

Yoga se asociaba en India, durante mucho tiempo, a ejercicios principalmente mentales. El conocimiento, así, jugaba un rol muy importante: quien ha reconocido que uno de nuestros más fuertes impulsos – el impulso de conservación de la especie – solo surge del deseo de posesión, pueda, tal vez, soltarlo. En los teoremas clásicos del Yoga, los Yogasutras del maestro Patanjali, se describe, cómo, por el apaciguamiento de la mente inquieta, se alcanza la percepción de la realidad y se consigue despegarse del engaño y de la distorsión mental. De esta manera alcanzamos el estado de la felicidad.

Hatha Yoga nació del Tantrismo. En esta enseñanza, el cuerpo es el templo del alma. Debe de ser sano y puro – se aspira a una larga vida. Algo que ha caído en el olvido, es que el Hatha Yoga aspira a la contemplación, como objetivo más alto. Sin considerar este concepto, uno se podía perder en la búsqueda de los objetivos espirituales. Lo que entonces se desarrolla más, serán las habilidades físicas y, consecuentemente, el peligro que el Yoga se desgrade a una finalidad en sí.

Yoga no solamente significa el retraimiento de todas las actividades racionales y el recogimiento de los sentidos, así como ya relatado impresionantemente en el Bhagavadgita. Se trata de la lucha – el campo de batalla, lo real, lo físico, lo concreto, es el escenario de las enseñanzas yóguicas. El guerrero Arjuna no puede evitar su destino. Se describen las dudas de Arjuna; él no quiere matar a nadie, quiere vivir la no violencia. ¿Y ahora, de repente, tiene que luchar? Como guerrero que es, debe de luchar, incluso estando enfrente a sus más queridos seres y familiares. Solo así puede mediar por el bien del pueblo.

Arjuna contemporáneo

Un Arjuna contemporáneo era Mahatma Gandhi. Él definía su lucha pacífica por la libertad como Satyagraha: ‘La verdad (Satya) presupone amor. Firmeza (Agraha), expresa la fuerza y es idéntica a ella.’ Al movimiento liberatorio hindú le dio el nombre Satyagraha – la fuerza que nace de la verdad y del amor o de la no violencia. Poco antes que Mahatma Gandhi fuese asesinado por un extremista, dijo: “si tuviese que morir por la bala de un loco, tengo que hacerlo sonriendo. No puede haber ira en mí. Dios tiene que estar en mi corazón y en mis labios, y tenéis que prometerme una cosa: si algo así tuviese que ocurrir, no debéis llorar. No he emprendido el servicio a la humanidad por alguna petición humana, tampoco puedo abandonarlo por la petición de alguien. Soy así como Dios me quiso y actúo como él me indica”. Gandhi se puso a disposición de Dios o del Dharma (la enseñanza), todo el potencial de su ego estuvo dedicado a la redención de India – hasta el final personificó este cambio.

Seguramente, para muchos, el acceso a una práctica regular de Yoga es una finalidad en sí. Se oye o lee cosas interesantes sobre el tema – en la sociedad actual casi no se puede evadir el Yoga. Entonces uno se da cuenta que esta práctica hace bien y, de repente, se empiezan a abrir puertas, cuya existencia hasta entonces era desconocida. Toda práctica seria nos conduce a la fuente interior. Quién soy y cuál es mi misión, se demuestran ser preguntas centrales. Con la purificación de la conciencia y la habilidad del discernimiento, podemos lograr encontrar las respuestas necesarias. Nuestro lugar en la sociedad se nos revelará con el tiempo. Si conseguimos actuar desde esa fuente interna, personificamos desde nuestro corazón el cambio que deseamos ver en el mundo.

Gracias por tu atención