superior, algo que está más allá del conocimiento ordinario y que recibe su inspiración de arriba, de muy arriba, de la Sabiduría divina.

He aquí lo que quiere decir.

En cuanto al conocimiento del que habla aquí Sri Aurobindo, es el conocimiento ordinario, no es el Conocimiento por identidad; es el que podemos adquirir a través del intelecto, a través del pensamiento, a través de los medios ordinarios.

Pero una vez más (y de todas maneras tendremos la ocasión de volver a este tema con el aforismo siguiente), no tengáis prisa en abandonar la razón, con la convicción que entraréis inmediatamente en la sabiduría, porque es necesario que el ser esté preparado para entrar en la sabiduría, si no, abandonando la razón se corre el riesgo de entrar en la insensatez, lo que es bastante peligroso.

Muchas veces en lo que Sri Aurobindo escribe, particularmente en la Síntesis del *Yoga*, pone en guardia contra las fantasías de aquellos que creen poder hacer la *sadhana* sin tener un control riguroso sobre ellos mismos, y que dan escucha a todo tipo de inspiraciones que les llevan a un peligroso desequilibrio en donde todos sus deseos reprimidos, escondidos y secretos afloran bajo el pretexto de liberarse de convenciones ordinarias y de la razón ordinaria.

Sólo se puede ser libre si se asciende hacia lo alto, muy por encima de las pasiones humanas. Sólo se tiene el derecho de ser libre cuando se posee una libertad superior, no egoísta, y cuando se han eliminado todos los deseos y todos los impulsos.

Pero tampoco pueden creerse sabias las personas muy razonables, muy morales según las leyes sociales ordinarias, porque su sabiduría es una ilusión y no tiene ninguna verdad profunda.

Hay que estar por encima de la ley para poderla violar, hay que estar por encima de las convenciones para poderlas ignorar, hay que estar por encima de todas las reglas para poderlas despreciar. Y el motivo de esta liberación no debe ser jamás una motivación egoísta, personal, para satisfacer una ambición o acrecentar la propia personalidad, a través de un sentimiento de superioridad, a través del desprecio de los demás, para estar por encima del rebaño y poderlo mirar con condescendencia. Desconfiad cuando sentís en vosotros este sentimiento de superioridad y miráis a los otros irónicamente, con un aire de decir: "Yo, no estoy hecho de esta pasta", en este momento estáis descarrilando y os arriesgáis a caer en un abismo.

Cuando se consigue verdaderamente la sabiduría, la verdadera sabiduría, ésta de la que Sri Aurobindo nos habla aquí, no hay más superior e inferior, sólo hay un juego de fuerzas en donde cada cosa tiene su lugar y su importancia, y si hay una jerarquía es una jerarquía de sumisión al Supremo, no es una jerarquía de superioridad en relación a lo que está por debajo.

Y con el entendimiento humano, la razón humana, el conocimiento humano, se es incapaz de discernir esta jerarquía. Sólo el alma despierta es capaz de reconocer a otra alma despierta, entonces el sentido de la superioridad desaparece por completo.

Solamente se llega a la verdadera sabiduría cuando el ego desaparece, y el ego sólo desaparece cuando uno está preparado a abandonarse completamente al Señor supremo, sin ninguna motivación personal y sin ninguna expectativa de provecho, cuando uno se abandona porque no puede hacer otra cosa.

La Madre



Hay una parte de la naturaleza que he denominado mente vital; su función no es pensar y razonar, percibir, considerar y encontrar el valor de las cosas, porque ésta es la función de la *buddhi*, la mente pensante propiamente dicha, sino planear, o soñar, o imaginar lo que es posible hacer. Hace formaciones para el futuro que la voluntad puede intentar llevar a cabo si la oportunidad y las circunstancias son favorables, o incluso esforzarse para que se vuelvan favorables. En los hombres de acción esta facultad es destacada y lidera su naturaleza; los grandes hombres de acción siempre la poseen en elevada medida. Pero, aunque uno no sea un hombre de acción, o un hombre práctico, o si las circunstancias no son favorables, o si uno sólo puede hacer cosas pequeñas y ordinarias, esta mente vital está siempre ahí. Actúa en ellos en pequeña escala, o si necesita sentirse grande, muy a menudo lo que hace es planificar en el vacío, sabiendo que no podrá realizar sus planes, o si no, imagina grandes cosas, historias, aventuras, grandes acciones en las que él es el héroe o el creador. Lo que me explicas que sucede en ti, es una ráfaga de esta mente vital, o la imaginación haciendo sus formaciones; su acción no es propia de tu persona, sino que acontece de manera similar en la mayor parte de la gente, pero en cada uno de acuerdo con su línea de fantasía, interés, ideas o deseos favoritos. Debes volverte un experto de su acción y no permitirle apoderarse de la mente y llevársela cuando y donde ésta quiera. Cuando en la *sadhana* empiezan a venir las experiencias, es extremadamente importante no permitir que esta facultad haga con uno lo que quiera; porque luego, ésta crea falsas experiencias de acuerdo con la propia naturaleza, persuadiendo al *sadhaka*<sup>44</sup> que estas experiencias son verdaderas, o construye formaciones irreales, convenciéndole de que esto es lo que tiene que hacer. Algunos han sido arrebatados por esta fuerza engañosa usada por los poderes de la Falsedad, y que a través de ella les han persuadido que tenían un gran trabajo que hacer en el mundo, espiritual, político o social, y les han arrastrado hacia la decepción y el fracaso.

Sri Aurobindo



La mente vital, es esta parte del ser vital que construye, planea, imagina, arregla las cosas y los pensamientos de acuerdo con el impulso-de-vida, de acuerdo con los deseos, con la voluntad de poder o de posesión, con la voluntad de acción, de acuerdo con las emociones y las reacciones del ego vital de la naturaleza. Hay que distinguirla de la voluntad de la razón, que planea y arregla las cosas de acuerdo con los dictados de la mente pensante propiamente dicha, con los dictados de la razón discriminatoria o de acuerdo con la intuición mental, o con una revelación y juicio directos. La mente vital usa el

---

<sup>44</sup> Alguien que sigue una disciplina espiritual.

pensamiento al servicio no de la razón, sino del impulso-de-vida y del poder de vida, y cuando llama a la razón, la usa para justificar los dictados de estos poderes, impone estos dictados a la razón en vez de gobernar la acción de las fuerzas de vida a través de una voluntad discriminatoria.

Sri Aurobindo



La verdadera mente pensante no pertenece al físico, es un poder separado. La mente física es esta parte de la mente que se interesa sólo por las cosas físicas, depende de la mente-de-los-sentidos, ve sólo los objetos, y las acciones externas, extrae sus ideas de la información dada por las cosas externas, deduce sólo a partir de ellas, y no reconoce otra Verdad hasta que está iluminada desde lo alto.

Sri Aurobindo



La mente física es aquella que se concentra en los objetos y acontecimientos físicos, ve y comprende sólo estos, los trata de acuerdo con su propia naturaleza, pero difícilmente puede reaccionar a fuerzas más elevadas. Dejada a sí misma, es escéptica sobre la existencia de cosas sobrenaturales, de las cuales no tiene ni idea ni experiencia directa; incluso cuando tiene experiencias espirituales, las olvida fácilmente, pierde tanto el recuerdo del impacto, como del efecto y se le hace difícil creer. Iluminar la mente física a través de volverse consciente de los planos espirituales superiores y supramentales, es un objetivo de este *Yoga*, así como el iluminarla a través del poder del vital superior y de los elementos superiores de la mente en el ser, es la parte más importante del autodesarrollo del ser humano, de la civilización y la cultura.

Sri Aurobindo



Una de las principales funciones de la mente física es dudar. Si la escucháis encontrará siempre mil razones para dudar. Pero tenéis que saber que la mente física trabaja en la ignorancia y está llena de falsedades.

La Madre



*Dulce Madre, ¿La mente física es la misma que la mente mecánica?*

Casi. Hay sólo una pequeña diferencia, pero no mucha. La mente mecánica es aún más estúpida que la mente física. La mente física es aquella de la que hablamos un día, aquella que nunca está convencida de nada.

Os conté la historia de la puerta cerrada, ¿recordáis? Bien, ésta es la naturaleza de la mente física. La mente mecánica pertenece aún a un grado inferior, porque ni siquiera escucha la posibilidad de una razón convincente, y esto les sucede a todos. Generalmente no le permitimos que funcione. Pero está siempre presente repitiendo las mismas cosas de una manera absolutamente mecánica, sin rima ni razón, así, cuando le coge manía a algo, va... Por ejemplo, se divierte contando: “uno, dos, tres, cuatro...”, y continuará: “uno, dos, tres, cuatro, uno, dos, tres, cuatro...” Y estáis pensando en todo tipo de cosas, pero ella continúa: “uno, dos, tres, cuatro...” así... (*la Madre se ríe*) o coge tres o cuatro palabras y las repite, y continúa repitiéndolas; y a menos que uno no la confronte con una cierta violencia y no se le dé un puñetazo diciéndole: “¡cállate!” continua así indefinidamente.

La Madre



La mente mecánica es una especie de motor, cualquier cosa que le llegue la pone en la máquina y le da vueltas y más vueltas, no importa lo que sea.

Ésta es la naturaleza de la mente física, repetir inútilmente el movimiento que haya acontecido. Es lo que llamamos mente mecánica, ésta es prominente durante la infancia porque la mente pensante no está desarrollada y por otra parte tiene un rango de intereses restringido. Más tarde se vuelve un trasfondo en las actividades mentales.

Sri Aurobindo



## **El subconsciente**

*¿Qué se entiende exactamente por “subconsciente”?*

¿Subconsciente? Es algo que es medio consciente, ¿ves? Y decimos “sub” porque quiere decir “por debajo” de la consciencia. Es algo más oscuro que la consciencia, pero que, al mismo tiempo, es como un substrato inferior que sostiene la consciencia. Es como uno de estos almacenes de los cuales se podría sacar algo que no está formado, una substancia sin forma que podría ser convertida y traducida en formas o acciones o impulsos o incluso en sentimientos. Pero es como uno de estos almacenes que contienen un número considerable de cosas bastante mezcladas, no muy diferenciadas, pero muy ricas en posibilidades; lo que sucede es que habría que sacarlas a la luz y organizarlas, clasificarlas, darles una forma para que pudieran tener un valor.

Mientras están ahí, son como una masa, una mezcla, ciertamente subconsciente, es decir, medio-consciente, semi-consciente, en donde todo es confuso. Le falta organización y clasificación. Organizar y clasificar es característico de la consciencia... Clasificación, poner en orden, arreglar lógicamente... hay distintos tipos de lógica, pero aun así y todo algo de lógica, un comienzo de lógica. Hay formas de lógica



más elevada y más y más superiores. Pero incluso la lógica preliminar es el primer trabajo de la consciencia.

Pero la consciencia está sumergida, como si sus raíces la sumergieran, en este terreno, y extrae de éste como si extrajera savia; bombea constantemente este subconsciente que tiene que transformar en algo organizado. Es por esto que pasamos nuestro tiempo rehaciendo el mismo trabajo. Si tuviéramos una pequeña y limitada cantidad de consciencia que fuera propiamente nuestra, como algunos imaginan, como una pequeña bolsa llena de consciencia, ¿sabes?, que es propiamente nuestra, bien, una vez la has puesto en orden y bien organizada, tu trabajo está hecho, y puedes quedarte en paz. Pero no es así, no es en así absoluto.

Aunque hay elementos de consciencia que se escapan y se evaporan, que se esparcen, hay este constante resurgir, como de las profundidades, de algo que pide ser vuelto consciente y hay que volver a hacer el trabajo perpetuamente. Pero se puede, si uno es cuidadoso y está atento, en vez de volver a hacer exactamente la misma cosa cada vez, volverla a hacer con un pequeño progreso. Entonces el movimiento no es rectilíneo, pero es un movimiento que va así... ¿ves? (*Gesto de un movimiento en espiral*). A veces parece que uno retroceda, pero esto sucede para poder avanzar más y más lejos.

La Madre



*Dulce Madre, ¿el subconsciente es más fuerte que la mente, el vital y el físico?*

... Tiene un poder mayor. Bueno, precisamente porque es subconsciente, está por todas partes, todo parece estar impregnado por el subconsciente. Y, "subconsciente" quiere decir medio consciente, ni consciente ni inconsciente. Está justo entre los dos; es así, a la mitad; entonces las cosas se deslizan en él, uno no sabe que están allí, y desde allí actúan; y porque uno no sabe que están allí, pueden quedarse allí. Hay muchas cosas que uno no desea guardar y que se expulsan de la consciencia activa, pero se hunden allí, se esconden allí, y dado que es subconsciente uno no las nota; pero no se han ido completamente, y cuando tienen la oportunidad de resurgir otra vez, afloran. Por ejemplo, hay hábitos nocivos del cuerpo, en el sentido que el cuerpo tiene la costumbre de desequilibrarse, a esto le llamamos ponerse enfermo, ¿sabes?; sea lo que sea, el funcionamiento se vuelve defectuoso a través de un hábito nocivo. Concentrando la Fuerza y aplicándola sobre este defecto, uno consigue hacerlo desaparecer, pero no desaparece completamente, entra en el subconsciente. Y luego, cuando se está distraído, cuando uno no presta atención a impedir que se muestre, resurge y viene a la luz. Durante meses o incluso años creías que te habías liberado completamente de ciertos tipos de enfermedades que padecías, y habías parado de prestar atención, y de golpe, un día vuelve como si nunca se hubiera ido; salta fuera del subconsciente otra vez y a menos que se entre en este subconsciente y se cambien las cosas allí, es decir, a menos de que se cambie el subconsciente volviéndolo consciente, esto sucede siempre. Y el método es cambiar el subconsciente por el consciente, si cada cosa que sube a la superficie se vuelve consciente, debe ser cambiada en ese momento. Existe aún un método más directo: es entrar

en el subconsciente con plena consciencia y trabajar allí, pero es difícil. Sin embargo, mientras esto no se haga, todo el progreso que uno hace, quiero decir físicamente, en el propio cuerpo, puede ser deshecho.

La Madre



... Entendemos por subconsciente esa parte completamente sumergida de nuestro ser, en la que no hay pensamiento conscientemente consciente y coherente, voluntad o sentimiento o reacciones organizadas, pero que sin embargo, recibe de forma imprecisa las impresiones de todas las cosas y las guarda dentro de sí, y de donde también pueden surgir, en los sueños o en el estado de vigilia, todo tipo de estímulos, de movimientos habituales persistentes, crudamente repetidos o disfrazados de forma extraña. Porque si bien estas impresiones aparecen casi siempre en los sueños, de una forma incoherente y desorganizada, éstos pueden también hacerlo, y lo hacen, en nuestra consciencia de vigilia repitiendo mecánicamente viejos pensamientos, viejas costumbres, vitales, mentales y físicas, o estimulando veladamente sensaciones, acciones o emociones que no tienen origen en nuestro pensamiento o voluntad conscientes, y a menudo incluso son opuestas a sus percepciones, elecciones y dictados. En el subconsciente hay una mente oscura llena de obstinados *samskaras*<sup>45</sup>, impresiones, asociaciones, nociones fijas, reacciones habituales formadas por nuestro pasado, un vital oscuro lleno de las semillas de deseos habituales, sensaciones y reacciones nerviosas, una parte material muy oscura que gobierna mucho de lo que tiene que ver con la condición del cuerpo. Ésta es mayormente responsable de nuestras enfermedades; enfermedades crónicas o que se repiten, son debidas principalmente al subconsciente y a su obstinada memoria y costumbre de repetir cualquier cosa que se haya imprimido en la consciencia-del-cuerpo. Pero hay que distinguir claramente este subconsciente de las partes subliminales de nuestro ser, como son la consciencia físico-sutil o interior, el vital interior o la mente interior; ya que éstas no son ni incoherentes, ni oscuras o mal organizadas, sino sólo veladas por nuestra consciencia de superficie. Nuestra superficie recibe constantemente algo, contactos interiores, comunicaciones o influencias de estas fuentes, pero la mayor parte de las veces no sabe de dónde provienen.

Sri Aurobindo



El subconsciente es universal e individual al mismo tiempo, como todas las otras partes principales de la Naturaleza. Pero en el subconsciente hay distintas partes o planos. Todo sobre la tierra está basado en lo que se le llama el Inconsciente, si bien en realidad no es inconsciente en absoluto, pero más bien una completa “sub”-consciencia, una consciencia oculta o sumergida, en donde hay todo, pero nada está formulado o expresado. El subconsciente se halla entre ese Inconsciente y la mente, la vida y el cuerpo

---

<sup>45</sup> Fuertes impresiones en la mente, que generan las creencias, actitudes y personalidad de un ser humano. Los *samskaras* se registran en el cuerpo sutil. Estas impresiones generan la tendencia a repetir esos actos.

conscientes. Éste contiene la potencialidad de todas las reacciones primitivas hacia la vida, que luchan para salir fuera del tejido inerte y obtuso de la Materia, y formar, a través de un constante desarrollo, una consciencia autodefinida que evoluciona gradualmente; éste no las contiene como ideas, percepciones o reacciones conscientes, sino como la sustancia fluida de estas cosas. Pero también todo lo vivido conscientemente se hunde en el subconsciente, no como memorias precisas, aunque sumergidas, sino como impresiones de vivencias oscuras y sin embargo obstinadas, que pueden resurgir en cualquier momento como sueños, como repeticiones mecánicas de pensamientos, sentimientos, acciones, etc. del pasado, como “complejos” que detonan en acciones y eventos, etc, etc. El subconsciente es la causa principal del porqué todas las cosas se repiten, y nada cambia nunca excepto en apariencia. Es la causa del porqué la gente dice que el carácter no puede cambiarse, la causa también del constante retorno de cosas, que uno esperaba haberse quitado de encima para siempre. Todas las semillas están allí y todos los *samskaras* de la mente, del vital y del cuerpo, es el mayor soporte de la muerte y la enfermedad y la última fortaleza (aparentemente inexpugnable) de la Ignorancia. Todo lo que está reprimido sin haber sido eliminado por completo también se hunde allí, y allí se queda como semilla preparada para resurgir o aflorar en cualquier momento.

Sri Aurobindo



Acerca del subconsciente, éste es la base sub-mental del ser y está hecho de impresiones, instintos, movimientos habituales que están guardados allí. Cualquier movimiento impreso en él, lo guarda. Si se imprime en él, el movimiento correcto lo guardará y lo hará volver a la superficie. Es por esto que los viejos movimientos tienen que ser desalojados de él antes de que pueda haber un cambio total y permanente en la naturaleza. Una vez se ha establecido la consciencia superior en las partes conscientes, esta desciende al subconsciente y también lo cambia, creando allí también un cimiento para sí misma. Entonces no podrá haber más problemas con el subconsciente. Pero incluso antes de esto, uno puede minimizar el problema poniendo la voluntad correcta y el hábito de reacción correcto en las partes del subconsciente.

Sri Aurobindo



Así como existe por encima de la cabeza un super-consciente (algo por encima de nuestra consciencia presente) desde donde la consciencia superior desciende al cuerpo, también existe un subconsciente (algo por debajo de nuestra consciencia) debajo de los pies. La materia está bajo el control de este poder, porque ha sido creada a partir de él, es por esto que ésta se nos presenta como muy inconsciente. Por la misma razón, el cuerpo material está fuertemente sometido a la influencia de este poder; es por esto que no somos conscientes de la mayor parte de lo que acontece en el cuerpo. La consciencia exterior desciende a este subconsciente cuando dormimos, y se vuelve inconsciente de lo que nos sucede mientras dormimos, a excepción de unos pocos sueños. Muchos de estos sueños suben (a la parte consciente) desde el subconsciente y están hechos de viejos recuerdos, impresiones, etc.

combinados de manera incoherente. Porque el subconsciente recibe impresiones de todo lo que hacemos o experimentamos en nuestras vidas y mantiene estas impresiones en sí mismo, mandando a menudo a la superficie fragmentos de éstas cuando dormimos. Es una parte muy importante del ser, pero podemos hacer muy poco con él con la voluntad consciente. Será la Fuerza más alta que trabaja en nosotros la que, siguiendo su curso natural, abrirá el subconsciente a sí misma y hará descender en él su control y su luz.

Sri Aurobindo



*¿Se puede aprender a controlar el propio subconsciente, así como uno controla el propio pensamiento consciente?*

Uno está en contacto con el subconsciente principalmente cuando el cuerpo duerme. Si uno se vuelve consciente de sus noches, el control del subconsciente se vuelve mucho más fácil.

El control se puede volver completo cuando las células se vuelven conscientes de que el Divino está en ellas y cuando se abren voluntariamente a Su influencia.

La Madre



Es bastante normal que las dificultades vuelvan... y no es una prueba de que no haya progreso. La recurrencia de una dificultad (después que uno pensara que algo había sido conquistado) no es de extrañar. He explicado en mis escritos lo que sucede. Cuando un movimiento habitual arraigado en la naturaleza desde largo tiempo se expulsa fuera, se refugia en alguna parte menos iluminada de la naturaleza y, cuando se echa fuera del resto de la naturaleza se refugia en el subconsciente, y desde allí resurge cuando menos se espera, o aparece en sueños, o en repentinos movimientos inconscientes, o se marcha fuera y se queda esperando en el ser circunstante, a través del cual la Naturaleza trabaja, y desde allí ataca, como una fuerza externa que intenta recuperar su reino, a través de una sugestión o de la repetición de viejos movimientos. Uno tiene que resistir hasta que este poder de repetición desaparezca. Estas recurrencias o ataques, no deben ser vistos como parte de uno mismo, sino como invasiones, y deben ser rechazados sin permitir ningún tipo de depresión o desánimo. Si la mente no las sanciona, si el vital no las acoge, si el físico permanece estable y rehúsa obedecer al impulso físico, entonces la recurrencia del pensamiento, del impulso vital, la sensación física, empezará a perder sus últimos soportes que, finalmente, serán demasiado débiles para causar problemas.

Sri Aurobindo



## El inconsciente

... el Supremo en su manifestación cósmica actual, puesto que es el Infinito y por lo tanto no restringido por ninguna limitación, puede manifestar en Sí mismo, en su consciencia de innumerables posibilidades, algo que parece ser el opuesto de sí mismo, algo en lo que puede haber Oscuridad, Inconsciencia, Inercia, Insensibilidad, Desarmonía y Desintegración. Esto es lo que vemos en la base del mundo material y a lo hoy en día llamamos el Inconsciente (el Océano Inconsciente del Rigveda en el que el Uno estaba escondido y surgió en la forma de este universo) o como se le llama a veces, el no-ser, *Asat*. La Ignorancia, que es la característica de nuestra mente y de nuestra vida, es el resultado de este origen en la Inconsciencia. Además, en la evolución fuera de la existencia inconsciente, aparecen de forma natural poderes y seres, que están interesados en mantener todas las negaciones de lo Divino, error e inconsciencia, dolor, sufrimiento, oscuridad, muerte, debilidad, enfermedad, desarmonía, mal. De aquí la perversión en esta manifestación, su incapacidad de revelar la verdadera esencia del Divino. Sin embargo, dentro de la misma base de esa evolución, todo lo que es divino está inmerso ahí y está empujando para evolucionar, Luz, Consciencia, Poder, Perfección, Belleza, Amor. Porque en el Inconsciente mismo y detrás de las perversiones de la Ignorancia, la Consciencia Divina yace escondida y trabaja, y se manifestará más y más, despojándose al final de sus disfraces. Es por esto que se dice que el mundo está llamado a manifestar el Divino.

Sri Aurobindo



Si alguno de vosotros (tengo mis dudas, pero bueno) descendiera en el Inconsciente, lo que llamamos el Inconsciente puro, se daría cuenta de lo que es. En comparación una piedra os parecería un objeto maravillosamente consciente. Habláis de una piedra con desdén porque tenéis un poquitito más de consciencia de lo que ella tiene, pero la diferencia entre la consciencia de la piedra y el Inconsciente es quizás más grande de la que hay entre la piedra y vosotros.

La Madre



Sabemos por experiencia que, si descendemos en el subconsciente, por debajo de la consciencia física, en el subconsciente e incluso más abajo en el inconsciente, podemos encontrar en nosotros el origen del atavismo, de lo que procede de nuestra educación inicial y del ambiente en el que hemos vivido. Y esto da una especie de característica especial al individuo, a su naturaleza externa y generalmente se cree que hemos nacido así, y que permaneceremos así. Pero descendiendo al subconsciente, al inconsciente, uno puede descubrir el origen de esta formación y deshacer lo que fue hecho, cambiar los movimientos y reacciones de la naturaleza ordinaria, a través de una acción consciente e intencional y, de esta manera, transformar realmente el propio carácter. Esto no es un logro habitual, pero se puede

hacer. Por lo tanto se puede decir no sólo que se puede hacer, sino que ha sido hecho. Este es el primer paso hacia la transformación integral.

La Madre



*¿El inconsciente de uno mismo pertenece al ser individual o a la tierra?*

El inconsciente no está individualizado y cuando uno desciende al propio inconsciente se encuentra en el inconsciente de la materia. No se puede decir que cada individuo tenga su propio inconsciente, porque esto comportaría un comienzo de individualización, y cuando se desciende al inconsciente, quizás no se descienda al inconsciente universal, pero sí, al menos, al inconsciente terrestre.

La luz, la consciencia que desciende a ese inconsciente para transformarlo, debe necesariamente ser una consciencia que esté lo bastante cercana (a ése) para poderlo tocar. No es posible concebir una luz (la luz supramental, por ejemplo) que tenga el poder de individualizar el inconsciente. Pero, a través de un ser consciente, individualizado, esta luz puede ser llevada al inconsciente y así volverlo gradualmente consciente.

Primeramente, es el subconsciente el que tiene que volverse consciente, y la mayor dificultad de la transformación integral, está realmente en que hay cosas (movimientos) que suben constantemente del subconsciente. Crees haber obtenido un control sobre un determinado movimiento, por ejemplo, la rabia. Pruebas muy arduamente controlar tu rabia, y lo consigues hasta un cierto punto, luego, de golpe, viene a la superficie otra vez por una razón cualquiera que te es desconocida, como si no hubieras hecho nada de nada, y tienes que volver a empezar desde el principio otra vez. Si fuera la parte transformada del ser la que se va para atrás y regresa a sus viejas maneras de funcionar, esto sería muy deprimente, pero no es así. Es la parte material, la vida material que está sustentada, sostenida podríamos decir, por una vida subconsciente. Y este subconsciente está empezando a ser individualizado alrededor de algunas personas; éste tiene ciertas afinidades con un tipo de subconsciente, más o menos como el nuestro, y es allí a donde van a parar las cosas que habéis reprimido o echado fuera de vuestra naturaleza, y el día menos pensado vuelven a subir. Pero si podéis llevar la luz al subconsciente y volverlo consciente, esto no sucederá más.

La Madre



## **El Subliminal – el Ser Interior**

En todo el ser, y en todos sus niveles, existe tanto una consciencia interior como exterior. El ser humano ordinario sólo es consciente de su ser de superficie, y muy inconsciente de todo lo que está escondido debajo de la superficie. Y sin embargo lo que está en la superficie, lo que conocemos o pensamos conocer de nosotros mismos, y que incluso creemos que es todo lo que somos, sólo es una pequeña

parte de nuestro ser, y en realidad la mayor parte de nosotros está por debajo de la superficie. O, más exactamente, está detrás de la consciencia frontal, detrás del velo, escondida, y sólo puede ser conocida por un conocimiento oculto. La Psicología moderna y la ciencia psíquica han empezado a percibir solo un poquito de esta verdad. La psicología materialista llama a esta parte escondida el Inconsciente, si bien admite prácticamente, que ésta es mucho mayor, más potente y profunda que el ser consciente de superficie, muy similar a los Upanishads que llamaron al super-consciente en nosotros el Ser-durmiente, si bien se dice de este Ser-durmiente, que es una Inteligencia infinitamente mayor, omnisciente, omnipotente, *Prajna*, el *Ishwara*. La ciencia psíquica llama a esa consciencia escondida el ser subliminal, y también aquí podemos percibir que ese ser subliminal posee más poderes, más conocimiento y un campo mucho más libre de movimiento, que el pequeño ser que está en la superficie. Pero la verdad es que todo esto que está detrás, este océano del cual nuestra consciencia de vigilia, no es más que una ola o una serie de olas, no puede ser descrito con ninguno de esos términos, porque es mucho más complejo. Parte de él es subconsciente, está por debajo de nuestra consciencia de vigilia, parte de este está al mismo nivel (de la consciencia de vigilia) pero detrás es mucho más amplio; parte de ello está por encima y para nosotros es súper-consciente. Lo que llamamos nuestra mente es sólo nuestra mente exterior, una acción mental de superficie, un instrumento para la expresión parcial de una mente más amplia detrás, de la cual normalmente no somos conscientes y que podemos sólo conocer, yendo dentro de nosotros mismos. Así también lo que conocemos del vital en nosotros, es sólo el vital exterior, una actividad de superficie que expresa parcialmente un vital secreto más amplio, que sólo podemos conocer a través de la introspección. Igualmente lo que conocemos de nuestro ser físico, es sólo una proyección visible de una consciencia física invisible mucho mayor y mucho más sutil, que es mucho más compleja, mucho más consciente, mucho más receptiva, mucho más plástica y libre.

Sólo si comprendes y vives esta verdad, serás capaz de comprender qué se entiende por la mente interior, el vital interior, la consciencia física interior. Pero hay que notar que ese término "interior" viene siendo usado en dos sentidos diferentes. A veces denota la consciencia detrás del velo del ser exterior, la mente o vital o físico interiores, que están en contacto directo con la mente universal, las fuerzas de vida universales y las fuerzas físicas universales. Y otras veces, entendemos con esto una mente, un vital y un físico más profundos, específicamente llamados la mente verdadera, el vital verdadero, la consciencia física verdadera, más cercanas al alma y que pueden reaccionar a la Luz y al Poder divino más fácil y directamente. No hay posibilidad de *Yoga* real, y aún menos de *Yoga* integral si no nos separamos del ser exterior y nos volvemos conscientes de todo ese ser interior y de la naturaleza interior. Porque sólo entonces podremos romper las limitaciones del ser externo ignorante, que recibe conscientemente sólo los contactos externos, y conoce las cosas indirectamente a través de la mente y los sentidos externos, y volvernos directamente conscientes de la consciencia universal y de las fuerzas universales que actúan a través de nosotros y de nuestro alrededor. Y solo entonces podemos esperar ser directamente conscientes del Divino en nosotros, y estar directamente en contacto con la Luz Divina y la Fuerza Divina. De otra manera, podemos sentir el Divino solamente a través de signos externos y resultados externos, y ése es un camino incierto y difícil, y muy ocasional e

inconstante, y conduce sólo a creer y no a conocer, no conduce a la consciencia directa y al ser conscientes de la presencia constante.

Sri Aurobindo



Podríamos decir que en nosotros hay dos seres, uno en la superficie, que es nuestra mente exterior ordinaria, vida y consciencia corpórea, y otra detrás del velo, una mente interior, una vida interior y una consciencia física interior, constituyendo otro ser o ser interior. Una vez este ser interior se ha despertado se abre a su vez a nuestro ser real eterno. Se abre interiormente al alma, llamada en el lenguaje de este *Yoga* el ser psíquico, que sostiene y respalda nuestros sucesivos nacimientos y en cada uno de ellos adopta una nueva mente, vida y cuerpo. Éste se abre por arriba al Ser o Espíritu, que es nonato, y a través de restablecerlo conscientemente, transcendemos la personalidad cambiante y conseguimos la libertad y el completo dominio sobre nuestra naturaleza.

Sri Aurobindo



... en el ser humano, el subliminal forma la mayor parte de su naturaleza, y contiene en él el secreto de las dinámicas ocultas que explican sus actividades de superficie. Pero el bajo vital subconsciente, que es todo lo que el psicoanálisis de Freud parece conocer, e incluso de eso conoce sólo pocas esquinas mal iluminadas, no es más que una porción restringida y muy inferior del entero subliminal. El ser subliminal se mantiene detrás y sostiene el entero ser humano superficial; tiene en él una mente más amplia y más eficiente detrás de la mente de la superficie, un vital más amplio y potente detrás del vital de superficie, una consciencia física más sutil y libre detrás de la existencia superficial corpórea. Y por encima de ellos se abre a un super-consciente superior al igual que por debajo de ellos se abre a bajas gradaciones subconscientes.

Sri Aurobindo



*Dulce Madre, ¿qué quiere decir exactamente “el ser subliminal”?*

Bien, es lo que Sri Aurobindo dice, ¿verdad? Es lo que hay detrás. Creo que es lo que podríamos llamar el físico sutil, el vital sutil, la mente sutil. Es algo que está detrás de lo manifestado. Podríamos imaginar que lo que se manifiesta es como una capa, o como una costra o una corteza; esto es lo que vemos, y con lo que estamos en contacto. Y esto, esto reviste algo, reviste o expresa algo que es más sutil y que sirve de soporte.

Cuando uno sueña, va muy a menudo al propio ser subliminal, y allí las cosas son casi iguales, y no del todo iguales; hay un gran parecido, y sin embargo es diferente, y generalmente, este es más amplio.



Uno tiene la impresión de entrar en algo que es más vasto; y por ejemplo, se tiene la impresión de que se puede hacer más, saber más, tener un poder y una clarividencia que uno no tiene en la consciencia ordinaria; cuando uno sueña, se tiene la impresión de saber muchas más cosas que cuando uno está despierto. ¿No? ¿No te sucede? ¿No tienes sueños así?... Cuando se sueña se sabe mucho, por ejemplo, sobre las razones secretas de las cosas, sobre lo que un movimiento expresa... uno tiene la impresión de saber todo eso. Por ejemplo, cuando uno sueña con alguien sabe mejor lo que piensa, lo que quiere, y todas estas cosas, mucho más que cuando estamos en contacto con ese alguien estando despiertos. Esto sucede cuando se entra en el subliminal. Muy a menudo uno sueña en el subliminal.

La Madre



... Éste (el subliminal) no es forzosamente más iluminado, más equilibrado, no. Es más sutil, es menos opaco que nuestra consciencia exterior. Nuestra consciencia exterior es muy insulsa, no tiene profundidad; al igual que nuestra comprensión exterior no tiene profundidad, nuestras sensaciones no tienen profundidad; todo esto es algo... como si fuera liso. Entonces allí, es más pleno, pero no necesariamente más verdadero.

*¿Entonces por qué es el más importante?*

Porque está en el interior. Es lo que sostiene lo de fuera. El exterior no es más que una apariencia de eso. Como dije, cuando se va allí en un sueño, se saben cosas que uno no sabe, se pueden hacer cosas, o estar en contacto con cosas que no se conocen en la consciencia de vigilia, porque es demasiado superficial.

Es como el interior de algo. El exterior es su expresión, pero una expresión de superficie. Luego por fuerza parece igual; de todos modos, más que un parecido, lo que tiene es una identificación con lo que nosotros vemos desde el exterior. Nosotros vemos la forma, ¿verdad?, la expresión; y bien, esta expresión tiene por fuerza una analogía, más que una analogía, una identificación con lo que hay dentro.... Entonces si vemos alguien que exteriormente es totalmente ignorante de su ser psíquico, es imposible que interiormente sea del todo consciente de él; puede estar más cerca, pero no puede tener una consciencia del psíquico sin que esto se refleje fuera. Por consiguiente si no se refleja fuera, quiere decir que no está verdaderamente establecido dentro.

.... Podríamos decir quizás, quizás... algo así como el gusto de una fruta. Sabes, tú ves una fruta, tiene una apariencia, tiene un cierto color, se te aparece de una determinada manera, pero tú no puedes saber bien cuál es su gusto hasta que la pruebes, es decir hasta que no hayas entrado dentro. Es algo así, algo análogo a esto.

O quizás como un reloj (notad que no es así, lo explico así sólo para intentar hacerme comprender); cuando ves un reloj, ves un cuadrante y ves que las agujas se mueven, pero si quieres conocer el reloj, lo debes abrir y ver cómo funciona dentro.

Es algo así, aquí tú ves solamente el efecto; detrás hay una causa. Es un poco así.

Tal como vemos el mundo y nuestra consciencia exterior, es el efecto de algo que está detrás, que Sri Aurobindo llama el subliminal. Y esto, como ha dicho, se pone en movimiento debido a impulsos que proceden del subconsciente, abajo, y del super-consciente arriba, y entonces es como si se armaran allí, y una vez organizado allí, se expresa en la consciencia exterior, la consciencia ordinaria.

Lo mejor es ir allí; una vez has estado allí se comprende lo que es. No es difícil; en los sueños se va casi constantemente, de manera muy fácil, sin esfuerzo.

#### *¿Cómo saber si hemos ido allí?*

Si uno se acuerda, comprende. Si uno recuerda la especie de diferencia de impresión que se ha tenido: se tiene una cierta impresión, y cuando se vuelve se siente una especie de desconexión, la impresión es diferente, incluso el punto de vista que se tenía sobre las cosas es diferente. Y bien, si uno se acuerda de esto, comprende. Si uno tiene la costumbre, uno puede, incluso hablando o haciendo algo, percibir muy claramente, sobre todo cuando se habla o se piensa o se reflexiona sobre algo, una segunda capa que está detrás, que es mucho más amplia y en la que las cosas se organizan de una manera mucho más sintética (no evidentemente comprensible) que en la consciencia exterior. Si se reflexiona sólo un poco y que uno se ve pensando, esto se puede percibir detrás muy claramente, se pueden ver las dos cosas moverse al mismo tiempo así (*gesto*)... como el pensamiento formulado y el origen del pensamiento que está detrás. Y luego cuando uno piensa, se tiene la impresión de estar así, encerrado dentro de algo; mientras que allí, enseguida se tiene la impresión de estar en contacto con muchas otras cosas y es mucho más grande.

La Madre



... De allí (de las fuerzas subliminales) proceden todas las grandes aspiraciones, ideales, esfuerzos hacia un ser mejor y una humanidad mejor, sin la cual el ser humano sería sólo un animal pensante; como también la mayor parte del arte, poesía, filosofía, están sedientas de un conocimiento que mitigue, si bien aún no elimine, la ignorancia.

Sri Aurobindo



#### *Consciencia circundante*

El individuo no está limitado al cuerpo físico, es sólo la consciencia externa la que se siente de este modo. Desde el momento en que uno sobrepasa este sentimiento de limitación, se puede sentir, primero, la consciencia interior que está conectada con el cuerpo, pero que no le pertenece; luego los planos de consciencia por encima del cuerpo, también una consciencia que rodea el cuerpo, pero que

forma parte de uno mismo, parte del ser individual, a través de la cual uno está en contacto con las fuerzas cósmicas y con otros seres. Esta última es lo que he llamado consciencia circundante.

Sri Aurobindo



Cada ser humano tiene su consciencia personal anclada en su cuerpo y se pone en contacto con su entorno sólo a través de su cuerpo y sus sentidos, y de la mente usando los sentidos.

Sin embargo, las fuerzas universales se vierten en él todo el tiempo sin que uno se dé cuenta. Él es consciente sólo de los pensamientos, los sentimientos, etc., que surgen a la superficie y que toma como suyos. Realmente éstos proceden de afuera en forma de ondas mentales, ondas vitales, ondas de sentimiento y de sensación, etc., que toman una forma particular en él y que, después de haber entrado dentro, suben a la superficie.

Pero no entran en su cuerpo inmediatamente. Él lleva consigo una consciencia circundante (que los Teósofos llaman Aura) en donde entran primero. Si uno puede volverse consciente de su ser circundante, entonces puede atrapar el pensamiento, la pasión, la sugestión o la vibración de enfermedad y prevenir que entren dentro de uno mismo. Si se echan fuera cosas de uno mismo, a menudo éstas no se van completamente, sino que toman refugio en esa atmósfera circundante, y desde allí intentan volver a entrar. O se van fuera, un poco lejos, quedándose en los alrededores, o incluso se van muy lejos, esperando hasta que tienen la oportunidad para intentar entrar.

Sri Aurobindo



Cuando la consciencia de vigilia expulsa estas cosas, éstas intentan refugiarse en el subconsciente, o si no en lo que se podría llamar la consciencia circundante, y desde allí ejercen presión sobre la consciencia intentando recuperar su presa, o simplemente para reaparecer más tarde. Si éstas están en el subconsciente, normalmente suben en los sueños, pero también pueden resurgir durante la consciencia de vigilia. Si proceden de la consciencia circundante, toman la forma de pensamientos, sugestiones, o impulsos, o una presión nerviosa, vaga o molesta.... Cuando el cuerpo está lleno de la nueva consciencia, Paz y Poder al mismo tiempo, entonces esta presión externa se siente, pero no puede perturbar, y finalmente se aleja a una cierta distancia (sin presionar más, directamente, a la mente física o el cuerpo), y desaparece gradualmente o rápidamente.

Por consciencia circundante entiendo algo que cada ser humano lleva alrededor de sí, fuera de su cuerpo, incluso cuando no es consciente de ello, a través de lo cual él está en contacto con los otros y con las fuerzas universales. Es a través de esto que los pensamientos, emociones, etc. de los otros

entran en uno, es también a través de este algo que olas de la fuerza universal, deseo, sexo, etc., entran y toman posesión de la mente, el vital o el cuerpo.

Sri Aurobindo



Es bastante normal que las dificultades vuelvan... y eso no es una señal de que no se haya progresado. La recurrencia (después de pensar que algo había sido conquistado) no es extraña. He explicado en mis escritos lo que sucede. Cuando un movimiento habitual, enraizado en la naturaleza desde largo tiempo, es expulsado, se refugia en el subconsciente y desde allí resurge cuando menos se espera, o aparece en los sueños, o en movimientos inconscientes imprevistos, o se va fuera y permanece a la espera en el ser circundante, a través del cual, la Naturaleza universal actúa, y desde allí ataca como una fuerza externa, intentando recuperar su reino a través de una sugestión o una repetición de viejos movimientos. Uno debe persistir hasta que el poder de recurrencia desaparece. Estos retornos o ataques, tienen que ser vistos no como parte de uno mismo, sino como invasiones, y rechazarlos sin permitir ningún tipo de depresión o desánimo. Si la mente no los consiente, si el vital rechaza darles la bienvenida, si el físico permanece firme y rechaza obedecer al deseo físico, entonces la recurrencia del pensamiento, del impulso vital, de la sensación física empezará a perder sus últimos dominios y finalmente serán demasiado débiles para causar cualquier problema.

Sri Aurobindo



## **El Superconsciente**

... Por encima de la cabeza existe un superconsciente (algo por encima de nuestra consciencia actual), desde donde la consciencia superior desciende dentro del cuerpo...

Sri Aurobindo



La consciencia superior es la que está por encima de la mente ordinaria, y es distinta de ésta en sus acciones; su alcance va desde la mente superior, la mente iluminada, la intuición y la sobremente hasta el límite de la supermente.

Sri Aurobindo



En esta consciencia superior hay muchas gradaciones, de las cuales la supermente es la cumbre o el origen.

Sri Aurobindo



Existen, por encima de nosotros... estados sucesivos, niveles o poderes progresivos del ser que van más allá de nuestra mente normal, escondidos en nuestras propias partes superconscientes, gamas de Mente superiores, grados de consciencia y experiencia espiritual; sin ellos no habría vínculos, no habría espacios intermedios que ayudaran a hacer posible la inmensa ascensión. Es realmente desde estas fuentes superiores, que el Poder espiritual secreto actúa sobre el ser, y a través de su presión produce la transformación del psíquico o el cambio espiritual; pero en las primeras etapas de nuestro crecimiento esta acción no es aparente, ésta permanece oculta e imperceptible.

Sri Aurobindo



... desde el punto de vista del ascenso de la consciencia, desde nuestra mente hacia lo alto, la gradación puede definirse como una escala de cuatro ascensiones principales, a través de una serie creciente de poderes dinámicos, cada cual con su alto nivel de realización, mediante los cuales esa puede sublimarse. Estas gradaciones pueden ser descritas de forma sintetizada como una serie de sublimaciones de la consciencia a través de la Mente Superior, la Mente Iluminada y la Intuición hasta la Sobremente y más allá de ella; hay una sucesión de auto-transmutaciones en la cumbre de las cuales se encuentra la Supermente o Gnosis divina.

Sri Aurobindo



### *Mente Superior*

Por Mente Superior entiendo el primer nivel de consciencia espiritual en el que uno está constante e íntimamente consciente del Ser, el Uno en todas partes, y habitualmente sabe y ve las cosas con esa consciencia; pero aún está a nivel muy mental, si bien es altamente espiritual en su substancia esencial; y su instrumentación se hace a través de un elevado poder de pensamiento y una visión mental exhaustiva, no está iluminada por ninguna de las intensas luces superiores sino como si estuviera bajo una fuerte luz del día, grande y clara. Ésta actúa como un estado intermedio entre la Luz-Verdad en lo alto y la mente humana; comunicando el conocimiento superior de una forma, que hace que la Mente sea más intensa, más amplia, espiritualmente flexible, y pueda recibirlo sin ser cegada o deslumbrada por la Verdad que hay detrás.

Sri Aurobindo



### *Mente Iluminada*

... La Mente Iluminada es una Fuerza más grande (más alta que la Mente Superior), una Mente que ya no pertenece al Pensamiento superior sino a la luz espiritual. Aquí, la claridad de la inteligencia espiritual, su tranquila luz de día cede el paso o se subordina a un brillo intenso, un resplandor e iluminación del Espíritu: un juego de luces de poder y verdad espiritual irrumpe desde arriba en la consciencia, y añade un ardor fogoso de realización y un éxtasis apasionado de conocimiento, a la calma y extensa iluminación y al vasto descenso de paz que caracteriza o acompaña, la acción de un más amplio principio conceptual-espiritual. Muy a menudo un aguacero de luz interior visible arropa su acción; porque hay que notar que contrariamente a nuestras concepciones ordinarias, la luz no es especialmente una creación material, y el sentido o visión de luz que acompaña la iluminación interior, no es meramente una imagen subjetiva visual, o un fenómeno simbólico: la luz es primariamente una manifestación espiritual de la Realidad Divina iluminadora y creadora; la luz material es una representación o conversión subsecuente de ésta en la Materia, para los fines de la Energía material. En este descenso también se produce la llegada de una dinámica mayor, un impulso dorado, un “fervor” luminoso de fuerza y poder interiores que sustituyen, cuando se comparan, al lento y deliberado proceso de la Mente Superior por un rápido, a veces vehemente ímpetu, casi violento, de rápida transformación.

Sri Aurobindo



### *Intuición*

El pensamiento de la mente intuitiva se produce siempre a través de cuatro poderes que moldean la forma de la verdad: una intuición que sugiere su idea, una intuición que discierne, una inspiración que trae su palabra y algo de su substancia más alta, y una revelación que hace visible la propia cara y cuerpo de la realidad. Estas cosas no son lo mismo que ciertos movimientos de la inteligencia mental ordinaria, que parecen similares, y debido a nuestra inexperiencia inicial se confunden fácilmente con la verdadera intuición. La intuición sugestiva no es la misma cosa que la percepción intelectual de una información rápida, o el discernimiento intuitivo, lo mismo que el rápido juicio del intelecto racional; la inspiración intuitiva no es lo mismo que la acción inspirada de la inteligencia imaginativa, ni la revelación intuitiva lo mismo que la fuerte luz de un concepto y experiencia mentales.

Quizá sería correcto decir que estas actividades anteriores, son representaciones mentales de los movimientos superiores, tentativas de la mente ordinaria de hacer las mismas cosas que la naturaleza superior, o hacer las mejores imitaciones posibles que el intelecto puede ofrecer del funcionamiento de la naturaleza superior. Las verdaderas intuiciones difieren de estas falsificaciones en su substancia de luz, en el modo en que operan, y su método de conocimiento. La velocidad intelectual depende del despertar de la mente ignorante básica a las informaciones mentales y representaciones de la verdad, que pueden ser suficientemente validas en su propio campo y por sus propios objetivos, pero que, debido a su propia naturaleza, no son necesariamente fiables. Para manifestarse, éstas dependen de las

sugestiones dadas por la mente y la información de los sentidos, o de la acumulación del conocimiento mental anterior. Buscan la verdad como algo externo, un objeto que debe hallarse, y ser visto y guardado como una adquisición, y una vez encontrado, examinan su apariencia, sus sugerencias o aspectos. Este escrutinio no puede dar nunca una idea lo bastante completa y adecuada de la verdad. Por más positivas que puedan parecer en el momento, en cualquier momento pueden ser superadas, rechazadas o halladas inconsistentes por nuevos conocimientos.

El conocimiento intuitivo, por el contrario, por más limitado que pueda ser en su campo o aplicación, está dentro de aquel ámbito seguro con una instantánea, una durable y especialmente auto-existente certidumbre.

Sri Aurobindo



Para obtener la intuición verdadera uno tiene que liberarse de la auto-voluntad de la mente, y del vital también, de sus preferencias, antojos, fantasías, fuertes insistencias y eliminar la presión del ego mental y vital, que lleva a la consciencia a trabajar al servicio de sus propias exigencias y deseos. De lo contrario estas cosas entrarán con fuerza y fingirán ser intuiciones, inspiraciones y todo el resto. O si viene alguna intuición, puede ser deformada y corrompida por la mezcla de estas fuerzas de la Ignorancia.

Sri Aurobindo



### *Sobremente*

Existen por encima de la mente varios niveles de existencia consciente, entre los cuales está el mundo realmente divino que Sri Aurobindo ha llamado la Supermente, el mundo de la Verdad. Pero entre los dos, Sri Aurobindo ha destacado lo que él llama la Sobremente, el mundo de los Dioses cósmicos. Hasta ahora, la Sobremente es la que ha gobernado nuestro mundo: dentro de la consciencia iluminada es la cumbre más alta que el hombre ha sido capaz de alcanzar. Se le ha tomado por el Divino supremo y todos los que han alcanzado esta cumbre jamás han dudado un solo instante de haber tocado el Espíritu verdadero. Ya que para la consciencia humana ordinaria su resplandor es tan grande que ésta queda completamente deslumbrada, y cree que por fin ha encontrado la realidad suprema. Y no obstante es un hecho que la Sobremente, se encuentra muy por debajo del verdadero Divino. No es la auténtica morada de la Verdad. Es sólo el dominio de los *formadores*, estos poderes y estas divinidades creadoras, delante de las cuales los hombres se han postrado desde el comienzo de los tiempos. Y si el verdadero Divino no se ha manifestado y no ha transformado la naturaleza terrestre, es precisamente porque se ha confundido la Sobremente con la Supermente. Los dioses cósmicos no viven enteramente en la Consciencia de Verdad, están solamente en contacto con ella y cada uno de ellos representa un aspecto de su gloria.

Sin duda, la Supermente ha actuado también en la historia del mundo, pero siempre a través de la Sobremente. Sólo el descenso directo de la Consciencia y Poder supramentales puede recrear totalmente la vida en los términos del Espíritu. Porque, en la Sobremente, se halla ya el juego de posibilidades que marca el comienzo de este triple mundo inferior, de la mente, de la vida y de la materia en el que se desarrolla nuestra existencia. Y cada vez que encontramos este juego, y no el trabajo espontáneo e infalible de la Verdad innata del Espíritu, implica que la ignorancia y la distorsión están ahí en germen. Esto no quiere decir que la Sobremente sea un campo de ignorancia, pero es la línea fronteriza entre lo Superior y lo Inferior; y el juego de posibilidades, la posibilidad de una elección separada, aunque no sea dividida, probablemente conduzca a una desviación de la Verdad de las cosas.

La Sobremente, por consiguiente, no posee y no puede poseer el poder de transformar la naturaleza humana en una naturaleza divina. Para esto, la Supermente es el único agente eficaz.

La Madre



### *Supermente*

*Aquí está escrito: "Es muy desatinado pretender poseer prematuramente la Supermente, o incluso una experiencia de ella." ¿Qué quiere decir una experiencia de la Supermente?*

Es aún más desatinado imaginar poseerla. Es esto. Sí, porque hay personas que desde el momento que encuentran una frase en un libro, en una enseñanza, inmediatamente se imaginan que la han realizado. Entonces, cuando Sri Aurobindo empezó a hablar de la Supermente (en sus escritos) todo el mundo le escribía: "¡He visto la Luz supramental, he tenido una experiencia supramental!" Ahora, más vale guardar la palabra Supramental para más tarde. Por el momento no hablemos de ello.

Ha escrito en algún lugar una descripción muy detallada de todas las funciones mentales accesibles al ser humano. Bien, cuando se lee eso, uno percibe que sólo para atravesar la mente hasta su límite superior, hay tantas etapas que aún no se han recorrido, que verdaderamente no necesitamos hablar de la Supermente por ahora.

Cuando habla de las regiones superiores a la mente, uno se da cuenta que muy raramente se vive en estos lugares. Es muy raro que se esté en ese estado de consciencia. Al contrario, vivimos en lo que él llama la mente absolutamente ordinaria, la mente del hombre ordinario. Y para la consciencia ordinaria, la razón ya es una región muy elevada; y para Sri Aurobindo, la razón es una de las facultades intermedias de la mente humana. Existen regiones mentales muy superiores a ésta, que ha descrito en detalle. Y es cierto que quienes mantenían correspondencia con él, si tenían... rápidamente dijeron que tenían experiencias supramentales maravillosas... porque raramente se está en esas regiones que están más allá de la razón, regiones de percepción directa, de intuición y de otras facultades de la intuición, de la misma naturaleza que van mucho más allá de la razón; y éstas son aún regiones mentales, no tienen nada del supramental.



... Es en la mente misma, sin salir de la mente, donde hay todas estas regiones que son casi inaccesibles para la mayoría de los seres humanos.

... Antes de llegar al límite extremo de la mente, existen muchas regiones y actividades mentales que no son accesibles para la mayoría de los seres humanos. E incluso para aquellos que pueden entrar en ellas, no son regiones en las que viven de manera constante. Tienen que hacer un esfuerzo de concentración para alcanzarlas, y no siempre lo consiguen. Hay regiones que Sri Aurobindo ha descrito, que sólo raros individuos pueden alcanzar, y sin embargo él habla de ellas como regiones mentales. No usa la palabra supramental para ellas.

La Madre



### ***Atman – Ser – Espíritu***

No hay distinción entre el Ser y el espíritu. El psíquico es el alma que se desarrolla en la evolución (el espíritu es el Ser que no está afectado por la evolución, pues está por encima de ella), solamente está cubierto o escondido por la actividad de la mente, del vital y del cuerpo. La eliminación de esta capa libera el espíritu, y es eliminada cuando hay un silencio espiritual amplio y total.

Sri Aurobindo



Cuando uno se vuelve consciente del Ser calmo, silencioso, amplio, universal, éste ya no está velado por la ignorancia, cuando uno se identifica con el Ser y no con la mente, la vida y el cuerpo, y sus movimientos, o con su pequeño ego, se llega entonces a la liberación del Ser.

Sri Aurobindo



El *Atman* es el Ser o espíritu que permanece por encima, puro y sin tacha, inalterado por las coloraciones de la vida, por el deseo, el ego y la ignorancia. Se percibe como el verdadero ser del individuo, pero también, de manera más amplia, como el mismo ser en todos y como el Ser en el cosmos; tiene también una auto-existencia por encima del individuo y del cosmos, y entonces se le llama el *Paramatma*, el Divino Ser supremo.

Sri Aurobindo



El Divino es más que el *Atman*. También es la Naturaleza. Lo contiene todo en Sí mismo.

Sri Aurobindo



### ***Jivatman* – El ser central**

El ser, *Atman*, en su naturaleza es o trascendente o universal (*Paramatma, Atma*). Cuando se individualiza y se vuelve un ser central, entonces es el *Jivatman*. El *Jivatman* siente su unidad con el universal, pero al mismo tiempo es consciente de su distinción central como una porción del Divino.

Sri Aurobindo



La frase “ser central” se aplica normalmente en nuestro *Yoga*, a la porción del Divino en nosotros, que sostiene todo el resto y sobrevive a través de la muerte y el nacimiento. Este ser central tiene dos formas (en lo alto está el *Jivatman*, nuestro verdadero ser, del cual nos volvemos conscientes cuando nos llega la auto-consciencia superior) abajo está el ser psíquico posicionado detrás de la mente, el cuerpo y la vida. El *Jivatman* está por encima de la manifestación en la vida y la preside; el ser psíquico está detrás de la manifestación en la vida y la sostiene.

Sri Aurobindo



El ser central (el *Jivatman*, que no nace ni evoluciona, sino que preside sobre el nacimiento y la evolución individual), designa un representante de sí mismo en cada plano de la consciencia. En el plano mental éste es el *manomaya Purusha*, el verdadero ser mental, en el plano vital, el *pranamaya Purusha*, el verdadero ser vital, y en el plano físico el *annamaya Purusha*, el verdadero ser físico. Por lo tanto, cada ser, mientras persista la ignorancia, está centrado alrededor de su *Purusha* mental, vital o físico, dependiendo de en qué plano viva predominantemente, y éste es para él su ser central. Pero en realidad el verdadero representante está escondido detrás de la mente, del vital y del físico, y es el psíquico, nuestro ser más profundo.

Sri Aurobindo



El verdadero ser interior, la mente verdadera, el vital verdadero, el verdadero físico, representa y obedece, cada uno en su plano, al ser central, pero la naturaleza en su totalidad, y especialmente la naturaleza externa, no lo hace, tampoco la mente ordinaria, la personalidad física o vital. El ser psíquico es el ser central para los fines de la evolución, éste crece y se desarrolla; pero hay un ser central arriba

del cual la mente no es consciente, que preside de forma invisible sobre la existencia y de quien el ser psíquico, es el representante en la naturaleza manifestada. A este se le llama el *Jivatman*.

Sri Aurobindo



El *Jivatman* es para mí el Non-nato que preside sobre el ser individual y su desarrollo, está asociado a él, pero por encima de él y de su desarrollo, y que por la propia naturaleza de su existencia se conoce a sí mismo como universal y trascendente y al mismo tiempo individual, y siente que el Divino es su origen, la verdad de su ser, el amo de su naturaleza, la mismísima sustancia de su existencia.

Sri Aurobindo



Por *Jivatman* entendemos el ser individual. Esencialmente es uno con todos los demás, pero en la multiplicidad del Divino ése es el ser individual, un centro individual del universo, y lo ve todo en sí mismo o a sí mismo en todo, o ambos a la vez, de acuerdo con su estado de consciencia y su punto de vista.

Sri Aurobindo



## **Alma y Ser Psíquico**

El *Jivatman*, la chispa-del-alma y el ser psíquico son tres diferentes formas de la misma realidad, y no hay que mezclarlas, porque esto perturba la claridad de la experiencia interior.

El *Jivatman* o espíritu, es auto-existente, por encima del ser manifestado o instrumental, y está por encima del nacimiento y la muerte, siempre igual, el Ser individual o *Atman*. Éste, es el verdadero ser eterno del individuo.

El alma es una chispa del Divino que no está situada por encima del ser manifestado, pero desciende a la manifestación para apoyar su evolución en el mundo material. Al principio es un poder indiferenciado de la Consciencia Divina que contiene todas las posibilidades que aún no han tomado forma, y la función de la evolución es darles forma. Esta chispa está en todos los seres vivientes desde el más bajo hasta el más alto.

El ser psíquico está formado por el alma en su evolución. Sostiene la mente, el vital y el cuerpo, crece a través de sus experiencias, conduce la naturaleza de vida en vida. Éste es el psíquico o *chaitya Purusha*. Al principio está velado por la mente, el vital y el cuerpo, pero a medida que crece se vuelve capaz de avanzar hacia delante y dominar la mente, la vida y el cuerpo; en el hombre ordinario depende de ellos para expresarse, y no es capaz de tomar posesión de ellos y usarlos libremente. La vida del ser es animal

o humana, no divina. Cuando el ser psíquico, a través de la *sadhana*, puede volverse dominante y usar libremente sus instrumentos, entonces, el impulso hacia el Divino se vuelve completo y la transformación de la mente, el vital y el cuerpo (no simplemente su liberación), se vuelve posible.

Puesto que el Ser o *Atman* es libre y está más allá del nacimiento y la muerte, la experiencia del *Jivatman* y su unidad con el Ser supremo o universal, trae consigo un sentimiento de liberación; esto es necesario para la suprema emancipación espiritual: pero para la transformación de la vida y de la naturaleza, el despertar del ser psíquico y su dominio sobre la naturaleza son indispensables.

Sri Aurobindo



El alma, representante del ser central, es una chispa del Divino sosteniendo toda existencia individual en la Naturaleza; el ser psíquico es una forma consciente de esa alma creciendo en la evolución, en el continuo proceso, que primero desarrolla la vida en la Materia, luego la mente en la vida, hasta que finalmente la mente puede evolucionar a la sobremente, y la sobremente a la Verdad supramental. El alma sostiene la naturaleza en su evolución a través de estas gradaciones, pero en sí misma no es ninguna de estas.

Sri Aurobindo



El ser psíquico está organizado *alrededor* de la chispa divina. La chispa divina es una, universal, la misma en todas partes y en todo, una e infinita, igual a sí misma. No podemos decir que sea un ser, es *el Ser*, si queréis, pero no *un ser*. Naturalmente, si nos remontamos al origen, podríamos decir que hay solo un alma, porque el origen de todas las almas es el mismo, como el origen de todo el universo es el mismo, como el origen de toda la creación es el mismo. En cambio el ser psíquico es un ser individual, personal, con su propia experiencia, su propio desarrollo, su propio crecimiento, su propia organización; sólo que esta organización es el producto de la acción de una chispa divina central.

Pero el día en el que un ser exterior (físico, mental, vital) entra en contacto directo y constante con el ser psíquico, se puede decir también que el ser *físico* de esta persona está organizado por la consciencia divina central.

La Madre



El alma o psique es inmutable sólo en el sentido que contiene todas las posibilidades del Divino dentro de ella, pero las tiene que desarrollar y en su evolución asume la forma de un psíquico individual que, en la manifestación, hace evolucionar la *Prakriti* individual y participa en la evolución. Es la chispa del Fuego

Divino que crece detrás de la mente, del vital y del físico mediante el ser psíquico, hasta que éste sea capaz de transformar la *Prakriti* de la Ignorancia en una *Prakriti* del Conocimiento. Este ser psíquico evolutivo no es por lo tanto, en ningún momento, todo lo que el alma o la existencia esencial psíquica llevan dentro de sí; éste temporaliza e individualiza lo que es eterno en potencia, y trascendente en esencia, en esta proyección del espíritu.

El ser central es el ser que preside sobre los distintos nacimientos, uno detrás de otro, pero en sí mismo es nonato, porque no desciende en el ser, sino que está por encima de él, mantiene juntos la mente, el vital y el ser físico y todas las distintas partes de la personalidad, y controla la vida o bien a través del ser mental y del pensamiento y la voluntad mentales, o bien a través del psíquico dependiendo de cuál de los dos está más al frente o tiene la naturaleza más fuerte. Si no ejerce su control, entonces la consciencia está en un gran desorden y cada parte de la personalidad actúa por sí misma, de manera que no hay coherencia en el pensamiento, sentimiento o acción.

El psíquico no está por encima sino detrás, su sede se encuentra detrás del corazón, su poder no es el conocimiento sino un sentimiento esencial o espiritual, posee el sentido más claro de la Verdad y una especie de percepción inherente de ésta, cuya naturaleza es la percepción-del-alma y el sentimiento-del-alma. Es nuestro ser más íntimo y sostiene todos los demás, mente, vital, físico, pero está también muy velado por ellos, y tiene que actuar sobre éstos como una influencia, en vez de como un derecho soberano de acción directa; su acción directa se vuelve normal y preponderante sólo a un alto nivel de desarrollo, o a través del *Yoga*. No es el ser psíquico el que sientes, el que te da las intuiciones de las cosas que sucederán, o que te previene contra los resultados de ciertas acciones; esto es alguna parte del ser interior, a veces la mente interior, a veces el vital interior, a veces, puede ser el *Purusha* físico interior o sutil. El ser interior (mente interior, vital interior, físico interior o sutil) sabe mucho de lo que la mente exterior, vital exterior, físico exterior desconocen, ya que está mucho más en contacto directo con las fuerzas secretas de la Naturaleza. El psíquico es el más profundo de todos; sus prerrogativas son una percepción de la verdad, que es inherente a la sustancia más profunda de la consciencia, un sentido del bien, de lo verdadero, de lo bello, de lo divino.

Sri Aurobindo



En la lengua inglesa la palabra 'alma', así como la palabra 'psíquico', se usa muy vagamente y en muchos sentidos distintos. La mayor parte de las veces, en el habla ordinaria, no se hace una clara distinción entre mente y alma, y a menudo hay una confusión aún más seria, porque el ser vital de deseo (la falsa alma o el-alma-de-deseo) es lo que se entiende por las palabras 'alma' y 'psíquico', y no la verdadera alma, ni el ser psíquico. El ser psíquico es muy distinto de la mente o el vital; está posicionado detrás de ellos, en el corazón, en donde se reúnen. Su lugar central es allí, pero más bien detrás del corazón que no en el corazón, porque lo que el ser humano llama normalmente el corazón es la sede de la emoción, y las emociones humanas son impulsos mental-vitales, comúnmente de naturaleza no psíquica. Este poder fundamentalmente secreto está detrás, diferente de la mente y de la fuerza-de-vida, es la verdadera alma, el ser psíquico en nosotros. El poder del psíquico, sin embargo, puede actuar sobre la

mente, el vital y el cuerpo purificando el pensamiento, la percepción, la emoción (que se vuelve entonces sentimiento psíquico), y la sensación y la acción, y todo lo demás en nosotros, y los prepara para que se conviertan en movimientos divinos.

Sri Aurobindo



*¿El alma y el ser psíquico son una sola y misma cosa?*

Depende de la definición que se dé a las palabras. En la mayor parte de las religiones, y quizás también de las filosofías, se llama “alma” al ser vital, porque se dice que “el alma deja el cuerpo”, cuando es el ser vital el que deja el cuerpo; se habla de “salvar almas”, de “malas almas” y de “redimir las almas”..., pero todo esto se refiere al ser vital, ya que el ser psíquico ¡no tiene necesidad de ser salvado!... no comparte los errores de la persona exterior, y está libre de toda reacción.

La Madre



El alma o chispa está allí antes del desarrollo de una mente y un vital organizados. El alma es algo del Divino que desciende en la evolución, como un Principio divino dentro de ésta para sostener la evolución del individuo, fuera de la Ignorancia hacia la Luz. Ésta desarrolla en el curso de la evolución un psíquico individual, o alma individualizada, que crece de vida en vida, usando la evolución de la mente, del vital y del cuerpo como sus instrumentos. Es el alma que es inmortal, mientras que el resto se desintegra; ésta pasa de vida en vida llevándose la esencia de la experiencia, y la continuidad de la evolución del individuo.

Sri Aurobindo



*Madre, aquí Sri Aurobindo dice “el psíquico detrás sosteniéndolo todo”. ¿Qué quiere decir?*

Pero sí, el psíquico está detrás de toda la organización, esta triple organización de la consciencia y de la vida humana. El psíquico está detrás y la sostiene a través de su consciencia, que es una consciencia inmortal. Es a causa del psíquico que tenemos tan claro este sentido de continuidad. De otra forma si compararas lo que eres ahora con lo que eras cuando tenías tres años, evidentemente no podrías reconocerte de ninguna manera, ni físicamente, ni vitalmente, ni mentalmente. No existe parecido de ninguna clase. Pero detrás se encuentra el psíquico que sostiene el desarrollo, el crecimiento del ser y hace que haya esta continuidad de consciencia, que hace que sintamos que somos el mismo ser, cuando somos un ser absolutamente diferente. Absolutamente diferente. Si más tarde uno se observa suficientemente, puede ver que las cosas que comprendía y que podía hacer en aquel momento, son cosas que le parecen absolutamente inconcebibles, y que jamás podría hacer una acción semejante porque ya no es en absoluto el ser que era. Y sin embargo, debido a tener dentro la consciencia psíquica,

que es una consciencia inmortal, uno tiene el sentimiento de que es siempre el mismo ser el que está ahí, y que continúa estando ahí y que continuará estando allí, con cambios más o menos progresivos y más o menos conscientes.

La Madre



Hay que hacer una distinción entre el alma en su esencia y el ser psíquico. Detrás de cada uno y de todos nosotros está el alma que es una chispa del Divino, nada podría existir sin esto. Pero es muy posible tener un ser vital y un ser físico sin un ser psíquico claramente evolucionado detrás de ellos....

El ser interior está compuesto por una mente interior, un vital interior y un físico interior, pero esto no es el ser psíquico. El ser psíquico es el ser más profundo y muy diferente de estos otros. La palabra 'psíquico' realmente se usa en inglés para indicar cualquier cosa que es distinta o más profunda que la mente, la vida y el cuerpo exteriores, algo oculto o supra-físico, pero éste es un uso que aporta confusión y error, y que descartamos completamente....

El ser psíquico está velado por los movimientos de superficie y se expresa como puede a través de estos instrumentos exteriores, que son gobernados más por las fuerzas externas, que por las influencias interiores del psíquico. Pero esto no quiere decir que estén enteramente aislados del alma. El alma está en el cuerpo de la misma manera que la mente o el vital, pero el cuerpo que ocupa no es esta estructura física material solamente, sino también el cuerpo sutil. Cuando la capa material se desvanece, los revestimientos vital y mental del cuerpo permanecen como vehículos del alma hasta que éstos también se disuelven.

Sri Aurobindo



*Dulce Madre, ¿puede el psíquico expresarse sin la mente, el vital y el físico?*

Se expresa constantemente sin ellos. Aunque es necesario que se exprese a través de ellos, para que el ser humano ordinario lo pueda percibir, porque el ser humano común no está en relación directa con el psíquico. Si estuviera en relación directa con el psíquico, sería psíquico en su manifestación, y todo iría muy bien. Pero como no está en contacto con el psíquico ni siquiera sabe lo que es, y se pregunta con perplejidad qué tipo de ser puede ser ese ser psíquico; entonces para poder llegar a esa consciencia humana ordinaria, tiene que usar los medios ordinarios, es decir, pasar por la mente, el vital y el físico.

Puede saltarse uno de ellos, pero ciertamente no el último, porque entonces no se es más consciente de nada.

La Madre



El alma y la vida son dos poderes bien distintos. El alma es la chispa del Espíritu Divino que sostiene la naturaleza individual; mente, vida y cuerpo son los instrumentos para la manifestación de la naturaleza. En la mayor parte de los seres humanos el alma está escondida y velada por la acción de la naturaleza exterior; estos confunden el ser vital con el alma, porque el vital es el que anima y mueve el cuerpo. Pero este ser vital es algo hecho de deseos y fuerzas ejecutivas, buenas y malas; es el alma-de-deseo, no la verdadera alma. El ser humano empieza a ir más allá del deseo vital y crece hacia la naturaleza divina, sólo cuando el alma verdadera (psique) viene hacia adelante y empieza, primero a influir y luego a gobernar las acciones de la naturaleza instrumental.

Sri Aurobindo



*Dulce Madre, aquí Sri Aurobindo dice: "Si el alma más profunda está despierta, si hay un nuevo nacimiento a través del cual se pasa de la simple consciencia mental, vital y física a la consciencia psíquica, entonces se puede practicar nuestro Yoga." ¿Por qué ha dicho "el alma más profunda"? ¿Es que existe un alma superficial?*

Es porque esa alma más profunda, es decir, el ser psíquico central, influye sobre las partes superficiales de la consciencia (superficiales en relación a ella: partes mentales, partes vitales). La mente más pura, el vital más alto, el ser emocional, el alma les influye hasta el punto que se tiene la impresión de entrar en contacto con ella a través de esas partes del ser. Entonces las personas toman esas partes por el alma, por esto él dice "el alma más profunda", es decir el alma central, la verdadera alma.

Porque muy a menudo, cuando se tocan ciertas partes de la mente que están bajo la influencia psíquica y que están llenas de luz y del gozo de la luz, o cuando se tocan ciertas partes muy puras y muy altas del ser emotivo que contienen las emociones más generosas, más desinteresadas, se tiene también la impresión de estar en contacto con la propia alma. Pero no es el alma verdadera, no es el alma en su propia esencia. Éstas son partes del ser que están bajo su influencia y que manifiestan algo de ella. Entonces, muy a menudo, las personas entran en contacto con esas partes, esto les proporciona iluminaciones, grandes gozos, revelaciones y tienen la impresión de haber tocado su alma. Pero es sólo la parte del ser que está bajo su influencia, una parte u otra, porque... Precisamente, lo que sucede es que cuando se tocan esas cosas, se tienen experiencias, y luego todo se vela, y uno se pregunta: "¿Cómo puede ser que haya tocado mi alma y ahora haya recaído en este estado de ignorancia y de inconsciencia?" Pero es porque no se había tocado el alma, se habían tocado las partes del ser que están bajo la influencia del alma y que manifiestan algo de ella, pero que no son ella.

Ya he dicho muchas veces que cuando se entra conscientemente en contacto con la propia alma, y se establece la unión, ya está hecho, ya no se puede deshacer más, es una cosa permanente, constante, que resiste a todo, y que, en cualquier momento, si uno hace referencia a ello, se vuelve a encontrar. Mientras que las otras cosas, uno puede tener experiencias muy bonitas y luego se velan de nuevo y uno se pregunta: "¿Cómo ha sucedido? ¡He visto mi alma y ahora no puedo volver a encontrarla!" No era el alma lo que se había visto. Y estas son cosas muy bonitas, y os dan experiencias muy impresionantes, pero esto no es el contacto con el ser psíquico mismo.



El contacto con el ser psíquico es definitivo y es acerca de esto que digo... cuando la gente me pregunta “¿Tengo un contacto con mi ser psíquico?”, les digo: “¡Sólo el hecho que me lo preguntéis demuestra que no lo tenéis!”

La Madre



.... No hay que confundir los sentimientos con el psíquico! Son dos cosas completamente distintas. La gente cree siempre que cuando tienen emociones, sentimientos, están entrando en el psíquico. Esto no tiene nada que ver con el psíquico, es puramente vital. Es la parte más sutil del vital, si queréis, pero es el vital. No se va al psíquico a través de los sentimientos, sino a través de una aspiración muy intensa, y de un separarse de uno mismo.

La Madre



El alma es aquello que surge del Divino sin dejarlo jamás y que vuelve a Él sin dejar jamás la manifestación.

El alma es el Divino hecho individuo sin dejar de ser divino. En el alma, el individuo y el Divino son eternamente uno.

Por esto encontrar el alma quiere decir estar unido al Divino.

Se puede decir por lo tanto que el rol del alma es el hacer del ser humano un ser verdadero.

La Madre



.... Si el psíquico no estuviera en la Materia no podría haber contacto directo con el Divino. Y el contacto entre la Materia y el Divino se produce directamente gracias a esta presencia en la Materia, por lo que se puede decir a todos los seres humanos: “lleváis el Divino dentro, y sólo tenéis que entrar dentro de vosotros y lo encontrareis”. Es algo muy especial del ser humano, o más bien, de los habitantes de la tierra. Dentro del ser humano, el psíquico se vuelve más consciente, más formado. Más consciente y también más independiente. En los seres humanos está individualizado. Pero es una especialidad de la tierra. Es una infusión directa, especial y redentora, en la Materia más inconsciente y más oscura, para que ésta pueda despertar de nuevo, por etapas, a la Consciencia divina, a la Presencia divina y finalmente al Divino mismo. La presencia del psíquico hace del ser humano un ser excepcional, no me gusta mucho decirlo, ¡porque el ser humano ya se lo cree demasiado! ¡Tiene una opinión tan elevada de sí mismo que no es necesario animarle! Pero es un hecho, hasta el punto que hay seres de otras

dimensiones del universo, lo que algunos llaman semi-dioses e incluso dioses; seres, por ejemplo, de lo que Sri Aurobindo llama la *Sobremente*, que están muy ansiosos de tomar un cuerpo físico sobre la tierra, para tener la experiencia del psíquico, porque ellos no lo tienen. Estos seres poseen muchas cualidades que los hombres no tienen, ciertamente, pero les falta esta Presencia divina que es del todo excepcional, y que es algo que solo acontece en la tierra y en ninguna otra parte. Todos los habitantes de los mundos superiores, de la mente superior, de la *Sobremente* y de otras regiones, no tienen ser psíquico. Está claro que los seres del vital tampoco lo tienen. Pero a ellos no les importa, no quieren tenerlo. Sólo algunos, muy raros, del todo excepcionales, quieren convertirse, y para eso hacen una cosa inmediata, toman un cuerpo físico. Los otros no quieren tenerlo; es algo que les ata y les obliga a una regla que no quieren.

Pero es un hecho, por consiguiente, estoy obligada a constatar que es así, que es una cualidad excepcional que el ser humano lleve el psíquico dentro de él. A decir verdad, éste no lo aprovecha. Dada la manera como trata esta presencia, no parece considerar esta cualidad como algo muy, muy deseable ¡y es así! Él prefiere las ideas de su mente, los deseos de su vital y los hábitos de su físico.

La Madre



*Madre, ¿La vida del individuo depende de la experiencia que su ser psíquico quiere tener?*

¡Mucho!

Precisamente hoy estaba hablando de esto con alguien, y le decía que si uno puede volverse plenamente consciente de su ser psíquico, al mismo tiempo ha de reconocer, por fuerza, la razón de su existencia actual, y la experiencia que este ser psíquico quiere tener; y en lugar de hacerla medio conscientemente y más que medio inconscientemente, uno puede abreviar esta experiencia, y así se puede ayudar al propio ser psíquico a hacer, en un número reducido de años, las experiencias que, para hacerlas, quizás le requeriría varias existencias. Es decir, que la ayuda es recíproca. El psíquico, cuando tiene una influencia sobre la vida exterior, le lleva luz, orden y tranquilidad, y el gozo del contacto divino. Pero también si el ser físico, la consciencia del cuerpo, se identifica con la consciencia psíquica, y aprende a través de ella, cual es el tipo de experiencia que el ser psíquico quiere tener, puede hacerle tener estas experiencias en un número muy reducido de años, y no solamente ganar tiempo, sino ahorrar vidas al ser psíquico. Es una ayuda recíproca.

Esto es, en resumen, en lo que consiste el *Yoga*. El *Yoga* os ayuda a volveros completamente conscientes de vuestro destino, es decir, de vuestra misión en el universo; y no solamente para el momento presente, sino también cual era esta misión en el pasado y cual será en el futuro. Y a causa de este conocimiento podéis agrupar, por una concentración de la consciencia, todas las experiencias en un tiempo muy corto y ganar vidas, hacer en algunos años lo que podría tomar un número considerable de vidas. El ser psíquico va progresivamente, a través de todas estas experiencias, hacia su plena madurez y su completa independencia (su liberación) en el sentido que no precisa ya más de la vida. Si quiere

volver al mundo físico, lo hace porque tiene algo que hacer en él y escoge volver libremente. Pero hasta entonces, hasta esta liberación, está obligado a regresar para tener todas las experiencias que necesita. Y bien, si sucede que, una vez que el ser físico está suficientemente desarrollado y consciente, y tiene suficiente buena voluntad para poder tomar plena consciencia del ser psíquico, puede, al mismo tiempo, crear todas las circunstancias, las experiencias exteriores necesarias para que el ser psíquico consiga su madurez en esta misma vida.

La Madre



*Dulce Madre, ¿La identificación con el psíquico es la misma cosa que el psíquico que viene hacia delante?*

Es decir, que el primer paso es la identificación, y una vez se logra mantener esta identificación, el psíquico gobierna el resto de la naturaleza y de la vida. Se vuelve el amo de la existencia. Esto es lo que se entiende por un psíquico que viene hacia delante. Es éste el que gobierna, el que dirige, el que organiza incluso la vida, organiza la consciencia, organiza las diferentes partes del ser. Cuando esto sucede, el trabajo va muy deprisa. Muy deprisa, en fin... relativamente muy deprisa.

En la consciencia humana todas las cosas son *muy lentas*. Cuando comparamos el tiempo que se necesita para hacer algo con la duración media de la existencia humana, se vuelve interminable. Pero afortunadamente llega un momento en el que uno se escapa de esta noción, cuando uno ya no percibe las cosas con la medida humana. A partir del momento en que se está verdaderamente en contacto con el psíquico, uno pierde esta especie de estrechez y también de angustia, esta angustia que es *tan mala*: "hay que ir rápido, hay que ir rápido, no tenemos mucho tiempo." Uno hace las cosas muy mal o no las hace en absoluto. Pero tan pronto se tiene contacto con el psíquico, esto se va; uno empieza a ser un poco más vasto, y calmado, y tranquilo, a vivir en una eternidad.

La Madre



Lo que se entiende por el psíquico que viene hacia delante es simplemente esto. Normalmente el psíquico se encuentra en el interior, en lo profundo. Muy pocas personas son conscientes de sus almas, cuando hablan de su alma, normalmente entienden el ser vital + la mente, o sino la (falsa) alma de deseo. El psíquico permanece detrás y actúa, cuando puede, sólo a través de la mente, el vital y el físico. Por esta razón el ser psíquico, excepto en donde está muy desarrollado, tiene sólo una pequeña influencia en la mayoría de los seres humanos, parcial, escondida, y mezclada o diluida. Se entiende por venir hacia delante que surge de detrás del velo, su presencia ya se puede sentir durante la consciencia del día a día, su influencia llena, domina, transforma la mente, el vital y sus movimientos, incluso el físico. Uno es consciente de su propia alma, siente que el psíquico es su verdadero ser, y que la mente y el resto empiezan a ser sólo instrumentos de lo más profundo en nosotros.

La mente, el vital y el físico interiores también están velados, pero se hallan mucho más cerca de la superficie, y muchos de sus movimientos o inspiraciones, consiguen atravesar el velo en la vida de los seres humanos desarrollados (si bien no en toda su totalidad o pureza), algo de esto acontece incluso en la vida de personas corrientes. Pero en el *Yoga*, también éstos rompen el velo y vienen hacia delante después de un tiempo, y su acción predomina en la consciencia, y uno no siente lo externo como el propio ser sino sólo como una fachada o incluso una parte periférica del ser.

Sri Aurobindo



“El vínculo entre el ser psíquico y la consciencia superior es el instrumento principal para la *siddhi*<sup>46</sup>.”

Sri Aurobindo, *Lights on Yoga*

*¿No hay normalmente un vínculo entre el ser psíquico y la consciencia superior?*

Normalmente, ¿quieres decir en la vida ordinaria? Un contacto entre el ser psíquico...

*Sí.*

Es casi, casi totalmente inconsciente.

En la vida ordinaria no existe una persona entre un millón, que tenga un contacto consciente con su ser psíquico, ni siquiera momentáneo. El ser psíquico puede trabajar desde dentro, pero de una forma tan invisible y tan inconsciente que para el ser exterior es como si no existiera. Y en la mayor parte de los casos, la inmensa mayoría, la casi totalidad de los casos, está como adormecido, inactivo del todo, en una especie de torpor.

Solamente se llega a tener un contacto consciente con el propio ser psíquico, a través de la *sadhana* y de un esfuerzo muy persistente. Naturalmente, puede que haya casos excepcionales, pero esto es verdaderamente excepcional, y en un número tan reducido que podríamos contarlos, en los que el ser psíquico es un ser enteramente formado, liberado, dueño de sí mismo y que ha escogido volver sobre la tierra en un cuerpo humano para hacer su trabajo. Y en este caso, incluso si la persona no hace la *sadhana* conscientemente, puede que el ser psíquico sea lo suficientemente potente para establecer un contacto más o menos consciente. Pero son casos, por decirlo de alguna manera, únicos, y son la excepción que confirma la regla.

En casi todos los casos hay que hacer un esfuerzo muy, muy persistente para tomar consciencia del propio ser psíquico. Generalmente se considera que uno es muy afortunado si esto le toma treinta años en suceder, treinta años de esfuerzo persistente, digo. Puede que suceda más rápido. Pero es tan raro

---

<sup>46</sup> Realización espiritual.

que inmediatamente uno dice: “Éste no es un ser humano ordinario.” Este es el caso de personas que fueron consideradas como seres más o menos divinos, y que han sido grandes yoguis y grandes iniciados.

La Madre



## Ser verdadero y ego

Se puede ser consciente del verdadero ser en uno, o ambos de estos dos aspectos: el Ser o *Atman* y el alma o *Antaratman*, ser psíquico o *Chaitya Purusha*. La diferencia está en que uno de ellos es percibido como universal y el otro como individual sosteniendo la mente, la vida y el cuerpo. Al inicio de la experiencia del *Atman* uno lo percibe como separado de todas las cosas, existiendo en sí mismo y separado, y es a esta experiencia a la que se puede aplicar la imagen del coco seco. Cuando se tiene la experiencia del ser psíquico no es así, porque esta experiencia trae consigo la percepción de la unión con el Divino, el depender de Él, el consagrarse al Divino únicamente y el poder de cambiar la naturaleza y descubrir en uno mismo la mente verdadera, el vital verdadero y el ser físico verdadero. Ambas experiencias son necesarias para este *Yoga*.

El “yo” o el pequeño ego está constituido por la Naturaleza y es, al mismo tiempo, una formación mental, vital y física destinada a ayudar a centralizar e individualizar la consciencia y acción exteriores. Cuando se descubre el verdadero ser la utilidad del ego se acaba, y esta formación tiene que desaparecer ya que en su lugar se percibe al verdadero ser.

Sri Aurobindo



.... El ser humano no es consciente del ser o *Jivatman*, sólo es consciente de su ego, o del ser mental que controla la vida y el cuerpo. Pero cuando va más profundo se vuelve consciente de que su verdadero centro es su alma o ser psíquico, el *Purusha* en el corazón; el psíquico es el ser central en la evolución, procede del *Jivatman*, la eterna porción del Divino, y le representa. Cuando la consciencia es total, el *Jivatman* y el ser psíquico se fusionan.

El ego es una formación de la Naturaleza; pero no es una formación de la naturaleza física solamente, por lo tanto, no termina con el cuerpo; existe también un ego mental y vital.

Sri Aurobindo



En un cierto sentido los distintos *Purushas*, o seres en nosotros, psíquico, mental, vital y físico son proyecciones del *Atman*, pero todo esto sólo adquiere su entera verdad cuando penetramos en nuestro ser interior y descubrimos la verdad interior de nosotros mismos. En la superficie, en la Ignorancia, es la *Prakriti* mental, vital y física la que actúa, y podríamos decir que el *Purusha* se desfigura por la acción de la *Prakriti*. No somos conscientes de nuestro verdadero ser mental, de nuestro verdadero ser vital, incluso de nuestro verdadero ser físico; éstos se quedan detrás, velados y silenciosos. Hasta que no se obtiene el conocimiento confundimos el ego mental, vital y físico por nuestro ser.

Sri Aurobindo



El verdadero ser, mental, vital o físico sutil, posee siempre las mayores cualidades de su plano y también está en acorde con la Verdad cósmica; ese es el *Purusha* y al igual que el psíquico, pero de otra forma, es la proyección del Divino, por lo tanto, está en conexión con la consciencia superior y refleja algo de ella, pero no es del todo esto.

Detrás de la naturaleza vital del ser humano está su verdadero ser vital, escondido e inmóvil, muy distinto de la naturaleza vital de superficie. El vital exterior es estrecho, ignorante, limitado, lleno de deseos oscuros, pasiones, antojos, rebeliones, placeres y dolores, gozos y amarguras pasajeras, euforias y depresiones. El verdadero ser vital es, al contrario, amplio, vasto, calmo, fuerte, sin limitaciones, firme e inamovible, capaz de todo poder, todo conocimiento, toda *Ananda*<sup>47</sup>. Además, no tiene ego, porque sabe ser una proyección e instrumento del Divino: es el Guerrero divino, puro y perfecto; en él se encuentra una fuerza instrumental para todas las realizaciones divinas. Es el verdadero ser vital el que se ha despertado dentro de ti y se ha proyectado hacia delante. Asimismo, también existe un verdadero ser mental y un verdadero ser físico. Cuando estos se manifiestan, entonces te vuelves consciente de una doble existencia en ti: la de detrás es siempre calma y fuerte, y sólo la de superficie se perturba y oscurece. Pero si el verdadero ser que está detrás permanece estable y tú vives en él, entonces la turbación y la oscuridad quedan sólo en la superficie; y en esta condición uno puede lidiar con estas partes exteriores con mayor fuerza y pueden ser liberadas y perfeccionadas.

Sri Aurobindo



---

<sup>47</sup> Beatitud.

### III

## Llegar a ser un individuo

*Madre, un día dijiste que antes de poder identificarse con el Divino era necesario volverse primero un individuo.*

Sí, bien, es exactamente esto. Estáis en la etapa en la que uno se vuelve un individuo. Y mientras se está en esta etapa de convertirse en un individuo, bien, hay que esperar a que pase, es decir, y que os hayáis vuelto un individuo consciente. Perfectamente. Es esto.

*Madre, habías dicho: "Hay muy pocos, uno entre un millón quizás, que sean realmente conscientes."*

Oh, si tomas la humanidad en general, ciertamente; y la masa más grande de la humanidad no llegará nunca a ser un individuo, será siempre así, una masa amorfa que es toda una mezcla de unos y otros. Volverse un individuo, es a lo que Sri Aurobindo le llama convertirse en un ser humano mental de verdad. Bueno, si habéis leído *El Ciclo Humano*, veréis que no es tan fácil volverse un ser humano verdaderamente mental, que piensa por sí mismo, que está libre de todas las influencias externas, que es una individualidad, que existe, que tiene su realidad; no es que sea tan fácil.

Pero puede suceder, por una especie de gracia, que antes de llegar a ser un individuo, si se tiene dentro de sí una aspiración, si uno siente la necesidad de despertar a algo más grande, a algo mejor, a algo que verdaderamente busca ir más allá de los límites ordinarios, que siente que ser un individuo es muy poca cosa, incluso antes de volverse un individuo, de repente uno puede tener la experiencia de un contacto con el propio psíquico, que abre todas las puertas. Después, éstas se vuelven a cerrar, pero una vez que han sido abiertas no se olvida jamás. El recuerdo permanece muy vivo....

La Madre



*Dulce Madre, ¿por qué estamos tan apegados a nuestro ego?*

Como dije hace un momento, probablemente porque aún tenéis necesidad de él, ¿no? Para volverse un ser individualizado, consciente, se necesita el propio ego, por eso está ahí. El ego sólo deja de ser necesario cuando uno ha conseguido suficientemente su propia individualidad, se ha vuelto un ser independiente, consciente, con su realidad propia. Y en ese momento se pueden hacer esfuerzos para deshacerse de él. Desgraciadamente, la mayor parte de la gente, desde el momento en que se han vuelto verdaderos individuos, tienen tal sentido de su importancia y de su capacidad que no piensan, ni siquiera por un momento, en deshacerse de su ego. Pero esto es otra cosa.

Aquí no os dejo adormecer, os recuerdo de vez en cuando la cosa verdadera. Pero sois muy jóvenes, veis, y *hacen falta* un cierto número de años de formación interior intensiva para volverse un ser que

piensa por sí mismo, consciente de su propia voluntad y consciente de su propio carácter, de la razón de su existencia, independiente de la masa humana. Hace falta un cierto tiempo. Hay niños que empiezan desde *muy pequeños*. Si se empieza desde muy pequeño, cuando se tienen veinte años, se puede estar completamente formado. Pero hay que empezar desde muy pequeño, y conscientemente, muy conscientemente, hay que empezar con un sentido de observación de todos los movimientos en uno mismo, de las propias relaciones con los otros, precisamente de vuestro grado de independencia, de individualidad real, de saber de dónde vienen los impulsos, de dónde vienen los movimientos: si es un contagio que viene de afuera, o si es algo que surge de dentro de vosotros. Hay que hacer un estudio en profundidad de todos los movimientos que tienen lugar en uno mismo, para llegar simplemente a cristalizar un ser un poco consciente, *un poco* consciente. Pero cuando se vive cómodamente, por así decirlo, cuando uno no sabe ni siquiera lo que sucede dentro de uno mismo, que se tienen todo tipo de impresiones indefinidas, y que si uno se interroga, al menos noventa y nueve veces sobre cien, si uno se pregunta: “¿por qué he pensado así? ¿Por qué me he sentido así?”, incluso: “¿por qué he actuado así?” entonces la respuesta es casi siempre la misma: “¡No lo sé! ¡Ha ocurrido así, es todo!” Es decir que no se es absolutamente consciente.

¿Cuándo estáis con otros, sois capaces de saber qué viene de vosotros y qué viene de los otros? ¿En qué medida su manera de ser, sus propias vibraciones, actúan sobre vosotros? No os dais cuenta de ello en absoluto. Vivís en una especie de consciencia aproximativa, medio despierta, medio adormecida, en algo muy vago, en donde tenéis que tantear así para llegar a las cosas. ¿Pero tenéis una noción precisa, clara, exacta de lo que sucede en vosotros, por qué sucede esto en vosotros? Y entonces, esto: ¿qué vibraciones os llegan de afuera y cuáles vienen de dentro de vosotros? Y, además, ¿qué puede venir de los otros, cambiándolo todo, dándole una orientación distinta? Vivís en una especie fluidez borrosa. De repente hay ciertas cosas pequeñas que cristalizan en vuestra consciencia, las habéis captado a penas por un minuto; están claras, así, como si hubiera un proyector, justo como algo que se proyecta en la pantalla, que se vuelve claro durante un segundo: al minuto que sigue todo se ha vuelto vago, impreciso, pero no os dais cuenta de ello, porque ni siquiera os habéis hecho la pregunta de porqué vivís así. Esto se para ahí, empieza ahí y termina ahí. Y eso es todo. Actuáis de día en día, hacéis las cosas de minuto en minuto, así... Es así.

La Madre



### *¿Qué quiere decir ego?*

Creo que el ego es el que hace que cada uno sea un ser separado, en una infinidad de posibilidades. Es el ego que os da el sentimiento de ser una persona separada de las demás. Es ciertamente el ego el que os da el sentimiento del “yo”, “yo soy”, “yo quiero”, “yo hago”, “yo existo”; incluso la tan famosa frase: “Pienso, luego existo” que es... me sabe mal, pero pienso que es una estupidez (en fin, es una célebre estupidez) y bien, eso también es el ego. Lo que te da la impresión de que eres Manoj, es el ego, y que eres completamente diferente de éste y del otro; y lo que impide a tu cuerpo fundirse así, diluirse en una masa general de vibraciones físicas, es el ego; lo que te da una forma definida, un carácter definido,



una consciencia separada, el sentimiento de que existes en ti mismo, independientemente de los demás, en el fondo, es algo así; si no se reflexiona, se tiene espontáneamente el sentimiento de que incluso si el mundo desapareciera, uno estaría allí, permanecería lo que uno es. Esto es el super-ego, por supuesto.

Ciertamente, si uno perdiera el ego demasiado pronto, desde el punto de vista mental y vital, uno se volvería una masa amorfa. El ego es, efectivamente, el instrumento para la individualización, es decir que hasta que no se sea un ser individualizado, constituido en sí mismo, el ego es un elemento del todo necesario. Si se tuviese el poder de abolir el ego antes de tiempo, se perdería la propia individualidad. Pero una vez que la individualidad está formada, el ego se vuelve, no solamente inútil sino perjudicial. Y solamente entonces es cuando hay que abolirlo. Pero naturalmente, dado que le tomó mucho esfuerzo construirlos, no abandona su trabajo tan fácilmente y pide la recompensa de sus esfuerzos, es decir, gozar de vuestra individualidad.

La Madre



... Antes de fundir el propio ego en el Divino hace falta recorrer un largo, largo, largo camino.

¡Fundir su ego en el Divino! Pero, para empezar, no se puede fundir el propio ego en el Divino antes de estar completamente individualizado. ¿Sabéis lo que quiere decir estar *completamente* individualizado? ¿Capaz de resistir a todas las influencias externas?

Hace unos días recibí una carta de alguien que me decía que dudaba mucho en leer libros de literatura ordinaria, por ejemplo, novelas u obras de teatro, porque su naturaleza tenía una tendencia casi insuperable de recibir las impresiones de los personajes de estos libros, y empezar a vivir en los sentimientos y pensamientos de estos personajes, en el carácter de estos personajes. Muchas más personas de lo que parece son así. Leen un libro, y durante el tiempo que lo leen, sienten dentro de ellos todo tipo de emociones, pensamientos, deseos, intenciones, planes, incluso ideales. Están simplemente absorbidos por la lectura del libro. Ni siquiera se dan cuenta de ello porque, al menos noventa y nueve partes del carácter de un individuo están hechas de mantequilla tierna, naturalmente incomedible..., pero sobre la cual si se aprieta con el pulgar se deja una huella.

De modo que todo es un "pulgar": un pensamiento expresado, una frase leída, un objeto mirado, una observación de lo que otro hace, y también la voluntad del vecino... y todas estas voluntades, cuando se ven, están todas ahí, así, entremezcladas (*La Madre hace movimientos entrecruzando los dedos*), cada una intentando estar por encima de las otras y causando una especie de conflicto perpetuo dentro, fuera... esto entra y sale de la gente como corrientes eléctricas. Uno no se da cuenta de todo esto, y se crea un perpetuo conflicto de todas las voluntades que intentan expresarse; y la que sea más fuerte conseguirá expresarse. Pero, como hay muchas de ellas y uno está sólo peleando contra una multitud, no es fácil.

Y luego se es zarandeado como un corcho sobre las olas de mar... un día se quiere una cosa, a la mañana siguiente se quiere otra, en un momento algo te empuja hacia aquí, en otro momento hacia allá; a veces la nariz apunta al cielo, otras veces se está hundido en un agujero. ¡y he aquí la existencia que uno vive!

Primero hay que volverse un ser consciente, cohesionado, *individualizado*, que existe en sí mismo, por sí mismo, completamente independiente de su alrededor, que puede oír cualquier cosa, leer cualquier cosa, ver cualquier cosa y no le afecta. Sólo recibe de fuera lo que quiere recibir; rechaza automáticamente todo lo que no está conforme con su plan, y nada puede dejar una huella en él a menos que él acepte recibirla. ¡Entonces uno empieza a ser una individualidad! Cuando uno es una individualidad puede ofrecerla.

Porque si uno no posee algo, no puede darlo. Primero hay que ser, y luego uno puede darse.

*Mientras que no se es, no se puede dar nada.* Y para que el ego separatista, como tú le llamas, desaparezca, hay que darse enteramente, totalmente, sin ninguna reserva. Y para poder darse, es necesario existir primero. Y para existir, hay que estar individualizado.

Si vuestro cuerpo no estuviera hecho de la forma rígida en que está hecho, porque es de una rigidez terrible, ¿verdad?, y bien, si todo esto no fuera tan rígido, si no tuvierais una piel aquí, así, sólida, si fuerais exteriormente el reflejo de lo que sois vital y mentalmente, ¡sería peor que ser medusas gelatinosas! Uno se fundiría dentro de todo, así... ¡oh! ¡Qué desbarajuste sería! Es por esto que fue necesario dar primero una forma muy rígida. Luego uno se queja de ello. Uno dice: “El físico es rígido, molesto, engorroso; no tiene plasticidad, le falta flexibilidad, no tiene esta fluidez que le permite a uno fundirse, precisamente, con el Divino.” Pero esto era totalmente indispensable, porque sin ésta... si salierais simplemente de vuestro cuerpo (la mayor parte de vosotros no puede hacerlo, porque el ser vital no está más individualizado que el físico), si salierais de vuestro cuerpo y fuerais al mundo vital, veríais que allí todas las cosas se entremezclan, se mezclan, se dividen; todo tipo de vibraciones, de corrientes, de fuerzas van, vienen, luchan, intentan destruirse, se poseen unas a otras, se absorben, se rechazan, y todo esto... Pero es muy difícil encontrar una personalidad real allí dentro. Son fuerzas, movimientos, deseos, vibraciones.

Hay individualidades, personalidades. Pero éstas son fuerzas. Las personas que están individualizadas en ese mundo son o héroes o diablos.

Y luego, mentalmente... (*Silencio*) Si sólo pudierais volveros conscientes de vuestra mente física en sí... Hay personas que la han comparado a una plaza pública, porque en ella entra todo, todo la atraviesa, pasa, vuelve... Todas las ideas van allí, entran por un lugar, salen por otro, algunas están aquí, otras allí, y es una plaza pública, no muy bien organizada, porque generalmente las ideas se topan, chocan unas con otras, hay todo tipo de accidentes. Pero entonces uno se da cuenta: “¿qué nombre puedo darle a *mi* mente?” “¿Qué es *mi* mente?”

Hacen falta años de organización, selección, construcción, de trabajo muy atento, muy cuidadoso, muy razonable, muy cohesivo, para conseguir formar simplemente, ¡oh! simplemente, esta pequeña cosa: la propia manera de pensar.

Uno cree que tiene una manera de pensar propia. No es verdad. Se depende totalmente de con que gente se habla, o de los libros que se leen, o del humor que se tiene. Puede depender también de si habéis tenido una buena o mala digestión, si estáis encerrados en una habitación que no está suficientemente ventilada o si estáis al aire libre; ¡depende de si estáis delante de un paisaje hermoso, de si hay sol o si llueve! No os dais cuenta de ello, ¡pero pensáis todo tipo de cosas diferentes dependiendo de un montón de cosas, que no tienen nada que ver con vosotros mismos!

Y para que esto se vuelva un pensar coordinado, cohesivo, lógico, hace falta un largo y minucioso trabajo. Y luego, lo más bonito de la historia, es que cuando habéis llegado a una construcción mental, bonita, bien hecha, fuerte, poderosa, lo primero que se os dirá es: “¡Tenéis que destruir todo esto para poder unirnos al Divino!” Pero mientras no lo hayáis hecho, no podéis unirnos al Divino, porque no tenéis nada para darle excepto un amasijo de cosas que no sois vosotros. Repito lo que ya dije antes: *Para poder darse es necesario existir primero.*

La Madre



Todo esto... no os lo digo para ahogaros. Es solamente para deciros que antes de hablar de fundir el propio ego en el Divino, hay que saber mínimamente lo que uno es. El ego está ahí. Su necesidad es que os volváis seres conscientes, independientes e individualizados, quiero decir en el sentido de independientes; que no seáis la plaza pública en donde todo se entrecruza, que podáis existir en vosotros mismos. Es por esto que el ego existe. Es así, por eso también tenemos una piel... si bien en realidad incluso las fuerzas físicas atraviesan la piel. Hay una vibración que se extiende hasta una cierta distancia. Pero, en fin, es la piel la que hace que no nos fundamos el uno con el otro. Pero es necesario que todo el resto sea también así. *(Después de un silencio)* Y luego, después, uno ofrece todo esto al Divino. Se requieren años de trabajo. No sólo es necesario *(silencio)* volverse consciente de uno mismo, consciente en todos los detalles, sino que hay que organizar lo que llamáis “vosotros mismos” alrededor del centro psíquico, del centro divino de vuestro ser, para que esto se vuelva un ser único, cohesivo, plenamente consciente. Y dado que este centro divino ya está *(la Madre hace un gesto de ofrenda)* enteramente consagrado al Divino, si todo está organizado armoniosamente a su alrededor, todo está consagrado al Divino. Y entonces, cuando al Divino le parezca oportuno, cuando el tiempo haya llegado, cuando el trabajo de individualización se haya completado, entonces el Divino os dará el permiso para que dejéis que vuestro ego se funda en Él, para vivir, de ahora en adelante, sólo para el Divino.

Pero es el Divino el que toma esta decisión. Hay que haber hecho todo este trabajo: volverse un ser consciente únicamente y exclusivamente centrado alrededor del Divino y gobernado por Él. Y después de todo esto aún hay un ego; porque es el ego el que sirve para que vosotros seáis una individualidad. Pero una vez ese trabajo se ha perfeccionado, está plenamente acabado, entonces, en ese momento

podéis decir al Divino: “Heme aquí, estoy a punto. ¿Me quieres?” Y el Divino, generalmente, dice: “Sí.” Todo se terminó, todo se cumplió. Y os volvéis un verdadero instrumento para la Obra del Divino. Pero es necesario que antes el instrumento sea construido.

La Madre



*Dulce Madre, ¿cuándo es que el ego se vuelve un instrumento?*

Cuando está preparado para serlo.

*¿Cómo sucede esto?*

¿Cómo sucede?... creo que en cada uno ocurre de una manera diferente. Puede acontecer de repente, en el espacio de un minuto, a causa de una especie de vuelco interior; puede tomar años; puede tomar siglos; puede tomar varias vidas. Pero para cada uno hay un momento en el que esto sucede: cuando se está a punto. Y pienso que se está a punto cuando se está completamente formado. La razón de ser del

ego, es la formación del individuo. Cuando el individuo está listo el ego puede desaparecer. Pero antes de esto, no desaparece porque aún hay trabajo para hacer.

La Madre



## IV

### **Volverse consciente**

El primer paso para cambiar la propia naturaleza es volverse consciente de lo que hay que cambiar. Pero uno debe observar estas cosas sin deprimirse, o pensar “no hay nada que hacer” o “no puedo cambiar”.

Sri Aurobindo



“Conocerse y controlarse”

La Madre

### *¿Qué quiere decir?*

Quiere decir ser consciente de la propia verdad interior, consciente de las distintas partes del propio ser y de sus respectivos funcionamientos. Hay que saber por qué se hace esto, por qué se hace lo otro: hay que ser consciente de los propios pensamientos, de los propios sentimientos, de todas las actividades que se hacen, de todos los propios movimientos, todo lo que se es capaz de conocer, etc. Y conocerse no es suficiente: es necesario que ese conocimiento aporte un control consciente. Conocerse perfectamente, es controlarse perfectamente.

Pero es necesaria una aspiración en cada instante.

No es nunca demasiado pronto para empezar y nunca demasiado tarde para continuar. Es decir que incluso cuando sois muy pequeños podéis empezar a estudiaros y a conoceros, y gradualmente a controlaros. E incluso cuando sois lo que se llama “viejos”, cuando tenéis muchos años, no es demasiado tarde para hacer el esfuerzo de conoceros aún mejor y controlaros cada vez más. Esta es la Ciencia de vivir.

Para perfeccionarse, primero hay que volverse consciente de uno mismo. Estoy segura, por ejemplo, que lo que voy a decir a continuación os ha sucedido muchas veces en vuestra vida; de golpe alguien os pregunta: “¿por qué has hecho esto?” Y bien la respuesta espontánea es: “no lo sé”. Si alguien os pregunta: “¿en qué estás pensando?” – “No lo sé”. “¿Por qué estás cansado?” – “No lo sé”. “¿Por qué estás contento?” – “No lo sé”, etc. Si de repente preguntara a unas cincuenta personas, sin que estuviesen preparadas: “¿Por qué habéis hecho esto?” Y si éstas no estuvieran interiormente “despiertas”, todas contestarían “No lo sé” (naturalmente no estoy hablando de aquellos que han practicado una disciplina para conocerse y que han seguido sus movimientos hasta el límite extremo; ciertamente estos pueden recogerse, concentrarse y dar la respuesta justa, pero solamente al cabo de un rato). Si prestáis mucha atención a cómo se desarrolla vuestro día, veréis que es así. Decís algo y no sabéis porqué lo decís, sólo cuando las palabras ya han salido de vuestra boca os dais cuenta de que no es exactamente lo que queráis decir. Por ejemplo, vais a ver a alguien, preparáis anticipadamente lo que vais a decir, pero una vez estáis delante de la persona en cuestión, no decís nada, o son otras las palabras que salen de vuestra boca. ¿Sois capaces de decir, hasta qué punto la atmósfera de la otra persona os ha influenciado y os ha impedido decir lo que os habíais preparado? ¿Cuántas personas son capaces de decir esto? Ni siquiera se dan cuenta de que la persona, estaba en un estado determinado y que por esto no pudieron decirle lo que se habían preparado. Naturalmente hay casos muy evidentes, cuando encontráis personas de tan mal humor que no podéis pedirles nada. No hablo de esto. Hablo de una percepción clara de influencias recíprocas: lo que actúa y reacciona en vuestra naturaleza; esto es lo que no se tiene. Por ejemplo, de golpe uno se siente mal o está contento, pero ¿cuántas personas pueden decir: “es por esto”? Es difícil de saber, no es nada fácil. Hay que estar muy “despierto”; hay que estar constantemente en un estado de observación muy atento.

Hay gente que duerme doce horas al día y que el resto del tiempo dicen: ¡“estoy despierto”! ¡Hay gente que duermen veinte horas al día y el resto del tiempo están sólo medio despiertos!

Para estar en este estado de atenta observación, hay que tener, por así decirlo, antenas por todos lados que están en contacto constante con vuestro verdadero centro de consciencia. Uno graba todo, organiza todo y de esta manera no puede ser cogido de improviso, no puede ser defraudado, engañado, y no puede decir algo distinto de lo que quería decir. Pero ¿cuánta gente vive normalmente en este estado? Es precisamente esto lo que quiero decir cuando hablo de “volverse consciente”. Si queréis aprovechar al máximo las condiciones y las circunstancias en las que os encontráis, hay que estar completamente despierto; no tenéis que ser cogido por sorpresa, no tenéis que hacer las cosas sin saber por qué, no hay que decir las cosas sin saber por qué. Tenéis que estar constantemente despiertos.

También debéis comprender que no sois individualidades separadas, que la vida es un constante intercambio de fuerzas, de consciencias, de vibraciones, de movimientos de todo tipo. Es como cuando estáis en una muchedumbre, veis: cuando todo el mundo empuja se avanza y cuando todos van hacia atrás, se reula. En el mundo interior, en vuestra consciencia, sucede lo mismo. Hay constantemente fuerzas e influencias que actúan y reaccionan en vosotros, es como un gas en la atmósfera, y a menos que no estéis completamente despiertos, estas cosas entran en vosotros, y sólo os dais cuenta de ello cuando ya os han entrado profundamente y se manifiestan como si fueran vuestras. Cuantas veces uno se encuentra con personas que están nerviosas, coléricas, de mal humor, y luego también uno mismo se encuentra nervioso, colérico, y de mal humor, así, sin saber muy bien porqué. ¿Por qué sucede que cuando jugáis con ciertas personas jugáis muy bien, pero cuando jugáis con otras no podéis jugar? Y aquellas personas que son tranquilas, para nada malas, y de golpe, se vuelven furiosas si están en medio de una muchedumbre furiosa. Y uno no sabe quién lo empezó: es algo que pasó y barrió la consciencia. Hay gente que es capaz de emitir vibraciones de este tipo, y los otros responden sin saber por qué. Todo es así, desde las cosas más pequeñas a las más grandes.

Para mantener una individualidad en medio de una colectividad, es necesario ser absolutamente consciente de sí mismo. ¿Y consciente de cual ser? Del Ser que está por encima de toda mezcla, es decir lo que yo llamo la verdad de vuestro ser. Y mientras no seáis conscientes de la Verdad de vuestro ser, seréis movidos por todo tipo de cosas sin ser en absoluto conscientes de ello. El pensamiento colectivo, la sugestión colectiva, es una influencia formidable que actúa constantemente sobre el pensamiento individual. Y lo más extraordinario es que uno no se da cuenta. Uno cree que piensa “así”, pero en realidad es la colectividad la que piensa “así”. La masa es siempre inferior al individuo. Si tomamos individuos de cualidades parecidas, de categorías semejantes, y bien, cuando están solos, estos individuos son, al menos, dos grados superiores que la gente de la misma categoría que se encuentra en una muchedumbre. Hay una mezcla de oscuridades, una mezcla de inconsciencias, y por fuerza se resbala en esa inconsciencia. Para escapar de eso hay sólo un medio: volverse consciente de uno mismo, ser cada vez más consciente y estar más atento.

Probad a hacer este pequeño ejercicio: al inicio del día, decid: “no hablaré sin pensar en lo que digo.” ¿Creéis que pensáis todo lo que decís? ¡Para nada en absoluto! Veréis cuantas veces la palabra que no queréis decir ya estaba preparada para salir, y os veis obligados a hacer un esfuerzo consciente para impedir que salga.

He conocido personas que eran muy escrupulosas en no decir mentiras, pero de repente, cuando se encontraban en un grupo, en vez de decir la verdad, decían espontáneamente una mentira; no tenían la intención de hacerlo, no pensaban ni siquiera un minuto antes de hacerlo, pero, sucedía “así”. ¿Por qué? Porque se hallaban entre mentirosos; y había una atmósfera de falsedad, y simplemente ¡se habían contagiado de la enfermedad!

Y es así que gradualmente, lentamente, con perseverancia, y sobre todo con mucho cuidado y mucha atención, uno se vuelve consciente, aprende a conocerse, y luego a ser dueño de sí mismo.

La Madre



### *¿Qué hay que hacer para prepararse para el Yoga?*

Primero de todo, ser consciente. Solamente somos conscientes de una parte insignificante de nuestro ser; de la mayor parte de nosotros somos inconscientes. Esta inconsciencia es la que nos mantiene a un nivel muy bajo en nuestra naturaleza no regenerada, y obstaculiza el cambio y la transformación de ella. Las fuerzas no divinas entran en nosotros y nos esclavizan, precisamente a través de la inconsciencia. Tenéis que ser conscientes de vosotros mismos, tenéis que ser conscientes de vuestra naturaleza y sus movimientos, tenéis que saber por qué y cómo hacéis las cosas, o cómo las sentís o las pensáis; tenéis que comprender vuestros motivos e impulsos, las fuerzas que os mueven, escondidas y aparentes, podríamos decir que en realidad tenéis que desmontar la entera maquinaria de vuestro ser. Ser consciente implica poder distinguir y examinar minuciosamente las cosas, podéis ver qué fuerzas os tiran hacia abajo y qué fuerzas os ayudan. Y cuando sepáis la diferencia entre lo bueno y lo malo, lo verdadero y lo falso, lo divino y lo no divino, tendréis que actuar estrictamente según vuestro conocimiento, o sea, rechazar con vehemencia uno y aceptar el otro. La dualidad se os presentará a cada paso, y a cada paso tendréis que escoger. Tendréis que ser pacientes y persistentes, y vigilantes, “sin dormir”, como dicen los adeptos; tendréis que rechazar siempre el dar cualquier posibilidad a lo no divino cuando éste se enfrenta a lo divino.

La Madre



.... para poder rechazar algo del propio ser, primero uno debe volverse consciente de ello, tener la clara experiencia interior de su acción y descubrir su lugar exacto en los funcionamientos de la naturaleza. Entonces se puede trabajar sobre ello para eliminarlo, si es un movimiento completamente erróneo, o para transformarlo si es solamente la degradación de un movimiento superior y verdadero. Esto, o algo así, es lo que se intenta con el psicoanálisis, de modo rudimentario e incorrecto y con un conocimiento rudimentario e insuficiente. El proceso de llevar los movimientos inferiores a plena luz de la consciencia para conocerlos y tratarlos es inevitable; ya que, sin esto, no puede haber un cambio completo.

Pero sólo puede lograrse verdaderamente si hay suficiente luz y fuerza superiores trabajando para superar, antes o después, la fuerza de la tendencia que se intenta cambiar.

Sri Aurobindo



Para trabajar en vuestro proceso de perfección, el primer paso es volveros conscientes de vosotros mismos, de las distintas partes de vuestro ser y de sus respectivas actividades. Tenéis que aprender a distinguir estas diferentes partes una de otra, de manera que podáis daros cuenta claramente del origen de los movimientos que se producen en vosotros, los diversos impulsos, reacciones y voluntades conflictivas que os conducen a la acción. Es un estudio constante que requiere mucha perseverancia y sinceridad. Porque la naturaleza del ser humano, especialmente su naturaleza mental, tiene una tendencia espontánea a dar una explicación favorable a todo lo que piensa, siente, dice y hace. Sólo observando estos movimientos con gran atención, llevándolos, podríamos decir, delante del tribunal de nuestro ideal más alto, con una sincera voluntad de someternos a su juicio, podemos esperar formar en nosotros un discernimiento que no se equivoca nunca. Porque si verdaderamente queremos progresar y adquirir la capacidad de conocer la verdad de nuestro ser, es decir, aquello por lo que hemos sido creados, lo que podríamos llamar nuestra misión sobre la tierra, entonces debemos, de manera regular y constante, rechazar o eliminar en nosotros cualquier cosa que contradiga la verdad de nuestra existencia, cualquier cosa que se oponga a ella. De esta manera, poco a poco, todas las partes, todos los elementos de nuestro ser pueden ser organizados en un todo homogéneo alrededor de nuestro centro psíquico. Este trabajo de unificación requiere mucho tiempo para ser llevado a un determinado grado de perfección. Entonces, para poder conseguirlo debemos armarnos de paciencia y perseverancia, con una determinación de prolongar nuestra vida tanto cuanto sea necesario para lograr el éxito de nuestro esfuerzo.

La Madre



Uno no debe olvidar nunca limpiar la propia habitación, es muy importante; la limpieza interior es al menos tan importante como la limpieza exterior.

Vivekananda escribió (no sé el original, he leído sólo una traducción francesa): “todas las mañanas hay que limpiar el alma y limpiar el cuerpo, pero si no tenéis tiempo para ambos, es mejor limpiar el alma que el cuerpo.”

*¿Cómo saber si las “pequeñas suciedades” se han escondido o se han ido?*

Siempre pueden hacerse pequeños experimentos. He dicho que era necesario dar un paseo por el interior del propio ser utilizando una linterna, una luz fuerte. Si se está muy atento uno puede percibir fácilmente estas esquinas feas. Imaginad que tenéis una bonita experiencia, que de repente, respondiendo a vuestra aspiración, llega una gran luz; os sentís completamente inundados de gozo, de



fuerza, de luz, de belleza y tenéis la impresión que estáis a punto de ser transfigurados... y luego se va, esto siempre pasa, ¿verdad?, sobre todo al principio, de repente, se para. Entonces, cuando no estáis alerta, os decís: “Mira, ha venido y se ha ido, ¡pobre de mí! Ha venido y se ha ido, simplemente me ha dado el gusto de la cosa y luego me ha soltado.” Y bien, es una estupidez. Lo que tendríais que deciros es: “Mira, no he sido capaz de mantenerla, y ¿por qué no he sido capaz de mantenerla?” Entonces cogéis vuestra linterna y os vais a dar un paseo en vuestro interior, buscando una relación muy íntima entre el cambio de consciencia y los movimientos que acompañaron el hecho de que la experiencia se parara. Y si estáis muy, muy atentos y hacéis el paseo de forma muy minuciosa, encontrareis que, de golpe, alguna parte en el vital o alguna parte de la mente, o del cuerpo, algo no ha seguido; en el sentido que algo en la mente, en lugar de estar inmóvil y atento, ha empezado a preguntarse: “¿qué es esta experiencia? ¿Qué quiere decir?...” Intentando explicarlo (lo que ésta llama “comprender”). O bien en el vital, algo ha empezado a gozar de la experiencia: “qué agradable, cómo me gustaría que aumentara, qué necesario sería que fuera constante, como...” O algo en el físico ha dicho: “¡oh! Esto es un poco difícil de sostener, ¿cuánto tiempo voy a poder mantenerlo?” Quizás no es tan evidente como yo os lo estoy diciendo, quizás está un poco más escondido, en algún lado. Encontraréis siempre una de estas tres cosas, u otras parecidas. Aquí es donde se necesita la linterna: ¿dónde está el punto débil? ¿Dónde está el egoísmo? ¿Dónde está el deseo? ¿Dónde está esta vieja suciedad que no queremos más? ¿Qué es esto que se encierra en sí mismo en lugar de darse, de abrirse, de perderse; que se dobla sobre sí mismo, intentando aprovecharse de lo sucedido, queriendo apropiarse del fruto de la experiencia; o que es demasiado débil, demasiado duro, demasiado rígido para poder seguir el movimiento?... Es esto, estáis sobre la pista, empezáis precisamente a poner sobre ello esta luz que acabáis de adquirir; esto es lo que hay que hacer, dirigirla sobre ello y moverla de tal modo que esto no pueda resistirla.

No lo conseguiréis el primer día, pero hacedlo con persistencia, y poco a poco, o quizás de golpe, un día desaparecerá. Entonces os daréis cuenta, al cabo de un tiempo, que sois otra persona.

La Madre



Lo que la Madre dijo no se refería a auto-análisis ni disección; estas son cosas mentales que pueden ocuparse de lo inanimado o hacer que lo que es vivo muera, no son métodos espirituales. La Madre no hablaba de análisis, sino de un mirarse a sí mismo y observar todos los movimientos de vida en el ser y en la naturaleza; una observación vívida de las personalidades y fuerzas que se mueven en el escenario de nuestro ser, sus motivos, sus impulsos, sus potencialidades; una observación tan interesante como el ver y comprender un drama o una novela, una visión y una percepción vivas de cómo son hechas las cosas en nosotros, que al mismo tiempo trae un dominio eficaz sobre este universo interior. Este tipo de cosas se vuelven áridas sólo cuando uno se ocupa de ellas con la mente analítica y racional, no cuando uno lo hace de forma intuitiva, y viéndolo como un movimiento de la vida. Si hicieras esta observación (desde el punto de vista espiritual interior, y no desde el punto de vista intelectual y ético exterior), entonces te sería comparativamente más fácil salir de tus dificultades; por ejemplo, te darías cuenta en seguida de donde vino ese impulso irracional de huir, y no podría encontrar donde agarrarse en ti. Ciertamente, todo esto puede ser hecho de manera muy efectiva, cuando te separas del juego de tu

naturaleza y te vuelves el Testigo-Regulador o el Espectador-Actor-Director. Pero esto es lo que sucede cuando se toma este tipo de postura en el auto-observarse.

Sri Aurobindo



Para empezar, hay que volverse consciente de los distintos movimientos en uno mismo, y darse cuenta de lo que uno hace y porque lo hace. Hay que enseñar al niño a observarse, a notar sus reacciones e impulsos y sus causas, a volverse un testigo que discierna sus deseos, sus movimientos de violencia y pasión, sus instintos de posesión, de apropiación y de dominio y el trasfondo de vanidad que los sostiene, junto con sus contrapartes de debilidad, desánimo, depresión y desesperación.

La Madre



... hay muchas cosas en el ser humano común de las que no es consciente, porque el vital las esconde a la mente y las consiente sin que la mente se dé cuenta de cuál es la fuerza que está impulsando la acción, así como las cosas que se hacen en nombre del altruismo, la filantropía, el servicio, etc. en su mayor parte son movidas por el ego que se esconde detrás de estas justificaciones; en el *Yoga* el motivo secreto tiene que ser extraído de detrás del velo, expuesto y eliminado. Por otro lado, hay algunas cosas que en la vida ordinaria se reprimen y siguen permaneciendo en la naturaleza, sometidas, pero no eliminadas; éstas pueden surgir cualquier día o pueden expresarse de varias formas nerviosas o en otros desordenes de la mente, o del vital, o del cuerpo, sin que sea evidente cuál es su verdadera causa. Esto ha sido descubierto recientemente por los psicólogos europeos, y se ha enfatizado mucho, incluso se ha exagerado en una nueva ciencia llamada psicoanálisis. Por lo que digo otra vez, que en la *Sadhana* uno debe volverse consciente de estos impulsos reprimidos y eliminarlos....

Sri Aurobindo



.... para volverte consciente de lo que sea, tienes que quererlo. Y cuando digo “quererlo” no quiero decir un día: “Oh!, me gustaría”, y luego dos días más tarde olvidarlo completamente.

Quererlo quiere decir tener una aspiración constante, sostenida, concentrada, una actividad casi exclusiva de la consciencia. Este es el primer paso. Hay muchos más: una observación muy atenta, un análisis continuo, un discernimiento muy agudo entre lo que es puro en un movimiento y lo que no lo es.

La Madre



Cuando uno vive en la verdadera consciencia, siente los deseos fuera de uno mismo, que entran desde fuera en la mente y en las partes vitales provenientes de la *Prakriti* inferior universal. En la condición humana ordinaria esto no se siente; las personas se dan cuenta del deseo, sólo cuando ya está allí, cuando ya ha entrado y ha encontrado un alojamiento o un refugio habitual, y entonces ellas creen que este deseo es suyo y que forma parte de ellas mismas. La primera condición para liberarse del deseo es, por lo tanto, volverse consciente con la consciencia verdadera; porque luego se vuelve mucho más fácil rechazarlo, que no cuando uno tiene que luchar con él, como si fuera una parte constituyente de uno mismo que tiene que ser expulsada del ser. Es más fácil desechar una adición que no extirpar lo que se siente como una parte de nuestra sustancia.

Sri Aurobindo



*¿Qué se debe hacer para prepararse para el Yoga?*

A la persona que me preguntó esto le contesté: “primero de todo volverse consciente.” Por lo tanto, esta persona intentó volverse consciente y algunos meses más tarde, vino a decirme: “¡oh! ¡Qué regalo más malo me ha hecho! Antes, cuando me relacionaba con las personas, todas me parecían muy amables, yo tenía buena voluntad, y ellos eran muy amables conmigo, y ahora, desde que me he vuelto consciente, veo todo tipo de cosas en mí que no son muy bonitas, y al mismo tiempo ¡veo cosas que no son, para nada, bonitas en los otros!” Le contesté: “¡Es muy posible!; si no queréis problemas, no hay que salir de la propia ignorancia.”

El primer paso entonces es saber si se quiere ver y conocer la verdad, o permanecer confortablemente en la propia ignorancia.

La Madre



Esto me recuerda a la señora que, habiéndose vuelto gradualmente consciente, me dijo: “antes de escucharla confiaba en las personas, todo el mundo era muy amable, yo estaba contenta. Ahora que he empezado a ver claramente y a volverme consciente, ¡he perdido toda mi serenidad! ¡Es horrible volverse consciente!”

¿Qué hacer?, volverse aún más consciente.

La Madre



*Dulce Madre, ¿cuándo podemos decir que uno es consciente?*

Es siempre muy relativo. Uno no es nunca del todo inconsciente y nunca se es completamente consciente. Es un estado progresivo.

Pero llega un momento en el que, en lugar de hacer las cosas automáticamente, impulsado por una consciencia y una fuerza de la cual uno no es consciente, llega un momento en el que uno puede observar lo que sucede en sí mismo, estudiar los propios movimientos, encontrar sus causas y al mismo tiempo empezar a ejercer un control, primero sobre lo que tiene lugar dentro de nosotros, luego sobre la influencia que nos llega de afuera y que nos hace actuar, al principio de una manera totalmente inconsciente y casi involuntaria, pero poco a poco cada vez más consciente; y la voluntad puede despertarse y reaccionar. Entonces en este momento, en el momento en que hay una voluntad consciente que es capaz de reaccionar, uno puede decir: "Me he vuelto consciente." Esto no quiere decir que sea una consciencia total y perfecta, quiere decir que es un inicio: cuando uno es capaz de observar, por ejemplo, todas las reacciones en el propio ser y de tener un cierto control sobre ellas, de permitir que actúen aquellas que se aprueban, y de controlar, impedir y anular aquellas que se desaprueban.

También, tenéis que ser interiormente conscientes de algo así como una meta, una razón de ser o un ideal que queréis realizar; algo distinto del simple instinto, que os impulsa a vivir sin que sepáis ni porqué ni cómo. En este momento se puede decir que sois conscientes, pero esto no quiere decir que seáis perfectamente conscientes. Y, por otra parte, esa perfección es tan progresiva, que no creo que nadie pueda decir que sea perfectamente consciente; está en el camino de volverse perfectamente consciente, pero aún no lo es.

La Madre



## V

### **Organización, armonización, unificación**

Un ser humano está hecho de muchas partes diferentes, y le toma tiempo y un esfuerzo consciente armonizar y unificar todas esas partes.

La Madre



Organizar vuestra vida, vuestro trabajo, vuestra consciencia.

Organización quiere decir poner cada cosa en su verdadero lugar.

La Madre



El psíquico es el centro del ser humano y es la residencia del Divino inmanente. Unificación quiere decir organización y armonización de todas las partes del ser (mental, vital y físico) alrededor de este centro, de manera que todas las actividades del ser sean la expresión correcta de la voluntad de la Presencia Divina.

La Madre



.... una personalidad verdaderamente armoniosa implica un orden consciente de las individualidades interiores. Este ordenamiento puede ser efectuado espontáneamente antes del nacimiento, pero esto sucede raramente. El orden se consigue más tarde, utilizando una disciplina, una educación adecuada. Pero para conseguirlo, uno debe tomar conscientemente el psíquico como el centro, y disponer, armonizar, las diversas individualidades a su alrededor. La verdadera armonía, la organización interior, es el resultado de tal esfuerzo persistente.

La Madre



*Dulce Madre, ¿cómo se puede unificar el propio ser?*

El primer paso consiste en encontrar dentro, en lo profundo de uno mismo, detrás de los deseos e impulsos, una consciencia luminosa, que está siempre presente y que manifiesta el ser físico.

Normalmente uno solamente se da cuenta de la presencia de esta consciencia, cuando debe hacer frente a un peligro, o a una situación inesperada, o a un gran dolor.

Por lo tanto, uno tiene que contactar conscientemente con ésa consciencia, y aprender a hacerlo a voluntad. El resto seguirá.

La Madre



Hay que darse cuenta de los sitios en donde esta armonía no existe; sentirlos y comprender la contradicción entre la consciencia interior y ciertos movimientos externos. Primero hay que volverse consciente de eso, y una vez conscientes de ello, entonces se intenta adaptar al ideal interior, la acción exterior, los movimientos externos. Pero primero hay que darse cuenta de la desarmonía. Porque hay muchas personas que creen que todo va bien; y si se les dice: "No, tu naturaleza exterior está en

contradicción con tu aspiración interior”, ellos protestan. No son conscientes. Por lo tanto, el primer paso es darse cuenta, volverse consciente de lo que no está en sintonía.

Para empezar la mayoría de la gente dirá: “¿Qué es esta consciencia interior de la que me habla? ¡No la conozco!” Entonces, evidentemente, si ni siquiera se es consciente de algo interior que es superior a la consciencia ordinaria, no se puede establecer una armonía. Esto quiere decir que son necesarios muchos estados preparatorios, estados de consciencia preparatorios, antes de estar a punto para esta armonización.

Primero hay que saber cuál es la finalidad interior del ser, la aspiración, la fuerza que desciende, lo que la recibe, todo tiene que volverse consciente. Y luego, más tarde, hay que mirar los movimientos exteriores, desde la luz de esta consciencia interior y ver lo que está en armonía y lo que no. Y luego, cuando se ha visto lo que no está en sintonía, hay que reunir la voluntad y la aspiración para cambiarlo, y empezar por la parte más fácil. No hay que empezar por lo más difícil, hay que empezar por la cosa más fácil, aquello que uno comprende mejor, más fácilmente, la desarmonía que os parece más evidente. Después, a partir de aquí, poco a poco se irá hacia las cosas más difíciles y más centrales...

La Madre



Estamos hechos de muchas partes diferentes que hay que unificar alrededor del ser psíquico, si somos conscientes de él, o al menos, alrededor de la aspiración central. Si no se hace esta unificación llevamos esta división dentro de nosotros.

Para hacer esto, cada pensamiento, cada emoción, cada sensación, cada impulso, cada reacción, cuando se manifiesta, tienen que ser expuestas al ser central o a su aspiración en la consciencia. Lo que está en acuerdo se acepta; lo que está en desacuerdo se desecha, se rechaza o se transforma.

Es un trabajo largo que puede llevar muchos años, pero una vez se ha hecho, la unificación se ha conseguido y el camino se vuelve fácil y rápido.

La Madre



.... este conglomerado es, debido a su composición, una amalgama heterogénea, no un todo único armonioso y homogéneo. Ésta es la razón del por qué hay una confusión constante, e incluso un conflicto, entre nuestras distintas partes, y que nuestra razón y voluntad mental se ven impulsadas a controlar y armonizar, y tienen a menudo mucha dificultad en crear cualquier tipo de orden y orientación fuera de su confusión y conflicto; incluso así, generalmente vamos demasiado a la deriva, o estamos empujados por el flujo de nuestra naturaleza, y actuamos a partir de cualquier parte de ella que esté por encima de las demás en aquel momento, y que coja los instrumentos de pensamiento y acción, incluso lo que parece ser nuestra elección deliberada es mucho más un automatismo de lo que

imaginamos; el coordinar nuestros múltiples elementos y los consiguientes pensamientos, sentimientos, impulsos, acciones a través de la razón y la voluntad, es incompleto, y una solución a medias. En el ser animal, la Naturaleza actúa a través de sus propias intuiciones mentales y vitales; lleva a cabo un orden a través de la imposición de hábitos e instintos, a los que el animal obedece implícitamente, de manera que los movimientos de su consciencia no tienen importancia. Pero el ser humano no puede actuar totalmente de esta manera sin renunciar a su prerrogativa de humanidad; no puede dejar que su ser sea un caos de instintos e impulsos regulados por el automatismo de la Naturaleza: la mente se ha vuelto consciente en él y por lo tanto se ve auto-obligada a hacer alguna tentativa, por más elemental que sea en muchos, para ver y controlar, y al final para armonizar cada vez más perfectamente los múltiples componentes, las diferentes y conflictivas tendencias que parecen constituir la superficie de su ser. Éste consigue establecer una especie de caos regulado o confusión ordenada en él, o al menos consigue pensar que es él quien se dirige a sí mismo, a través de su mente y voluntad, no obstante en realidad esta dirección es sólo parcial; porque, no solamente penetran en él un consorcio disparatado de fuerzas motoras habituales (determinando su autoconstrucción, el desarrollo de su naturaleza, y la acción en su vida), sino también tendencias nuevas, emergentes, vitales y físicas, e impulsos que no siempre son calculables o controlables, y muchos elementos mentales incoherentes y discordantes usan su razón y voluntad. El humano, es en su ser, una Persona única, pero es también en su manifestación como ser, una persona múltiple; no conseguirá nunca ser el amo de sí mismo hasta que la Persona se imponga sobre su personalidad múltiple y la gobierne: pero la voluntad y la razón mentales de superficie, pueden hacer esto sólo de manera imperfecta; esto sólo se puede hacer a la perfección si el ser humano va a su interior y encuentra un ser central, que debido a su influencia predominante, está al frente de toda su expresión y acción. En su verdad más profunda su alma es ese ser central, pero en la realidad exterior, que a menudo es quien gobierna, es una u otra de las partes de su ser, y este representante del alma, este delegado del ser, él puede confundirlo por la esencia-de-alma más profunda.

Sri Aurobindo



Esta unificación es indispensable si uno quiere ser el amo de su ser y de todas sus acciones.

Es un trabajo largo y meticuloso que requiere mucha perseverancia, pero el resultado vale el esfuerzo, porque no sólo trae el dominio, sino también la posibilidad de la transformación y la iluminación de la consciencia.

La Madre



*¿Cuál es el camino para establecer unidad y homogeneidad en nuestro ser?*

Mantener la voluntad firme. Tratar a las partes recalcitrantes como a niños desobedientes. Actuar sobre ellas constante y pacientemente. Convencerles de su error.

En las profundidades de vuestra consciencia está el ser psíquico, el templo del Divino en vuestro interior. Éste es el centro alrededor del cual se debe efectuar la unificación de todas estas diferentes partes, todos estos movimientos contradictorios de vuestro ser. Una vez sois conscientes del ser psíquico y de su aspiración, estas dudas y dificultades pueden ser destruidas. Toma más o menos tiempo, pero seguramente al final vais a conseguirlo. Una vez os habéis puesto en manos del Divino, diciendo: “Quiero ser tuyo”, y el Divino ha dicho: “Sí”, el mundo entero no puede impedirlos que lo consigáis. En el momento en que el ser central se somete, desaparece la dificultad más grande. El ser exterior es como una costra. En la gente común esta costra es tan dura y gruesa que no son conscientes del Divino dentro de ellos. Si una vez, aunque sólo fuera por un momento, el ser interior hubiera dicho: “Estoy aquí y soy tuyo”, entonces es como si se hubiera construido un puente y poco a poco la costra se vuelve más y más delgada, hasta que las dos partes están completamente unidas, y el interior y el exterior se vuelven uno.

La Madre



Podéis ser una persona diferente en momentos diferentes de vuestra vida. Conozco gente que tomaba decisiones, que tenía una voluntad fuerte, que sabían lo que querían y se disponían a hacerlo. Luego hubo un pequeño vuelco en el ser; otra parte se manifestó y estropeó todo el trabajo en diez minutos. Todo lo que habían hecho en dos meses se deshizo. Cuando la primera parte vuelve, está consternada, dice: “¡Cómo! ...” Entonces hay que volver a empezar todo el trabajo otra vez, lentamente. Es evidente que es muy importante tomar consciencia del ser psíquico, hay que tener como una señal indicadora, o un espejo en donde todas las cosas se reflejan y se muestran tal como son verdaderamente. Y luego, de acuerdo con lo que son, se las pone en un lugar o en otro; se empieza a explicar, se organiza. Esto lleva tiempo. La misma parte vuelve tres o cuatro veces, y cada parte que llega dice: “Ponme en el primer lugar; lo que las otras hacen no importa, no tiene ninguna importancia, yo voy a decidir, porque yo soy la más importante.” Estoy segura de que si os miráis veréis que no hay ni uno entre vosotros que no haya tenido esta experiencia. Queréis ser conscientes, tener buena voluntad, habéis comprendido, vuestra aspiración resplandece, todo es brillante, iluminado, pero de repente algo sucede, una conversación inútil, una lectura desafortunada, y le da la vuelta a todo. Entonces uno se dice que lo que vivía era una ilusión, que todas las cosas se veían a partir de un cierto ángulo.

Es la vida. Uno tropieza y cae en la primera ocasión. Uno se dice: “¡Oh! No se puede ser siempre tan serio”, y cuando la otra parte vuelve, de nuevo, uno se arrepiente amargamente: “Estaba loco, he perdido mi tiempo, ahora debo volver a empezar...” A veces, hay una parte que está de mal humor, en rebelión, llena de preocupaciones, y otra parte que progresa, que está llena de sumisión. Todo eso, uno tras otro.

Solo hay una solución: la señal indicadora debe estar siempre allí, un espejo que refleje todos los propios sentimientos, impulsos y sensaciones con claridad. Uno los ve en ese espejo. Algunos no son muy bonitos o agradables de ver; otros son hermosos, atractivos y hay que mantenerlos. Se hace esto cien veces al día si es necesario. Y es muy interesante. Uno crea un gran círculo alrededor del espejo psíquico, y se disponen todos los elementos alrededor. Si algo no encaja, proyecta una especie de



sombra gris en el espejo: es un elemento que hay que mover, organizar. Hay que hablarle, hacerle comprender, hay que sacarlo de esta oscuridad. Si hacéis esto, no os aburriréis nunca. Cuando la gente no es amable, cuando se tiene una gripe, cuando no sabes tus lecciones, y todo este tipo de cosas, uno empieza a mirarse en este espejo. Es muy interesante, se ve la carcoma. “¡Creía ser sincero!”. No, en absoluto.

No sucede nada en la vida que no sea interesante. Este espejo está muy, muy bien hecho. Haced esto durante dos años, tres, cuatro, a veces hay que hacerlo durante veinte años, luego, al cabo de algunos años observad, dirigid vuestra mirada a lo que erais tres años antes: “¡Cómo he cambiado!... ¿Era así? ...” Es divertido.

La Madre



Tomemos como ejemplo estas personas que cuando están en un determinado estado de ánimo son constructivas, y son capaces de organizar su existencia y hacer un trabajo muy útil, y que, en otra parte de su ser, son completamente destructivas y destrozan constantemente lo que la otra parte ha construido. He conocido bastante gente así, que aparentemente, llevaban una vida incoherente, debido a que las dos partes del ser, en vez de completarse, de armonizarse en una síntesis, estaban separadas y en contradicción, y una de ellas deshacía lo que la otra construía, y pasaban así de la una a la otra todo el tiempo. Llevaban una vida desorganizada. ¡Y hay más gente así de lo que uno cree!

Hay ejemplos muy destacados que chocan de tan claros y concretos que son; sucede a menudo, muy a menudo, quizás no en situaciones tan radicalmente opuestas, pero sí en contradicción unas con otras. Por otra parte, uno tiene la experiencia en sí mismo cuando intenta hacer un progreso, hay una parte del ser que participa en el esfuerzo y que progresa, y de golpe, sin ton ni son, todo se derrumba; el esfuerzo que se ha hecho, toda la consciencia que se ha obtenido se convierte en algo completamente diferente, contradictorio, y sobre lo que no se tiene control.

Algunas personas pueden hacer un esfuerzo a lo largo del día y llegar a construir algo dentro de ellos; por la noche se van a dormir, y a la mañana siguiente todo lo que habían hecho el día anterior está perdido, lo han perdido durante un estado de inconsciencia. Esto sucede muy a menudo, no son casos excepcionales, al contrario. Y esto explica que, por ejemplo, haya personas que puedan entrar en meditaciones muy profundas y liberarse de cosas de este mundo, cuando se retiran en su mente superior, y luego, cuando vuelven a su consciencia física ordinaria, son personas absolutamente ordinarias, incluso vulgares, porque no se han preocupado de establecer el contacto y hacer que lo que está en lo alto actúe y transforme lo que está abajo.

La Madre



“No he intentado unificar las distintas personalidades que puedan hallarse en mí, pero he probado de ponerlas una delante de la otra, oponiendo las buenas a las malas, y no he encontrado nunca en las buenas un dinamismo suficiente para luchar contra las malas.”

*Conversación del 14 de abril de 1929*

¿No habéis pensado nunca que vuestro juicio de lo que es “bueno” y “malo” es un juicio puramente humano? ¿Y que éste no tiene por qué estar de acuerdo con el juicio de la Presencia divina dentro de vosotros? Las cosas “malas” de las cuales no conseguisteis liberaros, eran probablemente cosas que no estaban en su lugar apropiado, cosas que no estaban bien equilibradas, y sería una lástima si fueran eliminadas porque, quizás, una parte de vuestra energía y de vuestra Presencia divina desaparecería al mismo tiempo. Las personas que no hacen *Yoga* bajo la dirección de un guía, se sirven de las nociones morales ordinarias, y a veces se sienten muy turbados, porque, a pesar de toda su buena voluntad, no llegan al resultado que esperaban; esto sucede porque, generalmente, desean estar de acuerdo con su ser en vez de transformarlo, y porque las nociones morales son muy malas. En este trabajo de unificación del ser es necesario poseer la imaginación suficiente para poder exponer los movimientos que uno tiene, los movimientos que uno desea conservar en sí, descubrirlos ante lo que uno imagina estar más cerca de la Presencia divina; naturalmente, al principio es una imaginación bastante lejos de la verdad, pero que os podría ayudar a salir un poco de la estrechez moral y también de las limitaciones de vuestra consciencia. Por ejemplo, tenéis la idea de poner lo que sois y lo que hacéis delante de una consciencia que es, a la vez, infinita y eterna. Estas dos palabras quizá no tienen mucho sentido al principio, pero os obligan a romper los límites y a poneros delante de algo que os sobrepasa tanto de cada lado, que su juicio no puede ser el mismo que el de una mentalidad humana. Es absolutamente indispensable empezar de este modo. Si probáis de analizaros según los principios morales podéis estar seguros de ir en contra del plan divino. No es que el Divino sea amoral, ¿veis?, es que su moral no es algo que la humanidad pueda comprender en absoluto, es completamente distinta.

La Madre



Me parece imposible escapar de esta necesidad (organización del ser alrededor del ser psíquico) si uno quiere y tiene que ser un instrumento *consciente* de la Fuerza divina. Si tenéis un mínimo de buena voluntad y de sinceridad, podéis ser movidos, empujados a la acción y utilizados como instrumentos *inconscientes* por la Fuerza divina. Pero para volveros un instrumento consciente, capaz de identificación, y de movimientos conscientes voluntarios, es necesario que tengáis esta organización interior; si no, siempre encontraréis el caos en alguna parte, una confusión por algún lado o una obscuridad, una inconsciencia en algún lugar. Y, naturalmente, aunque vuestra acción sea guiada exclusivamente por el Divino, no tendrá la perfección de expresión que tiene cuando uno ha conseguido una organización consciente alrededor de ese Centro divino.

Es un trabajo constante, que puede hacerse en cualquier momento y en cualquier circunstancia, porque lleváis en vosotros mismos todos los elementos del problema. Para hacer este trabajo no tenéis necesidad de nada externo, de ninguna ayuda exterior. Pero éste requiere una gran perseverancia, una

especie de tenacidad, porque sucede muy a menudo que hay malas “arrugas” en el ser, hábitos, que emanan de todo tipo de motivos, que pueden venir de una malformación atávica, pero que pueden venir también de la educación, del ambiente en el que habéis vivido, o de otras muchas causas. Y vosotros intentáis planchar estas malas “arrugas”, pero se vuelven a formar. Y entonces, normalmente hay que volver a empezar el trabajo, muchas, muchas, muchas veces, sin perder el coraje, antes de haber obtenido el resultado final. Pero no hay nada ni nadie que pueda impedirlos el hacerlo, ni ninguna circunstancia. Porque lleváis dentro de vosotros mismos el problema y la solución.

*(Silencio)*

Y a decir verdad, el mal más generalizado que sufre la humanidad es el aburrimiento. La mayor parte de los disparates que los seres humanos hacen son para intentar escapar del aburrimiento. Y bien, yo afirmo que todos los medios externos no son buenos, y que el aburrimiento os persigue, y os perseguirá no importa lo que hagáis para evitarlo; pero que ese método, es decir, empezar el trabajo de organización de vuestro ser y de todos sus elementos alrededor de la Consciencia y de la Presencia centrales, esto es la cura más segura y más completa de todo aburrimiento posible, y la más reconfortante; esto da a la vida un interés formidable. Y una variedad inaudita. Ya no tenéis más tiempo para aburriros.

Solamente, tenéis que ser perseverantes.

Y lo que añade interés al asunto, es que este tipo de trabajo, esta armonización y esta organización del ser alrededor del Centro divino, se puede hacer sólo en un cuerpo físico y sobre la tierra. Esto es verdaderamente la razón esencial y primordial de la vida física. Porque a partir del momento en que ya no estéis dentro de un cuerpo físico, no podréis hacer *nada de nada*.

Y lo que es aún más extraordinario, es que sólo los seres humanos pueden hacerlo, porque sólo los seres humanos poseen, en el centro de ellos mismos, una Presencia divina dentro del ser psíquico. Por ejemplo, este trabajo de desarrollo de uno mismo y de organización y toma de consciencia de todos los elementos, no está al alcance de los seres de los planos vitales y mentales, ni siquiera de los seres que habitualmente se llaman “dioses”; y cuando quieren hacerlo, cuando quieren verdaderamente organizarse y volverse completamente conscientes, están obligados a tomar un cuerpo.

Y, sin embargo, los seres humanos entran en un cuerpo sin saber por qué, la mayor parte de ellos atraviesan toda la vida sin saber por qué, dejan su cuerpo sin saber por qué, y es necesario que recomiencen indefinidamente la misma cosa, hasta el día en que encuentran a alguien que les dice: “¡Atención! Sabéis, hay un motivo para esto. Estáis aquí para hacer este trabajo, ¡no perdáis vuestra oportunidad!”.

Y cuantos años se desperdician.

La Madre

.... En tu personalidad hay muchos lados, o mejor dicho, tienes muchas personalidades en ti; son realmente sus movimientos discordantes los que han entorpecido el camino de tu *sadhana*, interfiriendo una con la otra, como sucede cuando éstas se expresan a través de la mente exterior. Por un lado, se halla la personalidad vital, que estaba orientada hacia el éxito y el gozo y lo alcanzó, y que quería continuar con ello, pero no consiguió que el resto del ser le siguiera. Por otro lado, la personalidad vital que buscaba un goce de tipo más profundo, y le sugirió a la primera que podía renunciar fácilmente a estas cosas poco convenientes si hubiera podido obtener un equivalente de un gozo más elevado en algún país de las maravillas. Tienes en ti al Vaishnava, la personalidad psíquico-vital que quería el Divino Krishna, la *bhakti*<sup>48</sup> y el *Ananda*. También está la personalidad del poeta y el músico que busca la belleza a través de éstas. La personalidad mental-vital que, al ver que el vital era un obstáculo en el camino, se empeñó en una dura lucha a través de la *Tapasya*, y no cabe duda que esta misma es la que aprueba *Vairagya* y el *Nirvana*<sup>49</sup>. La personalidad físico-mental, la del admirador de Russell, el extrovertido que duda de todo. Y otra personalidad mental-emocional cuyas ideas miran hacia el creer en el Divino, el *Yoga*, la *bhakti* y el *Guruvada*<sup>50</sup>. También se encuentra el ser psíquico que te ha empujado hacia la *sadhana* y está esperando su hora de emergencia.

¿Qué vas a hacer con toda esta gente? Si quieres el *Nirvana*, o bien tienes que expulsarles o ahogarles, o golpearles hasta el coma. Todos los expertos nos aseguran que lo característico del *Nirvana* es el hecho de que sea algo muy difícil (*duhkham dehavadbhih*, dice la Gita), y tu propio intento de suprimir las otras partes no fue alentador, según tu propio relato te dejó tan seco y desesperado como una naranja exprimida, sin jugo por ningún lado. Si tu camino hacia la tierra prometida es el desierto, entonces esto no tiene importancia. Pero si no lo es, entonces existe otro camino, lo que llamamos la integración, la armonización del ser. Esto no puede hacerse desde afuera, no puede hacerse a través de la mente y el vital, porque seguro que estropean el asunto. Se puede hacer sólo desde dentro, a través del alma, el Espíritu, que es el centralizador, el que está en el centro de todos estos radios. En cada una de ellas se halla una verdad que puede ser armonizada con la verdad de las otras. Porque en el *Nirvana* hay una verdad (el *Nirvana* no es otra cosa que la paz y la libertad del Espíritu que puede existir por sí mismo, exista el mundo o no exista, haya orden o desorden mundial). La *Bhakti* y la llamada del corazón hacia el Divino tienen una verdad, es la verdad del Amor y del *Ananda* divinos. El anhelo de *Tapasya* posee en sí una verdad, la verdad del dominio del Espíritu sobre sus miembros. El músico y el poeta enuncian la verdad, es la verdad de la expresión del Espíritu a través de la belleza. Hay una verdad detrás del positivista mental; incluso hay una verdad detrás del que duda mentalmente, del adepto de Russell (aunque lejos detrás de él), hay la verdad de la negación de las falsas formas. Incluso detrás de las dos personalidades vitales hay una verdad, la verdad que quien posee el mundo interior y exterior es el Divino, no el ego. Ésta es la armonización hacia la cual se focaliza nuestro *Yoga*, pero no puede ser realizada a través de una organización exterior, se puede conseguir sólo yendo dentro, y mirando,

---

<sup>48</sup> Devoción

<sup>49</sup> Renuncia y liberación

<sup>50</sup> El hecho de seguir a un maestro

aspirando y actuando desde el psíquico y desde el centro espiritual. Porque allí está la verdad del ser y también el secreto de la Armonía.

Sri Aurobindo



Cuando se creó la humanidad, al inicio, el ego era el elemento unificador. Los diferentes estados del ser fueron agrupados alrededor del ego; pero ahora que está preparándose el nacimiento de la súper-humanidad, el ego tiene que desaparecer y dejar paso al ser psíquico, el cual está siendo formado lentamente a través de la intervención divina, para poder manifestar el Divino en el ser humano.

El Divino se manifiesta en el ser humano bajo la influencia del psíquico y de esta forma prepara la llegada de la súper-humanidad.

El psíquico es inmortal, y a través de él la inmortalidad puede manifestarse sobre la tierra.

Luego lo importante ahora es encontrar el propio psíquico, unirse a él y permitirle reemplazar el ego, que se verá obligado a convertirse o desaparecer.

La Madre



## VI

### **Algunas respuestas y comentarios**

(Todos los pasajes de esta sección han sido sacados de las obras de la Madre)

#### **Complejidad del ser y sus destinos**

¡Prever el destino! Cuantos lo han intentado, cuantos sistemas se han elaborado, cuantas ciencias de adivinación han sido creadas y desarrolladas, sólo para perecer bajo el nombre de charlatanería o superstición. ¿Y por qué el destino es siempre tan imprevisible? Dado que ha sido probado que todo está determinado ineludiblemente, ¿cómo es posible que uno no pueda lograr conocer este determinismo con certeza?

La solución, en este caso, también se encuentra en el *Yoga*. A través de la disciplina yóguica uno puede, no sólo prever el destino, sino modificarlo y cambiarlo casi totalmente. El *Yoga*, inicialmente nos enseña que no somos seres individuales, no somos una entidad simple que tiene necesariamente un destino único, que es simple y lógico. Al contrario, tenemos que reconocer que el destino de la mayor parte de los seres humanos es complejo, a menudo hasta el límite de la incoherencia. ¿No será esta misma complejidad la que nos da la impresión de algo inesperado, indeterminado y por consecuencia imprevisible?

Para resolver el problema uno debe saber que, para empezar, todas las criaturas vivientes, y muy especialmente los seres humanos, están hechos de una combinación de varias entidades que se juntan, se interpenetran, a veces organizándose y completándose una a la otra, a veces oponiéndose y contradiciéndose. Cada uno de estos seres o estados del ser pertenece a un mundo propio, y lleva en sí su propio destino, su propio determinismo. Y es la combinación de todos estos determinismos, que a veces es muy heterogénea, la que produce el destino del individuo. Pero dado que la organización y la relación de todas estas entidades puede ser alterada por la disciplina personal y el esfuerzo de voluntad, dado que estos varios determinismos actúan entre ellos de distintas maneras según la concentración de la conciencia, su combinación es casi siempre variable y por lo tanto imprevisible.

Por ejemplo, el destino físico o material de un ser procede de sus progenitores paternos y maternos, de las condiciones y circunstancias físicas en las que uno ha nacido; uno tendría que ser capaz de prever los eventos de su vida física, su estado de salud y aproximadamente cuanto tiempo podría durar su cuerpo. Pero luego entra en juego la formación de su ser vital (el ser de deseos y pasiones, pero también de impulsos energéticos y voluntad activa) que lleva consigo su propio destino. Este destino afecta el destino físico y puede alterarlo completamente, y a menudo incluso lo empeora. Por ejemplo si una persona, nacida con un buen equilibrio físico, – que habría tenido que vivir con muy buena salud – viene empujado por su vital a todo tipo de excesos, malos hábitos e incluso vicios, puede de esta manera destruir parcialmente su buen destino físico y perder la armonía de su salud y la fuerza que habría poseído si no hubiera habido esta interferencia desafortunada. Esto es sólo un ejemplo. Pero el problema es mucho más complejo, porque, al destino físico y vital, hay que añadir también el destino mental, el destino psíquico, además de muchos otros.

En realidad, cuanto más alto se encuentra un ser en la escala humana, más compleja es su esencia, más numerosos son sus destinos y como consecuencia más imprevisible parece ser su destino. Esto sin embargo es sólo una apariencia. El conocer estos varios estados del ser y sus correspondientes mundos interiores da, por otro lado, la capacidad de discernir los diferentes destinos, su interpretación y su acción dominante o combinada. Los destinos elevados son obviamente los que están más cerca de la verdad central del universo, y si se les permite intervenir, su acción es necesariamente benéfica. El arte de vivir consistiría entonces en mantenerse uno mismo en el estado más elevado de conciencia, y de esta manera permitir al propio destino supremo dominar los otros en la vida y en la acción. Por lo que uno puede decir sin miedo a equivocarse: permaneced siempre al máximo de vuestra conciencia y os sucederá siempre lo mejor. Pero éste es un tope que no es fácil de alcanzar. Si esta condición ideal fuera irrealizable, la persona podría, al menos cuando es confrontada por un peligro o una situación crítica, apelar a su destino más alto a través de su aspiración, de su plegaria y de su entrega fiel a la voluntad divina. Luego, en proporción a la sinceridad de su llamada, su destino superior interviene de manera favorable en el destino normal del ser y cambia el curso de los eventos en lo que le conciernen personalmente. Son eventos de este tipo los que a la conciencia exterior le aparecen como milagros, como intervenciones divinas.

## **Formación del cuerpo y del carácter**

*¿Madre, la constitución del cuerpo de una persona expresa su carácter?*

No. Incluso el carácter mismo no es algo simple, es decir, el carácter de una persona no es la expresión de su verdadero ser, sino el resultado de muchas cosas. Por ejemplo, puede expresarse el atavismo; es decir, lo que viene de su padre, de su madre, de la combinación de los dos que puede tener un resultado diferente; de lo que les ha precedido – los antecedentes, los abuelos, los bisabuelos, etc. –; además, del medio en que las personas han vivido cuando eran muy pequeñas y no tenían ninguna independencia. Esto influye considerablemente sobre el carácter. Y este carácter influye sobre la constitución física. Entonces, viendo a alguien, no se puede decir cuál es exactamente su verdadera naturaleza. Se puede predecir su tendencia, se pueden predecir sus dificultades, se pueden predecir sus posibilidades, pero el cuerpo sólo puede empezar a expresar el verdadero carácter de la persona a medida que la conciencia crece y que el desarrollo se vuelve voluntario y organizado.



## **Elementos atávicos en la configuración de uno mismo**

*¿ El vital está ya distorsionado desde el nacimiento?*

Si vuestro nacimiento no fue accidental, fácilmente se podría decir que no hubo distorsión, pero lo que sois en vuestro nacimiento la mayor parte de las veces es casi absolutamente lo que vuestra madre y vuestro padre han hecho de vosotros, y también, a través de ellos, lo que vuestros abuelos han hecho de vosotros. Hay ciertas tradiciones vitales en las familias, y por otra parte está el estado de conciencia en el cual habéis sido formados, concebidos – el momento en que fuisteis concebidos – y el estado en el que esto ocurre, ni siquiera una vez en un millón concuerda con la aspiración verdadera; y sólo una aspiración verdadera podría hacer que vuestro vital fuera libre de toda mezcla, que el elemento vital que ha sido atraído para la formación del ser, fuera un elemento puro, libre de todo contagio; quiero decir que, si un ser psíquico entra ahí, puede agrupar los elementos favorables a su crecimiento. En el mundo tal como es, las cosas están tan mezcladas, han sido tan enredadas de todas las maneras posibles, que es casi imposible tener elementos del vital suficientemente puros para no sufrir el contagio de todos los otros seres contaminados.

Creo que ya he hablado de esto, dije qué tipo de aspiración deberían tener en los padres antes del nacimiento, pero, como dije, esto no ocurre más que una vez en cientos de miles. La concepción buscada es extremadamente rara; la mayor parte de las veces sucede por accidente. En medio del número innumerable de progenitores, hay una minoría del todo ínfima que se preocupa de qué es un criatura; ni siquiera saben que lo que el niño será dependerá de lo que ellos son. Solo una pequeña élite sabe esto. La mayor parte del tiempo va como puede; sucede algo y la gente no se da ni cuenta si quiera de lo que sucede. Entonces, en estas condiciones, ¿cómo se puede pretender nacer con un ser vital lo

suficientemente puro para ayudaros? Antes de empezar la vida ya se nace con un barrizal que hay que limpiar. Y una vez que se ha empezado bien en el camino de la transformación interior y que se desciende a la raíz subconsciente del ser – aquello que proviene precisamente de los padres, del atavismo – y bien, ¡cuántas cosas se ven! Y todas, casi todas las dificultades están ahí, hay muy pocas cosas que se añadan a la existencia después de los primeros años de vida. Esto puede llegar en cualquier momento; si tenéis malas compañías, o leéis libros dañinos, el veneno puede entrar en vosotros; pero son todas las huellas impresas en el subconsciente, las malas costumbres que tenéis y contra las cuales lucháis, por ejemplo, hay personas que no pueden abrir la boca sin decir mentiras y que no lo hacen siempre a propósito (que es lo peor), o gente que no pueden relacionarse con los otros sin pelearse; todo tipo de estupideces están ahí, en el subconsciente, profundamente ancladas. Entonces, exteriormente, cuando tenéis buena voluntad, hacéis el máximo para evitar esto, para corregirlo si es posible; trabajáis, lucháis y luego os dais cuenta de que esto siempre vuelve a aparecer, sube de alguna parte que escapa a vuestro control. Pero si entráis en el subconsciente, si permitís que vuestra conciencia se infiltre allí dentro, y si os observáis atentamente, descubriréis poco a poco todas las raíces, todos los orígenes de todas vuestras dificultades; luego empezáis a comprender como eran las madres y los padres, los abuelos y las abuelas y si sois incapaces de controlarlos, en un cierto momento os daréis cuenta de que: “Soy así porque ellos eran así.”

Si tenéis dentro de vosotros un ser psíquico suficientemente despierto para velar por vosotros, para preparar vuestro camino, puede atraer hacia vosotros las cosas que os ayuden, atraer las personas, los libros, las circunstancias, todo tipo de pequeñas coincidencias que llegan a vosotros como si fueran traídas por una voluntad benévola y que os darán una indicación, una ayuda, un soporte para tomar las decisiones y orientaros hacia la buena dirección. Pero una vez que habéis tomado esta decisión, una vez que habéis decidido que encontraréis la verdad de vuestro ser, una vez que habéis empezado a avanzar sinceramente en el camino, entonces todo parece aliarse para ayudaros a progresar, y si os observáis atentamente, poco a poco veis el origen de vuestras dificultades: “¡Ah! Toma, este defecto estaba en mi padre; ¡Oh! Esta costumbre la tenía mi madre; ¡Oh! Mi abuela era así, mi abuelo era así”, o bien la sirvienta que se ocupaba de vosotros cuando erais pequeños, o los hermanos y hermanas que jugaron con vosotros, los pequeños compañeros que encontrasteis, y os daréis cuenta que todo estaba ahí, dentro de esta persona, o aquella, o esta otra. Pero si continuáis siendo sinceros, veis que podéis contrarrestar esto tranquilamente, y al cabo de un cierto tiempo cortáis todas las amarras con las que habíais nacido, rompéis las cadenas y vais libres por el camino.

Si realmente queréis transformar vuestro carácter esto es lo que hay que hacer. Se ha dicho siempre que era imposible cambiar el propio carácter; en todos los libros de filosofía e incluso de *Yoga*, os cuentan la misma historia: “No podéis cambiar vuestro carácter, habéis nacido así, sois así.” Esto es absolutamente falso, puedo aseguraros que es falso; pero cambiar vuestro carácter es algo que es muy difícil de hacer, porque no es vuestro carácter lo que hay que cambiar, es el carácter de vuestros antepasados. En ellos no lo cambiaréis (porque no tienen la intención de cambiarlo), sino que es en vosotros donde tenéis que cambiarlo. Es lo que os han dado, todos los pequeños regalos que os hicieron en vuestro nacimiento – ¡bonitos regalos! Es esto lo que hay que cambiar. Pero si conseguís mantener el hilo de estas cosas, el verdadero hilo, y luego trabajáis sobre ello con persistencia y sinceridad, un buen



día seréis libres. Todo esto se desprenderá de vosotros y podréis ir por la vida sin el fardo. Entonces seréis un ser humano nuevo que vive una vida nueva, casi con una naturaleza nueva. Y cuando miréis atrás, diréis: “Imposible, ¡yo no fui nunca así!”

## **La individualidad es una conquista**

“Las limitaciones del cuerpo son un molde; el alma y la mente tienen que verse dentro de ellas, romperlas y remodelarlas constantemente dando origen a límites más amplios, hasta que se encuentre la fórmula de un acuerdo entre ese finito y sus propias infinitudes.”

Sri Aurobindo, *Thoughts and Glimpses*

*Dulce Madre, ¿qué hay que entender por “las limitaciones del cuerpo son un molde”?*

Si no tuvierais un cuerpo con una forma precisa, si no fuerais una individualidad formada, enteramente consciente y que posee sus cualidades propias, estaríais todos fundidos los unos con los otros y seríais indistinguibles. Incluso yendo sólo un poco hacia dentro, dentro del ser vital más material, hay una mezcla tal entre las vibraciones de unos y las vibraciones de otros que es difícil distinguir quién es quién. Y si no tuvierais un cuerpo, sería una especie de... pulpa inextricable. Por lo tanto, es la forma, esta forma precisa y aparentemente rígida del cuerpo, la que os distingue a unos de otros. De modo que esta forma sirve de molde. (*Dirigiéndose al niño*) ¿Sabes qué es un molde? ¡Sí! Se vierte algo dentro, en forma líquida o semilíquida, y cuando se enfría se puede romper el molde y se obtiene el objeto en una forma precisa. Pues bien, la forma del cuerpo sirve de molde en el que las fuerzas vitales y mentales puedan tomar una forma precisa, de manera que os volváis una individualidad separada de los demás.

Sólo poco a poco, muy lentamente, a través de los movimientos de la vida y de una educación más o menos atenta y minuciosa, empezáis a tener sensaciones que os son propias, sentimientos que os son propios e ideas que os son propias. Una mentalidad individualizada es algo extremadamente raro que sólo se produce después de una larga educación; de otra forma es una especie de corriente-de-pensamiento que pasa a través de tu cerebro y luego a través del cerebro de otro y luego a través del cerebro de una multitud, y todo esto está en movimiento perpetuo y no tiene individualidad. Uno piensa lo que los otros piensan, los otros piensan lo que piensan otros y todo el mundo piensa así en una gran mezcla, porque éstas son corrientes, vibraciones del pensamiento que pasan de unos a otros. Si os observáis atentamente os daréis cuenta muy deprisa de que tenéis muy pocos pensamientos que os sean propios. ¿De dónde los sacáis? De lo que habéis oído decir, de lo que habéis leído, de lo que os han enseñado; y ¿cuántos de estos pensamientos hay ahí dentro que sean el resultado de vuestra propia experiencia, de vuestra propia reflexión, de vuestra observación puramente personal? No muchos.

Sólo aquellos que poseen una vida intelectual intensa, que tienen la costumbre de reflexionar, de observar, de juntar las ideas, poco a poco forman en ellos una individualidad mental.

La mayoría de la gente (y no solamente los que no tienen cultura, sino incluso las personas que leen mucho) pueden tener en su cabeza las ideas más contradictorias, más opuestas, sin ni siquiera darse cuenta de esa contradicción. He tenido muchos ejemplos de esto, de personas que albergaban ideas e incluso tenían opiniones políticas, sociales, religiosas, sobre todos los dominios que podríamos llamar superiores de la inteligencia humana, y que tenían opiniones absolutamente contradictorias sobre el mismo tema, y no se daban cuenta de ello. Y si os observáis, veréis que tenéis muchas ideas que, para no cohabitar de una manera absurda, tendrían que estar ligadas por una secuencia de ideas intermedias, que son el resultado de un ensanchamiento considerable del pensamiento.

En consecuencia, antes de que una individualidad sea verdaderamente individual, que tenga sus cualidades propias, es necesario que esté contenida en un jarrón, de otra manera se derramaría como agua y no tendría ninguna forma en absoluto. Ciertas personas, con un grado bastante inferior, se conocen sólo por el nombre que llevan. No podrían distinguirse de sus vecinos si no fuera por su nombre. Les preguntas: “¿Quién eres?” – “Me llamo así.” Un poco más tarde, os dicen el nombre de su ocupación o de su cualidad principal. Si se les pregunta: “¿Quién eres?” – “Soy un pintor.”

Pero a un cierto nivel la única respuesta es solo el nombre....

Uno vive en una especie de costumbre apenas semiconsciente, vive sin objetivar ni siquiera lo que uno hace, porqué lo hace, cómo lo hace. Uno lo hace por costumbre. Todos los que han nacido en un cierto ambiente, en un cierto país, toman automáticamente las costumbres del ambiente, no solamente las costumbres materiales, sino también las costumbres de pensar, de sentir y actuar. Lo hacen sin verse actuar, de manera natural, y si alguien se lo hace ver, se asombran.

En el fondo, se tiene la costumbre de dormir, hablar, comer, moverse y se hace de una manera completamente natural, sin asombrarse ni del porqué ni del cómo... Y tantas otras cosas. Las cosas se hacen automáticamente todo el tiempo, por la fuerza de la costumbre, uno no se observa hacer. Y entonces, cuando se vive en una cierta sociedad, se hace automáticamente lo que se tiene por costumbre hacer en esa sociedad. Y si alguien se observa actuar, se observa sentir y se observa pensar, tiene el aire de una especie de monstruo fenomenal en comparación del ambiente en el que vive.

Por consiguiente, la individualidad no es en absoluto la regla, es una excepción, y si no tuvierais esta especie de saco, con una forma especial que es vuestro cuerpo exterior y vuestra apariencia, no se os podría casi distinguir uno de otro.

La individualidad es una conquista; y como dice aquí Sri Aurobindo, esta primera conquista no es más que la primera etapa, y una vez que hayáis realizado dentro de vosotros algo que se parece a un ser independiente y personalmente consciente, entonces lo que tendréis que hacer, es romper la forma e ir más lejos. Por ejemplo, si queréis progresar mentalmente, hay que romper todas vuestras formas mentales, todas vuestras construcciones mentales, para poder crear otras nuevas. Entonces, sólo para empezar, es necesario un trabajo formidable para individualizarse uno mismo, y luego hay que destruir todo lo que se ha hecho para poder progresar. Pero dado que no os observáis actuar y como es la costumbre (naturalmente no en todos los lugares, pero digamos aquí), la costumbre de trabajar, de leer,

de desarrollarse, de intentar hacer algo, precisamente de construirse un poco, lo hacéis de una manera natural, y como ya dije antes, sin ni siquiera observaros actuar.

Y sólo cuando estas formas externas entran en una fricción recíproca, empezáis a sentir que sois distintos de los demás. De lo contrario sois aquel o aquella según el nombre que lleváis. Sólo cuando hay una fricción, cuando hay algo que no funciona, os dais cuenta de una diferencia, veis que sois diferentes, de otra manera no os dais cuenta de ello y no sois diferentes. En realidad, sois muy, muy poco diferentes los unos de los otros.

Cuantas cosas hacéis en vuestra vida, al menos esencialmente, de la misma manera que los otros. Por ejemplo, dormir, moverse y comer, y tantas cosas como éstas. Nunca os habéis preguntado por qué lo hacéis así y no de otra manera. No podríais decirlo. Si yo os preguntara: “¿Por qué actuáis de esta manera y no de otra?”, no sabríais decírmelo, pero es simplemente porque habéis nacido en ciertas condiciones, y que en estas condiciones es costumbre ser así. De otra forma si hubierais nacido en otra época y en otras condiciones actuaríais de manera completamente diferente, sin ni siquiera daros cuenta de la diferencia, ésta os parecería del todo natural... Por ejemplo (un pequeño, muy pequeño ejemplo), en la mayor parte de los países de occidente e incluso en ciertos países de oriente se cose de derecha a izquierda; en el Japón se cose de izquierda a derecha. Y bien, os parece del todo natural coser de derecha a izquierda, ¿verdad?, es tal como os han enseñado y ni reflexionáis, coséis así. Llegáis a Japón y coséis así delante de ellos y les da risa, porque ellos, tienen la costumbre de coser de otra manera. Sucede la misma cosa con la escritura. Escribís así de izquierda a derecha, pero hay gente que escribe de arriba a abajo y otros de derecha a izquierda, y lo hacen de la manera más natural. No hablo de los que han estudiado, reflexionado, que han comparado las diferentes maneras de escribir, no hablo de personas más o menos eruditas, no, hablo de personas completamente ordinarias y sobre todo de niños que hacen lo que ven hacer alrededor de ellos, del todo espontáneamente, sin cuestionar. Pero luego, cuando por casualidad o circunstancia se encuentran delante de otra manera de hacer, para ellos es una revelación formidable que se pueda actuar de una forma distinta a la de ellos.

Y esto son cosas un poco simples, quiero decir, cosas que os chocan, pero es verdad hasta el mínimo detalle. Actuáis así porque en el lugar y el ambiente en el que vivís actúan así. Y no os observáis actuar.

En el fondo el origen era Uno, ¿verdad?, y la creación tenía que ser múltiple. Y esto debió representar un trabajo muy considerable para que esta multiplicidad fuera consciente de su condición de ser múltiple.

Y si se mira muy atentamente, si la creación hubiera guardado el recuerdo de su origen, quizá ésta no se habría vuelto jamás una multiplicidad diferenciada. Habría habido, en el centro de cada ser, el sentimiento de la unidad perfecta, y la diversidad, quizás, no se habría expresado jamás.

Al perder el recuerdo de esta unidad se abrió la posibilidad de volverse consciente de las diferencias; y cuando uno va al inconsciente, a la otra punta, uno vuelve a caer en una especie de unidad inconsciente de sí misma, en donde la diversidad es tan inexpressada como en el origen.

En ambos extremos hay la misma ausencia de diversidad. En un caso es debido a una suprema consciencia de unidad, en el otro se debe a una perfecta inconsciencia de unidad.

La rigidez de la forma es el medio a través del cual la individualidad puede formarse.

## **El estado ordinario de las personas – identificación y dispersión**

Uno está siempre más o menos identificado con todo lo que hace, y con todas las cosas con las cuales se está en contacto. El estado habitual de las personas es identificarse con todo lo que hacen, con todo lo que ven, con toda la gente que frecuentan. Son así. Hay algo de ellos, que en realidad es muy indefinido e inconsistente, y que se pasea por todos lados. Y si quieren saber simplemente un poco lo que son, están obligados a recoger hacia a ellos un montón de cosas que se han desperdigado por todos lados. Hay una especie de fluidez inconsciente entre las personas, esto os lo he dicho ya no sé cuántas veces; desde el momento en que todo esto no es completamente material se produce una mezcla... no entráis los unos dentro de los otros porque tenéis una piel; de lo contrario incluso el físico sutil, veis... el físico sutil, que es como una especie de vapor casi perceptible que sale del cuerpo, se mezcla de una manera terrible y produce constantemente todo tipo de reacciones de uno sobre el otro.

¡Uno puede pasar, precisamente, de una armonía de buena salud a un desequilibrio y a un gran malestar sin saber por qué, sin tener la más mínima idea de la causa! No se sabe el porqué, no hay ninguna causa exterior, de golpe sucede; ¡uno podía estar tranquilo, contento, en fin, estar en una condición agradable, tolerable, luego, de golpe, estar furioso, enfadado, sentirse mal! No hay un por qué, no hay ninguna razón. ¡Se puede estar lleno de gozo, de alegría, de entusiasmo, y luego, sin ninguna causa aparente, estar triste, taciturno, deprimido, descorazonado! A veces sucede que se está en un estado de depresión, y al pasar por algún lado, todo se ilumina: ¡una luz, una alegría, por qué! De golpe nos volvemos optimistas; esto es más bien raro, esto también puede suceder, porque es la misma cosa, se contagia también; sin embargo, se corre mucho más el riesgo de coger las cosas destructivas que las constructivas.

Muy pocas personas llevan en ellos una atmósfera que irradia alegría, paz, confianza; es muy raro. Pero éstas son verdaderamente benefactores de la humanidad. No tienen ni que abrir la boca.

## **Por qué el hombre se cuestiona a sí mismo**

“Puesto que el tigre actúa según su naturaleza y no sabe de otra cosa, por esto es divino y no hay el mal en él. Si se cuestionara, entonces sería un criminal.”

Sri Aurobindo

*¿Cuál sería el verdadero estado natural del hombre? ¿Por qué se cuestiona a sí mismo?*

Sobre la tierra<sup>51</sup>, el hombre es un ser de transición. Por lo tanto, en el curso de su evolución ha tenido varias naturalezas, una detrás de otra, que han seguido una curva ascendente y continuarán siguiéndola hasta llegar al umbral de la naturaleza supramental donde se transformará en el superhombre. Esta curva es la espiral del desarrollo mental.

Se tiende a llamar “natural” toda manifestación espontánea que no sea el resultado de una elección o una decisión preconcebida, o sea, sin la intrusión de cualquier actividad mental. Por esto, cuando un ser humano tiene una espontaneidad vital que es muy poco mentalizada, en su simplicidad parece más “natural”. Pero esta naturalidad se parece mucho a la del animal, y está en el rango más inferior de la escala evolutiva humana. Éste volverá a obtener esta espontaneidad libre de intrusión mental sólo cuando llegue al estadio supramental, es decir, cuando trascienda la mente y emerja a la Verdad más alta.

¡Hasta entonces todo su comportamiento es, naturalmente, natural! Pero, con la mente, la evolución se ha vuelto, no se puede decir deformada, pero distorsionada, porque, a causa de su naturaleza, la mente estaba abierta a la perversión y casi desde el inicio se volvió pervertida, o para ser más precisa, fue pervertida por las fuerzas Asúricas<sup>52</sup>. Y este estado de perversión nos da la impresión de algo innatural.

¿Por qué se cuestiona a sí mismo? ¡Simplemente porque esta es la naturaleza de la mente!

Con la mente empezó la individualización y un sentimiento muy agudo de separación, y también una especie de impresión, más o menos precisa, de libertad de elección, todo esto, todos estos estados psicológicos son las consecuencias naturales de la vida mental y abren la puerta a todo lo que vemos ahora, desde las aberraciones a los principios más rigurosos. La mente tiene la impresión de que puede escoger entre una cosa y otra, pero esta impresión es la distorsión de un principio verdadero, que sería sólo completamente realizable si el alma o el ser psíquico apareciera en la consciencia, y si el alma tomara el gobierno del ser. Entonces la vida del ser humano se volvería verdaderamente la manifestación de la Voluntad suprema expresándose individualmente, conscientemente. Pero esto es algo tan extremadamente excepcional en el estado humano normal, que a la consciencia humana ordinaria no le parece para nada natural, ¡le parece casi sobrenatural!

El ser humano se cuestiona a sí mismo porque el instrumento mental está destinado a ver todas las posibilidades. Y la consecuencia inmediata de esto es el concepto del bien y del mal, o de lo que está bien y de lo que está mal, y todas las miserias que le siguen a esto. No se puede decir que sea una mala cosa; es un estadio intermedio, no muy agradable, pero sin embargo... un estadio que era ciertamente inevitable para el completo desarrollo de la mente.

---

<sup>51</sup>La Madre añadió: “Este preciso detalle no es superfluo; he dicho ‘sobre la tierra’ entendiéndolo que el hombre no pertenece meramente a la tierra: el hombre es, en esencia, un ser universal, pero tiene una manifestación especial sobre la tierra.

<sup>52</sup> Fuerzas del Mal.

## Lo que llamamos “yo”

*Dulce Madre, Cuando dices: “concentraos en el corazón”, ¿Qué quiere decir: “Concentraos con la mente”?*

La consciencia, no la mente, ¡la consciencia!

No digo pensar con el corazón, digo concentrarse, concentrar la energía, concentrar la consciencia, concentrar la aspiración, concentrar la voluntad. *Concentrar*. Se puede tener una concentración extremadamente intensa sin ningún pensamiento, y de hecho, ésta es generalmente mucho más intensa cuando no se piensa.

*(Silencio)*

Ésta es una de las cosas más indispensables que hay que hacer si se quiere llegar a tener un control sobre sí, y un conocimiento de uno mismo, aunque sea limitado: es decir, poder localizar la propia consciencia y pasearla por las diferentes partes del propio ser, para poder distinguir entre la propia consciencia y el propio pensamiento, sentimientos, impulsos, y darse cuenta de qué es la consciencia en sí misma. Y así se puede aprender a moverla: uno puede poner la consciencia en el cuerpo, se puede poner la consciencia en el vital, se puede poner la consciencia en el psíquico (que es el mejor lugar donde ponerla), se puede poner la consciencia en la mente, se puede elevar por encima de la mente, y con la propia consciencia podemos ir a todas las regiones del universo.

Pero primero hay que saber qué es la propia consciencia, es decir volverse consciente de nuestra consciencia, localizarla. Y hay muchos ejercicios para esto. Pero hay uno que es muy conocido. Es el de observarse y mirarse vivir, y entonces ver si verdaderamente el cuerpo es la consciencia del ser, lo que se llama “yo”; y luego cuando uno se ha dado cuenta que éste no es el cuerpo, que el cuerpo expresa algo diferente, entonces hay que buscar en sus impulsos, en sus emociones, para ver si es uno de estos, y luego se percibe también que no lo es; y entonces busca en sus pensamientos, para ver si el pensamiento es verdaderamente uno mismo, lo que se llama “yo”, y al cabo de muy poco tiempo uno se da cuenta de: “no, estoy pensando, por consiguiente ‘yo’ es distinto de mis pensamientos.” Y así, a través de eliminaciones progresivas, se llega a entrar en contacto con algo, algo que os da la sensación de ser: “sí, esto soy ‘yo’”. Y este algo, puedo moverlo, lo puedo pasear desde mi cuerpo a mi vital, a mi mente, puedo incluso, si estoy muy... como decir... muy acostumbrado a moverlo, puedo moverlo en otras personas, y de este modo puedo identificarme con las cosas y con la gente. Puedo, con la ayuda de mi aspiración, hacer que vaya fuera de mi forma humana, elevarlo por encima de ella, hacia regiones que ya no son este pequeño cuerpo y lo que contiene.”

Y entonces se empieza a comprender qué es la propia consciencia; y después de esto se puede decir: “bien, uniré mi consciencia a mi ser psíquico, y la dejaré allí, para que esté en armonía con el Divino, y que pueda someterse enteramente a Él.” O también: “si a través de este ejercicio de elevarse por

encima de mis facultades de pensar y de mi intelecto, puedo entrar en una región de pura luz, de conocimiento puro...” entonces se puede poner la consciencia allí y vivir así en un esplendor luminoso que está por encima de la forma física.

Pero primero esta consciencia tiene que ser móvil, y uno debe saber distinguirla de las otras partes del ser, que, en realidad, son sus instrumentos, sus modos de expresión. La consciencia debe usar estas cosas, pero sin que confundáis la consciencia con ellas. Ponéis la consciencia en estas cosas, de modo que os volvéis conscientes de vuestro cuerpo, os volvéis conscientes de vuestro vital, os volvéis conscientes de vuestra mente, os volvéis conscientes de todas vuestras actividades a través de vuestra voluntad de identificación; pero para esto primero es necesario que vuestra consciencia no esté completamente enredada, mezclada, combinada, por decirlo de algún modo, con todas estas cosas, que no las tome por ella misma, no deben confundirse.

Cuando se piensa en sí mismo (evidentemente, sobre millones de seres humanos quizás no haya ni diez que lo hagan de forma diferente), se piensa que: “yo... es mi cuerpo, éste es lo que yo llamo ‘yo’, que es así. Y entonces soy así; y mi vecino es también el cuerpo. Cuando hablo de otra persona hablo de su cuerpo.” Y cierto, mientras que se está en este estado uno es el juguete de todos los movimientos posibles, y no se tiene ningún control sobre sí mismo.

El cuerpo es el último instrumento, y sin embargo es a lo que se le llama “yo” la mayor parte del tiempo, a menos que se haya empezado a reflexionar.

## **La verdad del Ser**

Hay algo que me pidieron hace algún tiempo a lo cual aún no he contestado, y es lo siguiente. En algún lugar escribí: *“El absoluto de cada ser es su relación única con el Divino y su modo único de expresar al Divino en la manifestación.”*

Esto es lo que aquí en India se llama la verdad del ser, o la ley del ser, el *dharma* del ser: el centro y la causa de la individualidad.

Cada uno lleva en sí mismo su verdad interior, una verdad que es única, que le pertenece por derecho propio y que debe de expresar en su vida. Ahora, ¿qué es esta verdad? He aquí la pregunta que me han hecho:

*¿Cuál es esta verdad del ser, y cómo se expresa exteriormente en la vida física?*

Se expresa así: Cada ser individual tiene una relación directa y única con el Supremo, el Origen, Aquello que está más allá de toda creación. Esta relación única es la que hay que expresar en la propia vida a través de un modo único de estar en relación con el Divino. Por consiguiente, cada ser está directa y exclusivamente en relación con el Divino, la relación que se tiene con el Divino es única y exclusiva. De manera que recibís del Divino, cuando estáis en un estado de receptividad, la *totalidad* de la relación

que os es *posible* tener, y esto no es ni un compartir, ni una parte, ni una repetición, sino que es exclusiva y únicamente *la* relación que cada uno puede tener con el Divino. Entonces, desde el punto de vista psicológico, uno está *totalmente solo* en esta relación directa con el Divino.

Uno está completamente solo con el Supremo.

No habrá nunca una relación idéntica a la que uno tiene con Él, no habrá dos exactamente iguales. Por consiguiente, no se os puede quitar *nada* para darlo a otro, *nada* se os puede retirar para ser dado a otro. Y si esta relación desapareciera de la creación, desaparecería realmente, lo que es imposible.

Y esto hace que, si se vive en la verdad del propio ser, se es una parte indispensable de la creación. Naturalmente, no quiero decir el vivir lo que uno *crea* que uno tiene que ser; digo si se vive en la verdad del propio ser, si se llega a entrar, a través del desarrollo, en contacto con la verdad del propio ser, se está inmediatamente en una relación única y exclusiva con el Divino, que no tiene igual.

Eso es todo.

Y naturalmente, dado que es la verdad de vuestro ser, esto es lo que tenéis que expresar en vuestra vida.

## La sombra

*Dijiste: "Cada uno [...] posee en su carácter dos tendencias opuestas que son como la luz y la sombra de una misma cosa"<sup>53</sup>. ¿Por qué está organizado así? ¿No podemos poseer solamente la luz?*

Sí, si se elimina la sombra. Pero hay que eliminarla. Esto no ocurre por sí sólo. El mundo, tal y como es, es un mundo mezclado. No puedes tener un objeto que reciba la luz de un lado sin que del otro haga sombra. Es así. De hecho, son las sombras las que os hacen ver las luces. El mundo es así, y para poseer sólo la luz, hay que ir a través de toda una disciplina necesaria para eliminar la sombra. Es lo que expliqué un poco más adelante<sup>54</sup>; dije que esta sombra es como una señal de lo que tenéis que vencer en vuestra naturaleza, para poder conseguir realizar aquello que habéis venido a hacer. Si tenéis que desempeñar un rol, una misión, tendréis siempre en vosotros la dificultad principal que os impedirá realizarla, de manera que tengáis en la punta de los dedos la victoria que tenéis que alcanzar. Si tuvierais

---

<sup>53</sup> "... Cada uno posee en gran medida, y en el individuo excepcional en un grado creciente de precisión, dos tendencias opuestas de carácter, en proporciones casi iguales, que son como la luz y la sombra de la misma cosa. De manera que el que trae en sí mismo la capacidad de ser excepcionalmente generoso, verá surgir de golpe en su naturaleza una avaricia obstinada, la persona con coraje será un cobarde en alguna parte de su ser, y la persona buena, de golpe tendrá impulsos crueles. De esta manera la vida parece otorgar a cada uno no sólo la posibilidad de expresar un ideal sino también los elementos contrarios, representando de manera concreta la batalla que tiene librar y la victoria que tiene que alcanzar para hacer posible la realización. En consecuencia, toda vida es una educación seguida más o menos conscientemente, con más o menos ganas. (La Madre, *Entretiens*, 1954)

<sup>54</sup> La Madre se refiere aquí a la conversación mencionada anteriormente.



que luchar contra una dificultad que está sobre toda la tierra sería muy difícil (necesitaríais tener una consciencia muy vasta y un gran poder), mientras que, si lleváis en vuestra propia naturaleza la sombra o el defecto que tenéis que vencer, y bien, está ahí, al alcance de tu mano: veis cada día los efectos de esta cosa y podéis luchar contra ella directamente, inmediatamente. Es una organización muy práctica.

No habéis visto en el *Bulletin* esta carta de Sri Aurobindo “La Personalidad Maléfica” está en el *Bulletin*. Está muy bien explicado allí<sup>55</sup>.

## **Darse cuenta de lo más Elevado en uno mismo**

*¿Cómo darse cuenta de la propia voluntad central?*

Ah esto, es otro lado del problema. Primero hay que darse cuenta de qué es lo más elevado, más verdadero, más universal y más eterno en la propia consciencia.

Esto se aprende poco a poco. Uno aprende a discernir entre los propios movimientos ordinarios exteriores y las diferentes gradaciones de los movimientos de la propia consciencia interior. Y si se continúa con una cierta persistencia, uno se da cuenta de qué es lo que pone en movimiento esta parte más elevada del propio ser, que representa el ideal del ser. No hay otro medio. A veces esto se despierta a través de una lectura, a veces a través de una conversación, a veces por un suceso más o menos dramático, es decir inesperado, que os causa un impacto, que os sacude, que os saca de vuestra pequeña rutina habitual. A veces, cuando se está frente a un gran peligro, uno se siente de golpe como por encima de uno mismo, y más allá de la pequeña debilidad habitual, con algo superior dentro de sí mismo que le permite afrontar las circunstancias.

Estas ocasiones, primero os hacen entrar en contacto con esto. Luego, a través de una disciplina metódica, se puede hacer que el contacto se vuelva continuo; pero generalmente esto toma tiempo. Pero al principio se obtiene así, de golpe, por una razón u otra.

*(Largo silencio)*

Esto puede venir con una emoción muy fuerte, con un gran dolor, con un gran entusiasmo. Cuando se está llamado a hacer una acción un poco excepcional, en circunstancias un poco excepcionales, de golpe, uno siente como si algo se rompiera o se abriera dentro de uno mismo, y como si uno se dominara a sí mismo, como si hubiera subido a un escalón superior y desde allí mirara su propia

---

<sup>55</sup> Lo que dices acerca de la “Personalidad Maléfica” me interesa mucho porque corresponde a mi experiencia constante que una persona con muchas cualidades para el trabajo tiene siempre o casi siempre, – quizás uno no debería hacer una regla demasiado universal y rígida sobre estas cosas – un ser pegado a él, a veces apareciendo como una parte de él, que es justamente la contradicción de la cosa que él representa centralmente en el trabajo que hay que hacer. O, si no está allí desde el principio, no ligado a su personalidad, tan pronto como él empieza su misión hacia la realización, una fuerza de este tipo entra en su entorno. Su tarea parece ser oponerse, crear situaciones de error y condiciones adversas, en una palabra, desplegar delante de él todo el problema del trabajo que ha empezado a hacer. Es como si en la economía oculta de las cosas el problema solo pudiera ser resuelto a través de un instrumento predestinado que haga suya la dificultad. Esto explicaría muchas cosas que pueden parecer muy desconcertantes en la superficie. (Sri Aurobindo, *Cartas sobre el Yoga*)

existencia con los sentidos habituales. Una vez que se ha vivido esto, no se olvida; aunque se haya vivido solo una vez, no se olvida. Y uno puede, a través de una concentración, reproducir más tarde aquel estado a voluntad. Éste es el primer paso para cultivarlo.

Después, se puede evocar fácilmente este estado cada vez que hay que tomar una decisión, y entonces, ésta se toma con todo conocimiento de causa y previendo todo lo que va a suceder.

No creo que haya un solo individuo en el mundo que no haya tenido, al menos entre individuos que se han cultivado a sí mismos, que no haya tenido al menos una vez en su vida, algo que se rompe y se abre... y uno comprende. ¡Parece que esto os asombra mucho!... *(A un muchacho)* ¿Tú no has sentido nunca esto? ¿Sí?

*No lo sé.*

¡No estás seguro!

*(Después de un largo silencio)* Cuando se ha vivido esto, se tiene la impresión de haber empezado a vivir, y que antes uno no sabía lo que era la vida. De golpe, se ha entrado completamente en la vida. No se olvida.

## **Testigos en el ser**

*¿Qué es el testigo mental?*

El testigo, del que hemos hablado varias veces, sólo que está en la mente.

Hay testigos en todas partes. Es una capacidad del ser de desvincularse, de mantenerse detrás y mirar lo que sucede, como cuando uno mira lo que pasa en la calle o cuando mira cómo los otros juegan sin jugar él, uno permanece sentado mirando como los otros se mueven, pero él no se mueve. Es así.

En todos los planos del ser hay una parte que puede hacer esto: ir hacia atrás, quedarse quieta y mirar, sin participar. Es esto a lo que se llama el testigo. Hay muchos testigos dentro de uno mismo, y a menudo se es un testigo sin siquiera darse cuenta. Y si se cultiva esto, os da siempre la posibilidad de estar calmado y de no estar afectado por las cosas. Cuando uno se desvincula, y mira como si mirara una escena de teatro, sin participar en ella. Esto no altera mucho las cosas.

## **La necesidad de establecer una relación entre el exterior y el interior**

“El inconveniente [del trance o *Samadhi*] es que el trance se vuelve indispensable y el problema de la consciencia de vigilia no se soluciona; ésta permanece imperfecta.”

*“¿La consciencia de vigilia no se soluciona?”*

¡Naturalmente! Porque si para meditar, o para tener una relación con el mundo interior, os veis obligados a entrar en *samadhi*, vuestra consciencia de vigila permanece siempre tal cual, sin cambiar nunca. ¿Veis? esto es lo que dije, en otras palabras, cuando dije que la gente sólo tiene una consciencia alta cuando está en una meditación profunda. Cuando salen de su meditación, no son mejor de lo que eran antes. Todos sus defectos están ahí, y vuelven tan pronto a ellos como ellos vuelven a la consciencia de vigilia; y no progresan nunca porque no establecen una relación entre su consciencia más profunda, la verdad de su ser, y su ser exterior. ¿Veis?, se despojan de su ser exterior de la misma manera que se quitarían un abrigo, y lo ponen en un rincón: “Venga, no me marees, cállate. Que pesado eres.” Y luego entran en la contemplación, en su meditación, en su experiencia profunda; y luego vuelven y se ponen de nuevo el abrigo que, por cierto, no ha cambiado, quizás está aún más sucio que antes, y permanecen exactamente como eran, como si no hubieran hecho ninguna meditación.

Si queréis que el ser exterior cambie, tenéis que tener las otras experiencias mientras permanecéis consciente de éste; y no debéis perder el contacto con vuestra consciencia exterior ordinaria si queréis sacar provecho de la experiencia. Hay muchas personas... He conocido muchas personas así, que meditaban durante horas, casi todo el tiempo... pasaban su tiempo meditando, y luego, si por casualidad... si alguien estorbaba su meditación, si tenían que hacer algo, explotaban con una rabia, una furia, insultaban a todo el mundo, se volvían más intolerantes que una persona común, como si no hubieran meditado nunca. Esto sucedió porqué descuidaron hacer participar a su ser exterior en su vida más profunda. Se cortan en dos y hay una porción interior que progresa y una porción externa que empeora cada vez más, porque está completamente abandonada.

## **La necesidad de perfeccionar los instrumentos de la consciencia**

Hay dos cosas a tener en cuenta, la consciencia y los instrumentos a través de los cuales la consciencia se manifiesta. Tomemos los instrumentos: existe un ser mental que fabrica los pensamientos, el ser emotivo que fabrica los sentimientos, el ser vital que fabrica el poder de acción y el ser físico que actúa.

Un genio puede utilizar cualquier cosa y hacer algo bonito, porque es genial; pero dad a este genio un instrumento perfecto y hará algo maravilloso. Tomemos un gran músico, y bien, incluso con un mal piano, al que le faltan notas, hará algo bonito, pero dadle un buen piano bien afinado y hará algo aún más bonito. La consciencia es la misma en los dos casos, pero para expresarse necesita un buen instrumento, un cuerpo con capacidades mentales, vitales, psíquicas y físicas.

Si estás físicamente mal construido, mal constituido, te será difícil, incluso con un buen entrenamiento, hacer gimnasia tan bien como una persona con un cuerpo bueno, bien construido. Sucede lo mismo con la mente, aquel que tiene una mente bien organizada, compleja, completa, refinada, se expresará

mucho mejor que el que tiene una mente más bien mediocre o mal organizada. Primero de todo hay que educar la propia consciencia, volverse consciente de uno mismo, organizar la propia consciencia de acuerdo con tu ideal, pero, al mismo tiempo, no pases por alto los instrumentos que tienes en tu cuerpo.

Tomemos un ejemplo. Estás dentro de tu cuerpo con el ideal más profundo, pero te hallas en la escuela delante de una clase y tienes que enseñar algo a tus alumnos. Y bien, esta luz está ahí arriba, esta luz de consciencia, pero cuando tienes que explicar a tu clase de ciencias lo que tienes que enseñarles, ¿no es más cómodo tener una buena base de conocimiento, o la inspiración es tal que no necesitarás esta base de conocimiento? ¿Cuál es tu experiencia personal?... Hay días en que todo va bien, eres elocuente, tus alumnos te escuchan y te comprenden fácilmente; pero otros días lo que tienes que enseñar no viene, no te escuchan, estás aburrido y aburres. Esto quiere decir que, en el primer caso, tu consciencia está despierta y concentrada en lo que estás haciendo, mientras que en el segundo está más o menos adormecida, te encuentras en manos de tus medios más exteriores. Pero en este caso, si tienes una base de conocimientos algo puedes explicar a tus alumnos, si tienes una mente educada, preparada, en fin, un buen instrumento que responda bien cuando quieres utilizarlo, y también si tomaste todas las notas, todas las nociones necesarias, todo irá muy bien. Pero si no tienes nada en la cabeza y, además, no estás en contacto con tu consciencia superior, entonces no te queda otra solución que tomar un libro y leer la lección, estarás obligado a utilizar la mente de otra persona.

Tomemos los juegos. En el juego también hay días en los que todo va bien; no has hecho nada especial el día anterior, y sin embargo triunfas en todo; pero si te hubieras preparado bien el día antes, el resultado sería aún más magnífico. Por ejemplo, si te encuentras delante de alguien que se ha entrenado paulatinamente, seriamente, con paciencia y perseverancia, y de golpe, éste tiene una fuerte aspiración, él te ganará a pesar de tu aspiración, a menos que tu aspiración sea muy superior a la de tu adversario. Si tienes delante de ti a alguien que sólo sabe la técnica del juego, pero que no tiene ninguna aspiración consciente, y tú estás en un pleno estado de consciencia, evidentemente serás tú quien gane, porque la cualidad de consciencia es superior a la cualidad de técnica. Pero una no puede sustituir a la otra. La que es superior es la más importante, es verdad, pero también hay que tener en cuenta los nervios, que responden rápido, los movimientos espontáneos, conocer todos los secretos del juego para poder jugar perfectamente. Son necesarias las dos cosas. La consciencia es superior, te impulsa a hacer el movimiento justo en el momento justo, pero no es exclusiva. Cuando se busca la perfección no hay que pasar por alto una, con el pretexto de que se posee la otra.

## **Ascetismo y autocontrol**

*Madre, para el control de uno mismo ¿No sería mejor a veces usar una práctica ascética?*

¡No! No cura nada. Uno se hace sólo la ilusión de haber progresado, pero no se cura nada... La prueba es que, si uno interrumpe la práctica ascética, la cosa se vuelve aún más fuerte que antes, retorna "con venganza".

Esto depende de a lo que tú llames práctica ascética. Si lo que quieres decir es no complacerte en satisfacer todos tus deseos, entonces no se trata de ascetismo, se trata de sentido común, que es otra cosa. La práctica ascética consiste en cosas como repetidos ayunos, obligarse a aguantar el frío... en el fondo, se trata de martirizar un poco el propio cuerpo. Esto sólo produce un orgullo espiritual, nada más. Y no controla absolutamente nada. Es infinitamente más fácil. La gente lo practica porque es muy fácil, es sencillo. Precisamente porque el orgullo está totalmente satisfecho, y la vanidad puede hincharse, entonces se vuelve muy fácil. Uno hace una gran demostración de las propias virtudes ascéticas y entonces se considera como un personaje extremadamente importante, y esto permite soportar muchas cosas.

Es *mucho* más difícil controlar los propios impulsos de manera tranquila, sosegada, e impedirles manifestarse sin tomar medidas ascéticas, *¡mucho más!* No apegarse a las cosas que se poseen es mucho más difícil que no poseer nada. Esto es algo que se sabe desde hace siglos. Se requiere una virtud mucho más grande, para no apegarse a las cosas que se poseen que para estar sin ellas, o reducir sus posesiones al mínimo estricto. Es mucho más difícil. Es un grado superior de valor moral. Mantener simplemente esta actitud: cuando os llega algo, cogedlo, usadlo; cuando, por cualquier razón se va, dejadlo ir sin echarlo de menos. No lo rechacéis cuando llegue, sabed adaptaros y no lo echéis de menos cuando se va.

## **Características de una “personalidad universal”**

*¿Cuáles son los rasgos característicos de una personalidad universal?*

El rasgo más característico, es precisamente este cambio de consciencia. En vez de sentirse como una pequeña persona aislada, separada de los demás, uno se siente una persona universal, que contiene a todos los otros y está íntimamente unida e identificada con todos los demás.

Y se me pregunta:

*¿Cómo habla y actúa esta personalidad?*

¡Hablar!... La pregunta no está bien hecha, porque si se pregunta cómo habla, y bien, ¡habla como habla todo el mundo!, con su voz, su lengua, su boca y con palabras. Si se preguntara cuál es la naturaleza de lo que dice... evidentemente, si esta persona expresa el estado de consciencia en el que vive, ésta expresa un estado de consciencia universal, y viendo las cosas de una manera distinta de la humanidad común, las expresará de manera diferente, según lo que ve y lo que siente. En cuanto a actuar... si todas las partes de su ser están en armonía, evidentemente su acción expresará su estado de consciencia.

Ahora, hay personas que tienen experiencias muy decisivas en una parte de su ser, pero que no se traducen necesariamente, o en todo caso no inmediatamente, en las otras partes de su ser. Es posible que a través de la *sadhana*, o de la concentración, o a través de la Gracia, es posible que alguien haya logrado la *consciencia* de una personalidad universal, pero que continúe actuando físicamente de un

modo cualquiera, del todo ordinario, porque no tomó la precaución de unificar todo su ser y mientras que una parte de él es universalmente consciente, en el momento en que se pone a comer, dormir, caminar, actuar, lo hace de la misma manera que todos los animales humanos. Esto puede suceder. Por consiguiente, es aún una cuestión puramente personal, depende de cada uno y de su grado de desarrollo.

Pero si es alguien que ha tomado la precaución de unificar su ser, de identificar todas las partes de su ser con la verdad central, entonces naturalmente actuará con una ausencia total de egoísmo, con una comprensión de los demás, una comprensión que le llegará debido a su identificación con los otros, y en consecuencia actuará como una persona sabia. Pero esto depende del cuidado que haya tomado en unificar todo su ser alrededor de la consciencia central.

Por ejemplo, tomemos lo más claramente material como la comida y el sueño: es muy posible que, si la persona no ha prestado atención en absorber, por así decirlo, su nueva consciencia en su cuerpo, su necesidad de comida y de sueño permanezcan más o menos las mismas, y que no tenga mucho control sobre ellas. Al contrario, si ésta se tomó la precaución de unificar su ser y si infundió su consciencia en los elementos que constituyen su cuerpo, y bien, su sueño, será un sueño consciente y de orden universal; podrá saber lo que sucede aquí o en cualquier parte a voluntad, en esta persona o en la otra, en esta parte del mundo o en otra; y naturalmente, siendo universal su consciencia, le pondrá en contacto con todas las cosas que quiera saber. En vez de tener un sueño inconsciente e inútil, excepto si se mira desde el punto de vista puramente material, tendrá un sueño productivo y del todo consciente.

En cuanto a la comida sucederá lo mismo. En lugar de ser esclava de sus necesidades, puesto que generalmente se está en una ignorancia casi total de lo que uno necesita, y bien, será perfectamente consciente tanto de las necesidades de su cuerpo como de la manera en cómo gestionarlas. Podrá controlar sus necesidades y gobernarlas, transformarlas de acuerdo con la exigencia de lo que quiera hacer.

### **¿El esfuerzo personal, es siempre egoísta? Distinción entre “interesado” y “egoísta”**

Se puede hacer un esfuerzo que no sea para nada interesado y que sin embargo sea egoísta, porque desde el momento en que es personal, es egoísta, o sea que está basado sobre el ego. Pero esto no quiere decir que no sea ni generoso, ni compasivo, ni desinteresado, ni que se haga para fines puramente personales. No es así. Puede hacerse para una obra muy desinteresada, pero mientras haya el ego, es egoísta. Y mientras se tenga el sentido de la propia personalidad, es naturalmente una cosa egoísta; está basado sobre la presencia del ego.

Y esto debe ser así durante bastante tiempo, porque tiene que durar hasta que la individualidad se haya formado completamente, hasta que haya conseguido un cierto estado de perfección individual;

entonces la presencia del ego ya no es necesaria. Pero no antes de que se haya llegado a un máximo del desarrollo individual.

Y no es una tarea fácil. Esto pide mucho tiempo y muchos esfuerzos, y cuando se ha llegado a la perfección del propio desarrollo, cuando uno es un ser individual que es verdaderamente personal, es decir que posee todas las características de algo que lo distingue de todos los demás, porque en principio no hay dos individualidades iguales en el mundo, entonces, cuando se ha conseguido expresar la individualidad que uno es, aquello que se es exclusivamente, lo que uno representa de forma exclusiva en la creación universal, entonces es cuando se está a punto para que el ego desaparezca, pero no antes.

Esto requiere un cierto tiempo, bastantes esfuerzos, una educación bastante completa. Pero se puede ser muy *desinteresado* mucho antes de estar preparado a no tener más ego. Eso es otra cosa.

## **Reconocer el alma de otro; mirarse a uno mismo**

*Dulce Madre, ¿es posible reconocer el alma de otra persona con la mente humana?*

Las cosas no están bien definidas y separadas como cuando uno habla; eso es también porque que es bastante difícil ver en sí mismo las diferentes partes del ser de una manera muy diferenciada y muy clara, a no ser que se haya tenido un entrenamiento muy largo y una larga disciplina de estudio y observación. No hay compartimentos estancos entre el alma y la mente, el vital e incluso el físico. Hay una infiltración del alma en la mente. Ésta es incluso bastante grande en algunas personas y es perceptible. Entonces, esta parte de la mente que posee una especie de sensación, de contacto sutil con el ser psíquico, es capaz de sentir en los demás la presencia del alma.

Aquellos que tienen la capacidad de entrar, en cierta medida, en la consciencia de los demás hasta el punto de poder ver o sentir directamente su pensamiento, su actividad mental, que pueden entrar en la atmósfera mental de los otros, sin necesidad de utilizar palabras para hacerse comprender, éstos pueden diferenciar muy bien entre aquel que tiene un alma activa y aquel cuya alma duerme. La actividad del alma da una coloración especial a la actividad de la mente, es más ligera, más comprensiva y luminosa, y entonces se puede sentir. Por ejemplo, mirando los ojos de alguien, se puede decir con cierta exactitud si esta persona tiene un alma viva o si a través de sus ojos no se puede ver su alma. Muchas personas pueden sentir, pueden decir esto (“muchas”, quiero decir entre las personas evolucionadas). Pero naturalmente, para saber exactamente hasta qué punto el alma de alguien está despierta y activa, hasta qué punto domina el ser, es el amo del ser, hay que tener en uno mismo la consciencia psíquica, porque sólo ésta puede juzgar de una manera definitiva. Pero no es del todo imposible sentir esta especie de vibración interior que os hace decir: “¡Oh! Esta persona tiene un alma.”

Ahora, evidentemente, la mayoría de las veces, lo que la gente llama “alma”, a menos que sean iniciados, es la actividad vital. Cuando alguien tiene un vital fuerte, activo, voluntarioso, que domina las

actividades del cuerpo, que tiene un contacto muy vivo o intenso con las personas y las cosas y los acontecimientos, cuando tiene un gusto pronunciado por el arte, por toda expresión de la belleza, se está generalmente tentado de decir y de creer: “¡Oh! Tiene un alma viva”, pero no es su alma, es su ser vital el que es vivo y que domina la actividad corporal. Ésta es la primera diferencia entre alguien que empieza a desarrollarse y aquellos que están aún en la inercia y el *tamas*,<sup>56</sup> de la vida puramente material. Esto da, primero a la apariencia pero también a la actividad, una especie de vibración, de intensidad de vibración, que a menudo crea la impresión de ser una persona que posee un alma viva; pero no es esto, es su vital que está desarrollado, que tiene una capacidad especial, que es más fuerte que la inercia física y que da una intensidad de vibración de vida y de acción, que no poseen aquellos que no tienen el ser vital desarrollado. Esto, esta confusión entre la actividad vital y el alma es una confusión muy frecuente... La consciencia humana percibe mucho más fácilmente la vibración vital que la vibración del alma.

Generalmente para percibir el alma en alguien, hace falta que la mente esté muy tranquila, muy tranquila porque, cuando está activa, lo que se ve son *sus* vibraciones, no la vibración del alma.

Y entonces cuando se mira a alguien que es consciente de su alma, y que vive en su alma, si se le mira así, se tiene la impresión de descender, de entrar profundamente, profundamente, profundamente en la persona, dentro, lejos, lejos, lejos, lejos; mientras que generalmente cuando uno mira en los ojos de alguien, uno topa, bastante rápido, con una superficie que vibra y que responde a la mirada, pero no se tiene esa impresión de descender, descender, descender, descender, descender profundamente, como dentro de un agujero, y lejos, muy lejos, muy lejos, muy lejos dentro, entonces uno tiene una... una pequeña respuesta muy tranquila. De otro modo, generalmente se entra, (hay ojos en los cuales no se entra, están cerrados como una puerta; pero en fin hay ojos que están abiertos), uno entra, y encuentra detrás, bastante cerca, alguna cosa que vibra, así, que a veces brilla, que vibra. Y entonces, si uno se equivoca, dice: “¡Oh! tiene un alma viva”, pero no es eso, es su vital.

Para encontrar el alma hay que ir así (*gesto de sumergirse*), así, alejarse de la superficie, retirarse en la profundidad, y entrar, entrar, entrar, bajar, bajar, bajar dentro de un agujero muy profundo, silencioso, inmóvil, y allí, hay una especie de... algo cálido, tranquilo, rico en sustancia, y muy inmóvil, y muy lleno, como una dulzura: esto es el alma.

Y si se insiste y se es consciente de uno mismo, entonces se produce como una especie de plenitud que da la impresión de una cosa completa y que contiene profundidades insondables, en las que, si uno entrara, sentiría que muchos secretos se revelarían... como un reflejo de algo que es eterno, en un agua muy quieta. Y uno ya no se siente limitado por el tiempo.

Se tiene la impresión de haber existido desde siempre, de existir para la eternidad.

Esto sucede cuando se ha tocado el centro del alma.

---

<sup>56</sup> Apatía.



Y si el contacto ha sido lo bastante consciente y completo, esto os libera de la esclavitud de la forma exterior; ya no sientes más que vives sólo porque tienes un cuerpo. Ésta es generalmente la sensación habitual del ser, estar tan ligado a esta forma exterior hasta el punto que cuando uno piensa “yo”, piensa en el cuerpo. Esto es lo corriente. La realidad personal, es la realidad del cuerpo. Sólo cuando uno ha hecho un esfuerzo de desarrollo interior, y ha intentado encontrar algo que sea un poco más estable en el propio ser puede empezar a sentir que este “algo”, que es consciente de forma permanente a través de todas las épocas y de todos los cambios, este “algo” debe ser “yo”. Pero esto, esto requiere ya un estudio bastante profundo. De lo contrario, si piensas “voy a hacer esto”, “necesito lo otro”, es siempre tu cuerpo, una especie de pequeña voluntad que es una mezcla de sensaciones, de reacciones sentimentales más o menos confusas, y de pensamientos aún más confusos que forman una amalgama, y que están animados por un impulso, una atracción, un deseo, una especie de voluntad, y es esto que momentáneamente se vuelve “yo” — pero no directamente, porque uno no concibe este “yo” como algo independiente de la cabeza, del tronco, de los brazos, de las piernas y de todo lo que se mueve — está estrechamente ligado.

Sólo después de haber reflexionado mucho, visto mucho, estudiado mucho, observado mucho, uno empieza a darse cuenta que se es más o menos independiente de lo otro y, que esta voluntad que está detrás puede o hacerlo actuar o no, y empieza a no estar completamente identificado con el movimiento, la acción, la realización, se da cuenta que hay algo que flota. Pero hay que observar mucho para ver esto.

Y luego, aún hay que observar mucho más para ver que esto, esta segunda cosa que está allí, esta especie de voluntad activa consciente se ha puesto en movimiento a través de “algo distinto” que mira, juzga, decide y que intenta basar sus decisiones sobre un conocimiento; esto llega aún mucho más tarde. Y entonces, cuando uno empieza a ver este “algo distinto”, empieza a ver que esto tiene el poder de poner en movimiento la segunda cosa, que es una voluntad activa, y no solamente eso, sino que esto tiene una acción muy directa y muy importante sobre las reacciones, los sentimientos, las sensaciones, y que finalmente puede tener un control sobre todos los movimientos del ser — esta parte que mira, que observa, que juzga y que decide.

Éste es el comienzo del control.

Cuando uno se vuelve consciente de eso, se ha tomado el hilo, y cuando se habla de control, se puede saber: “¡Ah! Sí, esto es lo que tiene el poder de controlar.”

Así es como uno aprende a mirarse a sí mismo.

## Saber lo que el alma sabe

“Lo que el alma ve y ha vivido, esto es lo que sabe; el resto es apariencia, prejuicio y opinión”.

Sri Aurobindo, *Pensamientos y Aforismos*

Esto viene a decir que todo el conocimiento que no sea el resultado de la visión o de la experiencia del alma no tiene verdadero valor.

Pero inmediatamente surge la pregunta, en realidad me la han hecho a mí, “¿Cómo sabemos lo que el alma ve?”

Obviamente sólo hay una solución: volverse consciente de la propia alma. Y esto completa el aforismo: a menos que uno no sea consciente de la propia alma no posee el verdadero conocimiento. Por lo tanto, el primer esfuerzo tiene que ser encontrar el alma dentro, unirse a ella y permitirle gobernar la propia vida.

Algunas personas preguntan: “¿Cómo sabemos si esto es el alma?” Ya he contestado a esta pregunta varias veces. Los que me preguntan esto, por el mero hecho de preguntarlo, demuestran que no son conscientes de sus almas, porque desde el momento en que sois conscientes de la propia alma y os identificáis con ella, obtenéis un conocimiento indudable de ella y ya no preguntáis más como saber si... Y esta experiencia no puede ser fingida ni imaginada; no podéis simular estar en contacto con vuestra alma, es algo que no puede ser ni inventado ni falseado. Cuando el alma gobierna vuestra vida lo sabéis con una certeza absoluta y no se hacen más preguntas.

Pero la utilidad del aforismo que hemos leído hace un momento, es haceros comprender que todo lo que creéis saber, todo lo que habéis aprendido, cualquier cosa que ha llegado a vuestra vida a través de la observación personal, la deducción, la comparación, todo esto es un conocimiento muy relativo sobre el que no podéis basar un modo de vida consistente y verdaderamente efectivo.

Cuántas veces hemos repetido esto: todo lo que procede de la mente es completamente relativo. Cuanto más educada es la mente, y cuanto más se ha aplicado ésta a diversas disciplinas, más capaz es de probar que lo que expone o dice es verdad. A través del razonamiento se puede probar la verdad de cualquier cosa, pero esto no hace que sea verdad. Es siempre una opinión, un prejuicio, un conocimiento basado sobre las apariencias, que también son más que dudosas.

Entonces parece haber una sola solución, y es ir a la búsqueda de la propia alma y encontrarla. Está ahí, no tiene por qué esconderse, no juega con vosotros para hacer las cosas difíciles; al contrario, hace grandes esfuerzos para ayudaros a encontrarla y para ser escuchada. Sólo que entre vuestra alma y vuestra consciencia activa, hay dos personajes que tienen la costumbre de hacer mucho ruido, la mente y el vital. Y puesto que hacen mucho ruido, mientras que el alma no, o más bien, hace tan poco como sea posible, el ruido de aquellos os impide oír la voz del alma.

Cuando queréis saber lo que vuestra alma sabe, tenéis que hacer un esfuerzo interior, estar muy atentos; y realmente, si estáis atentos, detrás del ruido exterior de la mente y del vital podéis discernir algo muy sutil, muy silencioso, muy calmado, que sabe y dice lo que sabe. Pero la insistencia de los otros es tan dominante, mientras que *ésta* es tan silenciosa, que fácilmente sois embaucados a escuchar lo que hace más ruido; la mayor parte de las veces solo os dais cuenta más tarde que la otra tenía razón. No se impone, no os obliga a escucharla, porque está desprovista de violencia.

Cuando dudáis, cuando os preguntáis qué hacer en esta o aquella circunstancia, aparece el deseo, las preferencias mentales y vitales, que empujan, insisten, afirman y se imponen y, con las mejores razones del mundo, construyen todo un argumento a favor de ellas mismas. Y si no estáis alerta, si no tenéis una disciplina firme, si no tenéis el hábito del control, éstas finalmente os convencen de que tienen razón. Y como decía hace poco, hacen tanto ruido que no podéis ni siquiera oír la pequeña voz, o la pequeña, muy pequeña indicación del alma que dice, “no lo hagas”.

Este “no lo hagas” viene a menudo, pero se descarta como algo que no tiene poder y seguís vuestro destino impulsivo. Pero si sois realmente sinceros en vuestra voluntad de encontrar y vivir la verdad, entonces aprendéis a escuchar mejor y mejor, aprendéis a discernir más y más, y aunque os cueste un esfuerzo, aunque os cause dolor, aprendéis a obedecer. E incluso aunque sólo hubierais obedecido una sola vez, ya es una gran ayuda, un considerable progreso en el camino hacia el discernimiento entre lo que es y lo que no es el alma. Con este discernimiento y la sinceridad necesaria podéis estar seguros de alcanzar la meta.

Pero no tenéis que tener prisa, no debéis ser impacientes, tenéis que ser muy perseverantes. Por una vez que hagáis lo correcto, haréis diez veces la cosa errónea. Pero cuando os equivocáis no tenéis que renunciar a todo en desesperación, sino deciros a vosotros mismos que la Gracia no os abandonará nunca y que la próxima vez irá mejor.

Entonces, en conclusión, diremos que para conocer las cosas tal y como son hay que unirse primero al alma, y para uniros con vuestra alma tenéis que quererlo con persistencia y perseverancia.

Solo el grado de concentración sobre la meta puede acortar el camino.

## **La intuición y su desarrollo**

*Madre, ¿Cómo se puede desarrollar la facultad de la intuición?*

Existen distintos tipos de intuición, y llevamos estas capacidades dentro de nosotros. Hasta cierto punto están siempre activas, pero no las percibimos porque no prestamos suficiente atención a lo que sucede en nosotros.

Detrás de las emociones, dentro del ser, profundamente, en una consciencia que se encuentra más o menos a nivel del plexo solar, hay una especie de presciencia, como una capacidad de previsión, pero no

es bajo forma de ideas: más bien bajo la forma de sentimientos, casi una percepción de sensaciones. Por ejemplo, cuando hay que decidir hacer algo, a veces hay una especie de malestar o de rechazo interior, y generalmente, si se escucha esta indicación más profunda, uno se da cuenta que era justa.

En otros casos hay como algo que empuja, que indica, que insiste (no hablo de impulsos, ¿verdad?, y de todos aquellos movimientos que proceden del vital y que están mucho más abajo), indicaciones que están detrás de los sentimientos, que proceden del lado afectivo del ser; también ahí se puede recibir una indicación bastante segura de lo que hay que hacer. Éstas son formas de intuición, o de un instinto superior, que se cultivan a través de la observación, y también a través del estudio de los resultados. Naturalmente, hay que hacerlo de una manera totalmente sincera, objetiva, sin tomar partido. Si uno quiere ver las cosas de una manera determinada y al mismo tiempo practicar esta observación, todo es inútil. Uno debe hacerla como si lo que se mira sucediera fuera de uno mismo, en otra persona.

Esta es una forma de intuición, y quizás la primera forma que generalmente se manifiesta.

Existe otra forma, pero ésta es mucho más difícil de observar, porque para aquellos que están acostumbrados a pensar, a actuar a través de la razón, no a través de los impulsos, pero a través de la razón, a reflexionar antes de hacer algo, se efectúa un proceso tan rápido de causa a efecto en el pensamiento semiconsciente, que hace que no se vea la línea (toda la línea del razonamiento) y por consiguiente no se piensa que sea una cadena de razonamiento, y esto es bastante engañoso. Se tiene la impresión de una intuición, pero no es una intuición, es un razonamiento subconsciente extremadamente rápido, que toma el problema y va directo a las consecuencias. No hay que confundir esto con la intuición.

En el funcionamiento cerebral ordinario, la intuición es algo que, de golpe, cae como una gota de luz. Si se tiene la capacidad, un inicio de capacidad de visión mental, esto da la impresión de algo que viene de fuera, o de arriba, y produce un pequeño impacto en el cerebro, como de una gota de luz, absolutamente independiente de cualquier razonamiento.

Esto se percibe más fácilmente cuando se es capaz de acallar la propia mente, de mantenerla inmóvil y atenta parando su funcionamiento habitual, como si la mente se transformara en una especie de espejo, orientado hacia una facultad superior con una atención sostenida y silenciosa. También se puede aprender a hacer esto. *Es necesario* aprender a hacerlo, es una disciplina necesaria.

Cuando se tiene que resolver una cuestión, cualquiera que sea, generalmente uno concentra su atención aquí (*gesto indicando entre las cejas*), en el centro que hay por encima de los ojos, el centro de la voluntad consciente. Pero luego si hacéis esto, no podéis estar en contacto con la intuición. Podéis estar en contacto con la fuente de la voluntad, del esfuerzo, incluso de un cierto tipo de conocimiento, pero en el dominio exterior, casi material; mientras que, si queréis tener un contacto con la intuición, es necesario mantener esto (*la Madre indica la frente*) completamente inmóvil. El pensamiento activo debe de pararse tanto como sea posible y toda la facultad mental tiene que formar (por encima del cráneo y un poco más allá si es posible) una especie de espejo, muy tranquilo, muy inmóvil, orientado hacia lo alto, con una atención silenciosa muy concentrada. Si se consigue, entonces se puede, quizás no

inmediatamente, pero se puede tener la percepción de estas gotas de luz que caen sobre el espejo desde una región todavía desconocida, y se expresan como un pensamiento consciente que no tiene conexión con todo el resto del propio pensamiento, puesto que habéis conseguido mantenerlo en silencio. Esto es el verdadero inicio de la intuición intelectual.

Es una disciplina que hay que adoptar. Puede que durante largo tiempo se intente y no se consiga, pero desde el momento en que se consigue crear “un espejo” inmóvil y atento, siempre se obtiene un resultado, quizás no necesariamente con una forma de pensamiento precisa, pero siempre con la sensación de una luz que viene de lo alto. Y entonces, si uno puede recibir esta luz que viene de lo alto sin entrar inmediatamente en una actividad vertiginosa, recibirla en la calma y el silencio y dejarla entrar profundamente en el ser, entonces, después de un tiempo, esta se traduce o por un pensamiento luminoso o por una indicación muy precisa aquí (*la Madre indica el corazón*), en este otro centro.

Naturalmente, primero hay que conseguir desarrollar estas dos capacidades; luego, apenas se produce un resultado, hay que observar el resultado, como he dicho antes, y ver la conexión con lo que sucede, las consecuencias: ver, observar muy atentamente lo que se haya introducido, lo que haya podido causar una distorsión, el razonamiento más o menos consciente que uno haya añadido, o la intervención de una voluntad inferior más o menos consciente; y es a través de un estudio profundo (en el fondo casi de cada instante, en todo caso cotidiano y muy frecuente) que uno llega a desarrollar la propia intuición. Toma tiempo. Toma tiempo y hay trampas: uno puede engañarse a sí mismo, se pueden tomar por intuiciones voluntades subconscientes que intentan manifestarse, indicaciones dadas a través de impulsos que uno rechazó aceptar abiertamente, en fin, toda clase de dificultades. Esto es de esperar. Pero si se persiste, uno puede estar seguro de lograrlo.

Y llega un momento en que uno siente como una dirección interior, algo que le guía a uno muy perceptiblemente en todo lo que hace. Pero entonces, para que la dirección tenga su poder máximo hay que añadir, naturalmente, la sumisión consciente: hay que estar sinceramente determinado a seguir la indicación dada por la fuerza superior. Si se hace esto, entonces... uno ahorra años de estudio, se puede conseguir un resultado con extrema rapidez. Si se añade esto, el resultado llega muy rápidamente. Pero para que suceda, hay que hacerlo con sinceridad y... una especie de espontaneidad interior. Si se quiere hacer sin esta sumisión puede conseguirse, como se consigue también desarrollar la propia voluntad personal y transformarla en un poder muy considerable, pero esto toma mucho tiempo y se encuentran muchos obstáculos, y el resultado es muy precario; hay que ser sumamente persistente, obstinado, perseverante, y uno puede estar seguro de conseguirlo, pero después de un gran trabajo.

*(silencio)*

Por otra parte, para cualquier cosa que se quiera hacer en la vida, una cosa es absolutamente indispensable y está en la base de *todo*: la capacidad de concentrar la atención.

## Sinceridad y división en el ser

“Ser completamente sincero quiere decir no tener ninguna división, ninguna contradicción en el propio ser”

La Madre

Al estar hechos de partes que son, no solamente diferentes, sino a menudo completamente contradictorias, estas partes crean necesariamente una división en vuestro ser. Por ejemplo, tenéis una parte en vosotros que aspira a la vida divina, a conocer el Divino, a unirse a Él, a vivirlo integralmente, y luego tenéis en vosotros otra parte que tiene apegos, deseos (que esta otra parte llama “necesidades”), y que no sólo busca estas cosas, sino que se perturba completamente cuando no las tiene. Hay otras contradicciones, pero ésta es la más evidente. Hay otras, por ejemplo, querer someterse completamente al Divino, abandonarse totalmente a Su Voluntad y a Su Guía, y al mismo tiempo, cuando llega la experiencia, que es una experiencia corriente en el camino, cuando uno intenta abandonarse al Divino con sinceridad, la noción de que no se es nada, que no se puede nada, incluso que uno no existe fuera del Divino, es decir que si Él no estuviera ahí, uno no existiría y no podría hacer nada, no sería absolutamente nada... Esta experiencia viene naturalmente como una ayuda en el camino de la entrega total de sí, pero hay una parte del ser que, cuando la experiencia llega, entra en una rebelión terrible y dice: “¡Pero perdón! Yo insisto en existir, yo insisto en ser algo, yo insisto en hacer las cosas por mí mismo, quiero tener una personalidad.” Y naturalmente esta parte deshace todo lo que la primera había hecho.

No son casos excepcionales, es muy frecuente. Os podría dar innumerables ejemplos de contradicciones como éstas en el ser: cuando una parte intenta dar un paso hacia delante, la otra llega y lo destruye todo. Entonces hay que volver a empezar cada vez, y cada vez destruye lo que se ha hecho. Por esto hay que hacer este trabajo de sinceridad, que hace que si uno percibe en su ser una parte que tira hacia el otro lado, la coge con cuidado, la educa como se educa a un niño y la armoniza con la parte central. Éste es el trabajo sobre la sinceridad y es indispensable.

Y naturalmente, cuando hay una unidad, un acuerdo, una armonía entre todas las voluntades del ser, vuestro ser puede volverse simple, cándido y uniforme en su acción y en su tendencia. Solamente cuando todo el ser está agrupado en torno a un movimiento central único se puede ser espontáneo. Porque si dentro de vosotros hay algo orientado hacia el Divino que espera la inspiración y el impulso, y al mismo tiempo hay otra parte del ser que busca sus propios fines y que trabaja para realizar sus propios deseos, uno ya no sabe dónde está, y no puede tampoco estar seguro de lo que le llega, porque una parte puede, no sólo deshacer, sino contradecir totalmente lo que la otra quiere hacer.

## Espontaneidad

Lo que Lao Tse llama espontáneo es esto: en vez de ser movido por una voluntad personal, mental, vital o física, uno debe parar todo esfuerzo externo y dejarse guiar y mover por lo que los chinos llaman *Tao*, y que identifican con la Divinidad – o Dios, o el Principio Supremo o el Origen de todas las cosas, o la Verdad creadora, en fin, todas las nociones humanas que pueden tenerse del Divino y de la meta que hay que conseguir.

Ser espontáneo quiere decir no querer combinar, organizar, decidir y hacer esfuerzo alguno para actuar con la voluntad personal.

.... Naturalmente, esto no es muy fácil, requiere una preparación.

Y si bajamos a la esfera de la acción, es aún más difícil; porque normalmente, si se quiere actuar con un poco de lógica, generalmente hay que pensar por anticipado en lo que se quiere hacer y planearlo antes de hacerlo; si no, uno puede ser zarandeado por todo tipo de deseos e impulsos, que estarían muy lejos de la inspiración de la que se habla en el *Wu Wei*<sup>57</sup>; serían simplemente los movimientos de la naturaleza inferior los que os empujarían a actuar. Por consiguiente, a menos que no se haya alcanzado el estado de sabiduría y desapego del sabio chino al cual se refiere esta historia, es preferible no ser espontáneo en las acciones cotidianas, porque uno se arriesgaría a ser el juguete de todos los impulsos y de todas las influencias más desordenadas.



“Vi a un niño regodeándose en el barro y al mismo niño aseado por su madre y resplandeciente, pero las dos veces me estremecí delante de su total pureza.”

Sri Aurobindo, *Pensamientos y Aforismos*

*¿Puede un niño mantener su pureza incluso después de crecer?*

En teoría no es imposible, y algunas personas que han nacido lejos de las ciudades, de las civilizaciones y culturas, pueden mantener a lo largo de la vida de su cuerpo terrenal, esta pureza espontánea, una pureza del alma que no está oscurecida por el trabajo de la mente.

Pero la pureza de la cual Sri Aurobindo habla aquí es la pureza del instinto, que obedece los impulsos de la Naturaleza espontáneamente, sin calcular nunca, sin cuestionar nunca, sin preguntarse nunca si es bueno o malo, si lo que uno hace está bien o mal, si es una virtud o un pecado, si el resultado será favorable o desfavorable. Todas estas nociones entran en juego cuando el ego mental aparece. y empieza a tomar una posición dominante en la consciencia y a velar la espontaneidad del alma.

---

<sup>57</sup> Este pequeño libro basado en la filosofía del filósofo chino Lao-Tse es la historia de la búsqueda de significado de un hombre común y las profundas verdades que le reveló el sabio de Shien Shan.

En la “civilizada” vida moderna los padres y maestros, a través de sus “buenos consejos” prácticos y racionales, no pierden tiempo en cubrir esta espontaneidad que ellos llaman inconsciencia, y en sustituirla por un ego mental limitado y muy pequeño, muy estrecho, encerrado en sí mismo, repleto de nociones de mal comportamiento y pecado y castigo, o de interés personal, cálculo y beneficio; todo esto tiene como resultado inevitable un aumento de los deseos vitales a causa de la represión, el miedo, o la auto justificación.

Y sin embargo, a causa de la completitud hay que añadir que, dado que el ser humano es un ser mental, en el curso de su evolución tiene necesariamente que dejar atrás su inconsciencia y pureza espontánea, que es muy similar a la pureza del animal, y después de pasar a través de un período inevitable de perversión mental e impureza, tiene que elevarse más allá de la mente a la pureza más alta y luminosa de la consciencia divina.



*¿La espontaneidad viene espontáneamente o hay que seguir una disciplina para obtenerla?*

La espontaneidad en los sentimientos y en la acción, procede de un contacto permanente con el psíquico, que aporta orden a los pensamientos y controla automáticamente los impulsos vitales.

## **Cómo querer<sup>58</sup>**

*¿Dulce Madre, cómo podemos tomar una decisión que sea muy firme?*

¡Querer que sea muy firme! (*risas*)

No, esto parece una broma... pero es la verdad. Uno no quiere realmente. Es una falta de sinceridad. Si se mira sinceramente se verá que se ha decidido que esto sería así, y luego, por debajo hay algo que no lo ha decidido en absoluto, y que espera un segundo de duda para entrar. Si uno es sincero, si se es sincero y se agarra por la oreja la parte que se esconde, que espera, que no se muestra, y que sabe que habrá un segundo de indecisión en el que puede saltar fuera y hacerlos hacer la cosa que habíais decidido no hacer...

Pero si queréis *de verdad, nada* en el mundo os puede impedir que hagáis lo que queréis. Es porque no se sabe lo que se quiere. Es porque uno está *dividido* en su voluntad. Si no se está dividido en su voluntad, repito: nada ni nadie en el mundo os puede hacer cambiar de voluntad.

---

<sup>58</sup> Como hacer un acto de volición.



Pero no se sabe querer. De hecho, ni siquiera se quiere. Son veleidades: “Mira, es así... Me gustaría que fuera así... Sí, sería mejor que fuera así... Sí, sería preferible que fuera así.” Pero *esto* no es querer. Y siempre, ahí, detrás, escondido en alguna parte en un rincón del cerebro, hay algo que mira y que dice: “Oh, ¿por qué querer esto? Después de todo uno puede también querer lo contrario.” E intentar, ¿verdad?... No así, simplemente espera... Pero siempre se pueden encontrar mil excusas para hacer lo contrario. Y basta sólo un pequeño aflojamiento... pfftt...lo aprovecha, y ya está. Pero si uno *quiere*, si uno *sabe* verdaderamente que *ésta* es la cosa, y si se quiere verdaderamente esto, si uno está completamente concentrado en la voluntad, yo digo que no hay *nada* en el mundo que os pueda impedir hacerlo. Hacerlo... o que estéis obligados a hacerlo, depende de qué sea.

Uno quiere. Sí, se quiere de esta manera (*gestos*). Se quiere: “Sí, sí, sería mejor que esto fuera así. Sí, así también sería más bonito, más elegante...” Porque después de todo uno es un ser débil, ¿verdad? Y además se puede siempre echar la culpa a otra cosa: “Es la influencia que viene de fuera, son todo tipo de circunstancias.”

El soplo ha pasado ¿veis?... no sabéis... algo... un momento de inconsciencia... “Oh, no he sido consciente.” Uno no es consciente porque no acepta... y todo esto es porque no se sabe cómo querer.

Aprender como querer es una cosa muy importante. Y para querer verdaderamente, hay que unificar el propio ser. En el fondo, para ser ese ser, primero es necesario unificarse. Si se viene arrastrado por tendencias absolutamente opuestas, si uno se pasa las tres cuartas partes de su vida no siendo consciente de sí mismo, y de las razones del por qué se hacen las cosas, ¿se es realmente un ser? Uno no existe. Se es una masa de influencias, de movimientos, de fuerzas, de acciones, de reacciones. Pero no se es un ser. Uno empieza a convertirse en un ser cuando empieza a tener una voluntad. Y no se puede tener una voluntad si no se está unificado.

Y cuando tengáis una voluntad entonces podréis decir, podréis decir al Divino: “Quiero lo que Tú quieras.” Pero no antes. Porque para querer lo que el Divino quiere hay que tener una voluntad, si no, no querréis nada de nada. Querríais. Querríais de verdad. Realmente querríais querer lo que el Divino quiere hacer. Pero no tenéis una voluntad para poder dársela y ponerla a Su servicio. Algo así, gelatinoso, como las medusas... eso... una masa de buenas voluntades, y considero la cosa por su lado mejor, y olvido las malas voluntades, una masa de buenas voluntades semiconsciente y fluctuante.

## **Honestidad mental**

En la constitución psicológica ordinaria del ser humano, pareciera que la función casi constante de la mente, sea dar una explicación aceptable de lo que tiene lugar en el “ser-de-deseo”, el vital, las partes más materiales de la mente y las partes más sutiles del cuerpo. Hay una especie de complicidad general de todas las partes del ser para dar una explicación, e incluso una justificación confortable para cada cosa que hacemos, evitando al máximo posible las impresiones dolorosas que provienen de los errores que cometemos y de los movimientos poco deseables. Por ejemplo, a menos que uno no haya tomado,

o que no se haya dedicado a un entrenamiento especial, no importa lo que se haga, la mente se da a sí misma una explicación suficientemente favorable para que no nos sintamos perturbados. Y sólo a través de la presión de las reacciones exteriores, o de las circunstancias, o de movimientos que proceden de otras personas, uno consiente poco a poco, mirar de manera menos favorable lo que uno es y lo que uno hace, y empieza a preguntarse a sí mismo si las cosas no podrían ser mejor de lo que son.

Espontáneamente el primer movimiento es lo que se llama autodefensa. Uno se pone en guardia, y de manera totalmente espontánea, busca una justificación... para las cosas más pequeñas, cosas absolutamente insignificantes, es una actitud normal en la vida.

Y las explicaciones nos las damos a nosotros mismos; sólo bajo la presión de las circunstancias uno empieza a dárselas a otros, o a otro, pero lo primero es sentirse comfortable, primera cosa: “ha sido así porque tenía que ser así, y ha sucedido a causa de esto, y...”, y la culpa es siempre de las circunstancias o de los demás. Y verdaderamente hace falta hacer un esfuerzo, digo, a menos que uno no se haya sometido a una disciplina, que no haya adquirido la costumbre de hacerlo automáticamente, hace falta un esfuerzo para empezar a comprender que quizás las cosas no sean así, que quizás uno no haya hecho exactamente lo que debiera haber hecho, o reaccionado como debería haber reaccionado, e incluso cuando uno empieza a verlo hace falta un esfuerzo mucho mayor para reconocerlo... oficialmente.

Cuando se empieza a ver que se ha cometido un error, el primer movimiento de la mente es empujar esto hacia atrás y ponerle un manto delante, el manto de una pequeña explicación muy buena, y mientras uno no esté obligado a mostrarlo, lo esconde. Y esto es lo que yo llamo “falta de honestidad mental”.

Primero, uno se engaña por costumbre, pero incluso cuando uno ha empezado a no engañarse, instintivamente sobreviene el movimiento de probar, de intentar engañarse para sentirse comfortable. Y entonces hace falta un esfuerzo aún más grande, una vez que se ha comprendido que uno se había engañado, para admitir francamente que: “sí, me he equivocado”.

Todas estas cosas son tan habituales, tan automáticas, por decirlo de alguna manera, que uno ni siquiera se da cuenta de ellas; pero cuando se empieza a querer establecer una disciplina en su ser, entonces se hacen descubrimientos que son verdadera y formidablemente interesantes. Cuando se ha descubierto esto, uno se percibe que se vive constantemente en una... la mejor palabra es “auto decepción”, un estado de engaño voluntario; es decir que uno se engaña a sí mismo espontáneamente. No es que sea necesario reflexionar: espontáneamente uno se pone una capa bien bonita sobre lo que se hace, para que esto no muestre sus verdaderos colores... y esto para cosas ¡que son tan insignificantes, que tienen tan poca importancia! ¿Verdad? Se podría comprender si el hecho de reconocer el propio error, acarrearía consecuencias graves para la propia existencia, el instinto de conservación os llevaría a hacer esto como una protección, pero no es esto, se trata de cosas absolutamente sin importancia, que no tienen ninguna consecuencia, excepto la de tener que decirse a sí mismo: “¡Me he equivocado!”

Es decir, hace falta un esfuerzo para ser sincero mentalmente. Es necesario un esfuerzo, es necesaria una disciplina. Ciertamente no hablo de aquellos que mienten para no ser descubiertos, porque esto, todo el mundo sabe que no se debe hacer. Por otra parte, las mentiras más tontas son las más inútiles porque son tan flagrantes que no pueden engañar a nadie. Estos son ejemplos que ocurren constantemente; se descubre a alguien cometiendo un error, uno le dice “es así”; él, con la esperanza de encubrirse, da una explicación boba que nadie puede comprender, nadie puede admitir, una explicación estúpida. Es espontáneo, ¿verdad?, pero él sabe que no hay que hacerlo. Pero la otra forma de engaño es aún mucho más espontánea, y es tan habitual que uno no se percató de ello. De modo que cuando se habla de honestidad mental, se habla de una cosa que se adquiere a través de un esfuerzo constante y muy firme.

Uno se pilla a sí mismo de golpe, ¿veis?, se descubre en el hecho de estar dándose en alguna parte de la cabeza, o aquí (*la Madre señala el corazón*), aquí es más grave..., en el acto de darse una pequeña explicación muy favorable. Y sólo cuando puede controlarse, contenerse y mirarse claramente a la cara y decir: “¿crees que es así?, entonces si se es muy valiente y se pone una presión muy fuerte, termina por decirse: “¡Sí, sé muy bien que no es así!”.

A veces llegar a esto toma años. Hace falta el transcurso del tiempo, es necesario haber cambiado mucho en uno mismo, es necesario que la visión de las cosas sea diferente, hace falta estar en una condición diferente frente a las circunstancias, en una relación diferente con ellas, para ver claramente, completamente, hasta qué punto uno se engañaba a sí mismo, y en aquel momento, uno estaba persuadido de ser sincero.

## **Dos tipos de autoengaño**

“Cuando oigo hablar de una cólera justa, me sorprende de la capacidad de autoengaño del ser humano.”

Sri Aurobindo, *Pensamientos y Aforismos*

... en realidad hay dos maneras muy distintas de auto engañarse. Por ejemplo, hay ciertas cosas que te pueden chocar cuando ves personas comportándose mal, siendo egoístas, desleales, traidoras, no por razones personales, sino precisamente a causa de tu buena voluntad y de las ganas de servir al Divino. Hay una etapa en la que uno ha superado estas cosas, y ya no permite que se manifiesten en uno mismo, pero dependiendo de cuanto se esté vinculado con la consciencia ordinaria, con el punto de vista ordinario y la vida corriente, con la manera habitual de pensar, estas cosas son aún posibles, existen de forma latente porque son el reverso de las cualidades que uno lucha para alcanzar. Y esta oposición aún existe, hasta que se es capaz de elevarse por encima de ello y no tener ya ni cualidad ni defecto. Mientras tenéis virtud, su opuesto está latente en vosotros; sólo cuando estáis por encima de ambas, la virtud y el defecto, esto desaparece.

Por lo tanto, este tipo de indignación que sentís procede del hecho de que no estáis completamente por encima de ello; estáis en la etapa en la que desaprobáis por completo y nunca podríais hacer lo mismo. Hasta este punto no hay nada que decir, a menos que expreséis exteriormente de forma violenta vuestra indignación. Si interviene la ira, es porque hay una completa contradicción entre el sentimiento que queréis tener y cómo reaccionáis con los demás. Porque la ira es una deformación del poder vital, un vital oscuro y absolutamente obstinado, un vital que aún está sujeto a todas las acciones y reacciones ordinarias. Cuando este poder vital viene a ser usado por una voluntad individual ignorante y egoísta, y esta voluntad se encuentra en discordancia con otras voluntades individuales alrededor de ella, este poder, bajo la presión de la oposición, se convierte en ira e intenta obtener, a través de la violencia, lo que no pudo obtener a través de la presión de la fuerza misma.

Además, la cólera, como todo tipo de violencia, es siempre una señal de debilidad, impotencia e incapacidad.

Y aquí el autoengaño sucede sólo a causa de la aprobación dada a la cólera, o debido al adjetivo adulador que le sigue, porque la cólera sólo puede ser algo ciego, ignorante y asúrico, es decir, contrario a la luz.

Pero esto aún se refiere al mejor de los casos.

Hay otro. Hay personas que sin saberlo (o porque *quieren* ignorarlo) persiguen siempre su interés personal, sus preferencias, sus apegos, sus conceptos; personas que no están completamente consagradas al Divino, y que usan ideas morales y yóguicas para ocultar sus propios impulsos personales. Pero estas personas se engañan doblemente; no sólo se engañan en sus actividades externas, en su relación con los demás, sino que también se engañan con su propio modo de hacer personal; en vez de servir al Divino, sirven a su propio egoísmo. Y esto sucede constantemente, ¡constantemente! Sirven a su propia personalidad, su propio egoísmo, mientras que pretenden servir a Dios. Entonces ya no es autoengaño, es hipocresía.

Este hábito mental de darle siempre a todo una apariencia favorable, de dar una explicación favorable a todas las actividades, a veces de manera muy sutil, pero otras de manera tan grosera que no se engaña a nadie, sino sólo a uno mismo. Es la costumbre de excusarse a sí mismo, la costumbre de dar una excusa mental favorable, una explicación mental favorable a todo lo que uno hace, a todo lo que uno dice, a todo lo que uno siente. Por ejemplo, aquellos que no tienen autocontrol y que con gran indignación le dan una bofetada en la cara a alguien, ¡llamarían a esto una cólera casi divina!

Es asombroso, asombroso, este poder de autoengaño, la capacidad de la mente de encontrar una justificación loable ante cualquier ignorancia o cualquier estupidez.

Ésta, no es una experiencia que ocurra de vez en cuando. Es algo que uno puede observar minuto a minuto. ¡Y normalmente esto se ve mucho más fácilmente en los otros! Pero si uno se mira a sí mismo atentamente, se descubre mil veces al día, mirándose con tolerancia: “¡Oh! Pero *no es lo mismo.*” Además, ¡nunca es lo mismo para ti como lo es para tu vecino!

## Examinando los movimientos del propio ser

Hay que darse cuenta claramente del origen de los propios movimientos, porque hay veleidades contradictorias en el ser, unas os empujan hacia aquí, otras os empujan hacia allá, y esto evidentemente crea un caos en la existencia. Si os observáis, veréis que en el momento en que hacéis algo que os hace sentir un poco mal, la mente os da inmediatamente una razón favorable para justificaros, esta mente es capaz de dorarlo todo. En estas condiciones, es difícil conocerse a sí mismo. Se debe ser absolutamente sincero para conseguirlo y ver claro dentro de todos los pequeños engaños del ser mental.

Si examináis mentalmente los distintos movimientos y reacciones de vuestro día como uno que repite indefinidamente la misma cosa, no progresaréis. Para que esta revisión pueda haceros progresar, hay que encontrar algo dentro de vosotros mismos en cuya luz podáis ser vuestro propio juez, algo que represente la mejor parte de vosotros mismos, que tenga un poco de luz, un poco de buena voluntad, y que efectivamente ame el progreso. Ponéis esto delante de vosotros y hacéis pasar primero, como en el cine, todo lo que habéis hecho, todo lo que habéis sentido, vuestros impulsos, vuestros pensamientos, etc.; luego intentáis coordinarlos, es decir, descubrir porqué éste ha venido después de este otro. Y si miráis la pantalla luminosa que está frente a vosotros: algunas cosas pasan bien, sin hacer sombra; otras, por el contrario, crean una pequeña sombra; e incluso otras producen una sombra completamente negra y desagradable. Hay que hacer esto muy sinceramente, como si estuvierais jugando: en tal circunstancia he hecho tal y tal cosa, he tenido tal sentimiento y pensado de tal forma; tengo delante de mí mi propio ideal de conocimiento y de autodomínio, y bien, ¿este acto estaba en consonancia con mi ideal, sí o no? Si lo estaba, no dejará sombra en la pantalla, ésta permanecerá transparente y ya no tendrás que ocuparse de ello. Si no está conforme, proyecta una sombra. ¿Por qué dejó esta sombra? ¿Qué había en este acto que era contrario a la voluntad de autoconocimiento y autodomínio? La mayor parte de las veces comprobaréis que eso corresponde a una inconsciencia, entonces lo clasificáis en medio de las cosas inconscientes y decidís que la próxima vez intentaréis ser conscientes antes de hacer algo. Pero en otros casos, veréis que se trata de un pequeño egoísmo feo, bastante negro, que entró para deformar vuestra acción o vuestro pensamiento. Entonces ponéis este egoísmo delante de vuestra “luz” y os preguntáis: “¿Como es que esto tiene el derecho de hacerme actuar así, de pensar así...?” Y en vez de aceptar una explicación cualquiera, tendréis que buscar, y encontraréis en un rincón de vuestro ser algo que piensa y dice: “¡Ah no! Lo aceptaré todo menos esto.” Veréis que es una vanidad mezquina, un movimiento de amor propio, un sentimiento egoísta escondido en alguna parte, mil cosas. Entonces, observáis con cuidado todo esto bajo la luz de vuestro ideal: “¿Mantener este movimiento está en conformidad con mi búsqueda, con la realización de mi ideal, o no está en consonancia con él? Pongo este pequeño rincón oscuro frente a la luz hasta que ésta entre en él y desaparezca.” Entonces se termina la comedia. Pero no se terminó la comedia de vuestro día, ¿verdad? Porque hay muchas cosas que tienen que pasar de este modo por delante de la luz. Pero si continuáis este juego, porque si lo hacéis sinceramente es verdaderamente un juego, os aseguro que en seis meses no os vais a reconocer; os diréis: “¡Cómo! ¿Yo era así? ¡Es imposible!”

Podéis tener cinco, veinte, cincuenta o sesenta años y sin embargo podéis transformaros de esta forma poniendo cada cosa delante de esta luz interior. Vais a ver que los elementos que no están de acuerdo

con vuestro ideal, no son generalmente elementos que haya que extraer fuera de vosotros completamente, hay muy pocos que sean así; son simplemente cosas que no están en su sitio. Si lo organizáis todo, vuestros sentimientos, vuestros pensamientos, vuestros impulsos, etc., alrededor de vuestro centro psíquico, que es la luz interior, vais a ver que todo desorden interior se transformará en un orden luminoso.

## Placer y gozo

*Dulce Madre, a veces cuando uno se deprime, la depresión dura largo tiempo; pero cuando uno siente un gozo fuera de lo ordinario, éste no dura.*

Sí, es verdad.

*Entonces, ¿Qué hay que hacer para que dure?*

Pero es que no es la misma parte del ser la que tiene la depresión y la que tiene el gozo.

Si tú hablas de placer, el placer que pertenece al vital es algo muy efímero, y pienso que en la vida (en la vida tal y como es ahora) hay más ocasiones de tener amarguras que placeres. El placer en sí mismo es algo tremendamente fugaz, porque si la misma vibración de placer se prolonga un poco más, se vuelve desagradable o incluso repulsiva, exactamente la misma vibración.

El placer, en sí mismo, es algo muy efímero. Pero si hablas de gozo, esto es algo completamente distinto, es una especie de calor e iluminación en el corazón, ¿verdad?, se puede tener el gozo también en la mente, pero es una especie de calor e iluminación beatífica que se produce en alguna parte. Ésta, es una cualidad que aún no está completamente desarrollada, y raramente se está en la condición psicológica necesaria para alcanzarla. Por esto es fugaz. A parte de esto, el gozo está presente de forma constante en la verdad del ser, en la realidad del ser, en tu verdadero Ser, en tu alma, en tu ser psíquico, el gozo está constantemente presente.

Esto no tiene nada que ver con el placer: es una especie de dicha interior.

Pero raramente se está en un estado para poder sentirla, a menos que no se haya tomado plena consciencia del propio ser psíquico. Por esto cuando ésta llega es fugaz, porque a menudo no se tiene la condición psicológica necesaria para percibirla. Por otra parte, uno está casi constantemente en un estado vital ordinario en el que la mínima cosa desagradable invita a la depresión de forma muy fácil y espontánea, una depresión si uno es un ser débil, una rebelión si se es un ser fuerte. Cada deseo insatisfecho, cada impulso que encuentre obstáculos, cada contacto desagradable con el exterior crea, muy fácil y espontáneamente, una depresión o una rebelión, porque este es el estado normal de las cosas (normal en la vida tal como es en el presente) mientras que el gozo es un estado excepcional.

Y entonces el placer, el placer que no es más que una sensación agradable, si dura, no solamente disminuye, sino que termina por ser desagradable; no puede soportarse por largo tiempo. Entonces, de una forma completamente natural, éste también viene y va. Es decir, que la misma cosa que os da placer, exactamente la misma vibración, después de un corto momento, ya no os lo da más. Y si esto persiste se vuelve desagradable. Por esto uno no puede tener placer durante largo tiempo.

La única cosa que puede ser duradera es el gozo si uno entra en contacto con la verdad del ser, que contiene este gozo permanentemente.

## **La sustancia del psíquico**

*¿Cuál es la sustancia característica del mundo psíquico?*

La sustancia del mundo psíquico es una sustancia propia de él, con sus propias características psíquicas: una sensación de inmortalidad, una completa receptividad a la influencia divina, una entera sumisión a esta influencia que lo impregna completamente. Esto es exactamente lo que distingue el psíquico de las otras partes del ser. Por ejemplo, cuando hablo de organizar la mente y el vital alrededor del centro psíquico, no quiero decir que estos se vuelvan psíquicos; estos permanecen lo que son, la mente y el vital, pero están organizados alrededor del psíquico, como un ejército está organizado alrededor de su líder, no se convierten en el líder, le obedecen, ¿verdad? Bueno, sucede lo mismo aquí; el vital y la mente están organizados alrededor del psíquico, reciben órdenes desde el psíquico y las llevan a cabo lo mejor que pueden. Pero su sustancia no se vuelve psíquica a causa de ello. Pueden estar bajo la influencia del psíquico y adoptar, más o menos, su naturaleza, pero no su sustancia.

## **Diferencia entre “espiritual” y “psíquico”**

*¿Cuál es la diferencia entre “espiritual” y “psíquico”?*

No es lo mismo. El psíquico es el ser organizado por la presencia Divina y pertenece a la tierra, no estoy hablando del universo, sólo hablo de la tierra; el ser psíquico sólo se encuentra sobre la tierra. El resto del universo está formado de un modo completamente diferente.

El universo abarca todos los ámbitos superiores a la esfera física: hay un físico global que comprende la mente, el vital, etc., y todos los ámbitos por encima de la esfera mental son dominios de orden espiritual, dominios que son, para nosotros, dominios del espíritu, y es este “espíritu” que poco a poco, progresivamente, se materializa para llegar a la Materia tal como la concebimos. Los seres de la Sobremente, por ejemplo, y todos los seres de las regiones superiores no tienen ser psíquico, los “ángeles” no tienen ser psíquico. La vida psíquica empieza sólo sobre la tierra, y precisamente, éste es el proceso a través del cual el Divino ha despertado en la vida material la necesidad de volver a unirse con su origen divino. Sin el psíquico, la Materia no se habría despertado jamás de su inconsciencia, no habría

aspirado nunca hacia la vida de su origen, la vida espiritual. Por consiguiente, el ser psíquico es la manifestación de la aspiración espiritual en el ser humano; pero existe una vida espiritual independiente del psíquico.

## Lo que aspira en cada uno

“Nuestro único objetivo tiene que ser el mismo Divino, hacia quien, lo sepamos o no, algo en nuestra naturaleza secreta aspira siempre hacia Él.”

Sri Aurobindo, *La Síntesis del Yoga*

*¿Qué es este algo que aspira, dulce Madre?*

Es la parte de nuestro ser que instintivamente está abierta a la influencia del psíquico, y que no es siempre la misma en todos.

Hay siempre una parte (a veces muy velada), de la cual no somos conscientes, algo en el ser que está vuelto hacia el psíquico y que recibe su influencia. Es lo que hace de intermediario entre la consciencia psíquica y la consciencia exterior.

No es la misma cosa en todos, es diferente en cada uno. Es el punto de su naturaleza o de su carácter, a través del cual éste puede tocar el psíquico o puede recibir la influencia psíquica. Esto depende de las personas; para cada uno es distinto; cada uno tiene un punto así.

También podéis sentir que hay ciertas cosas que de golpe os impulsan, que os elevan por encima de vosotros mismos, abren una especie de puerta sobre algo que es más grande. Esto puede ser debido a muchas cosas, y depende de la naturaleza de cada uno. Es la parte del ser que se entusiasma por algo; es esta capacidad de entusiasmo.

Hay dos cosas principales. Ésta, la capacidad de entusiasmarse que hace que uno salga de su inercia más o menos grande, para lanzarse más o menos por entero sobre aquello que os entusiasma. Por ejemplo, el artista por su arte, el científico por su ciencia. Y en general toda persona que crea o que construye tiene una apertura, la apertura de una facultad especial, de una posibilidad especial que crea en sí mismo un entusiasmo. Cuando esto está activo, algo se despierta en el ser, y hay una participación de casi todo el ser en lo que se hace.

Hay esto, y luego están aquellos que tienen una facultad de gratitud innata, aquellos que tienen una necesidad ardiente de responder, responder con calor, con entrega, gozo, a algo que perciben como una maravilla escondida detrás de toda la vida, detrás del mínimo elemento, del mínimo acontecimiento de la vida, que sienten esta belleza soberana o esta Gracia infinita que está detrás de todas las cosas.



He conocido gente que no sabían nada, por decirlo de alguna manera, que eran muy poco educados, cuya mente era del todo ordinaria, y que tenían en ellos esta capacidad de gratitud, de calor, de darse, que comprende y que da gracias.

Y bien, para ellos, el contacto con el psíquico era muy frecuente, casi constante, y dentro de la medida de su capacidad, eran conscientes, no muy conscientes, pero un poco conscientes, en el sentido que se sentían llevados, ayudados, elevados por encima de ellos mismos.

Éstas dos cosas son las que preparan mejor a las personas. Han nacido con una o con la otra; y si se toman la molestia, esto se desarrolla y poco a poco crece.

Decimos: la capacidad de entusiasmo, algo que os proyecta fuera de vuestro pequeño ego miserable y mezquino; y la gratitud generosa, la generosidad de la gratitud, que también se lanza fuera del pequeño ego en agradecimiento. Estas son las dos palancas más potentes para entrar en contacto con el Divino dentro del propio ser psíquico. Esto sirve de conexión con el ser psíquico, la conexión más segura.

(Silencio)

¿Eso es todo?

*Dulce Madre, ¿en los seres más malos, hay algo que aspira?*

¿En los seres más malos? Sí, mi pequeño. Incluso en los Asuras, incluso en los Adversarios, incluso en los monstruos, algo hay. Siempre hay un rincón, una especie de grieta, un punto sensible, al que generalmente se le llama debilidad. Pero ésta es la fuerza del ser, el punto a través del cual pueden ser tocados.

Porque incluso en el ser más oscuro y más corrupto, incluso en aquellos en los que la voluntad consciente es luchar contra el Divino, a pesar de ellos, a pesar de todo, su origen es divino. Y por más que hagan, por más que prueben cortar con su origen, no pueden. Voluntariamente, conscientemente, prueban todo lo que pueden; pero saben muy bien que esto no pueden hacerlo. Incluso al ser más monstruoso, siempre hay una forma de tocarlo.

## **¿Todo el mundo progresa siempre?**

*Dulce Madre, ¿los que tienen esta aspiración y no lo saben, también progresan sin saberlo?*

Sí, sí.

*Entonces, todo el mundo progresa, siempre, ¿verdad?*

En cierta manera, sí. Aunque, puede que no sea aparente durante una vida; porque cuando la participación del ser no es consciente, el movimiento es relativamente lento, también en relación a la

corta duración de la vida humana. Y entonces, puede suceder, por ejemplo, que en el momento de la muerte, un ser parezca no haber progresado, e incluso a veces puede parecer que haya ido hacia atrás, que haya perdido lo que tenía al comienzo de su vida. Pero si tomamos la gran curva de la vida de su ser psíquico a través de muchas existencias, siempre hay un progreso. Cada experiencia que ha tenido en una de sus existencias físicas, le sirve para hacer un progreso. Pero es el ser psíquico el que progresa siempre.

El ser físico, en el estado en el que se encuentra ahora, y bien, después de llegar a un cierto punto de ascensión, vuelve a bajar. Hay elementos que pueden no volver a bajar totalmente; pero, en fin, vuelve a bajar, no se puede negar.

El ser vital, no necesariamente. Y el ser mental tampoco. El ser vital sí sabe conectarse con la fuerza universal, y no sufre ningún retroceso; puede continuar una ascensión. Y en cuanto al ser mental, es del todo cierto, si continúa desarrollándose normalmente, está completamente libre de toda degeneración. Entonces, estos progresan siempre, mientras permanezcan coordinados y bajo la influencia del psíquico.

Sólo el ser físico crece y se descompone. Pero esto proviene de su falta de plasticidad y receptividad y también por su naturaleza misma, aunque no es inevitable. Por consiguiente, se puede creer que, en un momento dado, a medida que la propia consciencia física progresa conscientemente y voluntariamente, y bien, en una cierta medida, y cada vez más, el cuerpo mismo podrá, en principio, resistir al deterioro (éste, evidentemente, debe ser el primer movimiento) y luego, gradualmente, empezará a crecer en perfección interior hasta sobrepasar las fuerzas de descomposición. Pero, a decir verdad, es la única cosa que en este momento no progresa. Todo el resto progresa.

Pero esta *misma* sustancia, es decir esta sustancia física material que se forma, constituye un organismo que vive durante un cierto tiempo bajo una determinada forma, y luego esta forma decae y se disuelve, la misma sustancia que constituye esas formas sucesivas progresa a través de todas estas formas. O sea, la sustancia molecular, celular (quizás *incluso* la celular, la molecular y la atómica), está progresando en su capacidad de expresar la Fuerza y la Consciencia divinas. A través de todos estos organismos, esta sustancia se vuelve cada vez más consciente, cada vez más luminosa, cada vez más receptiva, hasta que alcanza una perfección suficiente para poder convertirse en un posible vehículo para la misma Fuerza divina, que podrá utilizarla como utiliza los elementos de las otras partes de la creación, como la mente o el vital.

Y en ese momento, la sustancia física estará a punto para manifestar en el mundo la nueva Consciencia, la nueva Luz, la nueva Voluntad. A través de los siglos, de innumerables vidas, pasando a través de innumerables organismos, sirviéndose de innumerables experiencias, ésta se... por decirlo de alguna manera, ésta se refina, se prepara, y se vuelve cada vez más receptiva y abierta a las Fuerzas divinas.

Entonces, un ser humano, como ser individual momentáneo, puede parecer que no progrese. Pero el progreso es continuo a través de él, como a través de todos los organismos.

## El ser psíquico y el progreso individual

“Este trabajo evolutivo de la Naturaleza terrestre, desde la Materia a la Mente y más allá, tiene un doble proceso: hay un proceso exterior visible de evolución física, con el nacimiento como mecanismo, ya que cada forma corporal evolucionada que alberga su propio poder de evolución de la consciencia, está preservada y mantenida a través de la herencia genética que asegura su continuidad; y al mismo tiempo, existe un proceso invisible del alma en su evolución que tiene como mecanismo la reencarnación en grados ascendentes de forma y consciencia. El primero, por sí solo, significaría solamente una evolución cósmica; porque el individuo sería un instrumento rápidamente perecedero, y la raza, una formulación colectiva más duradera, sería el verdadero paso en la manifestación progresiva del Habitante cósmico, el Espíritu universal: la reencarnación es una condición indispensable para una duración y una evolución prolongadas del ser individual en su existencia terrestre. Cada grado de manifestación cósmica, cada tipo de forma que pueda albergar el Espíritu inmanente, se convierte, a través de la reencarnación, en un recurso para el alma individual, la entidad psíquica, para manifestar, cada vez más, su consciencia oculta; cada vida se convierte en un peldaño más en la victoria sobre la Materia, gracias a una progresión de consciencia creciente en ella, que finalmente transformará la Materia misma en un medio para la completa manifestación del Espíritu.”

Sri Aurobindo, *La Vida Divina*

*Es difícil de comprender, dulce Madre.*

¡Ah!...

Si cogéis la historia terrestre, todas las formas de vida han aparecido una detrás de otra, en un esquema general, un programa general, añadiendo siempre una perfección nueva y una consciencia más grande. Coged sólo las formas animales (porque es más fácil de comprender, son las últimas antes del hombre); cada forma animal que ha aparecido tenía una perfección adicional en su naturaleza general (no quiero decir en todos los detalles), una perfección más grande que las precedentes; y el ápice de la marcha ascendente ha sido la forma humana que es, por el momento, desde el punto de vista de la consciencia, la forma más capaz de manifestar la consciencia; es decir, que la forma humana en su máximo, al máximo de sus posibilidades, es capaz de más consciencia que todas las formas animales precedentes.

Éste es *uno* de los modos de evolución de la Naturaleza.

La semana pasada, Sri Aurobindo nos dijo que esta Naturaleza seguía una progresión ascendente para manifestar, más y más, la Consciencia divina que está contenida en todas las formas. Entonces, con cada nueva forma que ésa produce, la Naturaleza crea una forma capaz de expresar con mayor plenitud el espíritu que esta forma contiene. Pero si fuera así... una forma aparece, se desarrolla, llega a su máximo y está seguida por otra forma; las otras no desaparecen, pero el individuo no progresa. El individuo perro o el individuo mono, por ejemplo, pertenecen a una especie que tiene todas sus características propias, cuando el mono o el hombre llegan al máximo de sus posibilidades, es decir, cuando un individuo humano se transforma en el tipo más alto de humanidad, se terminará; el individuo ya no

podrá progresar más. Éste pertenece a la especie humana y continuará perteneciendo a la especie humana. Entonces, desde el punto de vista de la historia terrestre hay un progreso, porque cada especie representa un progreso en relación a la especie precedente, pero desde el punto de vista del individuo no hay progreso: éste nace, sigue su desarrollo, muere y desaparece. Por lo tanto, para garantizar el progreso del individuo, fue necesario encontrar otro modo; éste no bastaba. Pero dentro del individuo, contenida en cada forma, hay una organización de consciencia que está más cerca de, y está más directamente bajo, la influencia de la Presencia divina interior, y la forma que está bajo esta influencia (esta especie de concentración de energía interior) tiene una vida independiente de la forma física, es lo que llamamos comúnmente “alma” o “ser psíquico”, y puesto que está organizada alrededor del centro divino, ésta pertenece a la naturaleza divina, que es inmortal, eterna. El cuerpo exterior decae, y esto permanece a través de cada experiencia que tiene en cada vida, y se efectúa un progreso de vida en vida y es el progreso del *mismo* individuo. Y este movimiento complementa al otro, en el sentido que, en lugar de una especie que progresa en relación a otras especies, el individuo es el que pasa a través de todas las etapas de progreso de estas especies, y el que puede continuar progresando incluso cuando las especies han llegado al máximo de sus posibilidades y se paran o desaparecen (depende de los casos), pero éstas no pueden ir más lejos, mientras que el individuo puede pasar de una forma a otra y continuar *in-de-fi-ni-da-men-te* su progreso porque posee una vida independiente de la forma puramente material. Esto crea un doble movimiento que se completa a sí mismo. Y por esto cada individuo tiene la posibilidad de llegar al máximo de la realización, independientemente de la forma a la que pertenece en ese momento.

Hay personas (había y creo que aún hay) que dicen que se acuerdan de sus vidas anteriores y os cuentan lo que les sucedió cuando eran perros, o cuando eran elefantes, o cuando eran monos, y os cuentan, con todo detalle, historias de lo que les sucedió. No voy a entrar en discusión con ellos, pero, en fin, es para ilustrar el hecho que antes de ser hombre uno podría haber sido un mono (quizás uno no tiene el poder de acordarse (!), ésta es otra historia), pero ciertamente, esta chispa divina interior ha pasado a través de formas sucesivas para poder llegar a ser cada vez más consciente de ella misma. Y si se puede probar que uno puede acordarse de la forma que tenía antes de volverse un ser psíquico, tal como está contenido en la forma humana, y bien, uno podría acordarse muy bien de haber trepado a los árboles y comido nueces de coco, e incluso ¡de haber hecho todo tipo de bromas al viajero que pasaba por debajo!

En todo caso, el hecho existe. Quizá más tarde veremos que hace falta un cierto estado de organización interior, para que este ser psíquico pueda tener recuerdos del modo en el que el ser mental los tiene, hablaremos de ello más tarde cuando lleguemos a esta parte del libro, pero de todos modos, el hecho está establecido: este doble movimiento de la evolución que se entrecruza y se complementa a sí mismo, es el que da el máximo de posibilidades de realización a la Luz divina dentro de cada ser. Esto es lo que Sri Aurobindo ha explicado. (*Dirigiéndose al niño*). Es decir que, en tu cuerpo exterior, tú perteneces a la especie animal en vías de transformarse en una especie supramental— ¡pero aún no lo eres! Pero, en el interior de tu ser, tienes un ser psíquico que ya ha vivido antes en muchas, muchas, innumerables especies, y que tiene una experiencia milenaria, y que continuará mientras que tu cuerpo humano se mantenga humano, hasta que se descomponga.

## Progreso de vida en vida

*Dulce Madre, puesto que en cada nueva vida la mente y el vital, al igual que el físico, son nuevos, ¿cómo pueden serles útiles las experiencias de vidas pasadas? ¿Es necesario volver a repetir otra vez todas las experiencias?*

¡Depende de las personas!

No son la mente y el vital los que se desarrollan y progresan de una vida a otra (excepto en casos muy excepcionales y en un grado de evolución avanzada), es el psíquico. Entonces, esto es lo que sucede: el psíquico tiene períodos alternados de actividad y descanso; tiene una vida de progreso que proviene de experiencias de la vida física, de una vida activa en un cuerpo físico con todas las experiencias del cuerpo, del vital y de la mente; después, normalmente, el psíquico se va a una especie de descanso asimilador, donde elabora el resultado de progresos realizados durante la existencia activa, y cuando esta asimilación se ha terminado, cuando ha absorbido el progreso que había preparado en su vida activa sobre la tierra, vuelve a bajar en un nuevo cuerpo llevando consigo el resultado de todos estos progresos y, en un estado avanzado, escoge incluso el medio y el tipo de cuerpo, y el tipo de vida en el que vivirá para completar su experiencia con respecto a un punto u otro. En ciertos casos muy avanzados el psíquico puede, antes de dejar el cuerpo, decidir qué tipo de vida tendrá en su encarnación siguiente.

Cuando se ha vuelto un ser casi totalmente formado y ya muy consciente, preside la formación del nuevo cuerpo y, generalmente, a través de una influencia interior, escoge los elementos y la sustancia que formaran su cuerpo de modo que este cuerpo se adapte a las necesidades de su nueva experiencia. Pero esto sucede en un estado muy avanzado. Y más tarde, cuando está plenamente formado y retorna a la tierra con una idea de servicio, de ayuda colectiva, de participación en el Trabajo divino, entonces consigue aportar al cuerpo que está en formación, ciertos elementos de la mente y del vital de vidas anteriores que, habiendo sido organizados e impregnados de fuerzas psíquicas en las vidas anteriores, han podido ser conservados y, por consiguiente, pueden participar en el progreso general. Pero esto sucede en un estado muy, muy avanzado.

Cuando el psíquico está plenamente desarrollado y es del todo consciente, cuando se vuelve un instrumento consciente de la Voluntad divina, organiza el vital y la mente de tal forma que ellos también participan en la armonía general y pueden ser conservados.

Un alto grado de desarrollo permite que, aunque el cuerpo se disuelva, se conserven al menos ciertas partes del ser mental y del ser vital. Si ciertas partes de la actividad humana (mentales o vitales) han sido particularmente desarrolladas, estos elementos del vital y de la mente se conservan incluso “en su forma”, en la forma de la actividad que fue plenamente organizada, como, por ejemplo, para la gente altamente intelectual y que han desarrollado particularmente su cerebro, la parte mental de su ser conserva esta construcción, y se preserva bajo esta forma de cerebro organizado, que tiene vida propia y que puede ser preservada hasta una vida futura para poder participar en ella con todas sus beneficios.

En los artistas, como por ejemplo ciertos músicos, que han utilizado sus manos de una manera particularmente consciente, la sustancia vital y mental se mantiene en forma de manos y estas manos permanecen completamente conscientes, éstas pueden incluso utilizar el cuerpo de seres vivientes si hay una particular afinidad, y cosas por el estilo.

Por otro lado, en los seres comunes, en los cuales la forma psíquica no está plenamente desarrollada y organizada, en el momento en el que el psíquico deja el cuerpo, las formas mentales y vitales pueden persistir durante un cierto tiempo, si la muerte ha sido particularmente serena y concentrada; pero si la persona ha muerto bruscamente y en un estado de pasión, con numerosos apegos, las diferentes partes del ser se dispersan y después de haber vivido más o menos largo tiempo su vida propia, en su dominio propio, desaparecen.

El centro de organización y de transformación es siempre la presencia del psíquico en el cuerpo. Por consiguiente, es un grave error creer que el progreso continúa, o incluso como algunos creen, que es más completo y más rápido en los periodos de transición entre dos vidas físicas; generalmente no hay el más mínimo progreso, porque el psíquico entra en un estado de descanso, y las otras partes, después de una vida más o menos efímera, se disuelven en su propio dominio.

La vida terrestre es el lugar de progreso. Es aquí, sobre la tierra, dónde el progreso es posible, durante la existencia terrestre. Y el psíquico es el que transporta este progreso de una existencia a la otra, a través de organizar él mismo su propia evolución y su propio desarrollo.



*¿Puede un ser llevar sus experiencias, mentales, vitales y físicas de una vida a otra?*

Cada caso es distinto. Todo depende del grado de desarrollo del individuo en las distintas partes de su ser y de la organización, más o menos buena, de éstas en torno al centro psíquico. Cuanto más organizado es el ser, más conscientemente duradero se vuelve. De manera general se puede decir que cada uno trae a su vida actual las consecuencias de sus vidas anteriores, sin conservar no obstante el recuerdo de estas vidas. Aparte de algunas raras excepciones, uno adquiere el recuerdo de vidas anteriores, sólo cuando se une a su ser psíquico y se vuelve plenamente consciente de éste, entonces se obtiene, al mismo tiempo, la memoria de vidas pasadas que el ser psíquico conserva en su consciencia.

De lo contrario, incluso en los que son más sensibles, estos recuerdos son fragmentarios, inciertos e intermitentes, la mayoría de las veces difícilmente reconocibles, y parecen ser sólo impresiones indefinibles. Sin embargo, aquel que sepa ver detrás de las apariencias podrá percibir una especie de coherencia en el encadenamiento de las circunstancias de su vida.

## Supervivencia de la personalidad mental e inmortalidad

“La inmortalidad no es la supervivencia de la personalidad mental después de la muerte, si bien esto también es verdad, sino la posesión consciente del Ser que no nace y que no muere, del cual el cuerpo es sólo un instrumento y una sombra.”

Sri Aurobindo, *Pensamientos y Aforismos*

Aquí encontramos tres afirmaciones que han sido objeto de preguntas. Primero: “¿Qué es la personalidad mental?”.

En cada ser humano, el cuerpo está animado por el ser vital y gobernado, o parcialmente gobernado, por un ser mental. Ésta es una regla general, pero el grado de formación y de individualización del ser mental es muy distinto de un individuo a otro. En la gran masa de seres humanos, la mente es algo fluido que no tiene organización propia, y por consiguiente no es una personalidad. Y mientras que la mente sea así, fluida de este modo, sin organización, sin vida cohesiva propia y sin personalidad, no puede sobrevivir. Lo que constituye el ser mental se disuelve en la dimensión mental cuando el cuerpo, la sustancia que constituye el cuerpo, se disuelve en la sustancia física.

Pero desde el momento en que la mente está formada, organizada, individualizada y que se vuelve una personalidad, no depende, ya no depende del cuerpo para su existencia, y por consiguiente sobrevive al cuerpo. La atmosfera mental terrestre está llena de seres, de personalidades mentales, que viven de una manera totalmente independiente incluso después de la desaparición del cuerpo; pueden reencarnarse en un nuevo cuerpo cuando el alma, es decir, el verdadero Ser se reencarna trayendo consigo la memoria de sus vidas anteriores.

Pero no es a esto a lo que Sri Aurobindo llama Inmortalidad. La Inmortalidad es una vida sin comienzo ni fin, sin nacimiento o muerte, que es completamente independiente del cuerpo. Es la vida del Ser, el ser esencial de cada individualidad, y no está separada del Ser universal. Y este ser esencial posee el sentimiento de la unidad con el Ser universal; en realidad, es una expresión personificada, individualizada del Ser universal y no tiene ni comienzo ni fin, ni vida ni muerte, existe eternamente y esto es lo que es inmortal. Cuando somos plenamente conscientes de este Ser participamos en su vida eterna y, por consiguiente, somos inmortales.

## Descubrimiento del alma

Cada ser humano lleva oculta dentro de sí la posibilidad de una consciencia más grande, que va más allá de los límites de su vida presente, y que le permite formar parte de una vida más elevada y vasta. Ciertamente, en todos los seres excepcionales, es siempre esta consciencia la que gobierna sus vidas, y organiza tanto las circunstancias de su existencia como su reacción individual a estas circunstancias. Lo que no sabe la consciencia mental humana, y lo que no puede hacer, esta consciencia lo sabe y lo hace. Es como una luz que brilla en el centro del ser irradiando a través del espeso revestimiento de la

consciencia exterior. Algunos tienen una vaga indicación de su presencia; bastantes niños están bajo su influencia, que se muestra muy claramente a veces en la espontaneidad de sus acciones, e incluso de sus palabras. Desgraciadamente, puesto que la mayoría de las veces los padres no saben lo que es y no comprenden lo que le sucede a su niño, su reacción a estos fenómenos no es buena y toda su educación consiste en hacer que el niño se vuelva tan inconsciente como sea posible en este terreno, y concentrar toda su atención en cosas exteriores, acostumbrándolo de esta manera a pensar que estas son las únicas que tienen importancia. Es verdad que esta concentración sobre las cosas externas es muy útil, siempre que se haga de la manera apropiada. Las tres líneas de educación, física, vital y mental, se ocupan de esto y se podrían definir como un medio para construir la personalidad, elevar el individuo fuera de la masa amorfa subconsciente y convertirlo en una entidad bien definida autoconsciente. Con la educación psíquica llegamos al problema de la verdadera razón de la existencia, el motivo de la vida sobre la tierra, el descubrimiento al que esta vida debe conducir y el resultado de este descubrimiento: la consagración del individuo a su principio eterno. Este descubrimiento se asocia normalmente a un sentimiento místico, una vida religiosa, porque son principalmente las religiones las que se interesan de este aspecto de la vida. Pero no debe de ser así necesariamente: la noción mística de Dios puede ser intercambiada por la noción más filosófica de la verdad, y el descubrimiento permanecerá esencialmente el mismo, sin embargo, la ruta que lleva a éste puede ser tomada por el más intransigente positivista. Porque las ideas y nociones mentales tienen sólo una importancia muy secundaria en la preparación de uno para la vida psíquica. La cosa importante es vivir la experiencia; ésta lleva consigo su propia realidad y fuerza, a parte de cualquier teoría que la pueda preceder, acompañar o seguir, puesto que, la mayoría de las veces, las teorías no son más que explicaciones que uno se da a sí mismo para tener, más o menos, la ilusión de saber. El ser humano viste el ideal o el absoluto que busca alcanzar, con distintos nombres dependiendo del entorno en el que ha nacido, y la educación que ha tenido. La experiencia es esencialmente la misma si se es sincero; son sólo las palabras y frases en que se formulan las que son distintas según la creencia, y la educación mental del que tiene la experiencia. Toda formulación es por esto sólo una aproximación, que tiene que ser progresiva y crecer en precisión, a medida que la experiencia misma se vuelve más y más precisa y coordinada. Sin embargo, para esbozar un esquema de la educación psíquica debemos dar alguna idea, por más relativa que sea, sobre qué entendemos por ser psíquico. Se podría decir, por ejemplo, que la creación de un ser individual es el resultado de la proyección, en el tiempo y el espacio, de una de las innumerables posibilidades latentes en el origen supremo de toda manifestación que, a través del medio de la consciencia única y universal, toma una forma concreta en la ley o la verdad de un individuo y de esta manera, a través de un desarrollo progresivo, su alma o ser psíquico se transforma.

Tengo que enfatizar que lo que se ha afirmado brevemente aquí no pretende ser una exposición completa de la realidad y no agota el tema, más bien está lejos de ello. Es solamente una explicación muy sumaria con un objetivo práctico que sirva de base para la educación que vamos a considerar ahora.

Es a través de esta presencia psíquica que la verdad de un ser individual entra en contacto con él y con las circunstancias de su vida. En la mayoría de los casos la presencia actúa, por decirlo de alguna manera, desde detrás del velo, ignorada y desconocida; pero en algunos es perceptible, y su acción



reconocible, e incluso en muy pocos, la presencia se vuelve tangible y su acción completamente efectiva. Estos van por la vida con una seguridad y una certeza muy propia de ellos; ellos son dueños de su propio destino. La educación psíquica debe ser practicada con el objetivo de obtener esta maestría y de volverse consciente de la presencia psíquica. Pero para esto es necesario un factor especial, la voluntad personal. Porque hasta ahora, el descubrimiento del ser psíquico y la identificación con él no han formado parte de las asignaturas reconocidas de la educación, y aunque en tratados especiales se pueden encontrar indicaciones útiles, prácticas sobre el tema, y si bien en casos excepcionales, se puede tener la gran fortuna de encontrar a alguien capaz de mostrar el camino y dar la ayuda necesaria para seguirlo, la mayoría de las veces el intento se debe a la propia iniciativa personal. El descubrimiento es un asunto personal y una gran decisión, son indispensables una fuerte voluntad y una perseverancia incansable para llegar a la meta. Cada uno debe, por así decirlo, trazar su propio camino a través de sus propias dificultades. Hasta cierto punto se conoce la meta, porque muchos de los que la han alcanzado la han descrito más o menos claramente. Pero el principal valor del descubrimiento yace en su espontaneidad, su sinceridad, y en eludir todas las leyes mentales ordinarias. Y por esto, cualquier persona que quiera emprender la aventura, lo que hace primero, normalmente, es buscar una persona que la haya realizado con éxito y que sea capaz de apoyarle y educarle en su camino. Sin embargo, hay algunos viajeros solitarios, y para ellos pueden serles útiles algunas indicaciones generales.

El punto de partida es buscar en uno mismo aquello que es independiente del cuerpo y de las circunstancias de la vida, que no nace de la formación mental que uno ha recibido, del lenguaje que uno habla, de los hábitos y costumbres del entorno en el que uno vive, del país en el que se ha nacido y de la franja de edad a la que se pertenece. Hay que encontrar en las profundidades del propio ser, aquello que lleva en sí un sentimiento de universalidad, una expansión sin límites, una continuidad sin ruptura. Entonces uno se descentraliza, se expande y amplía; se empieza a vivir en todas las cosas y en todos los seres, se caen las barreras que separan a los individuos uno de otros. Se piensan los pensamientos de los otros, se vibra en sus sensaciones, se sienten sus sentimientos, se vive en la vida de todos. Lo que parecía inerte de golpe se vuelve lleno de vida, las piedras toman vida, las plantas sienten y anhelan y sufren, los animales hablan en un lenguaje más o menos inarticulado, pero claro y expresivo; todo está animado por una consciencia maravillosa, sin tiempo o límite. Y esto es sólo un aspecto de la realización psíquica; hay otros, muchos otros. Todos ayudan a ir más allá de las barreras del propio egoísmo, los muros de la propia personalidad exterior, la impotencia de las propias reacciones y la incapacidad de la propia voluntad.

Pero, como ya dije antes, el camino hacia la realización es largo y difícil, sembrado de trampas y problemas que hay que resolver, que piden una determinación incansable. Es como la travesía del explorador a través de la selva virgen en busca de una tierra desconocida o de un gran hallazgo. El ser psíquico es también un gran hallazgo que requiere al menos tanta fortaleza y resistencia, como el descubrimiento de nuevos continentes. Unos pocos consejos pueden ser útiles para aquel que ha decidido emprenderlo.

El primero, y quizás el punto más importante, es que la mente sea capaz de evaluar cosas espirituales. Todos los que han escrito sobre este tema lo han dicho; pero son muy pocos los que lo han puesto en

práctica. Y, sin embargo, para poder proceder en el camino es absolutamente indispensable abstenerse de toda opinión y reacción mental.

Abandonad toda búsqueda personal de confort, satisfacción, diversión o felicidad. Sed solamente un fuego ardiente hacia el progreso, tomad cualquier cosa que llegue como una ayuda para el propio progreso, y haced inmediatamente el progreso requerido.

Intentad gozar de todo lo que hacéis, pero no hagáis nada por mor del gozo.

No os agitéis, no os pongáis nerviosos o inquietos. Permaneced perfectamente tranquilos delante de todas las circunstancias y, sin embargo, manteneos siempre alerta para descubrir qué progreso aún hay que hacer y no perdáis tiempo en hacerlo.

No toméis nunca los acontecimientos físicos por sus apariencias. Son siempre intentos torpes para expresar algo diferente, la verdadera cosa escapa a nuestra comprensión superficial.

No os quejéis nunca del comportamiento de los demás, a menos que tengáis el poder de cambiar en su naturaleza lo que les hace actuar de esta manera; y si lo tenéis, cambiadles en vez de quejaros.

Hagáis lo que hagáis, no olvidéis nunca la meta que os habéis propuesto. Una vez comenzado este gran descubrimiento no hay nada que sea grande o pequeño; todas las cosas son igualmente importantes y pueden acelerar o ralentizar su éxito. Por lo tanto, concentraos unos pocos segundos antes de comer, aspirando a que la comida que estáis por comer lleve a vuestro cuerpo la sustancia necesaria para servir como base sólida para el propio esfuerzo hacia el gran descubrimiento, y para que le de la energía para persistir y perseverar en el esfuerzo.

Antes de ir a dormir concentraos unos segundos en la aspiración de que el sueño restaure los nervios cansados, lleve calma y quietud al cerebro para que cuando uno se despierte pueda volver a empezar el viaje en el camino del gran descubrimiento con renovado vigor.

Antes de actuar, concentraos en la voluntad que la propia acción ayude, o al menos no entorpezca, la propia marcha hacia delante, hacia el gran descubrimiento.

Antes de hablar, antes que las palabras salgan de vuestra boca, concentraos durante el tiempo necesario para chequearlas, y permitid que solo salgan aquellas que son absolutamente necesarias, solo aquellas que no obstaculizarán en ningún modo vuestro progreso en el camino del gran descubrimiento.

En resumen, no olvidéis nunca el objetivo y la meta de vuestra vida. La voluntad hacia el gran descubrimiento ha de estar siempre por encima de vosotros, por encima de lo que hacéis y de lo que sois, como un gran pájaro de luz que domina todos los movimientos de vuestro ser.

Ante la incansable persistencia de vuestro esfuerzo, una puerta interior se abrirá de improviso y vais a emerger en un brillante resplandor que os traerá la certeza de la inmortalidad, la experiencia concreta de que habéis vivido siempre y viviréis siempre, que sólo las formas exteriores perecen, y que estas

formas son, en relación a lo que sois en realidad, como vestidos que se desechan cuando son viejos. Entonces os erguiréis, libres de todas las cadenas, y en vez de avanzar laboriosamente bajo el peso de las circunstancias que la Naturaleza ha impuesto sobre vosotros, que teníais que sobrellevar y soportar si no queráis ser aplastado por ellas, seréis capaces de continuar derechos y firmes, conscientes de vuestro propio destino, amos de vuestra propia vida.

## Glosario

**Adversario el** – Fuerza anti-divina en rebelión contra el Divino, contra la Verdad y la Luz, y que se opone al Yoga; *ver también Asura*.

**Agustín, santo** – (354 – 430), un gran santo, obispo de Hippo y uno de los cuatro padres de la iglesia cristiana latina.

**alma** – la entidad o esencia psíquica, la esencia divina en el individuo; una chispa del Divino que desciende y se sumerge dentro de la manifestación para sostener y apoyar la evolución del individuo. En el curso de la evolución el alma crece y evoluciona en forma de una personalidad-de-alma, el ser psíquico. El término “alma” se usa también a menudo como un sinónimo de “ser psíquico”. *Ver también el psíquico y ser psíquico*.

**alma-de-deseo** – el alma de superficie que se expresa en nuestros deseos, impulsos, sentimientos, emociones, ambiciones, etc.; distinta de la verdadera alma en nosotros o el ser psíquico.

**Ananda** – felicidad, gozo, beatitud, éxtasis espiritual; el principio esencial del gozo: auto-deleite, la naturaleza misma de la existencia trascendente e infinita.

**annamaya Purusha** – el ser físico.

**antaratman** – ser interior; alma.

**aparardha** – la mitad inferior (de la existencia terrestre); el hemisferio inferior. Una división, intensa en la práctica si bien irreal en esencia, que divide la totalidad del ser humano, el microcosmos, y que divide también el ser universal, el macrocosmos. Ambos tienen un hemisferio superior y uno inferior, el *paradha* y el *aparadha* de la antigua sabiduría. El hemisferio superior es el reino perfecto y eterno del Espíritu; puesto que manifiesta allí, sin cese o sin disminuir sus infinitudes, despliega las glorias manifiestas y visibles de su existencia ilimitable, su consciencia y sabiduría ilimitable, su fuerza y poder ilimitables, su beatitud ilimitable. El hemisferio inferior pertenece de igual modo al Espíritu; pero aquí está velado, fuertemente, densamente velado, por su inferior auto-expresión de la mente limitante, restringiendo la vida y dividiendo el cuerpo.

**asat** – No-ser; no-existencia; algo más allá de la última expresión a la que podamos reducir nuestra concepción más pura y más abstracta, o la experiencia más sutil de lo que es el ser tal como lo conocemos o podemos concebirlo mientras estemos en este universo. Este Nada es simplemente un algo más allá de un concepto positivo.

**Asura** – Titano, el que es fuerte o poderoso; un ser o fuerza hostil del plano vital mental, conocido en las leyendas indias tradicionales como el Titano oscuro o demonio; *ver también Adversario*.

**Asurico** – perteneciente a la naturaleza del Asura.

**Atman** – Ser; Espíritu; la naturaleza original y esencial de la Existencia o Ser.

**bhakti (Bhakti)** – devoción; amor por el Divino.

**Buddhi** – inteligencia, voluntad; comprensión; intelecto; razón; mente pensante; el principio de discernimiento, e inteligencia y voluntad al mismo tiempo.

**Chaitya Purusha (caitya pususha)** – la Persona psíquica, el ser psíquico.

**Chispa-del-alma** – ver **psique**.

**Chit** – consciencia.

**consciencia circunstante (ser)** – parte del ser que cada persona lleva a su alrededor, fuera de su cuerpo, a través de la cual está en contacto con los demás y con las fuerzas universales.

**Dharma** – ley; la ley más profunda de nuestra naturaleza; la ley que es justa en la vida del individuo y en la sociedad; literalmente aquello a lo que uno se aferra y que mantiene las cosas juntas.

**Divino, el** – la Verdad Suprema, el Ser Supremo del cual todo procede y en el que todo existe.

**Espíritu** – la consciencia por encima de la mente, el Atman o Ser universal que está siempre en unión con el Divino.

**externo (superficie) ser** – ver **bajo Ser**.

**físico el (ser)** – no sólo el cuerpo, sino la naturaleza física por entero: mente, vital, material.

**físico-vital** – la parte nerviosa del ser; la fuerza de vida íntimamente enredada en las reacciones, deseos, necesidades, sensaciones del cuerpo.

**gradaciones entre la mente y la Supermente** – gamas superiores de la mente que están por encima de nuestra mente normal y conducen a la Supermente; estos estados sucesivos, niveles o poderes graduados del ser, están escondidos en nuestras partes superconscientes. En orden ascendente las gradaciones de la mente espiritualizada son:

**Mente Superior:** una mente-de-pensamiento cuya instrumentación se hace a través de un elevado poder-de-pensamiento y una visión mental global. En la Mente Superior uno se vuelve constante e íntimamente consciente del Ser, del Uno en todas partes, y habitualmente sabe y ve con esa consciencia.

**Mente Iluminada:** una mente que ya no es de pensamiento superior, sino de luz espiritual; aquí la claridad de la inteligencia, su luz diurna tranquila, da paso, o se subordina, a una brillantez intensa, un resplandor e iluminación del Espíritu.

**Intuición:** un poder de consciencia que está más cerca, y en contacto más íntimo del conocimiento original por identidad, que no las gradaciones mencionadas anteriormente. El conocimiento-de-pensamiento en la Mente Superior se vuelve iluminación en la Mente Iluminada, y visión íntima y directa en la Intuición. Hay que distinguir entre esta intuición verdadera y auténtica y un poder de la mente razonante ordinaria (que es demasiado fácilmente confundido con ella), este poder que incluye razonamiento y llega a su conclusión a través de un salto y no necesita los pasos ordinarios de la mente lógica.

**Sobremente:** la Sobremente es un delegado de la Consciencia Supramental, su delegado en la Ignorancia cósmica. El Supramental es la Consciencia-de-Verdad global; la Sobremente estira, lleva, trae, baja, tira hacia abajo las verdades separadamente y les da una identidad separada.

**Guruvada** – la doctrina que enfatiza que para el buscador espiritual es indispensable el *guru*.

**Ignorancia, la** – la consciencia de Multiplicidad que se distingue del Conocimiento o Sabiduría, la consciencia de Unidad; una visión de la realidad basada en una consciencia egotista o separadora.

**Inconsciente, el (inconsciencia)** – el estado más involucionado de la Super-consciencia; todos los poderes de la Super-consciencia evolucionan y emergen fuera del Inconsciente, siendo la Materia lo primero que emerge.

**Intuición** – 1. Percepción sin razonamiento consciente. 2. Plano de consciencia entre la Mente Iluminada y la Sobremente. **Ver gradaciones entre la mente y la Supermente.**

**Jivatman (Jiva)** – el Ser individual; el ser o espíritu individualizado del ser creado; el Espíritu individualizado que sostiene y respalda el ser viviente en su evolución de nacimiento en nacimiento. El término completo es Jivatman, el Atman o ser eterno del ser vivo (Jiva). El Jivatman en su esencia no cambia ni evoluciona; se mantiene por encima de la evolución personal; dentro de la evolución misma está representado por el ser psíquico que evoluciona y sostiene todo el resto de la naturaleza.

**manomaya Purusha (Manomaya Purusha)** – la Persona mental, el ser mental.

**mente mecánica** – una parte de la mente que está estrechamente conectada con la mente física; forma parte de su naturaleza el continuo repetir sin necesidad cualquier cosa que acontezca: eventos recientes, impresiones, viejos pensamientos habituales o maneras de pensar y sentir.

**mente (la mente)** – “mente” y “mental” connotan especialmente esta parte de la naturaleza que tiene que ver con la cognición y la inteligencia, con las ideas, con las percepciones o pensamientos mentales, las reacciones del pensamiento a las cosas, con los movimientos y formaciones

verdaderamente mentales, visión y voluntad mentales, etc. que forman parte de la inteligencia humana. La mente ordinaria tiene tres partes: mente propiamente dicha, mente vital, y mente física:

La **mente propiamente dicha** está dividida en tres partes: **la mente pensante o intelecto**, que se ocupa de ideas y conocimiento en sí mismos; **la mente dinámica** que se ocupa de la transmisión de las fuerzas mentales para la realización de las ideas. Y **la mente exterior** que se ocupa de la expresión de las ideas en la vida.

La **mente vital** o mente de deseo, es una mente de voluntad dinámica, acción, deseo; se ocupa de la fuerza, realización, satisfacción y posesión, del gozo y sufrimiento, del dar y tomar, del crecimiento y expansión, etc.

La **mente física** es aquella parte de la mente que se ocupa sólo de las cosas físicas; limitada por la visión y experiencia de las cosas físicas, mentaliza la experiencia aportada por el contacto con la vida y las cosas exteriores, pero no va más allá de eso. La mente mecánica íntimamente conectada con la mente física repite sin cesar, y sin necesidad, lo que ha sucedido.

Por encima de la mente ordinaria, escondida dentro de nuestras partes superconscientes existen gamas superiores de Mente, gradaciones de mente espiritualizada que conducen a la Supermente. En orden ascendente las gradaciones de la mente espiritualizada son: Mente Superior, Mente Iluminada, Intuición y Sobremente. **Ver bajo gradaciones entre la mente y la Supermente.**

**mente física** – *ver bajo mente.*

**Mente Iluminada** – *ver bajo gradaciones entre la mente y la Supermente.*

**Mente Superior** – *ver bajo gradaciones entre la mente y la Supermente.*

**mente vital** – una especie de mediador entre el vital y la mente propia; una parte de la naturaleza de la mente cuya función no es pensar y razonar, percibir, considerar y descubrir o evaluar cosas, sino planificar o soñar, o imaginar lo que puede ser hecho; *ver también bajo mente.*

**Naturaleza, Fuerza de la Naturaleza** – el lado exterior o ejecutivo de la Fuerza Consciente que forma y mueve los mundos. La Naturaleza superior divina (*para Prakriti*) está libre de la Ignorancia y sus consecuencias; la Naturaleza inferior (*apara Prakriti*) es el mecanismo de la Fuerza activa exteriorizada y manifestada para el funcionamiento de la Ignorancia en su evolución. La naturaleza inferior de un individuo, mente, vida y cuerpo, forman parte de *Prakriti*.

**Naturaleza-de-vida (la vida)** – *ver el Vital.*

**Nirvana** – extinción (no necesariamente de todo el ser, sino del ser tal como lo conocemos, extinción del ego, deseo, y acción y mentalidad egotistas).

**Paramatma** – el Ser o Espíritu supremo, el Absoluto.

**parardha** – ver **aparardha**.

**Personalidad-del-alma** – el ser psíquico o forma-del-alma que se desarrolla a través de la evolución y pasa de vida en vida. Ver **ser psíquico**.

**Prakriti** – la Naturaleza; Fuerza-de-la-Naturaleza. “La existencia se compone de *Purusha* y *Prakriti*, la consciencia que ve y la consciencia que ejecuta y formaliza lo que ve. A la primera la llamamos Alma y a la segunda Naturaleza” (Sri Aurobindo); ver también **Purusha**.

**pranamaya Purusha** – el alma en la vida; el (verdadero) ser vital.

**psique** – el alma; chispa del Divino antes de haber evolucionado en un ser individualizado; la esencia divina en el individuo. En el curso de la evolución, el alma crece y evoluciona en la forma de una personalidad-del-alma, el ser psíquico. Ver también **ser psíquico** y **alma**.

**psíquico el** – ser psíquico, el término a veces también se usa para la psique o el alma. Ver también **ser psíquico** y **psique**.

**Purusha** – Ser Consciente; Alma-Consciente; ser esencial que sostiene el juego de *Prakriti*; el *Purusha* representa el verdadero ser en cualquier plano que se manifieste, físico, vital, mental, psíquico.

**Rig-veda** – el Veda de los Riks (palabras que iluminan), el más antiguo de los libros sagrados de la India.

**Russel, Bertrand** – (1872-1970) filósofo inglés.

**Sachchidananda (Sat-Chit-Ananda)** – el Ser Divino, Uno con un triple aspecto de Existencia (*Sat*), Consciencia (*Chit*), y Beatitud (*Ananda*). Dios es *Satchchidananda*; Se manifiesta a Sí mismo como infinita existencia cuya esencialidad es Consciencia, cuya esencialidad es Beatitud, es también autodeleite.

**Sadhana** – la práctica del *Yoga*.

**Samadhi** – trance yóguico (en el que la mente adquiere la capacidad de retirarse de sus limitadas actividades de vigilia hacia un estado de consciencia más alto y libre).

**Sanskara** – asociación, impresión, noción fija, reacción habitual formada por el propio pasado.

**Ser** – el Ser; la sola Realidad o Verdad fundamental de la existencia; todo lo que existe forma parte del único Ser indivisible.

El Ser Único se manifiesta en diferentes planos o niveles de consciencia, y en el ser individual está constituido por partes diferentes y distinguibles del Ser indivisible.



La parte de nuestra naturaleza de la cual somos normalmente conscientes es nuestra superficie o ser exterior constituido por el cuerpo, (la superficie) del vital (relacionado con la energía de vida y emociones, deseos, pasiones, etc.), y (la superficie) de la mente (relacionada con cognición, inteligencia, ideas, percepciones mentales, etc.).

Detrás de la consciencia superficial existe una consciencia mucho más grande, profunda y mucho más potente en contacto con los planos universales de la Mente, Vida y Materia. Esta consciencia escondida a la cual nos referimos como ser interior, está formada por la mente interior, el vital interior y el físico interior, con el psíquico (el alma) como ser interior más profundo que, como un aspecto del ser central, sostiene todas las diferentes partes en la manifestación y que desarrolla a lo largo de la evolución una individualidad a la que se llama ser psíquico.

El ser interior también está referido, a veces, como el ser subliminal o la consciencia subliminal. Ésta se abre por arriba al Superconsciente y por abajo al Subconsciente e Inconsciente.

**ser central** – la porción del Divino que sostiene el ser individual y sobrevive de vida a vida; tiene dos aspectos: el *jivatman*, que está por encima de la manifestación en la vida, y la preside, y el ser psíquico que, en la manifestación, está por detrás de la mente, la vida y el cuerpo, sosteniéndoles y usándolos como sus instrumentos.

**Ser el** – el *Atman*, el Espíritu universal, el Ser auto-existente, la Existencia esencial consciente, uno en todos. El Ser es ser, no un ser; es la naturaleza original y esencial de nuestra existencia.

**ser interior** – la mente interior, el vital interior, el físico interior, con el ser psíquico como el más profundo de todos; *ver también el subliminal*.

**ser psíquico** – la chispa divina en un individuo que evoluciona de vida en vida, creciendo a través de sus experiencias hasta que se vuelve un ser completamente consciente. El término “alma” a menudo viene usado como sinónimo de “ser psíquico”, pero estrictamente hablando, el alma es la esencia psíquica indiferenciada, mientras que el ser psíquico es la personalidad-del-alma individualizada desarrollada por la esencia psíquica a lo largo de la evolución. *Ver también el psíquico, alma y personalidad-del-alma*.

**Sobremente** – *Ver bajo gradaciones entre la mente y la Supermente*.

**subconsciente el** – el subconsciente del individuo es esa parte sumergida en su ser en la que no hay consciencia de vigilia ni pensamiento coherente, voluntad, sentimiento o reacción organizadas, pero que sin embargo recibe las impresiones de todas las cosas de forma imprecisa y las guarda; de él pueden surgir, en los sueños o en los estados de vigilia, todo tipo de estímulos de movimientos habituales y persistentes. En el ser humano ordinario el subconsciente incluye la mayor parte del ser vital, de la mente física y de la consciencia secreta del ser físico. No debe confundirse con el subliminal: el subconsciente es una consciencia disminuida e *inferior*, el subliminal es una consciencia *interior* más grande que nuestra existencia de superficie.

**subliminal el** – el ser interior en su totalidad: mente interior, vida interior, físico interior con el alma o psíquico apoyándose. El subliminal forma la mayor de la naturaleza del ser humano; no es subconsciente, sino consciente y más grande que la consciencia de vigilia. El subconsciente es lo que está por *debajo* de la consciencia física ordinaria, el subliminal es lo que está *detrás* y la sostiene.

**Supermente** – el Supramental, la Consciencia-de-Verdad, la Gnosis Divina, la consciencia divina y fuerza más altas operantes en el universo. Un principio de consciencia más grande que la capacidad mental, existe, actúa y obra en la verdad fundamental y en la unidad de las cosas y no, como la mente en sus apariencias y divisiones fenoménicas. Su carácter fundamental es la sabiduría por identidad, a través de la cual el Ser es conocido, el Divino Sachchidananda es conocido, pero también la verdad de la manifestación es conocida, porque ésta es parte de ello.

**tamas (Tamas)** – la cualidad que esconde y oscurece; la cualidad de la ignorancia, inercia y oscuridad, de incapacidad e inacción; la fuerza de inconsciencia. Tamas es uno de los tres Gunas o cualidades de la Naturaleza.

**Upanishads** – un conjunto de enseñanzas de la escritura sagrada del Hinduismo, considerada como el origen de la filosofía del Vedanta.

**vairagya** – aversión, repugnancia por el mundo y por la vida.

**vital el (ser)** – la naturaleza-de-vida formada por los deseos, sensaciones, sentimientos, pasiones, energías de acción y todo el juego de instintos posesivos y otros relacionados con ello, como rabia, miedo, codicia, lujuria, etc. El vital está compuesto por tres partes principales:

**vital superior:** la mente vital y el vital emocional juntos. La mente vital ofrece una expresión mental a través del pensamiento, el lenguaje, las emociones, deseos, pasiones, sensaciones u otros movimientos del ser vital, el vital emocional es la sede de diversos sentimientos, como amor, gozo, pena, odio y todo lo demás.

**vital central o vital propio:** dinámico, sensacional y apasionado, es la sede de los más grandes anhelos y reacciones vitales, como la ambición, la soberbia, el miedo, el amor a la fama, atracciones y repulsiones, deseos y pasiones de varios tipos, y el campo de muchas energías vitales.

**vital inferior:** compuesto por los pequeños movimientos de la vida humana-de-deseo y reacciones-de-vida, se ocupa de los pequeños deseos y sentimientos, como deseo de comida, deseo sexual, pequeños gustos y aversiones, vanidades, peleas, amor al halago, enfado y reproches, pequeños deseos de todo tipo, etc.

**vital físico** – la parte del vital que se ocupa enteramente de las cosas físicas, lleno de deseos y avidez, y búsqueda de placer en el plano físico.

**Yoga** – la disciplina a través de la cual uno busca consciente y deliberadamente llevar a cabo la unión con el Divino.