SĀDHANĀ #4

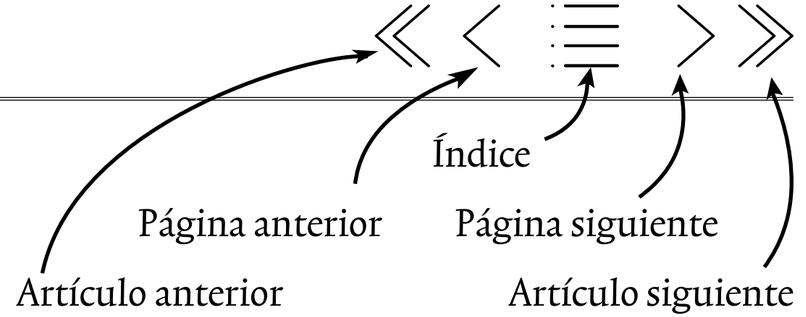
ACTITUDES EN EL YOGA INTEGRAL

CISAUM

COMUNIDAD INTERNACIONAL SRI AUROBINDO - MIRRA

AGOSTO 2023

¿CÓMO FUNCIONA ESTA REVISTA ELECTRÓNICA?



Para quien ya esté familiarizado en la lectura de una revista electrónica, puede perfectamente saltarse esta página.

Para quien no, sólo indicarles que esta revista tiene cierta interactividad.

Antes que nada, avisar que tendréis la mejor experiencia interactiva (audios audibles) con programas de lectura de pdfs enriquecidos como Acrobat o similares. También puede pasar que cierta interactividad desaparezca, o no se visualice tal y como fue diseñada, dependiendo de la aplicación o del dispositivo de lectura.

Primero, tenemos los botones superiores derechos de navegación dentro de la revista: hacia delante o hacia atrás, índice, siguiente artículo o artículo anterior. Con esto, se permite usar la revista más ágilmente en un ordenador. El índice os permitirá dirigiros directamente al artículo que os interese leer. Luego, en los propios artículos, se podrá ver -como en una página web- ciertas palabras o frases subrayadas indicando su enlace a alguna página web externa.

Al final de la revista, en el cierre, también se incluyen páginas webs de consulta para ampliar la información disponible sobre Yoga y Sri Aurobindo y Mirra Alfassa.

Esperamos que disfrutéis de su nueva lectura y su navegación mejorada.

Hari Om Tat Sat

EDITORIAL

por Vicente Merlo

Querid@s letor@s del número 4 de la revista online Sâdhana de CISAUM:

En medio de este caluroso verano, en una parte del globo, o del duro invierno en otros lugares, nos aproximamos al 15 de agosto, día en que celebramos el nacimiento de Sri Aurobindo, hace ya 151 años, aunque tan solo 73 años de su entrada en mahasamadhi, dejando sus restos mortales en ese centro radiante de luz supramental que es el Samadhi del Ashram de Pondicherry.

En este número, de nuevo con la *colaboración* de Dani Majà en las ilustraciones y maquetación, encontramos el artículo de Savitri (Sandra Docando) sobre "*Algunas actitudes necesarias en la práctica del Yoga integral*" y supramental (*pûrna-yoga* o *vijñâna-yoga*, como se está proponiendo, resaltando la correspondencia de este importante término, *vijñâna*, con la conciencia-energía supramental).

También los artículos de Tomás Berengan y Ricardo García se mueven en ese esfuerzo por mostrar la importancia de algunas de esas actitudes. En el primer caso, destacando la importancia de "*La transformación del vital*", ese *kurukshetra* del yoga integral, en el que nos jugamos mucho, uno de los campos de juego del dharma del yoga integral. En el segundo caso con "*La autoperfección de la mente*", pues como es sabido, en este yoga no se trata simplemente de enmudecer esa preciosa herramienta, sino de perfeccionar su naturaleza actual, recuperando sus orígenes supramentales. Supramentalizar la mente es llevarla a su perfección, de modo que deja de ser nuestro principal enemigo para convertirse en una valiosa aliada.

Pepa Berengan recrea la importancia de ser conscientes de las repercusiones kármicas de nuestras acciones, dilucidando hasta qué punto "*El futuro es el karma del presente*".

Marcelo Fortuna comparte con nosotros algunas de las recientes vivencias del viaje a India, junto a su compañera Wanilza y su hija Satyam. Viaje-peregrinación enriquecedor y cargado de futuro. "*Madre India: A la luz de los Maestros*" constituye una primera parte de esa narración.

Por su parte, Macarena Torres nos ofrece un nuevo artículo sobre el sánscrito, teniendo en cuenta el enfoque ofrecido por Sri Aurobindo, en "*Características del Dual en el Sánscrito y en el Mapudungun*".

Y quien esto escribe presenta la continuación (parte 2 de 3) del artículo que plantea la cuestión de la identidad personal en la psicología transpersonal y en el yoga integral. En esta ocasión centrado en la profunda obra de A.H. Almaas, quedando para el siguiente número lo referente a la noción de identidad en Sri Aurobindo.

Anunciamos también el II Encuentro de Poesía Mística, coordinado por Macarena Torres, así como los dos próximos cursos online, en septiembre a cargo de Gerardo Pereyra, desde Uruguay, y en octubre de la mano de Ricardo García, desde Argentina.

OM, Sri Aurobindo - Mirra,
Abrid mi mente, mi corazón y mi vida
a vuestra Luz, vuestro Amor y vuestro Poder.
Que sea capaz de ver, en todas las cosas, lo Divino.

ÍNDICE

01. Editorial
02. Índice
03. Actitudes necesarias en la sadhana dēl Yogā Integral
04. Madre India a la luz de los maestros
05. La identidad personal en el yoga integral y la psicología transpersonal
06. El futuro es el karma del presente
07. La autoperfección de la mente
08. Características del dual en el Sánscrito y en el mapudungun
09. La transformación del Vital
10. Recomendaciones
11. Calendario de actividades
12. Cierre

ACTITUDES NECESARIAS EN LA SADHANA DEL YOGA INTEGRAL

por Savitri

Al hilo de lo expresado en el anterior número de esta revista sobre la importancia y necesidad de un ideal elevado en la práctica del Yoga Integral, el siguiente paso para todo practicante es reflexionar sobre las mejores actitudes que necesitamos cultivar, que en mi opinión son: compromiso, aspiración y paciencia.

Como dice Sri Aurobindo en un pasaje de Cartas del Yoga: "*El camino del Yoga es largo, cada avance es obtenido superando muchas resistencias y ninguna cualidad es más necesaria para el sadhak que la paciencia y la perseverancia con una fe que se mantenga firme ante las dificultades, retrasos y aparentes caídas*"

La cultura predominante en nuestros tiempos, basada en la obtención rápida de resultados y el utilitarismo nos obliga a afrontar como sadhaks unos obstáculos muy comunes que im-

piden la madurez de la sādhanā, entre ellos: la superficialidad, la prisa por obtener logros y la frecuente falta de compromiso firme. Se observa que personas con aspiración espiritual vagan desconcertadas buscando caminos exprés de transformación, abrumados por una idea casi mágica de lo que pueden obtener de las técnicas de Yoga, probando aquí y allá con una esperanza ingenua de que existe un camino recto para obtener aquello a lo que aspiran. Considero que aquí los Profesores y Profesoras de Yoga tenemos la responsabilidad de clarificar que los avances, que la culminación y la realización de las aspiraciones elevadas exigen: profundidad, compromiso y paciencia. Actitudes en las que vamos madurando, y que necesitan tiempo así como un esfuerzo justo y apertura, algo que si no es cultivado por el buscador hace que esa búsqueda se convierta más en una especie de turismo espiritual infértil.

Así que una vez más el Yoga Integral se cuela en las bases de nuestra posición vital y nos invita como camino espiritual de realización y transformación a revisar las formas como nos relacionamos con las prácticas en al menos tres direcciones:

Profundidad vs superficialidad

La pulsión hacia la novedad como resultado de la poca resistencia al aburrimiento y la frustración es un obstáculo bastante generalizado que el practicante necesita trascender en el Yoga Integral si tiene una aspiración sincera. Saturarse de herramientas o deambular por distintas formas es contraproducente en todos los casos, puesto que toda enseñanza necesita un tiempo suficiente de contacto y de repetición a fin de ser integrada mínimamente, para después empezar a hacer su efecto, que raras veces suele ser inmediato. También hay aquí un escollo que salvar cuando puntualmente se alcanza algún tipo de experiencia o revelación inicial y en base a eso el practicante considera que ya se ha producido una realización, cosa que no suele suceder, puesto que la realización llega más tarde, de una forma menos estrepitosa pero más firme.

El gusto por la profundidad es algo a cultivar, buscar la sencillez en las herramientas y utilizarlas una y otra vez con el mismo o mayor entusiasmo, resistiendo cualquier tentación de verse arrastrado por la novedad sin propósito.

Compromiso vs inconstancia

Es bastante frecuente que las personas que se aproximan por primera vez al Yoga vengan con la consideración de que esta disciplina tiene algo que aportarles, y que esa aportación está relacionada con la perfección de unas técnicas que funcionan universalmente, pocas personas consideran que cualquier resultado está relacionado con su actitud, porque en la generalidad no hay consciencia del poder personal. Si no hay consciencia del poder personal, inevitablemente no hay responsabilidad, y la consecuencia es que está ausente el compromiso. Por eso es tan importante hacer comprender al sadhak que los resultados de su práctica son consecuencia de varios factores y entre ellos el compromiso, que trae implícita la determinación, o sea lo contrario a esa inconstancia que nos lleva a aflojarnos y abandonar cuando viene aquello que no nos agrada, y es que casi siempre cuando empezamos a entrar de verdad en una vía de trabajo personal se nos presentan las desagradables resistencias, si no hay fuerza para trascenderlas nos quedamos en el camino. A medida que al sadhak le van pasando cosas y se va posicionando, va creciendo su compromiso y eso va madurando la sādhanā.

Paciencia vs impaciencia

Los mejores logros en el campo de la expansión de la consciencia llegan en momentos inesperados si logramos sostenernos pacienzudamente en las etapas baldías que también las hay y son frecuentes. Amar los desiertos es esencial, todos los hombres y mujeres que han caminado por una senda espiritual reconocen lo imprescindible de la aceptación de los momentos más estériles, incluso de los retrocesos y noches oscuras, que son pruebas potentes para el sadhak, donde tiene que ir como a ciegas, luchando contra la desesperanza a través de una confianza que nadie puede aportarle, sino que hay que encontrarla dentro de sí mismo.

Por otra parte, la sādhanā precisa de una revisión de tres aspectos:

Nivel de esfuerzo

En la práctica de Yoga es todo un arte manejarse con el esfuerzo justo. Por carácter, algunas personas podemos tender a considerar que un sobre-esfuerzo es la clave del éxito, sin embargo la tensión que se genera cuando nos sobre-esforzamos acaba convirtiéndose en un obstáculo, tanto porque puede que nos desinflemos en algún momento al no poder mantener la misma intensidad, como porque no todos los resultados proceden de esforzarse al máximo, sino más bien de aplicar un esfuerzo suficiente

e inteligente. Otras personas tienen dificultad para entrar en una actitud disciplinada, quieren pero se han acostumbrado a actuar con negligencia, y eso si cabe es todavía peor, pues aboca a la frustración.

Una disciplina suave y constante, decía Mirra Alfassa (La Madre) que es útil para el sadhak del Yoga Integral, algo que nos permita un esfuerzo sostenido en vez de una fluctuación de intensidades a causa de la mala administración de nuestras fuerzas.

Apertura

A mi modo de ver, la aspiración y la apertura son esenciales en la sādhanā del Yoga Integral. Antes comentaba sobre el esfuerzo que tiene que estar ahí en su medida justa, pero en un Yoga en el que la intervención de los principios espirituales superiores es tan evidente, todo esfuerzo y voluntad personal tiene un límite, y sobrepasar ese límite es posible únicamente si nos abrimos, ¿y a qué nos abrimos? También en mi opinión esto depende de la comprensión de cada practicante en cada etapa, pero fundamentalmente abrirse es contemplar la posibilidad y permitirse tanto ser ayudado o guiado, como volverse instrumento de una voluntad superior o divina.

Tiempo

Reflexionar sobre el aspecto del tiempo en la sādhanā nos lleva a contemplar que todo proceso tiene pasos intermedios, a veces necesitamos apenas unos días para avanzar en alguna cuestión específica, pero en general este camino requiere de ir paso a paso. En mi caso he tenido la experiencia de dar grandes saltos cuando empezaba y también de experimentar aparentes parones o incluso lo que a mí me parecían retrocesos, y en muchas ocasiones he rumiado internamente: “con el tiempo que llevas haciendo esto ¿cómo es posible que todavía estés así?”, pero finalmente no estaba contemplando que se necesita un amplio espacio temporal, Sri Aurobindo habla incluso de vidas, para alcanzar algunas cosas, y que es más inteligente ocuparse de lo que viene en cada momento en vez de estar evaluando cuándo llegarán las cosas.

MADRE INDIA: A LA LUZ DE LOS MAESTROS

por Marcelo Fortuna Figueira Marques

Como una ola en el mar (1)

La onda

No podía explicar con palabras porqué llevaba dentro de mí un sentimiento de tanta intimidad con la cultura y la gente de la India. Solo puedo decir que eso estaba ahí, dentro de mí y un simple toque fue suficiente para que la puerta se abriera. Ecos de un pasado o de un futuro, tal vez, irradiaban intensamente sin que yo pudiera contener esas ondas ni controlar sus efectos sobre mí.

Esta nostalgia y certeza me acompañó durante los últimos treinta años, la certeza de que tenía algo que cumplir, una misión o

algo parecido, alguna tarea me esperaba y debía ir hacia esta ola en mi destino terrenal.

No sabía exactamente adónde me llevaría, a qué orillas desconocidas me arrojaría, solo que todo sucedería en su debido espacio y tiempo. Así viví como un barco que surca los océanos en busca de la ola que lo lleve al puerto de su existencia, al destino secreto que la mayoría de los hombres no se molestan en perseguir.

Estábamos una vez más en la tierra de Bharat, en los brazos de la Madre India. Cómo describir al lector esta sensación de volver a casa, de sentirse así, como un niño corriendo hacia su madre.

Viajamos 36 horas de vuelo y, lo confieso, no nos golpeó el cansancio. Yo, mi pareja y nuestra hija, que tiene solo 8, casi 9 meses, pasaríamos 16 días visitando varios lugares importantes de peregrinación y encuentro con el alma de la India.

Al descender en el Aeropuerto Internacional Indira Gandhi nos encontramos con enormes mudras (gestos simbólicos del hinduismo) advirtiéndonos que estábamos entrando en un portal a otras dimensiones, quizás aún desconocidas para la mayoría.

Intentaremos traer al lector, en esta sección de la Revista sādhanā, destellos del cruce a través de la luz de los maestros, seres que nos guían por los senderos de Aurora, de un amanecer del alma en busca de iluminación.

Habiendo sellado nuestros pasaportes, nos dirigimos al Sri Aurobindo Ashram en Delhi Branch, un oasis dentro de la caótica capital de la India, tomamos un Uber que por menos de 500 rupias nos dejó allí.

India es la tierra del Sanâtana Dharma, ha preservado para la humanidad no solo los textos y prácticas o las claves para que el peregrino encuentre la luz espiritual que yace para siempre en el hombre, pero también imprimió en la conciencia terrestre la posibilidad de que la humanidad trascendiera su estado animal y mortal, y conquistara la inmortalidad existente en su espíritu.

Nos recibió Tara Jauhar, responsable de todo lo que sucede en el lugar que fue fundado por Madre en 1956, gracias al esfuerzo de su padre, el inolvidable Surendra Nath Jauhar quien, como Sri Aurobindo, había luchado por la independencia de la India a principios del siglo XX.

Tara acababa de recibir la más alta mención del Gobierno de la India por los servicios prestados a la nación en la promoción de la educación integral propuesta por la Madre y por Sri Aurobindo.

Todo el complejo del ashram de Sri Aurobindo en Delhi emana un aura de paz con la presencia de la luz supramental de los maestros.

(Continuará)

LA IDENTIDAD PERSONAL EN EL YOGA INTEGRAL Y LA PSICOLOGÍA TRANSPERSONAL (PARTE 2)

por Vicente Merlo

A.H. Almaas y la joya de valor incalculable

A. Hameed Alí, más conocido por Almaas, que significa “diamante” en árabe (el nació en Kuwait en 1944), no siempre aparece entre los representantes de la psicología transpersonal, aunque es fácil encontrarlo como autor importante con quien muchos de ellos entran en diálogo con un profundo reconocimiento (K. Wilber, J. Welwood y J. N. Ferrer, por poner tres ejemplos destacados). Si Wilber en algún

momento comentó que él encarna no la figura del *guru* (maestro espiritual) sino la del *pandit* (el erudito, aunque no por ello sea ajeno a la experiencia espiritual), podríamos decir que Almaas sí que encarna la figura del maestro espiritual, al mismo tiempo que basa el Enfoque Diamante –como se denominan las enseñanzas y el método de realización por él presentado–, en un amplio conocimiento de la psicología profunda, quizás muy especialmente de la psicología del ego y la psicología de las relaciones objetales. En muchas de sus obras aparecen con frecuencia autores como W. Ronald D. Fairbairn, Heinz Hartmann, Otto Kernberg, Harry Guntrip, Margaret Mahler, D.W. Winnicott o Heinz Kohut.

Esta espiritualidad psicológicamente enraizada puede considerarse una de las características de la psicología transpersonal. Se ha hablado de su enfoque como de una "fenomenología del Ser", capaz de describir los distintos aspectos esenciales de la realidad, pero también como una psicoterapia espiritual que busca una auténtica integración de la personalidad en el Ser.

En una de sus obras principales (Almaas, 1988) se muestra bien su diálogo con la teoría de las relaciones objetales, así como su elaboración de la noción central de la *Esencia Personal* en tanto que dimensión crucial de la identidad personal. Dicha esencia personal es lo que concibe como "la perla de valor incalculable". Ahora bien, para entender su naturaleza hay que distinguirla de otros tres conceptos centrales en el tema que nos ocupa: el ego o individualidad egoica, el Yo Esencial (*Essential Self*) y el Ser.

La naturaleza del ego ha sido bien estudiada por la psicología del desarrollo, y Almaas conoce y acepta las conclusiones principales que dicha disciplina ha ido logrando, pero, así como generalmente se considera que nuestra identidad individual se limita a dicha identidad egoica -como estructura psicológica cuyo desarrollo y posibles deficiencias han sido suficientemente estudiados–, Almaas considera que nuestra identidad abarca mucho más que la estructura egoica. Él, que conoce las diversas tradiciones orientales, señala cómo en estas predomina la idea de que el ego es una ilusión que hay que superar (como sucede tanto en el vedanta advaita tradicional como en buena parte del budismo), de modo que la Realización o Liberación se concibe como una superación del ego, y de toda individualidad, afirmando que nuestra única identidad real es el Ser (llámesele Parabrahman, Dharmakaya o de otro modo).

Pues bien, según Almaas, el ego es un reflejo del verdadero ser humano, la Esencia Personal, que es una "presencia atemporal", con una serie de cualidades, entre las que destacan la autonomía, la plenitud, la armonía, la integridad, el carácter personal, etc. Por otra parte, dicha Esencia Personal es un aspecto del Ser. De especial importancia resulta la relación y la diferencia entre la Esencia Personal y el Yo Esencial, que a primera vista podrían parecer lo mismo. Hay que decir que esa capacidad de discernir con gran lucidez y precisión, esa maestría en mostrar las diferencias es una de las características de la "conciencia diamante". El siguiente texto permite esbozar la realidad a la que apuntan ambos conceptos:

El Yo Esencial (Essential Self) *es un aspecto central de la Esencia, diferente de la Esencia Personal. La Esencia Personal se siente como una individualidad, una persona, mientras que el* Yo Esencial *se siente como una identidad, una sensación de* self. *La Esencia Personal se siente como "Yo soy", mientras que el Yo esencial se siente como "Yo". La Esencia Personal tiene un cierto sentido de identidad, pero no tan específico y distinto como el Yo Esencial. La sensación de seidad* (beingness), *del "soy", es mucho más dominante que el sentido de identidad, el "Yo", mientras sucede lo inverso en el caso del Yo Esencial.*

(Almaas, 1988: 267).

Se ha hablado de "presencia fluida sustancial" para referirse a la Esencia Personal, que puede comprenderse, en realidad, como el verdadero sentido del término "alma", en tanto que individualidad espiritual, respecto de la cual el ego no es sino un reflejo.

Por su parte, el Yo Esencial es una "presencia definida, sin fronteras". La relación entre ambos conceptos, entre ambos aspectos

de la Esencia, puede indicarse afirmando que la Esencia Personal es la verdadera persona, mientras que el Yo Esencial es su verdadera fuente: "*El surgimiento de la Esencia Personal puede considerarse un desarrollo a partir del* Yo Esencial. *Es como si el Yo Esencial se plenificara a través de la metabolización de la experiencia personal. La comprensión de la relación entre la Esencia Personal y el Yo Esencial es una cierta realización en el proceso de realización interior, que ocurre en sus etapas más profundas. La relación es vista como una relación de amor y valor, como la relación objetal auténtica y esencial. La Esencia Personal es la verdadera persona, y el Yo Esencial es su verdadera fuente. Uno se experimenta a sí mismo como una plenitud viva, como la expresión del amor, el gozo, el placer, el valor y la luz del Yo. Uno es el Ser, pero plenamente enraizado en el mundo*" (Almaas, 1988: 285).

Es necesario tener en cuenta, ante estas sutiles distinciones, que no se trata (al menos esa es la afirmación del autor, como sucede en el caso de las experiencias místicas, los estados de conciencia transpersonales o las intuiciones

gnósticas) de un mero esquema conceptual, sino de una sofisticada expresión de lo que el propio Almaas denomina (igual que nuestro siguiente autor, Sri Aurobindo, a quien cita en varias ocasiones en la obra que tomamos como hilo conductor, por ejemplo en las páginas 18-19, 121-2, 430-1 y 469) "conocimiento por identidad", muy diferente del conocimiento dual, conceptual, representativo, que caracteriza a la mayor parte del resto de nuestros conocimientos. Utilizando esta noción en relación con el conocimiento del Ser, a propósito de esa cualidad que denomina *beingness*, exclama: "*es la experiencia de la Esencia Personal como Ser*" (Almaas, 1988: 50). "*Se conoce el Ser siéndolo, porque el Ser es auto-consciente. Es autoconsciente porque es conciencia pura. Esta conciencia no es una actividad, es una presencia*" (Almaas, 1988: 65). "Es un conocimiento por identidad" (Almaas, 1988: 92). Esto implica que no cabe aquí la verificación empírica, ni la falsación a través de determinadas observaciones o de experimentos controlados. La descripción fenomenológica realizada constituiría una invitación a la realización del Ser, del Yo Esencial, y de la Esencia Personal (la joya cuyo valor está más allá de todo precio) como realidades bien definidas y experienciales, diferentes de la estructura egoica, que generalmente constituye lo que creemos ser nuestra identidad.

Una última distinción que muestra también otra de las interesantes similitudes con nuestro próximo autor, es la que realiza entre *realización y desarrollo*. En este caso nos interesa la realización de la Esencia Personal, que es concebida no como un proceso con un final insuperable y definitivo, sino como un proceso que no termina nunca. Es lo que desarrollaría más tarde, en dos de sus obras más recientes, *Runaway Realization* (Almaas, 2014), y en una de las (relativamente) pocas traducidos al castellano, *La alquimia de la libertad* (Almaas, 2017).

Si la *realización* implica que esa *experiencia* se convierte en un logro personal permanente, eso no constituye el final de la historia, sino que es posible, y necesario para lo que podríamos considerar una plenitud integral, lo que denomina desarrollo y que sería equivalente (en el sentido de la noción "equivalentes homeomórficos" acuñada por R. Panikkar) a lo que Sri Aurobindo denomina *transformación integral*.

> *Sin embargo, esto [la realización de la Esencia Personal] no necesariamente indica la completa transformación del ego o la completa desidentificación de sus estructuras-. En esta etapa la condición habitual es que hay siempre la presencia esencial, pero todavía queda alguna identificación con las estructuras del ego. La conciencia individual es dominada alternando entre ambas por la presencia esencial y por la individualidad egoica. La identidad con la Esencia alterna con la identidad con el ego.*
>
> (Almaas, 1988: 339; también, para la diferencia entre realización y transformación, Almaas, 1996: 408).

En otra de sus obras principales, *The Point of Existence: Transformations of Narcissism in Self-Realization* (Almaas, 1996), publicada ocho años después de aquella que nos ha servido de hilo conductor hasta el

momento, Almaas define con claridad dos de esos conceptos que hemos visto resultan esenciales para la comprensión del Enfoque Diamante. Así, respecto al *self* afirma: "Nuestro uso de la palabra es inhabitual, ya que se refiere a una presencia ontológica real, no a un constructo" (Almaas, 1996: 13). E identificando este *self*, yo o sí-mismo, con su comprensión del alma (*soul*) dice:

"*En nuestra visión, el yo es un organismo viviente que constituye un campo de percepción y de acción. Es lo que llamamos "alma". Fundamentalmente, es un organismo de conciencia, un campo de conciencia capaz de lo que llamamos experiencia: experiencia del mundo y de la conciencia auto-reflexiva de sí mismo. En este libro utilizaremos las palabras soul y self (alma y yo) de modo intercambiable*" (Almaas, 1996: 13).

¿Y en qué consistiría la auto-realización? –esto es la realización de ese "yo" o "sí-mismo" que acabamos de describir. Baste su siguiente caracterización:

"*En la autorrealización, nos experimentamos estando presentes en tanto que presencia. No es la presencia del cuerpo, las emociones, los pensamientos. Es la presencia de la presencia. Ser plenamente consciente/conocedor de uno mismo como presencia es la característica central y más positiva de la experiencia de auto-realización*" (Almaas, 1996: 19).

Una buena síntesis del enfoque diamante en lo que a nuestro tema atañe puede verse en la siguiente cita:

"*La conclusión que nos vemos obligados a adoptar, apoyada por la experiencia directa y por el conocimiento de las enseñanzas espirituales más profundas de la humanidad; es que la auto-representación [el ego como imagen de uno mismo] es inevitablemente incompleta, falsa y distorsionada, cuando excluye la esencia del yo, que es el Ser como presencia. Esta identidad incompleta proporciona también una sensación de debilidad, vulnerabilidad y superficialidad.*"

(Almaas, 1996: 125).

El Ser como presencia constituye pues nuestra "identidad esencial" en su doble vertiente antes analizada: Yo Esencial y Esencia Personal. Esa Identidad Esencial es *the point of existence*, al que se refiere el título de su obra de 1996. En un texto igualmente clarificador leemos: "*La realización de la Identidad Esencial es la expresión de la realización del Absoluto, tal como se refleja en la experiencia individual, en el mundo del espacio-tiempo. La Identidad Esencial es la chispa del Absoluto en el alma individual, y dado que el proceso central del desarrollo espiritual es la auto-realización, su realización da comienzo a la realización del Absoluto*" (Almaas, 1996: 441).

Esa Identidad Esencial corresponde, como recuerda en varias ocasiones, al âtman del hinduismo. Con ello pasamos a ese autor, reconocido como uno de los exponentes más creativos, originales y brillantes del neohinduismo, que es Sri Aurobindo. En él, la noción de *âtman* (universal), matizada con los conceptos de *jîvâtman* (individual) y *paramâtman* (trascendente), nos reconducen a nuestra identidad última.

[1] *Continuará en el próximo número con el apartado correspondiente a Sri Aurobindo, pero por cuestiones relacionadas con la extensión incluyo en esta segunda parte la bibliografía.*

Referencias bibliográficas

- ALMAAS, A.H.
(1988), *The Pearl Beyond Price. Integration of Personality into Being: An Object Relations Approach. Berkeley, California: Diamond Books.*,
(1996), *The Point of Existence. Transformations of Narcissism in Self-Realization. Boston y Londres: Shambala.*,
(2014), *Runaway Realization. Boston y Londres: Shambala*,
(2017), *La alquimia de la libertad. Barcelona: Kairós.*

- AUROBINDO, S.
(1972a). *The Life Divine. Pondicherry, Sri Aurobindo Ashram.*
(Hay traducción tanto en Kier como en la más recomendable de la Fundación Sri Aurobindo, Barcelona, 2006 (versión revisada 2020).,
(1972b). *The Synthesis of Yoga. Pondicherry, Sri Aurobindo Ashram. Hay trad. en Kier, 1965.*,
(1972c). *Letters on Yoga (2 vols.), Pondicherry, Sri Aurobindo Ashram.*,
(1980). *Essays on the Gita, Pondicherry, Sri Aurobindo Ashram.*

- DANIELS, M.
(2005), *Shadow, Self, Spirit: Essays in Transpersonal Psychology. UK. Imprint Academic.*

- FRIEDMAN, H.L. y HARTELIUS, G. (eds.)
(2013), *The Wiley-Blackwell Handbook of Transpersonal Psychology.*

- GROF, S.
(1994), *La mente holotrópica: los niveles de la conciencia humana. Barcelona, Kairós.*
(1998) *Psicología transpersonal: nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia. Barcelona, Kairós.*
(1999) *El juego cósmico: exploraciones en las fronteras de la conciencia humana. Barcelona, Kairós.*

- HARTELIUS, G. *et alia.*
"Is Transpersonal Psychology in its Second Wave? Evidence from Bibliometric and Content Analyses of Two Transpersonal Journals", en The Journal of Transpersonal Psychology, 2021, vol. 53, nº1, pp: 9-30

- MERLO, V.
(2020) *Facetas de la sabiduría hindú: mito, filosofía, mística y gnosis, Madrid, Mandala.,*
(2022a) *Iniciación a la psicología transpersonal, Mater Latina.,*
(2022b) *El yoga integral de Sri Aurobindo: filosofía, psicología y práctica. Siglantana,*
(2022c) *"Jñâna y Vijñâna: gnosis blanca y gnosis arcoíris en el pûrnâdvaita de Sri Aurobindo", en Olivia Cattedra (ed.), Revista de Filosofía de la Universidad de Costa Rica, vol. 61, Nº 159.*

- WELWOOD, John
(2002), *Psicología del despertar: budismo, psicoterapia y transformación personal, Barcelona, Kairós.*

- WILBER, K.
(1996), *Breve historia de todas las cosas, Barcelona, Kairós,*
(2018) *La religión del futuro, Barcelona, Kairós.*

EL FUTURO ES EL KARMA DEL PRESENTE

por Pepa Berengan Mendaña [1]

"Se ha afirmado muchas veces que la razón es la facultad más alta del hombre y que gracias a esta ha podido dominarse a sí mismo y a la Naturaleza. ¿Ha conseguido la razón realmente esta tarea?"

Sri Aurobindo

[1] *Profesora Formadora de Yoga Sistema ABY y Socióloga | @yogaconpepa | | yogaconpepa@gmail.com*

"Se ha afirmado muchas veces que la razón es la facultad más alta del hombre y que gracias a esta ha podido dominarse a sí mismo y a la Naturaleza. ¿Ha conseguido la razón realmente esta tarea?"

Sri Aurobindo

Si hay algo que caracteriza el pensamiento de Sri Aurobindo y La Madre es el aspecto social que le imprimen al Yoga. Me atrevería a decir que no solo lo caracteriza, sino que lo distingue de otras propuestas y que al día de hoy es una de las dimensiones que más deberíamos rescatar y trabajar.

Prestando atención a lo que sucede a nuestro alrededor, a los sentires y vivencias de la mayoría de las personas, podemos encontrar que palabras como depresión, ansiedad, estrés, enojo, miedo, angustia, son síntomas habituales. De un tiempo a esta parte los medios de comunicación, las instituciones, los políticos, empiezan a visibilizar estos temas con gran preocupación, pero sin poder encontrar aún respuestas integrales a su abordaje. Sin embargo, para aquellos que nos dedicamos a la enseñanza del yoga o de alguna disciplina espiritual sabemos que muchas/os de nuestros consultantes y alumnos/as se acercan a la práctica con el fin de "hacer algo" para estar mejor. Quizá suena redundante, pero hay que decirlo: todos estos trastornos, emociones conflictivas o problemas, si bien se experimentan de forma individual, responden a las estructuras sociales en las que estamos ancladas/os. Es decir, son sintomáticos de nuestras sociedades. Del mismo modo, la exigencia, la tendencia a la perfección, la búsqueda de seguridades, la necesidad de control, podrían ser considerados la contracara de dichos padecimientos y, por ende, aspectos que también representan nuestras vidas.

Frente a este panorama, ¿qué puede aportar la práctica de Yoga Integral (en su acepción más general) a esta realidad? ¿Dónde deberíamos poner el foco? ¿Qué estamos haciendo realmente? Este artículo tiene la finalidad de profundizar en el diagnóstico y bosquejar algunas posibles salidas, en beneficio del desarrollo individual y colectivo del que tanto hablamos (y anhelamos).

Crisis evolutiva: el diagnóstico de Sri Aurobindo y la actualidad

Ya Sri Aurobindo hablaba de la crisis evolutiva que atravesaba la sociedad en la que él vivió. Por aquel entonces (aunque no estamos tan lejos hoy día) parecía que la tensión o el desequilibrio se encontraba en las facultades limitadas del hombre y los medios técnicos que disponía. Allí el lugar de la Razón, los avances y el Progreso a nivel técnico y tecnológico no hacían más que aumentar ficciones de superioridad que, en realidad, no eran más que un conjunto de egos huérfanos de una visión mental más grande, más noble, más cercana a lo que, en sus términos, podemos nombrar como la Verdad. Las consecuencias de esta confusión a nivel mental

siguen vigentes y las podemos identificar muy fácilmente en nuestra cotidianidad: cuando observamos el caos de ideas contradictorias con las que vivimos, que pueden manifestarse, por ejemplo, en los mandatos sociales dominantes y los deseos reales de las personas; en los conflictos que soportamos entre exigencias y necesidades, o entre el deber ser y el ser; la tensión entre razón-emoción o razón-religión/espiritualidad, que la registramos por ejemplo en los estilos de yoga "de moda", las formas en que se toma contacto con las filosofías y prácticas espirituales -ya sean budistas, hinduistas o aurobindistas- y, a su vez, en el boom de la cientificación de las técnicas milenarias como la meditación o el pranayama, de la mano de las neurociencias o de diversos estudios avalados por el método científico. Podría seguir enumerando, pero mejor les dejo la inquietud a ustedes, para que sigan indagando en base a sus realidades... No obstante, debo decir que, si bien estos ejemplos pueden ser vistos como una manifestación más de la incoherencia y la confusión en la que estamos sumidos como humanidad, también tienen su aspecto positivo en la medida en que dan cuenta de que hay en el mundo necesidades espirituales, que hay interés, hay voluntad, hay deseo. Solo falta que podamos encarnar y encauzar esas necesidades de la mejor manera posible.

Allá por el 2020, en el medio de la pandemia mundial de la COVID-19, mucho reflexionamos sobre lo que ese momento significaba para la humanidad en general. ¿Era la pandemia la posibilidad -a nivel mental, espiritual, social- de continuación (o la culminación) del ciclo de movimientos contraculturales y revolucionarios que se experimentaron en la década de los 60 y 70? En ese momento pensábamos que podría serlo... Que ese impasse nos daba la posibilidad de frenar, de encontrarnos con nuestras realidades, de pensar dónde estábamos y hacía dónde queríamos ir. Hoy, dos años después, nos vemos en la tensión entre eso nuevo que no terminó de nacer y eso viejo que nos sigue tirando para abajo. ¿Qué es, entonces, eso que nos amarra? ¿De qué no podemos desapegarnos?

Vorágine, movimiento y quietud

Otra de las dimensiones que suele aparecer a la hora de reflexionar sobre nuestras realidades tiene que ver con la dimensión del tiempo, de cómo los días se nos escurren, el tiempo pasa rápido y la sensación que nos acompaña es la de un mundo que no para, todo es vertiginoso: la vida como una vorágine. Frente a eso, como decía anteriormente, hemos visto expandirse en los distintos ámbitos de la vida pública la oferta de técnicas y prácticas holísticas con el objetivo de generar conciencia, de tomarnos un tiempo para nosotras/os mismos, de conectar con nuestro ser más profundo. Lo que resulta preocupante es qué lugar ocupan esos espacios en la vida de las personas y a qué están abonando.

No es fácil sintetizar las distintas escuelas, sistemas, propuestas que hoy día se conocen. Pero a grandes rasgos podría decir que, dentro de las prácticas físicas, encontramos un fanatismo por estilos de yoga donde la práctica de series y asanas cobra una relevancia prioritaria, los ajustes y alineaciones parecen ser lo más importante y donde lo que sucede en los otros cuerpos es abordado desde una recuperación de conceptos y prácticas con raíces más bien hinduistas o por teorías contemporáneas que recuperan saberes milenarios revalorizados con justificaciones neurocientificas. También están aquellos que complementan prácticas de yoga más activas con técnicas o ejercicios sumamente pasivos y tranquilos, buscando en los extremos el equilibrio. Y, a su vez, siguen vigentes esos grupos o escuelas surgidas al calor de los años 70, donde hoy en día mantienen las mismas prácticas intentando agiornarse a la actualidad, aunque sin tanto éxito. Por otro lado, las modalidades de retiros o jornadas intensivas, que se pueden llegar a planificar hasta con un año o meses de antelación, donde lo que importa es “desconectar” una semana, tres o cuatro días, viajar a lugares paradisíacos o buscar espacios cercanos a la naturaleza donde olvidarse de la vida y tener algo así como unas vacaciones, conectar con una/o mismo, tomar contacto con prácticas y técnicas holistas que nos dan vuelta la cabeza, pero que es muy probable que olvidemos una vez que nos reintegremos a la rutina, esperando volver en un par de meses a hacer otro retiro. Y seguramente podría seguir enumerando, pero no es la idea de este texto. Tampoco es la intención juzgar esto que sucede, sino más bien compartir con ustedes los sentires y reflexiones que me surgen en relación a lo que estamos viviendo y cómo podríamos desde nuestra propia práctica aportar una visión más amplia y superadora en nuestros entornos.

Elegí iniciar este artículo con una frase de Sri Aurobindo donde habla del lugar de la razón porque creo que en definitiva podemos encontrarla como denominador común en los modos en que

nos acercamos a la práctica. La razón, como esa fuerza que busca el conocimiento, que se esfuerza por descubrir la verdad última, que estudia, analiza, fragmenta y disecciona con el fin de conocer los principios y los procesos de todas las cosas. No podemos negar que ha logrado muchas cosas, pero no ha triunfado ni logrará hacerlo si lo que buscamos es una transformación profunda, si lo que queremos es realmente hacer Yoga. En este sentido, si nos proponemos analizar nuestra propia práctica y vida con sinceridad veremos que, por mucho que lo intentemos, también somos víctimas de estos modos. ¿Acaso no intentamos entender conceptual e intelectualmente las filosofías de los grandes Maestros? ¿Cuántas veces al día nos justificamos por actuar de cual o tal manera? ¿Cuántos dogmas hemos comprado y ponemos en práctica? ¿Es la renuncia per se lo que nos hace "más fuertes" o "mejores" espiritualmente hablando? ¿Nos cuestionamos a diario ese tipo de elecciones?

Considero que el principal problema radica en que al acercamos a la práctica confundidas/os, desde nuestros hábitos buscamos recetas o respuestas al dolor que nos acompaña. Y así lo único que logramos es ir agrandando el circulo de malestar, aunque acompañado de nuevas teorizaciones o prácticas que, por ser espirituales, nos convencemos de que algo bueno provocarán. Sí, quizás un poco sí, pero no. El desafío o la vara tiene que estar puesta mucho más alta. Necesitamos animarnos a salirnos de los caminos establecidos, romper con las formas preconcebidas, entregarnos al fluir de la vida desde el más simple y llano sentir del momento. Si llegamos hasta ahí, si percibimos la desarmonía, es porque hemos podido registrar cómo estamos siendo tironeadas/os para sostener el karma.

Entonces, ¿por dónde empezar? Por nosotras/os mismos, claro. Por sentarnos a meditar u observarnos en nuestra propia realidad, en las formas en que nos movemos, en las emociones que sentimos, en los vínculos que estamos teniendo, en la percepción del futuro con la que nos alineamos. Mirar de frente todas nuestras capas, es ir quitando una a una, buscando llegar a lo más profundo de nuestro a ser, a mirarnos con sinceridad y transparencia. A aceptar que somos humanos/as y que también fallamos, que caemos presos/as de las lógicas del control y la búsqueda de seguridad, que al fin y al cabo también nuestra mente proyecta y especula, funciona desde el toma y daca, busca fórmulas, se aferra al tiempo solo en términos de pasado o futuro, desconociendo o desoyendo el presente.

Necesitamos reconocer la incoherencia desde la cual partimos, la contradicción con la que nos movemos: estamos confundidos (y muchas veces hasta internamente rotos/as) por más que podamos conceptualmente identificar desde la razón esa confusión. Nos sentimos revolcados por la vorágine de la vida contemporánea, pero en medio del remolino estamos aferrados a cualquier cosa que nos permita mantenernos un poco quietas/os porque en la quietud percibimos la

seguridad. Una seguridad que no es, ni más ni menos, que la muerte, que el rechazo a la vida. ¿Somos conscientes de eso? ¿Podemos aceptarlo?

El problema, entonces, no está en la velocidad sino en nuestra (in)capacidad de fluir con los ritmos de la vida, que nosotros mismas/os construimos. Entregarnos a ese movimiento es el desafío. Para eso una de las primeras decisiones que tenemos que tomar es la de renunciar al resultado, de ese modo podremos dejar que el Dharma hable, percibir la armonía que nos rodea. Claro está, para hacerlo precisamos un trabajo interno profundo, si no sería como tirarnos de un trampolín sin saber nadar. Tampoco hay que caer en la estupidez. Reconocernos es la base para la búsqueda de la coherencia. Una coherencia que, como decía Sri Aurobindo, "adopte un sistema de vida fundamentado en la unidad, la perfecta reciprocidad y la armonía" (La evolución futura del hombre, 1999). No es una tarea sencilla, pero tampoco imposible. Efectuar dicho cambio en la percepción no es algo alejado de nuestras posibilidades ni radicalmente imposible, está ya aquí. Necesitamos abrirnos a ese cambio, explorarlo desde nosotras/os mismos y desde allí allanar el camino hacia nuevas formas de existencia que tengan más que ver con vivir que con sobrevivir.

¿Estamos listas/os para hacerlo? Claro que sí. El momento es ahora, conectando con esa sociedad que anhelamos, con esa vida que deseamos y dejar de atarla a sucesiones o hechos por venir, sino más bien comprender que ese futuro no es más que lo que hagamos hoy. El futuro es el karma del presente.

LA AUTOPERFECCIÓN DE LA MENTE

por Ricardo García

La Naturaleza de la mente es el conjunto de hábitos que la fuerza del karma desarrolló dando forma a nuestra percepción del yo.

Esos hábitos no son sólo individuales, sino que gran parte de su fuerza radica en la connotación colectiva de los mismos. Es decir que lo que pensamos sobre nosotros mismos está arraigado fuertemente en la cultura imperante y en los lazos generados por la convivencia con los demás. De modo que la cosa se complica cuando pretendemos separar lo verdadero de lo aparente, ya que todas las relaciones psicoafectivas están basadas en acciones pasadas y no siempre conscientes, donde la fuerza del apego puede ser una limitante a la hora de tomar conciencia de nuestras posibilidades a futuro.

Estos hábitos son de características vitales, emocionales y espirituales, de modo que cada estamento de la experiencia humana tiene su propia naturaleza, con la cual el Purusha debe cohabitar en una perspectiva más grande que abarque y permita la vida de uno y otro.

La Naturaleza de la mente es el conjunto de hábitos que la fuerza del karma desarrolló dando forma a nuestra percepción del yo.

Esos hábitos no son sólo individuales, sino que gran parte de su fuerza radica en la connotación colectiva de los mismos. Es decir que lo que pensamos sobre nosotros mismos está arraigado fuertemente en la cultura imperante y en los lazos generados por la convivencia con los demás. De modo que la cosa se complica cuando pretendemos separar lo verdadero de lo aparente, ya que todas las relaciones psicoafectivas están basadas en acciones pasadas y no siempre conscientes, donde la fuerza del apego puede ser una limitante a la hora de tomar conciencia de nuestras posibilidades a futuro.

Estos hábitos son de características vitales, emocionales y espirituales, de modo que cada estamento de la experiencia humana tiene su propia naturaleza, con la cual el Purusha debe cohabitar en una perspectiva más grande que abarque y permita la vida de uno y otro.

La desidentificación de ese conjunto de hábitos, el desanclaje del yo de su circunstancia mental y la observación por parte de éste de los procesos mentales son la llave del camino de Yoga y sólo es posible a través de la práctica espiritual.

La práctica espiritual sincera y constante dará como resultado permitir que la mente (el Purusha) se observe a sí misma en su accionar. En lugar de pretender buscar el “yo soy” por la observación de nuestras acciones que están basadas en la memoria inconsciente, (como la observación del carácter o la personalidad) o por diferenciación con otros seres sintientes, el individuo es capaz de observar los procesos mentales en el aquí y ahora y puede observar cómo su mente está habituada a pensar, sentir y observar la realidad externa sin que esto suponga la identificación con el proceso. Esta capacidad de observación permite tener dominio sobre la visión, a sabiendas de que esta forma de percibir es producto de su estado psicofísico y no de la naturaleza devenida en karma. El Purusha se encuentra en un estado más consciente, más cerca de la Supermente.

La solución a esto que la humanidad aprendió fue el refugio en modelos espirituales, iconos de la supermente o maestros iluminados que sirven como guías en esta coyuntura.

El problema con esto, en este tiempo de Kali Yuga, es que el fracaso del racionalismo, de los hábitos duales de la mente en la búsqueda de la felicidad, nos ha dejado una capa gruesa en la piel que no nos permite sentir ese refugio de forma intuitiva. Y ante el miedo de la incertidumbre retomamos el camino dual que sólo tiene la opción de la negación o de la religiosidad. Dos formas de negar la verdadera posibilidad del Purusha de vivir la experiencia por contagio, ósmosis o experiencia directa de esas vidas que fueron aperturas de la conciencia colectiva hacia la supermente.

Pero la otra cara de este estado de caos es la libertad que deviene de la intrepidez de seguir a toda costa, a pesar de los miedos y apegos, en la búsqueda de las posibilidades ilimitadas de la conciencia.

En estos tiempos de Kali Yuga, de caída de los valores, la búsqueda debe retomar la individualidad, la observación y la valentía necesarias para que “la Prakriti se revele como la Shakti del Purusha.

CARACTERÍSTICAS DEL DUAL EN EL SÁNSCRITO Y EN EL MAPUDUNGUN

por Macarena Torres Saavedra

Introducción

Este trabajo busca demostrar de qué modo la teoría de Sri Aurobindo en torno al Devabhasa, lengua que se habló durante el Satya Yuga, aún mantiene algunos vestigios de su existencia en determinadas lenguas como el caso del

sánscrito y que, otras lenguas que todavía son habladas en continentes distantes de Asia o de Europa, comparten elementos comunes con aquella. Lo cual podría ayudar a fortalecer la hipótesis de la existencia de una lengua que fue hablada en diversos lugares del planeta en un tiempo remoto, de la cual se han desprendido varias lenguas que están vigentes hasta ahora. Entre estas, se encuentra el Mapudungun, la cual es hablada por los habitantes del cono sur del continente americano. Por cierto, en la estructura gramatical de los idiomas, hay elementos que son compartidos por muchas lenguas antiguas como lo es el dual, número que corresponde a un grupo formado por dos personas y que hace la distinción entre un grupo formado por muchas personas del plural y una persona del singular. De este modo, en estas páginas se trata de examinar el uso que se tiene del dual tanto en el Sánscrito como en el Mapudungun, con el propósito de evidenciar esa suerte de cercanía gramatical entre estas dos lenguas antiguas que las separa varias millas de distancia. Para esto, el presente trabajo se inicia con una introducción en torno a lo que Sri Aurobindo señala acerca del Devabhasa, para luego definir las características del dual y su función gramatical tanto en el Sánscrito como en el Mapudungun.

Teoría del Devabhasa según Sri Aurobindo

En su incursión sobre las lenguas habladas en la India, Sri Aurobindo (1985 a) descubrió que la fuente última del lenguaje humano procedía de la realidad divina. Según él, el lenguaje humano no se ha construido en la tierra, sino en el cielo, como en verdad son todas las cosas que el alma humana hace uso en su viaje mortal. A su vez, él también reconoce que el lenguaje ha sido diversamente desarrollado por representaciones más discursivas, pero menos seguras de la mente intelectual. En su planteamiento, él va más lejos y establece que la humanidad posee un lenguaje original que está basado en ciertas clases de sonidos eternos que fue desarrollado por determinadas leyes de la variación del ritmo, caracterizadas por ser perfectamente armoniosas y simétricas en su estructura y evolución. Esta lengua era el Devabhasa y fue hablada durante el Satya Yuga. El cual, en su proceso de evolución, fue sufriendo cambios y desgastes hasta colapsar, generando innumerables idiomas, dialectos y lenguas vernáculas. De todos estos, el Sánscrito es la lengua que ha sido más fiel a dicho idioma original, preservando mucho de su fuerza, espíritu y estructura. Por cierto, el Sánscrito se caracteriza por ser refinado, pulido y correcto. Esta visión aurobindoniana sobre el lenguaje, dista de la visión ortodoxa, puesto que, a diferencia de aquella, Sri Aurobindo (1985 a) reconoce que el Sánscrito es una formación del discurso que ha sido verdaderamente primario y que ha permanecido fiel a su fuente. No es el idioma original como tiende a sostener la visión más ortodoxa. (Sampadananda, 2001)

Cabe señalar que el período del Satya Yuga (Sri Aurobindo, 1988), correspondería a la edad de oro de la humanidad, en la cual, los seres humanos conviven con los dioses y que se caracteriza por ser una época de prosperidad, armonía, justicia y abundancia, sobre todo, por el hecho de que la humanidad vive en un estado de conciencia más profundo y en directa relación con la divinidad. Con el paso del tiempo y de la sucesión de las eras, desde el Tetra Yuga al Dwapara Yuga, este estado se va degradando hasta alcanzar un nivel de relación más alejada y en desarmonía con lo divino que corresponde al Kali Yuga, época de hierro, que se caracteriza por la escasez, desunión y conflicto (Sri Aurobindo, 1988, 1985 b, 1985 c)

Desde esta perspectiva sostener que el Devabhasa (Sri Aurobindo, 1985 a) haya sido hablada en el Satya Yuga, la Época de Oro, significa que dicha lengua es "perfecta", porque expresa y comunica las altas esferas de una realidad en la cual predomina la armonía, y que hoy día se encuentra en el origen de algunas lenguas que aún perviven. Esta "perfección" también se refiere a una perfección evolutiva del lenguaje que seguramente en sus inicios sería en realidad, una lengua hablada por una humanidad caracterizada por poseer una conciencia más profunda y más espiritual que la actual, en la cual probablemente imperasen las reglas de la armonía con una visión de unidad y de integración de los contrarios. Por cierto, vestigios de esta armonía se puede encontrar en el pensamiento expresado en las Upanishadas, las cuales fueron escritas en Sánscrito que, como bien Sri Aurobindo (1985 a, 1985 b, 1988) sostiene, este idioma se ha mantenido fiel al antiguo Devabhasa.

Características del Mapudungun y la función del dual

En el caso del Mapudungun hablado por los "mapuche", pueblo que habita principalmente en el sur de Chile y parte de la cordillera del sur de Argentina, es una lengua que surge de la tierra (Ñanculef, 2016), puesto que el ser humano aprende a hablarla gracias a su estrecho contacto con la naturaleza. Toda la naturaleza es sonido y cada sonido que se manifiesta, expresa un nombre que le da identidad a una realidad particular. De estos sonidos se van articulando las palabras para finalmente generar las oraciones y así dar forma a un idioma. En todo este proceso de formación, la lengua se instaura como el medio por el cual el ser humano expresa sentimientos, pensamientos e ideas, las cuales comunica a otros.

El mapudungun, entonces, es una lengua cuyo origen data del contacto que el antiguo mapuche tuvo con el entorno natural y del cual aprendió los sonidos que darían origen a la formación de su lengua (Ñanculef, 2016).

Conforme al origen del idioma del pueblo mapuche, cuyos inicios se generan por la estrecha relación del ser humano con la naturaleza, de la cual este aprende sus sonidos que imita para ir después, generando las palabras, y de la unión de estas palabras, las cuales se van ordenando en oraciones, se produce su gramática, es decir su propia sintaxis, morfología y semántica. De aquí que el mapudungun, como lengua, responde a sus propias reglas gramaticales. Dentro de su morfología se encuentra el número, que corresponden al singular, plural y dual.

El número singular y el plural corresponden respectivamente: el primero, a una persona y, el segundo, a un grupo de personas. Esto se aplica a los pronombres personales. En el caso del dual atañe a un grupo formado por dos personas. Así, en mapudungun se dice (Karülaf, 2018a):

Singular	Dual	Plural
iñche = yo	***Iñchiu = nosotros/as dos***	iñchiñ = todos nosotros
eymi = tú/usted	***eymu = vosotros/ustedes dos***	eymün = todos vosotros/ustedes
fey = él/ella/eso	***feyengu = ellos/ellas dos***	feyengün = todos ellos/ellas

Por ejemplo, en el uso del dual se tiene las siguientes frases:
- Iñchiu (iñchu) zomo = nosotras dos somos mujeres
- Iñchiu (iñchu) müten = nosotros dos no más
- Eymu mapuche un = ustedes dos no son “mapuche”
- Feyengu lamngen = ellas dos son hermanas.

Cabe señalar que, en mapudungun, el verbo ser propiamente tal no existe.

En los pronombres posesivos, el singular, el plural y el dual se construyen de la siguiente manera (Karülaf, 2018a):

Singular	Dual	Plural
tañi = mí, mío	***tayu = nuestros (dos)***	taiñ = nuestro/a
tami = tu, tuyo	***tamu = de ustedes dos***	tamün = de ustedes

Por ejemplo:
- tayu ñuke = nuestra madre (de nosotros dos);
- tamu ñuke = la madre de ustedes dos.

En la conjugación de los verbos en mapudungun, el dual se construye a partir de la raíz unido a la terminación del tiempo verbal correspondiente, como se muestra en la siguiente tabla (Karülaf, 2018b):

Pasado	Presente Continuo	Futuro
Iñchu zungup**eyu** = nosotros dos hablamos.	**Iñchu** zungul**eyu** = nosotros dos estamos hablando.	**Iñchu** zungua**eyu** = nosotros dos hablaremos.
Eymu zungup**eymu** = vosotros dos hablasteis.	**Eymu** zungul**eymu** = vosotros dos estáis hablando.	**Eymu** zungua**eymu** = vosotros dos hablaréis.
Feyengu zungupe**yengu** = ellos dos hablaron.	**Feyengu** zungule**yengu** = ellos dos están hablando.	**Feyengu** zungua**yengu** = ellos dos hablaran

Entonces, conforme a lo mencionado, gramaticalmente en el mapudungun, el dual se caracteriza por formar parte tanto de los pronombres personales como de los pronombres posesivos, como también responder al número de personas en los verbos, pasado, presente continuo y futuro. Sin embargo, si se hace una lectura más metafísica del dual, se puede advertir que, desde la concepción cosmológica de esta cultura (Navarro, 2009), la creación del universo surge a partir de un principio dual, es decir, de un principio masculino y un principio femenino que son representadas por las figuras de: Fucha (anciano) y Kushe (anciana), quienes también se suelen llamar: Futa Chachai (esposo padre) y Ñuke Papai (esposa madre). Este panteón formado por este principio dual, también se agrega el otro principio dual formada por la pareja de jóvenes: Weche Wentru (hombre joven) y Ulcha Domo (Joven muchacha). Lo cual demuestra que, para este pueblo, desde el origen mismo del universo, la dualidad siempre ha estado presente, puesto que sus creadores son principios pares como la pareja de ancianos y la pareja de jóvenes. De esto se sigue que, en la naturaleza, también la dualidad se encuentra presente, ya que para que los seres existan debe existir una pareja que les ha dado el ser o les ha engendrado.

Características y Función del Dual en el Sánscrito

En el Sánscrito, (Narasimhachary, Dr.M. & Ramaratnam, Dr.S., S/F) el dual también corresponde al número y se refiere a un grupo formado por dos personas, pero a diferencia al mapudungun, la construcción del dual considera no sólo el número, sino también el género. El dual se encuentra en los pronombres personales como se observa en la siguiente tabla:

Persona	Género	Singular	Dual	Plural
1ª Persona		**अहम्** (aham) = yo	**आवाम्** (aavam) = nosotros dos	**वयम्** (vayam) = nosotros
2ª Persona		**त्वम्** (tvam) = tú	**युवाम्** (yuvaam) = ustedes/vosotros dos	**यूयम्** (yuuyam) = vosotros/ ustedes
3ª Persona	Masculino	**सः** (sah) = él	**तौ** (tai) = ellos dos	**ते** (te) = ellos
	Femenino	**सा** (saa) = ella	**ते** (te) = ellas dos	**ताः** (taah) = ellas
	Neutro	**तत्** (tat) = eso	**ते** (te) = esos dos	**तानि** (taani) = esos

El dual (Narasimhachary, Dr.M. & Ramaratnam, Dr.S., S/F) como todo número también se encuentra en la conjugación de los verbos, en este caso, y tomando como modelo el presente del verbo hablar, cuya raíz es: **वद्** (vada), se tiene lo siguiente:

Persona	Singular	Dual	Plural
1ª Persona	**वदामि** (vadami)	**दावः** (vadaavaha)	**वदामः** (vadamaha)
2ª Persona	**वदसि** (vadasi)	**वदथः** (vadathaha)	**वदथ** (vadatha)
3ª Persona	**वदति** (vadati)	**वदतः** (vadataha)	**वदन्ति** (vadanti)

Cabe señalar que, en Sánscrito (Narasimhachary, Dr.M. & Ramaratnam, Dr.S., S/F), la conjugación de los verbos se construye a partir de la raíz más la terminación correspondiente al número de persona. En el caso del tiempo presente se tiene las siguientes terminaciones:

Persona	Singular	Dual	Plural
1ª Persona	**मि** (mi)	**वः** (vaha)	**मः** (maha)
2ª Persona	**सि** (si)	**थः** (thaha)	**थ** (tha)
3ª Persona	**ति** (ti)	**तः** (taha)	**अन्ति** (anti)

Por lo tanto, como se puede observar, gramaticalmente, el dual en el sánscrito, se encuentra en los pronombres personales y en la conjugación de los verbos, como una partícula que se coloca al final del número de las personas para cada tiempo verbal. Aquí, por razones de espacio no se va mostrar lo otros tiempos como el pasado o el futuro, pues, con la declinación del tiempo presente se puede ver claramente la función que el dual tiene en la sintaxis y morfología de esta lengua.

Si se compara la funcionalidad del dual tanto en el sánscrito como en el mapudungun, es posible advertir que, en ambas lenguas, este número forma parte de la declinación de los verbos, y se coloca como una partícula al final de la palabra, a continuación de la raíz; además, el dual se encuentra también en los pronombres personales y posesivos que en sánscrito lo hemos dejado pendiente para tratarlo con detenimiento en el próximo trabajo. Lo sorprendente es que, desde una perspectiva cosmológica y metafísica, la visión que el pueblo mapuche posee del universo y de su origen es una mirada dualista de la realidad (Navarro, 2009), en el sentido que todo lo que ha sido creado surge de la unión de dos principios complementarios como son: el masculino y el femenino; pese a que también poseen la visión de un dios único como es Ngenechen o "Ser Supremo", el cual se compone de los principios antes mencionados. En este sentido, el caso del panteón de dioses del hinduismo (Carrasco, S/F) está compuesto también por una dualidad formada por las parejas de dioses, puesto que cada dios posee su correspondiente consorte,

como el caso de Shiva-Shakti; Vishnu-Lakshmi; Brahma-Sarasvati, etc. Todo lo cual demuestra que, desde un plano metafísico, la cosmovisión de estos pueblos coincide en comprender que las bases de donde se origina el universo y todos los seres proceden de un principio dual masculino- femenino.

Conclusión

Conforme a las coincidencias que se pueden observar en la función gramatical que el dual tiene tanto en el mapudungun como en el sánscrito, es posible establecer que tal vez estos idiomas, pese a la distancia geográfica que las separa, poseen un nexo común que las aproxima, el cual evidencia no solo la antigüedad que poseen, sino también una visión metafísica y cosmogónica, que les permite comprender que la fuente que origina el universo y todas las cosas, es un principio esencialmente dual, conformado por la pareja masculino-femenina, padre-madre, hombre-mujer, macho-hembra. Este principio dual es la base de la existencia de todos los seres, pero que se encuentran contenidos en un solo principio absoluto que sería el ser supremo. Desde esta perspectiva, la teoría aurobindoniana sobre el Devabhasa como una lengua hablada en un remoto pasado, pero que con el paso del tiempo y de las eras, se fue perdiendo hasta desaparecer, quedando sus vestigios en lenguas que se desprendieron de ella; puede ser demostrada al analizar los elementos comunes que existen entre las lenguas que aún mantienen vigente ciertas partículas gramaticales que están en vías de extinción como el caso del dual. Asimismo, si se tiene también presente, que la función del dual trasciende lo gramatical hacia una cosmovisión centrada en el principio creador como la dualidad masculino-femenina, se puede dar cuenta de que la lengua es un fiel reflejo del modo de pensar, sentir y percibir que posee un determinado pueblo y que, en este caso, ese modo de pensar que capta que la realidad tiene por base lo dual, es también compartida por otro pueblo distante. Por lo tanto, si el devabhasa fue hablado en un remoto pasado, ¿es posible que haya sido hablado por los habitantes de todo el planeta? o, ¿esta lengua fue compartida por ciertos pueblos que en ese tiempo estaban en estrecho contacto? ¿Cuál sería la cercanía que existía en ese remoto pasado, entre el continente americano, específicamente, la parte sur de América, con el subcontinente indio? ¿Habría, en ese pasado, una aproximación y un contacto estrecho entre todos esos pueblos que hoy se encuentran bastante distantes? Estas preguntas surgen a modo de conclusión, pues, poco se sabe acerca de esa era de oro o Satya Yuga que Sri Aurobindo menciona en su obra, lo único claro que se puede tener es que hoy día, solo dos lenguas en el mundo aún preservan intacto el dual como una partícula gramatical importante, y estas lenguas son: el sánscrito y el mapudungun.

Referencias bibliográficas

- *Carrasco Álvarez, Ph.D. Sergio Melitón. (S/F). El Hinduísmo en 84 conceptos. Santiago , Chile: Repositorio de la Universidad de Chile. Obtenido de: https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/122817/127425_A5_El_%20hinduismo.pdf?sequence=1*

- *Karülaf Millakeupu, Victor .*
- *(2018 a). Apuntes de la Clase del día 14 de abril de 2018.*
- *Santiago de Chile: Fundación Küme Mongen.*
- *(2018 b). Apuntes de la clase del día 21 de abril de 2018. Santiago de Chile: Fundación Küme Mogen.*

- *Mishra, Sampadananda. (2001). Sri Aurobindo and Sanskrit. Pondicherry: Sri Aurobindo Institute of Research in Social Sciences, Sri Aurobindo Society.*

- *Narasimhachary, Dr.M. & Ramaratnam, Dr.S. (S/F). Sanskrit For Beginners. Chennai, Tamil Nadu, India: N & R Publications.*

- *Navarro, Herminia. (2009). Los Guardianes de la Dualidad: Acerca del Número Dual en Mapuzungun. IV Coloquio Argentino de la IADA (págs. 595 - 604). La Plata, Argentina: Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (FAHCE), Universidad Nacional de la Plata. Obtenido de https://memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.11178/ev.11178.pdf*

- *Ñanculef Huaiquinao, Juan. (2016). Tayiñ Mapuche Kimün: Epistemología Mapuche - Sabiduría y Conocimiento. (M. E. Acuña, Ed.) Santaigo, Chile: Ediciones de la Universidad de Chile Indígena, Facultad de Ciencias Sociales, FACSO, Depto. de Antropología. Obtenido de http://www.uchileindigena.cl/wp-content/uploads/2016/10/Tayin%CC%83-Mapuche-kimun_29092016-1.pdf*

- *Sri Aurobindo.*
- *(1985 a). Hymns to the Mystic Fire (Third Impression ed., Vol. V.7). Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram Trust 1971.*
- *(1985 b). Hymns to the Mystic Fire (Third Impression ed., Vol. V.7). Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram Trust.*
- *(1985 c). The Human Cycle: The Cycle of Society. En S. Aurobindo, The ideal of Human Unity (Fifth Impression ed., Vol. V.11, págs. 8 - 10). Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram Trust 1970.*
- *(1988). The Upanishads, Texts, Translations and Commentaries (Third Impression ed., Vols. Part One, Vol.8). Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram Trust, 1981.*

LA TRANSFORMACIÓN DEL VITAL

por Tomás Berengan Mendaña

"La Divinidad que adoramos no es solamente una realidad remota, sino también una manifestación semivelada, presente y cercana a nosotros, aquí en el universo. La vida es el campo de una manifestación divina todavía incompleta: aquí, en la vida, sobre la tierra, en el cuerpo... tenemos que revelar a la Divinidad, tenemos que hacer reales a nuestra consciencia su grandeza trascendente, su luz, su dulzura, poseerla aquí y, en la medida de lo posible, expresarla"

Sri Aurobindo, Síntesis del Yoga, tomo I, pág. 69.

Con alegría, una vez más me encuentro escribiendo estas líneas para la revista. Continuaré desarrollando este aspecto tan central de nuestra sādhanā personal. Tomo de referencia el fragmento de Sri Aurobindo, ya que resume el propósito del Yoga que practicamos, para recordar y tener en claro que en todo proceso de transformación se requiere una intención, que en palabras gauchescas de mi amigo espiritual seria “atar el hilo al clavo”.

Al trabajar el aspecto del Vital, estamos revisando nuestros hábitos mentales egocentrados. En el artículo de la edición anterior la propuesta fue de observar nuestras tendencias hacia lo que controlamos y lo que no. Partiendo de esta base, podemos ir reconociendo lo que nos genera incomodidad en nuestro cotidiano, haciendo que nuestra energía interna se disperse.

La toma de conciencia de las incomodidades es, por un lado, una manera de comprender que no me siento entero y, por otro lado, sirve como síntoma para saber que existe un mundo posible sin que estas sean parte. Para darnos cuenta de esto, no hace falta que lo pensemos, sino que lo podamos sentir en el cuerpo. ¿Cómo puedo sentir lo que me pasa? La clave es relajándome. ¿Tengo dolores físicos? ¿Cómo es el descanso nocturno? ¿Cómo es mi alimentación? ¿Trabajo de más? ¿Dedico tiempo al ocio? Este tipo de preguntas pueden dar una pauta en relación al cuerpo físico y en tal caso ayudarme a corregir los desórdenes que voy reconociendo.

Si puedo relajarme, puedo percibir, si percibo, la memoria deja de participar para definir lo que soy. Ahora bien, retomando la pregunta existencial que desde tiempos remotos se han venido realizando los místicos, filósofos y todo aquel que busca en el camino espiritual, en la que reflexionan sobre la identidad preguntándose ¿Quién soy? Podríamos registrar que más allá de toda definición que hagamos, pareciera que somos una sucesión de hábitos, realizando una búsqueda constante para llegar a etiquetas, definiciones acabadas y una autoimagen que muchas veces no coincide con la realidad. Y en esto también se escurre la vitalidad, ya que nos terminamos aburriendo porque la identificación continua con nuestros hábitos mentales nos lle-

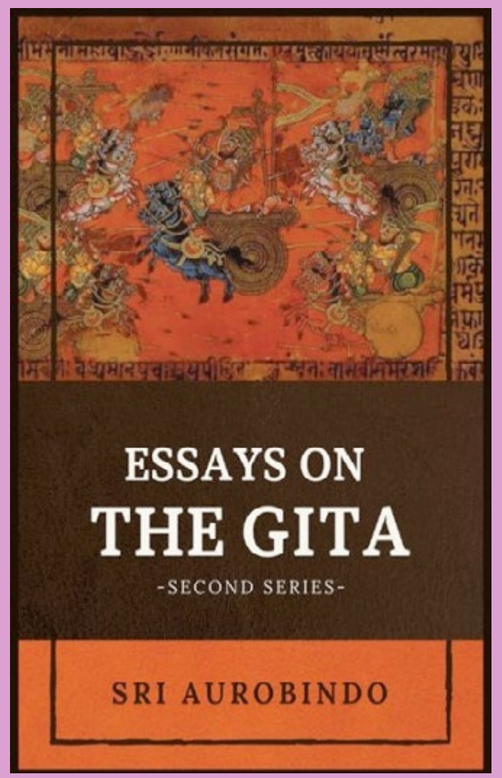
va a estar todo el tiempo proyectando, especulando, entre el pasado y el futuro perdiendo el contacto con lo que nos pasa y sobre todo con lo que somos.

Por eso, además de relajarnos, una cuestión a tener en cuenta en el aspecto psicológico es saber que el mayor desafío es el desapego. Es decir, renunciar a nuestros hábitos mentales y tratar de definirnos por lo que somos y hacemos más que por lo que fuimos o hicimos, entender que estamos siendo. Si hacemos de la respiración un proceso consciente, si sentimos que respiramos, que nuestro cuerpo está en movimiento, que cada respiración es aire nuevo, nos permite generar la sensación de que somos algo en movimiento.

Lo ideal, en este proceso de transformación, sería que este movimiento tenga una dirección, una intención que lo encauce. De aquí es que surge la necesidad de “atar el hilo al clavo”, es decir ir descubriendo qué es lo que quiero ser, porque cuando no lo sé o no quiero buscarlo indefectiblemente la vitalidad se desvanece, porque volvemos al patrón de ser presos del conjunto de hábitos.

Mencionaré otra frase de un amigo, que escuche hace poco “llaves viejas, no abren puertas nuevas”. En la esfera emocional, la llave para abrir este aspecto seria la aspiración, las ganas, esa motivación que más allá de mi circunstancia pueda sentir esa fuerza que viene de afuera y me lleva. Hagamos que esa fuerza sea elegida.

RECOMENDACIONES



LOS ENSAYOS SOBRE LA GITA

Sri Aurobindo

por Vicente Merlo

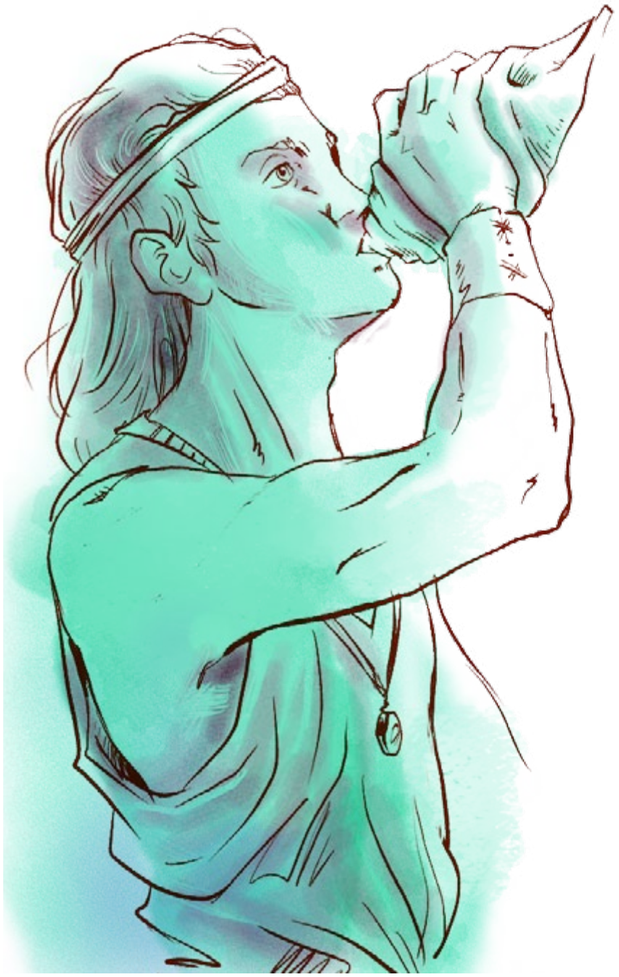
Recuerdo la conversación con Jehangir Chubb, paseando desde la sede central del Ashram, desde el samadhi, hasta el Comedor comunitario. En un momento, hablando de las obras de Sri Aurobindo, que él conocía perfectamente, me comentó que *los Ensayos sobre la Gita* era una de sus obras fundamentales. La verdad es que no recuerdo si en aquel momento yo la había leído ya. Diría que no. Lo cierto es que me extrañó. ¿Un comentario a una de las grandes obras de la literatura india entre las principales obras de Sri Aurobindo? ¿De verdad podría ser comparable a *La vida divina*, *La síntesis del Yoga*, u otras?

Hoy no dudo de que es una de sus grandes obras. En la versión que he manejado desde hace años, traída desde Pondy, por cierto, son 589 páginas, y de tamaño más bien grandecito. Así que, ya en volumen es “una de sus grandes obras”. Pero, también por su alcance, por su maestría a la hora de comentar un texto clásico, por su contenido. Siguiendo la división tradicional de la Gita en

3 partes de seis capítulos cada una, no solo va presentando las principales ideas de esta obra enriquecida a lo largo de la historia por docenas de comentarios (Shankara, Ramanuja, Jñaneshvar, Abhinavagupta, Gandhi y tantos otros) sino que lleva a cabo un minucioso trabajo de exégesis, de interpretación clarificadora de ella.

Se ha mostrado que muchos de los comentaristas más que exégesis realizan una "eisegesis", forzando el texto para poder leer en él las ideas del propio comentarista. En el caso de Shankara resulta especialmente evidente. No es lugar este para presentar la inmensa riqueza desplegada en los Ensayos de Sri Aurobindo, así que me centraré tan solo en tres cuestiones: el significad del término *vijñâna*, la importancia de la noción de *purushottama* y la innegable tri-unidad de los tres principales yogas presentados en la Gita.

En cuanto a lo primero, sobre todo en los capítulos 7 y 9, la Gita distingue entre *jñâna* y *vijñâna*, dos términos con una larga historia en el desarrollo del hinduismo. Lo más frecuente es traducir, siguiendo a Shankara, el primer término como conocimiento teórico (por lectura en las Sagradas Escrituras o por enseñanzas de los maestros) del Atman inmutable; el segundo como la realización experiencial del mismo Atman inmutable. Sin embargo, Sri Aurobindo entiende que el primero es ya verdadera realización experiencial del Atman inmutable, que constituye el "conocimiento esencial", pero el segundo va más allá y se refiere al "conocimiento integral", en lenguaje aurobindiano, propio de la supermente. Y es que, como sabemos, el propio sabio de Pondicherry identifica Vijñâna con Supermente.



En cuanto a lo segundo, la Gita afirma que hay tres Purushas (Espíritu, aunque a veces se traduce también como Persona): el Mutable (el Espíritu-en-el-Devenir, si se quiere decir así), el Inmutable (el Espíritu supracósmico, extracósmico), ambos bien tratados en la tradición vedántica. Pero existe un tercer Espíritu, o mejor, dimensión o comprensión del Espíritu infinito, al que denomina "Espíritu supremo" (*uttama*

purusha o Purushottama). Este (diríamos que sólo accesible a través de la conciencia supramental, Vijñâna) integra las aparentes contradicciones y se muestra como siendo simultáneamente Inmutable y Mutable, Sin-Forma y con multitud de formas, Eterno y desplegado en el Tiempo, Trascendente e Inmanente. Y esto es lo que ejemplifica Krishna, sobre todo en los capítulos 9, 10 y 11 a través de las series de expresiones que dicen: "Yo Soy... esto, y Yo Soy... aquello", pues en realidad Él es todo, la inteligencia de los inteligentes, la fuerza de los valientes, el calor del Sol, el Ganges de entre los ríos, etc. Es la totalidad de lo existente, el corazón de todos los seres, y sin embargo los trasciende a todos, pues ha creado este mundo con una infinitésima porción de sí mismo.

En tercer y último lugar, Sri Aurobindo, frente a las frecuentes lecturas unilaterales que quieren destacar como yoga principal de la Gita el Yoga del Conocimiento, o el de la Acción o el de la Devoción, muestra con maestría la estrecha inter-conexión de los tres yogas, por eso puede decirse que la Gita presente el Sendero Tri-uno, integrando los tres aspectos fundamentales del ser humano, lo que me gusta llamar su Conocimiento transpersonal, su Voluntad y su acción transpersonal y su Amor divino transpersonal. Lo cognitivo, lo volitivo y lo afectivo son integrados al mismo tiempo que sublimados mediante su conocimiento integral, su entrega consagrada y su amor y gozo devocionales.

Eso no significa, como el propio Sri Aurobindo se encargó de aclarar, que en la *Bhagavad Gîtâ* esté todo el Yoga integral de nuestro autor, pero no por ello deja ser la joya que como tal ha sido reconocida, no solo en el hinduismo sino en la literatura espiritual universal.

CALENDARIO DE ACTIVIDADES

En este apartado encontrarás nuestras próximas actividades.
¡Apuntátelas en la agenda!

CURSOS

El Yoga: un camino de superación personal — **30€**

Gerardo Pereyra [1]
- 3 sesiones -

Fechas:
06 de Septiembre,
13 de Septiembre,
20 de Septiembre.

Horario:
13:30 Uruguay
14:30 Argentina
14:30 Brasil
19:30 España

Inscripciones y consultas:
momentoparapensar
@gmail.com
o por Telegram:
+598991821778

[1] *con 34 años de experiencia en el Yoga. (www.yogaesencial.uy)*

El perfeccionamiento de la mente frente al cambio de era — **30€** / **15.000 ARS**

Ricardo García
- 3 sesiones -

Fechas:
12 de Octubre,
19 de Octubre,
26 de Octubre.

Horario:
12:00 Chile,
13:00 Argentina,
13:00 Brasil,
18:00 España.

Inscripciones y consultas:
cisaum7@gmail.com

Convocatoria del Segundo Encuentro de Poesía Mística

La Comunidad Internacional Sri Aurobindo-Mirra Alfassa (CISAUM) tiene el agrado de comunicar que se abren las inscripciones para participar en el Segundo Encuentro de Poesía Mística.

15 de septiembre de 2023

Horario:
11:30 Chile
12:30 Argentina
12:30 Brasil
17:30 España

Inscripciones y consultas:
Las personas interesadas, sírvanse enviar un correo a cisaum7@gmail.com

CIERRE

HAZTE SOCIO

La Comunidad Internacional Sri Aurobindo-Mirra (CISAUM) constituye un grupo de estudio, práctica y difusión del Yoga Integral de Sri Aurobindo y Mirra Alfassa.

Nuestro objetivo principal compartir esta sabiduría que creemos constituye un faro para la humanidad, también en nuestros días.

Para ello, el estudio, la práctica y la difusión del pensamiento de Sri Aurobindo y de Mirra Alfasa (co-creadora del yoga integral) constituyen los pilares de esta Comunidad.

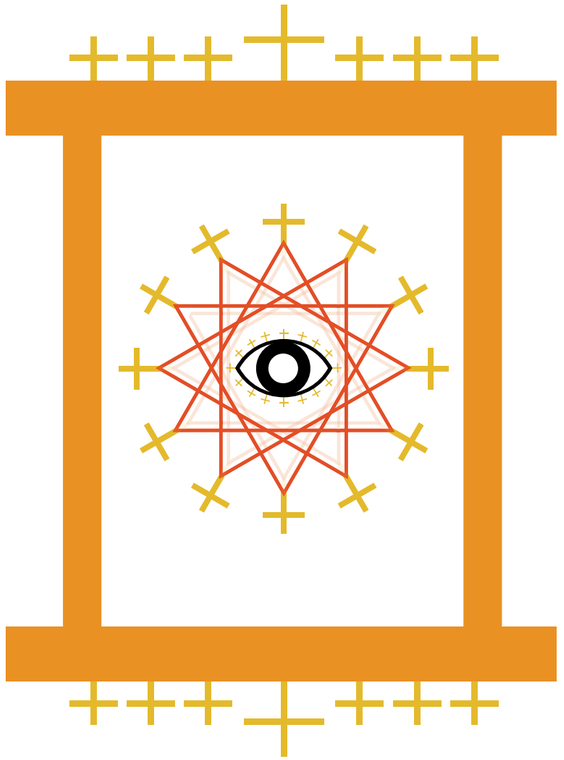
En sus principales obras vemos expresada esta Visión Integral y la correspondiente Forma de Vida integral que propone.

Entre las actividades a llevar a cabo se cuentan:

- *El estudio de sus obras para quienes estén interesados en ello, la organización de eventos en línea con conferencias, exposiciones, cursos, talleres, etc.*
- *La publicación a través de la editorial Mater Latina de obras no solo acerca de esta Visión Integral, sino de aquellas que resuenen con dicho pensamiento, pues creemos que la Humanidad se encuentra en un momento crucial para su evolución y son muchas las voces que pueden orientarnos.*
- *Puesto que sus miembros y simpatizantes pertenecen a distintos países, sus actividades tendrán lugar online.*

"*Este símbolo representa el recorrido evolutivo del alma de Sri Aurobindo y de su familia kármica, que es un grupo de aproximadamente mil almas que han recibido sus energías y sus enseñanzas en la Tierra*".

-Símbolo y explicación del mismo (véase Revista CISAUM nº 1) por Rodrigo Bazán-



Para más información: cisaum7@gmail.com

EQUIPO EDITORIAL

Editores y dirección: CISAUM

Redacción: Pepa Berengan
Tomás Berengan
Marcelo Fortuna
Ricardo García
Vicente Merlo
Macarena Muñoz
Savitri

Diseño y maquetación: Dani Majà
Ilustraciones: Dani Majà

CONSULTAS, DUDAS, SUGERENCIAS, ETC.

Para cualquier sugerencia, inquietud, opinión o comentario, no dudéis en escribirnos a nuestro correo *cisaum7@gmail.com*. Estamos abiertos a propuestas de temas que os puedan interesar en relación al Yoga Integral y todo lo que está relacionado con Sri Aurobindo y Mirra Alfassa.

Estaremos encantados de atenderos para poder mejorar nuestra revista.

¡Gracias por leernos hasta aquí!

WEBGRAFÍA

Para más información, podéis visitar los siguientes enlaces:

En inglés
- *www.sriaurobindoashram.org*
- *www.auroville.org*
- *www.auro-ebooks.com*
- *www.auromaa.org*
- *www.motherandsriaurobindo.in*

En español:
- *http://www.fundacionaurobindobcn.com/*

En portugués
- *www.casasriaurobindo.com.br*

SĀDHANĀ

¡Clica al nombre de la revista para volver arriba!!

No os perdáis el próximo número para dentro de unos meses. ¡¡Os esperamos!!