



KIER

**MAGIA SEXUAL POSITIVA
PAN-AMRITA-YOGA**

**Lus de
Sayjan**

Mis sinceros agradecimientos en el nombre de la humanidad al Deva-Lama, quien me dio a conocer la enseñanza del Pan-Amrita-Yoga, y al Maestro M., el cual enseñó la ley de los "Dioses atómicos".

INTRODUCCION

Para alcanzar una vida plena de paz y de felicidad interna que al mismo tiempo armonice las circunstancias de la vida de cada cual, existe un camino relativamente sencillo que en el hemisferio occidental apenas es conocido. Esto se alcanza por intermedio de una autoeducación hacia el manejo mental de la libido (energía sexual) o sea por la transmutación de esta misma en fuerza vital aumentada, en energía amorosa intensificada, en energía de salud, de bienestar y de regeneración física celular constante. Como se sabe, es justamente la energía sexual aquella que está más fuertemente anclada en el ser humano que ninguna otra.

Este camino de Pan-Amrita-Yoga es de una utilidad inapreciable para todos los seres humanos, en los que todavía se encuentren despiertas las "aguas sagradas" de la libido. A continuación se detalla claramente cómo se puede lograr este conocimiento para su aplicación benéfica inmediata.

La libido es algo maravilloso, cuando empieza en la conciencia del ser humano a dejar el reino de lo puramente animal o instintivo, uniéndose a las energías psíquicas y mentales. Esta triple fusión se denominará en el presente libro la "libido mentalmente manejada" o en términos ocultistas, la "onda dionisiaca".

Quien afirma que la energía libidinosa es hija del pecado, porque seduce a los hombres indebidamente, está equivocado. DIOS, el creador de esta fuerza admirable haría entonces un juego malvado para con sus criaturas. Por un lado regala a sus hijos un don maravilloso, para prohibir su aplicación al mismo tiempo bajo pena de muerte para toda la eternidad, si no es utilizada exclusivamente para la procreación. Pero, Dios es amor y, por lo tanto, el amor de una conciencia sana y estética jamás puede ser sucio y pecaminoso.

La libido es buena y contiene en si poderes curativos, pues es un fuego interno, capaz de quemar dolencias físicas y ciertos males psíquicos. No obstante, ella debe ser aplicada en dosificación prudente. Una gota de más de un remedio puede causar la muerte en vez de producir la curación, y una gota de menos tampoco nos libra de la enfermedad, sino que la agrava. En cierto sentido también es una panacea universal dotada de poder curativo. Tarea de esta obra es proveer a los hombres de la llave, mediante la cual estarán capacitados para entrar en un estado de conciencia nueva, hasta ahora desconocida. Por esta razón: cuando se desea obtener una felicidad duradera, el sexo debe ser cultivado debidamente. No se debe permitir que crezca como una planta silvestre, dejando brotar sus ramas hacia todos los lados, de manera que tapen la luz que penetra desde lo alto.

La libido es una energía eléctrica muy sutil y al igual que la energía eléctrica, puede ser usada equivocadamente o aprovechada en beneficio propio. La mayoría de los hombres desgraciadamente derrocha esta preciosa energía debido a la falta de una educación adecuada en este sentido. Por lo tanto, debemos terminar con todo falso pudor. Ya ha llegado el tiempo para una conciencia sexual distinta. La acostumbra hasta ahora debe descartarse y aspirar a una sexualidad superior y digna, aspirando al goce sublimado, a la armonía interna y a una felicidad física y psíquica sin igual. Una vez consciente de esta nueva vibración, todo el ser queda compenetrado por la onda dionisiaca.

Gran parte de los hombres cree que la perfecta felicidad depende exclusivamente de la unión con una persona del sexo opuesto. Esto es un error notable, pues tanto los yoghis de la India como los lamas tibetanos enseñaron, desde hace miles de años, que cada ser humano contiene en sí elementos masculinos y elementos femeninos a la vez. El hecho de que haya hombres y mujeres, reside solamente en la diferente distribución

de las hormonas, masculinas y femeninas, en el organismo del ser humano. Los científicos occidentales no hace mucho tiempo han llegado a la misma conclusión. Hoy en día ya es un hecho muy conocido que, si se administra a una mujer cantidades de hormonas masculinas superiores a las normales, su voz adquiere con el tiempo un timbre varonil y la barba aparece en su rostro. Por el contrario, cuando se administra a un hombre grandes cantidades de hormonas femeninas, su voz llega a parecerse a la de una mujer. Pronto empezará a engordar en las partes típicamente femeninas que son el pecho y las caderas. Ciertos ejercicios respiratorios empleados en el lejano Oriente tienen por fin unir ambos polos del cuerpo, o sea los polos negativo-positivo; masculino-femenino, en una parte determinada del cuerpo.

También hay en el Oriente ashramas (monasterios) secretos, lejos de la muchedumbre, donde es usual dedicar cierta hora del día a la transmutación mental de la energía libidinosa, que circula en el organismo humano, y se observa para esto la misma regularidad que para comer, beber, dormir y orar. Para los lamas tibetanos la libido es sagrada y adquiere el carácter de una divinidad.

El cuerpo humano está compuesto de distintas secciones y cada sección elabora energías diferentes, sobre todo en el plano psíquico y mental. El Pan-Amrita-Yogui determina en qué energía desea él transmutar y sublimar la onda dionisiaca. Los antiguos iniciados chinos conocieron también este método y lo aplicaron en primer lugar para prolongar su vida física. Asimismo lo usaban para dinamizar y regenerar sus células y conservar perpetua virilidad.

Los lectores que se interesen por estos métodos encontrarán la enseñanza adecuada en las siguientes páginas. Para obtener el elixir de la vida se darán a conocer técnicas que también pueden brindar resultados satisfactorios a los occidentales. Uno de estos métodos se ha revelado en la obra de C. G. Jung "El Secreto de la Flor de Oro"; traducción de un antiguo manuscrito chino por K. Wilhelm. Para el no-iniciado (laico) es muy difícil aplicar con resultados satisfactorios el método relatado en dicha obra, pues le resultará sumamente complicado entender lo descrito. Para el iniciado, no obstante, esta obra constituye una fuente de oro.

El Pan-Amrita-Yogui aprende mediante estos métodos a reducir la pérdida de la fuerza vital. Cuando más avanza en la edad, tanto más almacena. Esta energía acrecentada, circulando en todo el organismo, le produce goces y deleites cada vez más intensos y produce con el tiempo un éxtasis semejante al Samadhi de los orientales. Al mismo tiempo aprende, si lo desea, a sentir el deleite del orgasmo en la región del plexo solar o en cualquiera otra parte del cuerpo donde desee sentirlo. Este goce se produce gracias a la acumulación de la energía libidinosa en la sangre y en todas las células de su cuerpo. Aunque parezca increíble, puede ser sentido muy bien en la punta de un dedo o en la punta de la nariz.

Para el Pan-Amrita-Yogui oriental la actividad sexual no significa pecado alguno. En la India existen templos públicos donde se adora abiertamente lo que nosotros, los occidentales, ocultamos con pudor. Para el adepto del Pan-Amrita-Yoga la energía libidinosa es una energía como cualquier otra que puede ser utilizada de acuerdo a su carácter peculiar. Hay monjes tibetanos que se dedican principalmente, lejos del mundo, a la transmutación mental de la energía libidinosa, para ayudar a la evolución de la energía atómica contenida en todas las moléculas, sobre todo en la energía seminal. Ellos están conscientes de que la energía universal que es positiva-negativa, masculina y femenina, penetra en todas las cosas y muy intensamente en el ser humano. Esta energía está compuesta de miríadas de átomos infinitamente pequeños. No obstante, todos los átomos de por sí son un mundo completo, una vibración inteligente, a los que los yoguis han dado el nombre de "Dioses atómicos". Los átomos seminales están dotados de una

inteligencia excepcional y en ellos se encuentren archivados los registros de los mundos sumergidos y de las vidas pasadas de la humanidad. Ellos, aunque infinitamente pequeños, son seres de luz que espíritus benéficos han traído hace milenios de años a la tierra para beneficio de toda forma viviente. Como seres de luz tratan de elevarse constantemente a la luz. Quieren hacer feliz al ser humano; pero también quieren recibir una recompensa adecuada, pues desean ascender a un reino superior y comunicar su sabiduría a los hombres. El primer peldaño de su ascenso constituye el plexo solar. Pero los seres humanos mediante su egoísmo pasional los mantienen aprisionados en la región sexual y los utilizan casi exclusivamente para sus deleites instintivos. Solamente cuando dos seres se aman sinceramente, estos diminutos átomos de luz alcanzan a ascender al plexo solar, y algunos hasta al corazón, después de la consumación amorosa.

Tarea de estos lamas tibetanos, por lo tanto, es atraer mentalmente hacia su corriente sanguínea la energía nerviosa de la fuerza vital por medio de respiración, mantrams y la adecuada concentración (todo sin ninguna actividad sexual) y depositarla en la región del plexo solar. El gran deleite espiritual que reciben estos monjes en compensación es la gracia que les proporcionan estos átomos de luz liberados de su prisión milenaria.

El método de la transmutación de la libido tiene mucho en su favor y nada en su contra. En la antigüedad se crearon dogmas y el pueblo fue obligado a cumplirlos. No obstante, el iniciado tenía la libertad de atenerse a dichos dogmas o de infringirlos, pues al adepto siempre le ha sido permitido lo que a los laicos les era estrictamente prohibido. Los rituales dionisiacos desde hace miles de años han sido un privilegio secreto de los iniciados griegos, romanos y orientales del Pan-Amrita-Yoga. Dionisio es, como se sabe, el dios de la alegría de vivir y de la sublime embriaguez libidinosa. Pan significa universal o todo. Amrita traducida del sánscrito quiere decir "néctar de los dioses". Yoga significa unión. La obtención del elixir de la vida está contenido en estas cuatro palabras.

Los Deva-Lamas, guardianes de este secreto, han permitido su revelación pública solamente ahora debido a la nueva era de Acuario en la que estamos entrando desde el año 1935 y que dura aproximadamente unos dos mil años. Esta nueva era trae conceptos sexuales muy distintos a los acostumbrados durante la era de Piscis (la era del Cristo crucificado), que duró también unos dos mil años. Un Deva-Lama, que viste la túnica de lamas tibetanos cuando se materializa a sus ayudantes, predicó que en el próximo siglo la libido mentalmente manejada constituirá, para los intelectuales sensitivos, un método natural, tan natural como beber y comer. El ser puramente instintivo y emocional no será capaz de cultivar esta transmutación elevada. Los primeros, no obstante, alcanzarán mediante la sublimación de la libido y su elevación al plexo solar u otro centro nervioso una conciencia nueva y muy profunda de lo divino. Dionisio, el señor de la alegría y del goce sensual sublimado, será entonces El Dios. El Eros vulgar será desterrado y Mamón, el Dios de la riqueza, ocupará solamente el segundo lugar en la adoración desde entonces.

La fuerza sexual es la piedra angular de todo el universo y como tal es máxima energía creadora. Los seres humanos, al cultivar la nueva conciencia sexual, no se rebajarán, pero se alejarán mucho del instinto animal. Al mismo tiempo, alcanzarán una liberación interna sin igual.

El hombre no dependerá *más* de la mujer para sentir dentro de sí una felicidad perpetua y la mujer no dependerá más de la gracia o de la potencia del esposo. Los matrimonios del futuro, según el Deva-Lama, solamente se concertarán cuando se quiera procrear hijos sanos e inteligentes. Habrá una camaradería casi perfecta entre hombres y mujeres, edificada sobre la base de aspiraciones elevadas. El amor sentimental pasará de moda. Igualmente los divorcios, pues los que se casen tendrán un elevado sentido de responsabilidad hacia el compañero de la vida y hacia los hijos. La libido mentalmente manejada ayudará al ser humano a ennoblecer su carácter.

El sexo es vitalidad. Cuando más vital es una persona, tanto más fuertemente está en ella desarrollado el instinto sexual. Vitalidad transmutada en más vitalidad produce la sustancia nerviosa que contribuye a crear un ser libre, tanto interna como externamente. ¿Quién de nosotros no quiere llegar a ser una persona absolutamente libre? Esto significará manejar los problemas de la vida diaria con una habilidad sin igual. Entonces no se vivirá más para trabajar; tampoco se trabajará más para vivir, sino solamente se respirará para gozar la vida. Un trabajo correcto efectuado a su tiempo también produce goce y satisfacción.

La libido mentalmente manejada abre la puerta hacia el cielo que cada cual lleva dentro de sí. Como ya se sabe, las escrituras más antiguas y sagradas de todos los pueblos y creencias hablan siempre de un cielo que no se encuentra fuera, sino dentro del ser mismo. Pero nadie alcanzará este paraíso dentro de sí, si cree que la realización del sexo consiste en correr de un orgasmo a otro con la consiguiente eyacuación, pues estas personas derrochan valiosa vitalidad y con ello no harán otra cosa que nutrir su naturaleza instintiva, dejando al mismo tiempo hambrienta su alma. En vez de regenerarse por intermedio de su sexo se acercan con grandes pasos a la tumba. Se puede decir que el sexo es realmente un cuchillo de doble filo; puede ser utilizado tanto para el bien como en sentido destructivo.

Deseo de la autora es contribuir ampliamente a la divulgación de la enseñanza del Pan-Amrita-Yoga para el provecho de todos los que lean este libro. La práctica y los conocimientos derivados de la misma asombrarán al estudiante del Pan-Amrita-Yoga, pues con el tiempo se dará cuenta de que el orgasmo no constituye el goce más intenso, sino que generalmente trae como consecuencia un cierto sentido de vaciedad. También se dará cuenta de que este método, hasta ahora ignorado, traerá completa satisfacción, no solamente a su natura laza, sino también a su alma, produciendo un estado mental de paz y de tranquilidad interna absoluta.

La energía sexual es también el motor de la vida. Por lo tanto, no se puede ignorar dicha fuerza ni tampoco hacer como si no existiera. Tampoco se puede reprimir sin crear complejos y un estado nervioso neurótico. Sigmund Freud destacó este hecho claramente en sus enseñanzas y prácticas como psicólogo de fama mundial. Con razón afirma que la sexualidad reprimida es la raíz de la mayoría de los males que atacan al ser humano. Sin embargo, a pesar de esto, la sexualidad no debe adquirir un carácter banal y obsceno en la vida diaria. Todos nosotros debemos llegar a ser sacerdotes y sacerdotisas del fuego sagrado que llevamos dentro de nosotros.

Los espíritus desencarnados siempre buscan convivir y evolucionar con nosotros, aunque la mayoría de los hombres no se da cuenta de este hecho. Solamente los seres sensitivos lo han comprobado en muchas oportunidades. Se puede decir que en el mundo espiritual la calidad interna del ser humano será juzgada, en primer lugar, según la clase de espíritus que lo rodean. Hombres de aspiraciones elevadas atraen hacia sí espíritus de la misma naturaleza y hombres malos se mueven en una atmósfera de espíritus de tendencia malvada que los acompañan.

El Deva-Lama también informó que los médicos del futuro aplicarán la energía de la libido mentalmente manejada, como remedio para enfermedades a las que otros medicamentos no combaten. Estos médicos indicarán claramente a qué parte del cuerpo el enfermo debe elevar o bajar la energía nerviosa de la libido para alcanzar efectos curativos.

El materialismo no es capaz de salvar la humanidad de su interna tensión enfermiza, pues alimenta solamente el cuerpo y deja hambrienta el alma. Pero por intermedio del Pan-Amrita-Yoga uno puede fusionarse con la onda dionisiaca, conciliando de esta manera la materia con el espíritu y recibiendo en compensación un maravilloso sentido de la vida.

La receta para lograr esto puede encontrarse en las páginas siguientes. Este libro ha sido escrito especialmente en un estilo tal que cualquier persona puede sacar algo útil de acuerdo a su estado mental y evolutivo. Por esto servirá tanto a las personas de mentalidad restringida como también a las de mentalidad evolucionada y que deseen superarse. LÚS DE SAYJÁN

I

CELULAS Y ATOMOS

"Creo que el espíritu tiene el poder de obrar sobre átomos y grupos de átomos, de manera que es capaz de influenciar la causalidad del comportamiento de los mismos.

"Además, creo que incluso en lo último puede ser determinada la marcha del mundo, no solamente por leyes físicas, sino también por leyes espirituales y por la voluntad de los hombres."

Sir Arthur Eddington.

Nuestra vitalidad individual se puede establecer según la intensidad de nuestra fuerza sexual. Para aumentar esta vitalidad, debemos aprender sobre todo a respirar lenta, tranquila y rítmicamente. La respiración, al mismo tiempo, debe ser manejada mentalmente; esto quiere decir, dirigir el aliento a cualquier parte donde nuestra voluntad, en combinación con nuestra imaginación, quiera mantenerla. También es necesario desarrollar parejamente una intuición comprensiva para con su propia naturaleza. El cuerpo es el vehículo del alma y solamente en un cuerpo sano puede manifestarse un alma sin obstáculos, ni limitaciones. No obstante, el ser humano debe afirmar perpetuamente en su conciencia que él no es el cuerpo que piensa y actúa, sino una entidad espiritual que ocupa este cuerpo temporalmente como un vestido, para adquirir conocimientos en el mundo de la forma; lo mismo que el astronauta necesita un traje especial para investigar el mundo cósmico y estelar.

No hay nada más bello en toda la creación que un cuerpo humano bien proporcionado. Dotado de una conciencia moral, con un discernimiento inteligente, con un rostro en el cual se reflejan sus emociones psíquicas, el hombre se eleva por sobre todas las criaturas como obra maestra de la creación. La sonrisa humana, con su capacidad expresiva, tampoco puede ser imitada por otras criaturas. El hecho de que un ser humano de una estatura de 1,70 metros más o menos y de aproximadamente 75 kilos de peso se haya desarrollado de una sola célula, tan pequeña que el ojo humano no la puede ver, ya es una maravilla sin igual. Leer una novela no es tan interesante como perseguir la historia de la pequeña célula al multiplicarse y desarrollarse, formando los órganos internos, glándulas, cerebro, huesos, piel, nervios y todo lo que el ser humano necesita para actuar inteligentemente.

El crecimiento del cuerpo empieza desde adentro. Fuera de lo ya descrito, la célula multiplicada en billones de células, no solamente es responsable de la adecuada distribución de cada órgano, sino que también de ellas depende el correcto funcionamiento de todo el organismo. En tiempos pasados se creyó que las células eran una, especie de sacos. Por tal razón se las llamó células. No obstante, hoy en día se sabe que las células son mucho más que simples sacos, pues son organismos vivientes denominados protoplasma. Aunque cada célula es tan pequeña que solamente se la puede ver con un microscopio especial, cada una es de por sí un ser viviente que nace, respira, come, bebe, se multiplica y a su tiempo muere, para dar lugar a células nuevas y más vigorosas. Por lo tanto, la vida de estos cuerpos infinitamente pequeños es tan real como el organismo humano en su totalidad. La salud de cada ser viviente, sea humano o animal, depende exclusivamente del trabajo armonioso que efectúan las células dentro del organismo. Como ya se ha dicho, el cuerpo entero, incluyendo la piel y los pelos, está compuesto de estas células. Fraternalmente trabajan juntos, en grupos grandes y pequeños, para formar los órganos, la sangre, etcétera. Todas las células de un órgano específico tienen características semejantes. Por ejemplo: hay nueve billones de células en una formación casi artística, que componen el cerebro y la médula espinal. Se las denomina células nerviosas. Estas son las mejor organizadas, pues

por intermedio de ellas se dan instrucciones y órdenes a todas las partes del cuerpo. Gracias a la inteligencia de las mismas podemos pensar, percibir, palpar, actuar y sentir, y estarnos conscientes de nuestra vida en la tierra. Otro grupo de células se ocupa en generar el jugo gástrico. Innumerables células forman el hígado, otras el corazón, trabajando incansablemente, día y noche.

Por lo tanto, distribuidas en todo el cuerpo, estas pequeñas células actúan con una inteligencia que asombra a los hombres pensantes, lo que lleva a la convicción de que todos estos billones de células deben actuar necesariamente bajo la guía de una inteligencia superior a ellas, una especie de maestro constructor dirigente y vigilante a la vez.

En la literatura, las células se denominan también obreros de construcción de los cuerpos. Trabajan con una precisión matemática y con una habilidad extraordinaria. Ningún ruido, ningún movimiento es sentido y ninguna fricción se puede percibir cuando no se obstaculiza el trabajo de las células. En conjunto forman un todo armónico, de manera que cada parte trabaja como las ruedecillas del mecanismo de un reloj.

En resumen; cada órgano es único en su trabajo y sin embargo actúa al mismo tiempo tanto para sí mismo como para el organismo entero.

Ahora cabe preguntar: ¿Quién es aquél que mantiene el orden en este maravilloso funcionamiento del ser humano?. Es vastamente conocido que no puede haber orden si no existe alguien que ordene. Quién, entonces, es esa misteriosa inteligencia, ese incógnito e invisible general al mando del conjunto y a cuyas órdenes obedecen los billones de células, semejantes a un ejército de soldados disciplinados en cuyas filas cada célula de por sí ejecuta lo que le es ordenado desde esferas invisibles, con el fin de que todos los órganos del ser humano funcionen sin dificultades.

En el centro etérico-psíquico del corazón, desde donde las diversas energías son distribuidas a todo el ser, se encuentra la morada de un super-átomo dotado de una inteligencia extraordinaria y cósmica a la vez. Los ocultistas denominan a este super-átomo "Nous". Su tarea especial es regenerar constantemente las células del cerebro, por medio de órdenes, dirigidas tanto al organismo físico del cuerpo como al organismo psíquico, es decir, al alma. Los ocultistas dicen que este átomo es de naturaleza inmortal y pertenece siempre a la misma alma. Por lo tanto, conserva dentro de sí los recuerdos de todas las vidas humanas pasadas, a través de las cuales el alma ha emigrado, y quien pudiera comunicarse conscientemente con su Nous alcanzaría a conocer sus vidas pasadas con relativa facilidad. Más adelante describiré un ejercicio especial y probado por mí mismo que bien pronto ayudará a los lectores interesados y sinceros a obtener más claridad respecto a sus propias vidas pasadas.

Lamentablemente, debido a las tensiones de nuestra vida diaria y, al mismo tiempo, a los daños y perjuicios producidos por nuestra moderna civilización, esta tarea resulta extraordinariamente difícil y en muchos casos imposible. Nosotros, que buscamos el equilibrio en medio del desequilibrio que nos rodea, debemos tratar de fusionar nuestra conciencia con nuestro poderoso inconsciente, cuyo representante principal es el super-átomo Nous. Existen ejercicios respiratorios cuyos resultados son maravillosos en el real sentido de la palabra.

El Yoga y la física atómica, enseñan que tanto el microcosmo, el ser humano, como el macrocosmo, el gran todo, están compuestos de innumerables miríadas de átomos. Estos átomos son fuerza y energía a la vez que influyen sobre la vida de las células y las estimulan para efectuar su tarea específica. Estos eternos e incorruptibles átomos, junto con su guía, el super-átomo Nous, representan lo único real en esta vida,

lo único permanente en medio de la constante destrucción de las formas vivientes, representan lo que siempre ha sido, lo que es y lo que siempre será. Hay escuelas ocultistas que llaman a estos átomos "Dioses atómicos". Es de suponer que Dios, percibido como un ilimitado mar de energías, se manifiesta Principalmente por intermedio de los átomos eternos. Todo lo demás en el mundo es pasajero, pues cada forma depende constantemente del cambio de los tiempos y sus, peculiares vibraciones. La cantidad de átomos que pertenecen a un ser humano, a un planeta o a un sistema solar, no se puede contar, pero siempre habrá exactamente tantos como sean necesarios, para hacer visibles y tangibles las formas materiales en el mundo universal. Una de las facultades más características de los átomos es su capacidad de movimiento. De ello se desprende el modo como migran de una forma a otra y de que por tal razón ningún cuerpo sólido a lo largo del tiempo pueda permanecer siempre igual, encontrándose en un constante cambio, tanto interna, como externamente.

Los átomos que trabajan dentro del ser humano hoy no son los mismos del año pasado. De allí resulta que las células también son reemplazadas por otras nuevas y a veces por Olidas de características muy distintas de las anteriores.

La ciencia moderna nos enseña que toda composición de una forma deriva del movimiento de los átomos. Esta ciencia reconoce al alma o a la psiquis como eslabón en la cadena de las cosas naturales, o sea como una especie de organismo de una sustancia real, pero tan fina y sutil que es visible solamente para las personas sensitivas, como lo demostró el alemán Barón von Reichenbach en sus múltiples experimentos en una cámara oscura. Pero aunque generalmente los seres no pueden ver el cuerpo sustancial del alma, su actividad se puede percibir perfectamente por intermedio de las reacciones de lo subjetivo hacia lo objetivo.

El griego Demócrito dio formas a los átomos y demostró que los átomos físicos tienen formas cilíndricas, cónicas y triangulares; en cambio, a los átomos del alma los identificó con la forma esférica. Demócrito afirmó, entre otras cosas: "Las formas se diferencian entre sí solamente por el hecho de que la cantidad y la posición de los átomos son diferentes de una forma a otra. Como los átomos, debido a su impenetrabilidad, no pueden penetrar el uno dentro del otro, solamente pueden moverse por encima, por debajo o a ambos lados de los demás. De este hecho resultan también las innumerables formas de la materia. Ser y dejar de ser solamente depende del cambio de átomos que la forma sufra durante el curso del tiempo. Interesante es también el hecho de que los yoguis, como los científicos de la física atómica, llegaron a la misma conclusión de que pensar y sentir son cosas relativamente naturales. La naturaleza sutil de la psiquis se manifiesta especialmente por la capacidad de sufrir, actuar, sentir y pensar y sus órganos de expresión son los cinco sentidos del cuerpo con sus sistemas nerviosos respectivos.

Es por el constante cambio de los átomos en movimiento que nuestros conceptos, ideas, pensamientos y sentimientos sufren modificaciones, a veces incomprensibles para nosotros mismos. Por desgracia la mayoría de los seres humanos su cumbre a sugerencias grupales y se convierte en víctima de fenómenos de la histeria de masas. El Pan-Amrita-Yogui, no obstante, aprende a dominar los átomos grupales mediante su poder mental bien desarrollado. Se educa hacia una imaginación correcta y usando una respiración rítmica en conjunto con la libido mentalmente manejada, atrae hacia sí solamente los átomos que no contengan fuerzas del mal, sino únicamente energías constructivas. Estos átomos le son muy útiles y sirven sobre todo al súper-átomo Nous, mientras los de energía negativa tratan incesantemente de destruir la obra constructiva del Nous dentro de un ser humano.

Se sabe que el aire está lleno de átomos de toda índole que circulan en nuestra atmósfera. Aunque nos parezca que hay un vacío absoluto entre nosotros y la bóveda

celeste, estos átomos, invisibles por su infinita pequeñez, siempre giran a nuestro alrededor, siempre dispuestos a penetrar dentro de una u otra forma debido a su atracción magnética universal, para proveerles de energía vivificante o también destructiva. Los diferentes pensamientos y sentimientos no son otra cosa que una aglomeración específica de átomos los que rodean a los seres humanos, en cuya atmósfera se mueven, interaccionándose mutuamente.

El "Prana" de los hindúes es un conglomerado de átomos que han llegado a nuestra tierra por intermedio de los rayos solares. Su característica peculiar es que son calientes y secos y por lo tanto positivos. También hay átomos lunares, los que son húmedos y fríos. Bajo la influencia de luna llena nuestra tierra los recibe en abundancia, actuando negativamente sobre el estado de las personas nerviosas. Además, hay átomos que nos llegan desde el lejano cosmos. Se conocen ejercicios especiales mediante los cuales un ser humano puede atraer del cosmos los átomos de diferentes características e incorporárselos. Mediante estos ejercicios rúnicos, uno puede cargar el aura o campo magnético del ser humano con átomos derivados de los planetas Venus, Mercurio, de estrellas fijas como Sirio y de constelaciones cósmicas como la de Orión. Una noche me atreví a atraerme los átomos de la constelación de Orión con el fin de percibir y estudiar su vibración peculiar por intermedio de los ejercicios rúnicos. Sin duda alguna no lo haré por segunda vez, pues más tarde, cuando la constelación de Orión se encontró en la misma posición encima del techo de mi casa, me desperté de un sueño profundo y asombradamente sentí como si miles de agujas ígneas crepitaran sobre mi cuerpo. Por largo rato sentí como un fuego terrible, pero que no quemaba ni destruía el tejido del cuerpo. Simplemente, las energías que habían sido llamadas por mí se manifestaron de acuerdo a su naturaleza ígnea. En cambio, los átomos de la estrella fija Sirio son de manifestación suave y agradable. Pero se necesita un largo rato para acostumbrarse a su vibración, pues al principio producen una fuerte tensión en la cabeza, la que trae consigo un fuerte dolor de cabeza. Las mujeres, para hacerse más bellas, deberían atraer hacia sí en las noches claras los átomos del planeta Venus y los hombres, para ser más inteligentes y saber razonar mejor, deberían atraer hacia sí los átomos del planeta Mercurio que casi durante todo el año se encuentra cerca de Venus. Los átomos de Júpiter hacen a la larga, a la persona que los atrae, muy benévola y amable para con sus congéneres. Esta vivencia con los átomos de diferentes planetas y estrellas fijas mediante los ejercicios rúnicos resulta muy interesante y provechosa a la vez. Tengo proyectado un libro al respecto, incluyendo los ejercicios respectivos.

Todos los átomos, a los cuales no podemos escapar mientras respiramos, tienen una manifestación dual, o exotérica y esotérica a la vez. Cuando el alma deja su cuerpo en el instante de morir, todavía la misión de los átomos sigue siendo dual, pues exteriormente descomponen el cuerpo hasta que de él no queda más que polvo e interior, o esotéricamente, actúan sobre el cuerpo sutil del alma, el ser inmortal, el verdadero ser, pues el alma es el vehículo del espíritu, mientras que el cuerpo a su vez es el vehículo del alma. La personalidad extinta solamente ha sido un reflejo débil y defectuoso tanto del alma como del espíritu.

Cuando un niño empieza su vida terrenal, las actividades exotéricas de los átomos influyen poderosamente sobre el crecimiento del niño, sobre el llegar a ser y el consumirse de su naturaleza física. Esotéricamente influyen sobre su carácter, que es expresión del alma y sobre sus aptitudes espirituales e intelectuales. Curioso es que en el siglo pasado los médicos, en su mayoría, negaron rotundamente la presencia del alma en los seres animados por la multitud de átomos. Hoy en día nuestros científicos han dado un gran paso hacia adelante, demostrando claramente la presencia del alma en el ser humano, e incluso en todos los seres animados, aun en los mismos átomos. Se sabe ahora que la mayoría de las enfermedades, sobre todo las neuróticas,

tienen su origen en estados psíquicos negativos y hasta destructivos y, tan pronto como se logra curar el alma, las enfermedades físicas desaparecen automáticamente.

Si nos encontramos en un estado depresivo, sin causa aparente, ello significa que nos movemos demasiado en una atmósfera constituida por átomos de carácter depresivo. Este estado permanece por largo tiempo junto a nosotros y, si después se une con una causa real que aumenta considerablemente este estado depresivo, podemos estar seguros de que pronto la formación de nuestras células perderá su orden; el desorden se apoderará del cuerpo y ya estaremos prontos para sufrir una enfermedad neurótica.

Los átomos atraídos por intermedio de la libido y que nos proporcionan la felicidad sensual y voluptuosa, se esfuman después del orgasmo. Con razón los hombres sienten después un cierto vacío si no se han saturado antes con átomos de un amor elevado que ayuden a superar este vacío o abandono de los átomos del deleite sexual. El Pan-Amrita-Yogui, por intermedio de su voluntad concentrada, no permite que dichos átomos le abandonen tan rápidamente, sino que, mentalmente manejados, los envía al plexo solar, donde los transmuta en vitalidad. Cuando siente el peligro de la eyaculación, se mantiene tranquilo, respira profundamente y se imagina cómo la energía eléctrica de la libido se eleva hacia el plexo solar y de allí a su corazón, de donde se transmuta en una felicidad más deliciosa y sutil que la que los hombres comunes conocen. Un derrame seminal después de la transmutación es saludable.

Aquel Pan-Amrita-Yogui que de preferencia utiliza el plexo solar para la transmutación de la libido, crea allí con el tiempo un centro poderoso y dinámico. Aunque invisible, se lo puede percibir fácilmente. Los antiguos chinos llamaron dicho centro, al concentrar en él la libido, “la Flor de Oro”. Este centro sirve entonces de depósito para concentrar las energías preservadas y renovar su desgaste durante la tarea del día. Por lo tanto es bueno y necesario a la vez crearse allí un centro dinámico, o sea, mantener por intermedio de la sublimación libidinosa los átomos de la misma en el plexo solar, donde se mezclan con los átomos de dicho centro nervioso, creando en conjunto una abundancia vital extraordinaria. Más tarde se puede dirigir la energía transmutada y sublimada del plexo solar hacia el corazón, donde la recoge el superátomo Nous, que mora en el ventrículo del corazón.

El lector debe tener presente que cada átomo del cuerpo físico tiene su equivalencia en el cuerpo sutil del alma, que es llamado también por los ocultistas cuerpo etérico, cuerpo astral y cuerpo mental, siendo éstos en conjunto un sólo cuerpo y el real vehículo del alma. Nous, que pertenece a todos estos planos —físico, astral, mental y psíquico— transmuta esta energía vital más elevada que la común y corriente. Esta energía nueva abre la conciencia a cosas hasta ahora ignoradas por completo. Lo que hasta el momento ha estado oculto y lo que él antes desechó como “disparate y patraña”, ahora adquiere un sentido nuevo. Lo subjetivo despierta y se da a conocer los enigmas de la vida y la trascendencia de la misma, penetrando poco a poco la conciencia objetiva del aspirante al Pan-Amrita-Yoga.

Se sabe que la capacidad de conocer depende de la inteligencia de las células desarrolladas en nuestro cerebro, o mejor dicho de su capacidad de asimilar y comunicar lo captado en planos superiores. La libido, transmutada y sublimada, se compone de una agrupación de átomos compuestos por una electricidad muy sutil, la que Nous, mediante la circulación de la sangre, envía al cerebro, nutriendo y desarrollando a la vez los billones de células cerebrales con esta sustancia maravillosa. Haciendo llegar la energía libidinosa desde el plexo solar hasta el corazón, el Pan-Amrita Yogui se imagina el super-átomo Nous como un punto de luz muy luminoso, en constante oscilación, en los estados de meditación avanzada. Este punto luminoso puede ser visto con relativa facilidad y su vibración puede ser sentida. Esto significa que puede ser visto de la misma manera como el ser humano, cuando duerme,

puede ver en el sueño cuadros y personas que proyecta su subconsciente, sin que sus ojos físicos tomen parte en esto. El Pan-Amrita-Yogui ve también de la misma manera, pero sin la necesidad de estar sometido al sueño y solamente en estado de profunda meditación, cómo los átomos de luz, semejantes a puntitos pequeños y luminosos, giran alrededor del super-átomo Nous. Luego percibe un suave hormigueo dentro de su corazón, o un ligero dolor sin importancia, más bien una pequeña tensión y más tarde su corazón alberga un maravilloso y suave goce. Las tres percepciones, o sea hormigueo, dolor y goce, significan una especie de contestación. Por estas percepciones también uno puede darse cuenta de si el super-átomo Nous, de inteligencia cósmica, nos acepta o no. A los seres sensitivos se les presentan estos fenómenos después de algunos ejercicios y a los que son menos sensitivos —en muchos casos porque les agradan demasiado los cigarrillos, el alcohol y el consumo de carne en grandes cantidades—no deben perder la esperanza, Nous también se les manifestará a ellos, pero después de un relativo largo período de ejercicios.

Tan pronto como hayamos percibido el impulso de Nous, podemos confiar en que ya no estamos solos en este mundo, sino que nos hemos puesto conscientemente bajo la guía de una inteligencia cósmica, muy superior a la nuestra. Siendo Nous un constructor responsable, utiliza parte de la energía de la libido sublimada que se le envía, para regenerar nuestro cuerpo físico y refinar los sentidos de nuestra alma.

Los que practiquen perseverantemente la Técnica Nous y las técnicas del Pan-Amrita-Yoga, que se enseñan en los capítulos siguientes, experimentarán poco a poco un cambio dentro y fuera de su personalidad; pero un cambio para su bien. También las personas que rodean al aspirante al Pan-Amrita-Yoga, percibirán con asombro este cambio, más perdurable por venir de adentro. Todos los cirujanos de estética facial están de acuerdo en que ninguna operación que se hace para embellecer a una persona tiene un efecto real, si la belleza no irradia desde su interior. Como ya se ha dicho, el ser humano cambia favorablemente debido a las prácticas del Pan-Amrita-Yoga, que también incluyen la Técnica Nous. La salud y la resistencia aumentarán considerablemente. Gran parte de las arrugas, en especial las provocadas por penas, desaparecen. Los ojos comienzan a brillar. Los problemas diarios se enfrentan con más habilidad y se advierte en la persona una mayor seguridad y autoposición. Los más variados complejos que, durante muchos años, nos habían mantenido fascinados y esclavizados a la vez, haciéndonos la vida aún más difícil, ahora desaparecen, como se deshace la nieve, cuando llega el calor del sol del mediodía.

Para el Pan-Amrita-Yogui, Nous es la primera instancia espiritual con la cual él se pone en contacto. Después de varios ejercicios se abre su oído interior y él será entonces capaz de percibir la correcta contestación referente a todas sus preguntas. Nous también le hablará por intermedio de la intuición o en sueños claros, para mostrarle el camino de la solución de sus problemas.

Estoy de acuerdo con C. G. Jung cuando dice: “Las palabras sobre lo metafísico deben ser estrictamente evitadas, pues el que sabe, no habla, y el que habla, no sabe”. Cuando se habla en este libro de Dios, como percepción o estado del alma, se quiere decir solamente algo sobre lo conocible, lo que es proyectado desde lo desconocido a nuestra alma, o sea desde lo subjetivo a lo objetivo. Difícil será hablar sobre lo ulterior, o sea sobre lo que ríe se puede conocer, mientras la humanidad por medio de su círculo selecto de científicos no ha desentrañado todos los secretos acerca de la materia sutil y grosera; y hacia lo que se puede calcular y percibir aunque escape al tacto. Mientras tanto, para nosotros, habrá divinidades múltiples y por encima de éstas un solo Dios, al cual actualmente no percibimos de otra manera que como un océano de inmensa energía y en el cual están contenidas todas las innumerables energías, conocidas y desconocidas. Que el único y verdadero Dios sea solamente un mar de energía, sin

principio, sin fin, ilimitado, es una mera suposición de nuestras mentes humanas y, por lo tanto, no aclara absolutamente nada sobre la verdadera naturaleza de Dios. Los dioses son fuerzas creadoras y conscientes, y muchos de ellos han sido un día muy lejano seres humanos, simplemente en el camino de la evolución, sobre el que nosotros nos encontramos actualmente.. Cada ser humano que progresa y evoluciona voluntariamente, un día muy lejano también podrá convertirse en un dios planetario, solar, o en un logos de un sistema solar. La existencia de estos regidores divinos se puede percibir y más aun comprobar. Ellos no se ocultan a aquellos que sinceramente los buscan. Siempre hay vacantes en el gran cosmos. Todos los días mueren miles de soles con sus planetas; todos los días se requieren logos-dioses-creadores que reemplacen a dichos soles y a sus planetas. Hay un grupo de seres humanos que son entrenados desde el mundo interno y subjetivo para aquel reemplazo. Pero, muchos son los llamados y pocos los elegidos, pues el camino para cumplir esta tarea es arduo. No es que se cansen los maestros de las escuelas planetarias a los que acuden las almas en busca de entrenamiento, cuando sus cuerpos físicos están durmiendo, sino que las mismas almas se cansan de seguir adelante.

En el Pan-Amrita-Yoga la religión es universal y por lo general percibida, como un símbolo, el cual no se traduce en palabras, sino en ideas, percibidas dentro del alma. Por lo tanto, nosotros, a quienes nos es imposible conocer actualmente lo Absoluto, preferimos dejamos guiar por el súper-átomo Nous, en vez de perdernos en lo fantástico y desconocido.

Nuestra vida actual, sin el bálsamo de la libido mentalmente manejada, resulta muy complicada y los placeres que nos puede brindar, a veces, son demasiado superficiales. De esto resulta que jóvenes sensitivos, descendientes en su mayoría de familias distinguidas, buscan sin causa aparente su liberación por el suicidio. Pero la causa real puede expresarse aproximadamente con las siguientes palabras: "Si esto es todo lo que la vida nos puede dar, no vale la pena vivirla". Yo puedo decir esto de mi propia experiencia, siendo de edad madura. Pero a los veintitrés años de vida, criada en un ambiente puramente materialista, en Europa, llegué a la misma conclusión. Estaba simplemente aburrida de la vida y tomé veneno para no despertar más. Pero después de tres días de estar inconsciente los médicos lograron hacerme volver a la vida. Nunca había oído, ni sabido antes, algo acerca del desdoblamiento que ocurre cuando el ser humano duerme o cuando está en peligro de muerte. Aquella noche, cuando bebí el veneno y ya estaba inconsciente, por primera vez en mi vida descubrí que el cuerpo carnal no es el verdadero ser. Vi mi cuerpo tendido sobre un sofá, pero yo, yo realmente, consciente de todo, capaz de pensar y de actuar, me vi flotar unos tres metros por encima del cuerpo carnal, unida a aquél mediante un sutil hilo áureo. Me sentí sumamente extrañada e incapaz de comprender este fenómeno. Después caí en una noche de inconsciencia profunda, para despertar más tarde de nuevo a la vida humana. Hace algunos años, una joven de 22 años, única hija de padres solventes, se suicidó, inhalando gas de cañería. Al lado de la malograda niña se encontró un papel, sobre el cual escribió: "Aunque tengo de todo, no puedo encontrar sosiego interno. Sin sosiego interno no puedo vivir".

Especialmente esta paz interna, este sosiego absoluto, son el resultado de la libido mentalmente manejada. A los hombres modernos, sobre todo a los intelectualmente desenvueltos y a los sensibles, no les bastan los goces puramente animales. Desde lo interno se sienten empujados a buscar cada vez deites sensuales más refinados. No se contentan con dejar gozar solamente sus cinco sentidos físicos, sino que quieren hacer vibrar al mismo tiempo el sexto sentido, el del alma, al unísono con su mente y con su cuerpo.

La discordia interior se debe, sobre todo, al hecho de que los hombres en su mayoría solamente satisfacen sus cuerpos, sin tomar en cuenta la vivencia real de su alma; y otros hombres, por su parte, nutren sus almas con pensamientos elevados, con música clásica y

con todo lo que embellece y engrandece su interior. Pero estos hombres generalmente descuidan las necesidades del cuerpo. Ambos extremos fomentan el desequilibrio. En el primer caso, las personas están inclinadas a sufrir trastornos neuróticos y en el segundo caso sufrirán trastornos biológicos.

También nuestro siglo busca su divinización. Por lo tanto, ha llegado la hora de experimentar una nueva conciencia divina, la conciencia "dionisiaca" que nos provee el Pan-Amrita-Yoga, o sea el néctar universal de los dioses. Este nos proporciona inmortalidad espiritual y es capaz de regenerar hasta la última célula de nuestro cuerpo. Una leyenda antigua de la India dice que miles de años atrás los dioses se transformaron en antílopes para recrearse con los juegos amorosos de aquéllos. La onda dionisiaca tiene por fin despertar a los seres humanos de su letargo interno. Esta onda sutil atraviesa los sentidos, sobre todo el sentido sexual, para convertirse más tarde, por intermedio de la transmutación mental, en ambrosia espiritual. Los ejercicios descritos en este libro ayudarán al aspirante al Pan-Amrita-Yoga a animar y finalmente a divinizar, su propia naturaleza. Para alcanzar un cierto equilibrio es necesario prestar atención no solamente al alma sino también al cuerpo material, teniendo constantemente presente que ambos interfieren mutuamente en nuestra influencia bipolar para lograr un provechoso intercambio.

La psiquis de la mujer es masculina, o sea que está constituida principalmente por átomos de carácter positivo y ardiente. Esto lo enseñaron los antiguos orientales y chinos desde hace miles de años. C. G. Jung, el famoso escritor y psicólogo, llegó a la misma conclusión a través de una larga vida de experiencia con sus pacientes. El dio a la psiquis de la mujer el nombre de "Animus", mientras a la psiquis del hombre la llamó "Anima". Con "Anima" quiso decir que la psiquis del hombre es femenina y atrayente. El verdadero ideal de una unión trascendental es ante todo el divino hermafroditismo, o sea la unión perfecta del hombre con su ánima y de la mujer con su ánimus. Quiero recordar al lector que Yoga significa "Unión". La persona del sexo opuesto que de vez en cuando llega hacia nosotros como traída por el destino mismo, es simplemente el portador proyectado de nuestra psiquis. Por lo tanto se puede decir que es nuestro ser interior que utiliza una persona idealizada para hacerse visible. Esto explica que haya hombres afeminados cuando están dominados por su psiquis femenina y, por lo tanto, inclinados a la homosexualidad, sin saber por qué y de dónde les viene esta inclinación contraria a la moral pública. Por lo tanto, la homosexualidad no es criminal, sino que es un estado interno evolutivo que debe ser superado desde el punto de vista espiritual ayudando a la personalidad del afectado para que recobre un mayor poder sobre su psiquis. En Yoga, la Técnica Nous puede ser de gran utilidad, pues mediante ésta se atrae hacia sí átomos cargados de energía positiva, masculina. Hay otros hombres que se destacan por su mentalidad e inteligencia brillante. No obstante, fácilmente corren el peligro de verse sujetos a una mujer de mal vivir debido a que su psiquis femenina está todavía completamente indiferenciada,

La libido mentalmente manejada es un arma potente para alcanzar la consciente sintonización con la onda dionisiaca. Los nervios del sistema simpático se convierten en cajas de resonancia, recibiendo una vibración superior a la acostumbrada: la onda dionisiaca. El filósofo alemán Nietzsche la ha denominado la onda del superhombre, o sea de aquel ser humano que logró superar sus instintos animales, transmutándolos en principios elevados y nobles. Cuando nosotros queremos alcanzar la liberación interna, esta onda debe empezar a vibrar dentro de nosotros, pues Di-on-is-io representa el ritmo creador, tan pronto como le hayamos permitido apoderarse de nosotros. Una vez firmemente establecido en nuestro ser, no nos abandonará más. La vibración de Di-on-is-io conduce nuestros sentidos a una embriaguez superior y muy gozosa, porque pronunciar esta palabra mágica, de manera sincera y aspirante, significa comulgar con el divino Dionisio, que se encuentra dentro de cada ser, pues es el Dios de la embriaguez psico-física y de la alegría de vivir. La llama del sexo se intensifica pronunciando correctamente el nombre de Dionisio, siendo ya no un mero nombre,

sino una vibración divina que hace arder nuestro fuego interno. Después de esta reflexión se comprenderá que la salvación de la humanidad del siglo veinte se podrá alcanzar por intermedio de la libido mentalmente manejada.

Entre los muchos dioses que se encuentran a lo largo del camino que recorren los hombres durante el curso de sus vidas, Dionisio es aquel Dios que rige nuestro subconsciente. Los deleites y goces que esta divinidad nos proporciona, son verdaderamente reales y dan una tranquilidad interna, la que Mamón, el Dios de la Riqueza, raras veces otorga, aunque sea actualmente adorado subcientemente por la mayoría de la humanidad.

Los genuinos “hippies” no son malos, ni degenerados —aunque sin duda, siempre se mezclan elementos indeseables en cualquier agrupación humana—, sino que son inconscientes e imperfectos adoradores de Dionisio; rebeldes naturales contra los conservadores adoradores del Mamón. Sin embargo, los extremos siempre son indeseables. El dorado camino del centro es el mejor de todos.

Deseo que este libro también llegue a manos de la juventud, sobre todo a los llamados “hippies”, porque podrá ser una valiosa guía en el fin que persiguen sin que ellos mismos sepan actualmente por qué tienen esta inclinación y a qué fin les conducirá. Solamente siguen el impulso de su subconsciente sin darse cuenta de que éste es un factor sumamente poderoso y peligroso a la vez, que necesita ser dominado pero no subyugado por la conciencia, ya que constituye un peligro grave para la salud de cada cual y del ambiente en general. Manejado éste y regulado mentalmente, no obstante se convierte en un benefactor para todos.

Quiero agregar aquí que la droga LSD que proporciona una embriaguez dionisiaca negativa, no abre la conciencia a planos superiores, sino más bien a los mundos astrales inferiores que realmente existen y que cada espiritualista entrenado puede visitar en su cuerpo astral, cuando el cuerpo físico se encuentre durmiendo o en trance, sin someterse a los peligros psico-físicos de la droga LSD. El consumo de la LSD siempre es indeseable, pues a la larga produce un derrumbe total de la personalidad. Influye también desfavorablemente sobre los “genes”, de manera que los hijos podrán nacer enfermizos y degenerados.

La misma embriaguez dionisiaca, pero más sublime y lejos de experiencias horribles y consecuencias negativas, se puede alcanzar a lo largo del camino del Pan-Amrita-Yoga. La conciencia no se apaga, sino que se dinamita a la vez y goza conjuntamente con el subconsciente. Bajo la influencia de la droga LSD la conciencia se apaga; el subconsciente mina al ser humano y, no siendo controlado conscientemente, puede conducir al ser a la locura, insinuar a cometer crímenes y otros actos indeseables; así la persona llegará a ser una lacra social.

A lo largo del camino del Pan-Amrita-Yoga la personalidad se ennoblece. Por lo tanto no hay ningún peligro en estas prácticas, sino un constante perfeccionamiento, tanto exterior como interior, bajo la sabia guía del súper-átomo Nous. Los adeptos de esta rama del Yoga crearán a su tiempo una nueva sociedad humana, una nueva conciencia sexual pública y una nueva manera de vivir, y las consecuencias que se derivarán serán ideales y un ejemplo para las futuras generaciones. La juventud de hoy puede responder más fácilmente a la onda dionisiaca que la juventud de antaño, perteneciente a la era de Piscis que rigió durante los últimos dos mil años, cuando el sol astronómico se encontró en el signo zodiacal de Piscis. Los jóvenes de hoy se asemejan a un vino que fermenta y su destilación podrá ser un producto exquisito, tan pronto se den cuenta de que nada en este mundo se obtiene gratis y que todo se ha de adquirir sobre la base del propio esfuerzo y sacrificio. Los verdaderos deleites dionisiacos solamente se pueden gozar a la par con el trabajo y el esfuerzo de cada uno para depurar su naturaleza

animal. Quien use la droga LSD u otros productos alucinógenos, desea obtener experiencias y vivencias subconscientes sin esfuerzo moral alguno. Pero se engaña. Nada le pertenece pues nada ha adquirido y, por lo tanto, tarde o temprano se convierte en su propio verdugo.

Otro peligro que puede ahogar la onda dionisiaca y hacer imposible su manifestación, es el intelecto del ser humano. Cuando está muy fuertemente desarrollado, de manera que los sentimientos y sensaciones nobles están subyugados, el intelecto tiene el poder de destruir todo lo grande y bello que se proyecta del subconsciente a la conciencia de vigilia, con su crítica cínica y perniciosa. Mamón está compuesto de energía física y mental, mientras Dionisio es genuina energía psíquica y, en su nota más elevada, es energía divina perfecta. Los dioses Zeus, Amón y Krishna se encuentran en un constante estado de sublime embriaguez dionisiaca. Quien desee ser escuchado por aquellos excelsos seres, que realmente existen, tiene que sumergirse en la longitud de su onda vibratoria.

Antes que nosotros empecemos a canalizar nuestra energía sexual, es necesario que sintonicemos nuestra conciencia con la del super-átomo Nous. Trataremos de pedir su gracia y su guía para que nos vigile en este camino hacia los deleites de Dionisio y le rogamos impartir desde el interior su instrucción por medio de una intuición perfecta. Los ejercicios del capítulo II son los que servirán para lograr esta finalidad.

LA TECNICA NOUS

En lo anterior descrito aprendimos que, en el aire que inhalamos, se encuentran aquellos átomos de los cuales depende toda vida y todo movimiento. Los yoguis llaman a esta energía atómica, energía primaria o el "Prana", el que lo penetra todo. Sin la consciente o inconsciente inhalación de este principio Prana, nada puede existir. Prana es electricidad en su fase positiva y magnetismo en su manifestación negativa. Al inhalar, no solamente extraemos oxígeno del aire, sino que también Prana, pues cada organismo viviente necesita ambos elementos para poder existir.

La respiración distraída nos provee solamente de la energía más necesaria que necesitamos para sostener nuestra vida física. Si deseamos aumentar nuestra vitalidad, debemos aprender a respirar conscientemente. Hoy en día hay muchos médicos que reconocen la importancia de la correcta respiración. Cuando respiramos suficiente aire fresco, el oxígeno penetra enteramente en nuestros pulmones y de allí va al sistema circulatorio. Por intermedio de la sangre el oxígeno es transportado a todas las partes del organismo, vivificándolo. La sustancia más elevada del aire inhalado, el prana universal, penetra en las células nerviosas, para cargarlas con electricidad, o sea con fuerza vital positiva. Más rápido de lo que creemos, se gasta el oxígeno en la sangre y el prana en las células nerviosas. Cada impulso procedente de nuestro cerebro, que convertimos en actividad, significa una pérdida de prana. Mientras no respiramos conscientemente nos vemos obligados a renovar incesantemente la pérdida del prana.

Se conocen varias maneras de respirar, como por ejemplo la respiración de boca abierta. Este es un modo de respirar muy peligroso, pues las impurezas del aire, la multitud de bacterias y microbios que lo pueblan, penetran a las pulmones sin defensa alguna. Al mismo tiempo se respira superficialmente, los pulmones no reciben la suficiente cantidad de oxígeno, las células nerviosas tampoco reciben la cantidad necesaria del prana. Por lo tanto, el sano desarrollo del organismo es muy obstaculizado.

En las diversas técnicas respiratorias existe también la de la respiración de clavículas. Esta es una respiración tan corta e insuficiente que solamente las partes superiores de los pulmones reciben el aire inhalado, mientras tres cuartas partes de los pulmones se mantienen vacías. Los llamados respiradores de costillas inhalan más prudentemente, aunque tampoco esta respiración es suficiente.

La manera ideal de respirar es la de llenar los pulmones enteramente, para que el aire penetre en todas partes ampliamente, incluyendo tanto la cavidad correspondiente a las clavículas como a las costillas. Para la respiración entera es necesario que la boca quede bien cerrada, mientras el aire se inhala hondamente por vía nasal. Más aconsejable todavía es retener el aire durante algunos segundos en los pulmones para luego exhalarlo lenta y rítmicamente.

Cuanto más prana penetre en las células nerviosas, tanto más fuerza vital se transmite al organismo. Muy recomendable es efectuar durante los paseos la respiración de acuerdo con los pasos, por ejemplo: cuatro pasos para inhalar, dos a cuatro pasos para retener el aire y cuatro pasos para expulsar el aire de los pulmones. Inmediatamente después de haber inhalado se presiona el aire hacia abajo al plexo solar o al abdomen. Allí se lo mantiene por dos o cuatro pasos y luego se lo exhala, pensando al mismo tiempo que con la exhalación se expulsa todo lo negativo que hay dentro de

nuestro ser psico físico. Se ha comprobado que este ejercicio constituye un alivio notable para dolores y molestias estomacales y congestiones abdominales.

Cada persona que desee aumentar su fuerza sexual debe atenerse en el futuro a estos simples ejercicios tantas veces que se le presente la oportunidad. Para aquel lector que desee llegar a ser un Pan-Amrita-Yogui, estos ejercicios preliminares son indispensables.

Para la Técnica Nous se usa preferentemente la primera hora de la mañana, más o menos diez minutos antes de levantarse. El lugar donde se efectúa este ejercicio debe ser bien aireado y silencioso. La primera condición es que se mantenga acostado de espaldas, sentado bien derecho, o de pie, según como resulte más cómodo, compenetrado por el deseo y la firme voluntad de realizar la Técnica Nous en la forma más perfecta posible. Para alcanzar dicho fin uno debe relajarse por completo y no permitir que intrusos pensamientos perturben la mente. Al contrario; los pensamientos se interrumpen, postergándolos. Se les ordena enérgicamente no molestar en ese momento y volver después de haber efectuado el ejercicio. El principiante quedará maravillado de la prontitud con que le obedecerán sus pensamientos. De esta manera, por primera vez quizá, se dará cuenta cuán grande es el poder de una voluntad firme y bien decidida y que es posible mandar a los pensamientos, tal como se manda a seres semiinteligentes. Los mahometanos o musulmanes conocen perfectamente este hecho y ocupan para este fin los llamados Djins. Para utilizar un Djin, se debe adiestrarse firmemente durante tres años o lo menos y encomendarle siempre el mismo trabajo. Después de este adiestramiento, el Djin reconoce y obedece a su amo y cumple la orden recibida por él, Los Djin son seres elementales, fuerzas semiinteligentes de la naturaleza que instintivamente buscan el camino de la evolución, y si un ser humano los ocupa solamente para fines constructivos y los trata benévolamente, tiene los mejores servidores que se puede desear. Algunos magos árabes utilizan para su trabajo a veces más de treinta Djins, cuidándose de no meterse con los semiinteligentes de naturaleza maléfica. Su servicio momentáneo sería como un bumerang; volvería a su amo y, tarde o temprano, lo heriría mortalmente.

Por lo tanto, volviendo a nuestra Técnica Nous, se mantiene firme en la mente solamente la frase siguiente: "Yo estoy tranquilo". Esta se repite mentalmente tantas veces como sea necesario, hasta que realmente uno se sienta tranquilo y completamente relajado. Habiendo alcanzado este estado, se juntan las manos, cruzando los pulgares. De esta manera se unen los polos magnéticos positivo-negativo en las palmas de las manos, ayudando a mantener el equilibrio mental. Luego se piensa en DI-ON-IS-IO, el misterioso e invisible agente de la libido, del que el ser humano puede obtener todo lo bueno y bello. Dionisio no es simplemente el nombre de un dios griego de la antigüedad que muchas veces se confunde con el Baco de los romanos, sino DI-ON-IS-IO significa el conjunto vibratorio de una sustancia etérica muy sutil y de gran importancia; una corriente de energía psíquica; una onda cósmica que penetra a cada ser que conscientemente se le abra.

Mientras se está tranquilo y la respiración se hace cada vez más lenta, se concentra la mente en la parte que media entre las cejas, la que también constituye un campo magnético, pues las corrientes positiva-negativa que suben por la columna vertebral penetran en la médula oblongada (parte posterior del cráneo) para formar entre las cejas un campo magnético de gran poder. Los yoguis y los lamas tibetanos denominan esta parte "el tercer ojo" y los antiguos sabios chinos la llamaron "la casa amarilla" o "residencia del alma". Mentalmente se empieza ahora a deletrear la palabra mágica en cuatro partes, o sea "DI-ON-IS-IO". La inhalación debe ajustarse al ritmo de las cuatro sílabas, concentrándose al mismo tiempo en el campo magnético entre las cejas y pensando que los átomos inhalados serán fijados firmemente en este mismo

campo magnético. Lo mismo se hace al mantener el aliento según el mismo ritmo, y exhalando el aire se piensa nuevamente "DI-ON-IS-IO", fijando todos los átomos inhalados de la onda dionisiaca en el campo magnético entre las cejas.

Este ejercicio posiblemente le parecerá al principiante algo difícil. Puede ser que piense: "Cómo puedo pensar en la inhalación, la retención y exhalación, concentrándome a la vez sobre el nombre mágico de DI-ON-IS-IO y el campo magnético entre las cejas" No obstante, la práctica le enseñará que bien pronto todo esto se hace fácilmente y después de algunas semanas todo se efectúa en forma automática. Muy pronto se sentirá también una especie de hormigueo en el campo magnético entre las cejas, que también puede ser un calor agradable. Las personas sensitivas sentirán en esta parte cómo los átomos inhalados giran en torno al "tercer ojo"

Esta práctica se hace seis veces seguidas, siempre fijando los átomos inhalados con la concentración descrita en la zona entre las cejas. Después del sexto ejercicio se hace uno más, sólo con la diferencia de que al exhalar la séptima vez, se envían mentalmente con la exhalación todos los átomos inhalados y fijados en el campo magnético entre las cejas, hacia el corazón, imaginándose al mismo tiempo al súper-átomo Nous como un punto luminoso muy brillante, al cual se entregan todos los átomos aspirados. Un día, cuando el estudiante de esta técnica logre ver al súper-átomo Nous, se dará cuenta de que el blanco de la nieve parece ser un gris pardo en comparación con el blanco de este espléndido átomo psíquico.

Después de este ejercicio debe uno quedarse por unos momentos completamente tranquilo, no pensando en nada ajeno a la Técnica Nous, escuchando solamente hacia adentro y manteniendo el deseo de recibir una contestación del súper-átomo Nous. Después de algunas semanas de ejercicios diarios, la contestación llegará en este momento de reposo en forma de un goce suave alrededor del corazón o también puede ser sintiendo una pequeña puntada dolorosa a causa de la nueva vibración espiritual que siente el aspirante. Ambas formas de contestación son un signo positivo que en el futuro siempre acompañarán al estudiante leal.

Más tarde debe acostarse sobre la cama o el suelo, de manera que los pies se mantengan contra la muralla y, manteniendo la cabeza tan baja como sea posible, dejar que la sangre afluya a las células del cerebro con la mayor presión posible para librarse de las impurezas acumuladas en esa parte del organismo. No obstante, los que sufran alguna enfermedad o tengan presión alta deben prescindir de este último ejercicio y consultar antes a un médico, para asegurarse de que podrán soportar sin dificultad alguna esta mayor presión de la sangre sobre las células cerebrales. Las personas sensitivas pronto se darán cuenta de que esta técnica aumenta grandemente el deseo amoroso; por lo tanto, creo que podrá ser a la larga un medio eficaz para curar ciertas manifestaciones de impotencia.

Antes de terminar este capítulo quiero dar a conocer un dato muy interesante a las personas que tengan inquietudes espirituales y que deseen unirse a su padre interno, o sea a la chispa divina que arde dentro de cada ser, para avanzar con más rapidez en el camino de la evolución y librarse de las cadenas del continuo renacimiento. Los discípulos espirituales conocen el poder de la sílaba sagrada de OM. Se ha escrito mucho sobre este tema y el interesado puede informarse de bidamente en las bibliotecas o librerías espiritualistas. El progreso espiritual es rápido y la capacidad de conocer sus vidas anteriores se desarrolla fácilmente con el siguiente ejercicio:

La concentración en la inhalación, retención y exhalación, como asimismo el campo magnético entre las cejas y la consiguiente entrega de los átomos inhalados al super-átomo Nous, es la misma que ya hemos descrito. Solamente que en vez de pensar DI-ON-IS-IO se piensa lo siguiente:

Al inhalar el aire: OM O-O-O-M

Al retener el aire: OM O-O-M

Al exhalar el aire: O-O-O-O-O-O-M

Es importante, fijar los átomos exhalados mentalmente en el campo magnético entre las cejas y dirigirlos con la séptima exhalación hacia el corazón, entregándolos al súper-átomo Nous, quien a su vez ayudará poderosamente al adelanto espiritual Y a la vez material del aspirante sincero. Los archivos del alma se abrirán y cosas nuevas y preciosas, jamás soñadas, le serán reveladas. Solamente desde entonces empezará a conocer el verdadero sentido de su vida y la tarea que debe efectuar en esta vida actual.

III

REENCARNACION Y DESTINO

El lector puede preguntarse quizá, qué es lo que tiene que ver este capítulo con la magia del sexo. En realidad, es sumamente necesario porque hay que asimilar algunas instrucciones preliminares sobre los fenómenos subjetivos que se presentarán a lo largo del camino del Pan-Amrita-Yoga. Como ya se ha dicho, por intermedio de la Técnica Nous y de la Magia Sexual Positiva se despierta la psiquis, y el estudiante percibe fenómenos tan ajenos a las costumbres de su diario vivir, que éstas, en vez de serles útiles, pueden causarle confusiones mentales y de conciencia. Además, para la mejor comprensión de las leyes ocultas de la naturaleza, sería muy recomendable leer y estudiar los siguientes libros: Nuestras fuerzas mentales por Prentice Mulford y Dioses atómicos por M.

La experiencia ha demostrado que es válido lo afirmado por los yoguis, es decir que, tomando como base la Técnica Nous explicada exhaustivamente en el capítulo anterior, se logra la capacidad de una visión clara sobre las vidas pasadas. Estas vidas pasadas aparecen en forma de cuadros psíquicos y provienen de lo íntimo del subconsciente, proyectándose en nuestra conciencia mediante la acción intensiva del superátomo Nous, lo que sucede generalmente antes de dormirse, cuando se tiene la mente en descanso y libre de pensamientos que atormenten, o también en cualquier otro momento de tranquilidad. Es entonces cuando estos cuadros aparecen con sus colores originales, plásticamente al alcance de cada uno y las personas se mueven como en una película en colores que se proyectara ante nuestra vista.

En estos momentos se produce un desdoblamiento de conciencia. Por un lado, como espectador, uno sabe perfectamente lo que observa y, por otra parte, es uno mismo el protagonista. Aunque se trate de una escena de masas, no se tiene la más mínima duda acerca de la persona que se presenta en este cuadro de la propia vida.

Los yoguis afirman con razón que el tiempo es solamente un concepto que atañe a nuestra actividad física. En realidad, en el mundo psíquico no existe pasado ni futuro, sino un eterno presente que se despliega delante de los ojos del alma de cada uno. Por esto se explica que uno pueda verse en un tiempo pasado, por ejemplo hace cuatro mil años más. Sin embargo, en el momento en que estos cuadros se presentan ante el ojo interno, el espectador no está consciente de que se trate de un pasado remoto, sino que revive el suceso como en un presente absoluto. Como se ha explicado, cualquier noción de tiempo desaparece. Más tarde, cuando se ha despertado a la conciencia normal, se puede reconocer la época mediante los conocimientos históricos de vestimenta, armas y costumbres, etcétera y el lugar se puede saber por las particularidades de las diferentes razas. Conocimientos profundos de la historia de la humanidad pueden sernos de gran utilidad.

Después de revivir tales acontecimientos es aconsejable repasar todos aquellos detalles en momentos de tranquilidad espiritual. Es difícil imaginar cuántos detalles forman una escena de sólo un minuto de duración, las cuales, poco a poco, van aclarándose en la conciencia a través de meditaciones intensas. Estos detalles representan, sin embargo, sólo un fragmento de los que conforman el mosaico de nuestras experiencias de vidas anteriores en una escena totalmente reconocible.

Debido a que el alma es eterna, trata de alcanzar un cierto grado de perfección en el transcurso de la evolución humana y lleva consigo el recuerdo de reencarnaciones pasadas como un eterno presente. Según nuestra posibilidad de entendimiento, el hoy es una consecuencia lógica del ayer. Solamente aquél que haya

percibido sus vidas anteriores puede reconocer el verdadero sentido de su vida actual y la tarea que aún deberá cumplir el alma. Para los seres espiritualmente débiles, es sin embargo una gracia otorgada por el destino el que exista un velo impenetrable entre aquello que fue y aquello que es. El Pan-Amrita-Yogui, sin embargo, ha ejercitado sus células cerebrales a través de técnicas psico-físicas que lo capacitan para contemplar y revivir conscientemente los cuadros del alma proyectados por el súper-átomo Nous. Al mismo tiempo, posee la suficiente fuerza espiritual para enfrentar estos acontecimientos. Esto último no es fácil, pues siempre se trata de hechos de cruda naturaleza, debido a que el alma mantiene solamente vivo el recuerdo de aquellos sucesos que han conmovido a todo nuestro ser en sus raíces más profundas e íntimas. Yo mismo vi y reviví un día lo siguiente:

Yo era entonces un joven con mi cabello cayendo sobre los hombros y la frente, como era costumbre en aquellos tiempos antiguos. Este se encontraba en una especie de escuela, en una construcción parecida a un castillo, pero aparentemente era una academia para futuros sacerdotes. No obstante, debido a la muerte prematura de su padre, este joven tuvo que dejar su estudio, pues era el único heredero al trono de su padre, que era rey. Cuando recibió la noticia del fallecimiento lo vi correr hacia fuera, a los jardines, vestido solamente con su camisón de noche, lleno de espanto y de pánico, pues sabía que el deseo tan ardientemente acariciado de llegar a ser un día sumo sacerdote en el reino de su padre, había sido tronchado por la muerte de éste. No se sintió lo suficientemente fuerte para ser un rey en una época llena de disturbios políticos, para hacer frente a una corte corrupta. Pero el destino lo llamó y él aceptó con su corazón doliente. Lo vi después en medio de la ceremonia de su coronación. Este era el segundo cuadro. Inmediatamente después vi el tercero: Era un lugar oscuro, antes del amanecer, en una plaza grande con unos cinco mil hombres, esperando impasibles, silenciosos todos, mirando fijamente hacia un cadalso que había sido erigido en medio de la plaza. Un escalofrío se apoderó de todo mi ser al mirar hacia el cadalso. Traté de leer en los rostros de las personas que rodeaban la plaza. Pero éstos estaban sin expresión, envueltos en un silencio absoluto, esperando lo que habría de suceder dentro de poco.

En seguida vi a un hombre alto, algo corpulento, de unos 42 años de edad, envuelto en un manto que caía hasta el suelo. Paso por paso se acercó al cadalso, seguido a pocos pasos por un hombre de rostro tenebroso. De repente me di cuenta que éste era el verdugo del hombre que pálido, pero resignado, caminaba delante de él. Al mismo tiempo comprendí que este pálido hombre había sido el joven que se aterrorizó al recibir la noticia de que su padre, el rey, había muerto y que él era el elegido por el destino para sucederlo en el trono real. Un nuevo escalofrío se apoderó de mí, aún más fuerte, pues sufrí en ese momento toda la angustia y todo el horror que en estos momentos sufría calladamente el sentenciado ante el cadalso. Mi dolor por la pérdida de la vida bajo circunstancias tan trágicas fue tan fuerte y conmovedor que el cuadro desapareció y perdí la conciencia por algunos momentos. Cuando desperté a la conciencia normal, quedaron dentro de mí el horror y la angustia y me costó mucho volver tranquilamente a los quehaceres del diario vivir. Una melancolía sin igual se apoderó durante semanas enteras de mí y solamente encontré alivio, al poder contar lo acontecido a una amiga comprensiva. Puede parecer raro, pero es verdad, que durante varios días he sufrido un fuerte dolor físico en el cuello y también puede ser significativo que yo haya nacido con una mancha roja grande en la nuca.

Hay que tener en cuenta que en la actualidad existen muchas personas que tienen conocimientos fragmentarios de algunas de sus vidas pasadas, pero para no arriesgarse a ser tomados como seres fantasiosos no hablan con nadie sobre sus conocimientos, pero sufren por esto más de lo necesario, pues dolor compartido es medio dolor. Esta

verdad vale sobre todo en estos momentos cuando los fenómenos del subconsciente comienzan a manifestarse. Conocí a una señora que me contó que un día se quedó encerrada en un ascensor de un gran edificio. La angustia exaltada que sufrió de repente se transformó en la angustia de una mujer que en la Edad Media había sido quemada viva por la Inquisición como bruja, y en el ascensor presencié todo el horror de esta muerte de nuevo, o como algo pasado, sino como un hecho sucedido en ese mismo instante. El hecho de haberse quedado encerrada se borró por completo de su conciencia y no le preocupaba en lo más mínimo. Solamente sufrió la terrible muerte en, la ardiente hoguera. Cuando por fin se abrió la puerta del ascensor, ella volvió a la vida actual, pero quedó deprimida durante largo tiempo. "Era", me contó, "como si el mundo se hubiera acabado. Desde ese momento he vuelto a vivir en el pasado y me es sumamente difícil conciliar este pasado con mi vida actual".

Los hombres, por lo general, pronto se dan cuenta de que la vida de cada cual y de todos en conjunto está regida por leyes bien determinadas, pero cuyo funcionamiento es impersonal, como por ejemplo la Ley de la gravedad. Lo que se deja caer, cae. Un ejemplo más: Vive en Santiago un caballero muy gentil, muy culto y disciplinado en una rama del yoga. Al cumplir 32 años de edad, perdió la vista de un día para otro con el diagnóstico de que permanecería ciego hasta el fin de su vida, sin la menor posibilidad de curación, debiendo ser acompañado constantemente por su señora o por su hijo. Este señor, desde entonces, profundizó sus estudios en yoga y un día, de repente, vio con sus ojos internos un cuadro que el alma le había proyectado desde el subconsciente. Se vio en una vida anterior como hombre de unos 32 años de edad con una pistola en la mano, la que apuntó a sus sienas para quitarse la vida. No obstante, no perdió la vida en este instante, pero si la vista, resultando con una ceguera absoluta hasta el fin de esta vida anterior.

Su actitud fue tan decidida que en la vida siguiente, al haber cumplido 32 años de edad, ésta emergió nuevamente como reacción de su alma, trayéndole las graves consecuencias de la ceguera, porque a su alma todavía no le había sido posible saltar sobre su propia sombra, o sea sobre un pasado no asimilado todavía. Se cree que un ser que no se conforma con un destino especial y que se rebela en contra de éste, debe sufrir un destino o Karma similar en la vida siguiente y tantas veces hasta que por fin se conforma con su destino. El señor ciego recibió este conocimiento desde su interior. Las enseñanzas esotéricas del yoga le ayudan a comprender y soportar mejor su karma. Por esta razón se puede pensar que en una vida próxima ya no sufrirá de ceguera, pues por fin su alma ha aprendido la lección que la vida tenía que proporcionarle.

Reflexionando sobre esto podemos comprender claramente por qué una parte de los seres humanos es sana, mientras otros padecen de graves enfermedades a veces una vida entera; los unos nacen ricos y son afortunados en todo, mientras los otros son pobres e infelices y sin nada de suerte. Algunos tienen la suerte de contar con una belleza extraordinaria, la que les allana el camino de la vida, y otros son feos y hasta de apariencia repulsiva. Los sabios orientales afirman que todos somos en esta vida la suma total de nuestras vidas pasadas. Nuestros sentimientos principales de las vidas pasadas se manifiestan en la vida presente según la ley de acción y reacción universal que rige a todos los seres autoconscientes. Es así que nosotros mismos tenemos nuestra vida futura en nuestras manos y podemos hacerla más agradable, teniendo presente en todos nuestros actos que la ley universal es armonía. Eliphas Levi, el famoso abate francés, escribió en uno de sus libros: "Virtud es actuar de acuerdo con lo que es armonioso y pecado es actuar en contra de lo que es armonioso". Lo que nuestra conciencia llama pecado, generalmente no es otra cosa que una acusación desde el subconsciente, cuando nuestra personalidad está a punto de contrariar la ley universal de la armonía, actuando en desacuerdo con dicha ley.

En este capítulo quiero añadir una experiencia propia con un caballero que tuvo que sufrir las consecuencias de una de sus vidas pasadas, la que posiblemente ocurrió unos siglos atrás. Es un caso por intermedio del cual los lectores pueden enterarse perfectamente de cómo funcionan las leyes de acción y reacción. Unos años atrás llegó a mi consultorio un caballero de estatura pequeña y muy corpulento. Me contó que tenía una posición importante dentro de la logia de los Rosacruces en América latina. Me solicitó estudiar el caso de uno de sus mejores amigos y, si fuese posible, de ayudarlo. Se trataba de un propietario de descendencia francesa, nacido en Chile, hijo único de una familia solvente. Era casado pero sin hijos y vivió varios años separado de su esposa. Mientras vivieron separados, ella ocupó la residencia paterna en la ciudad y él vivió en su casa campestre, herencia de sus padres, cerca de Santiago. Desde hace algunos años, no obstante, el destino lo obligó de la manera más increíble a volver junto a su esposa o terminar su vida en un manicomio abandonado a un delirio furioso. La causa era la siguiente: Unos años atrás, durante los cuales él vivía separado de su esposa, en una noche de verano, cayó de repente inconsciente al suelo. A su servidumbre le costó mucho esfuerzo poder acostar a este alto y pesado hombre, de unos 36 años de edad, sobre su cama, mientras el mayordomo iba en busca de un médico cercano. Aparentemente sufrió una catalepsia muy profunda durante una media hora y, al haber pasado ésta, de repente empezó a moverse. Se levantó violentamente y miró a su alrededor con ojos de loco furioso. La servidumbre se apartó de él llena de susto, porque se dio cuenta de que A. M. no los reconocía. Después se lanzó en contra de la puerta, la que cayó como si hubiera sido de papel, y corrió hacia afuera al jardín, profiriendo frases inarticuladas que más parecían la voz de un animal feroz que la de un ser humano.

Dos perros de la casa se acercaron a su amo, animales grandes y fuertes, moviendo la cola. Pero su amo los tomó, uno con la mano derecha y el otro con la mano izquierda, detrás de la cabeza, los levantó del suelo y los sostuvo en el aire por largo rato, sin que los pobres animales, jadeando fuertemente, pudieran librarse de sus férreos puños. Un amigo de la vecindad, más alto y más fuerte que A. M. se acercó a él, preguntándole que le pasaba. No se sabe si lo reconoció, pero dejó caer los perros al suelo y golpeando a su amigo una sola vez, lo arrojó al suelo, como si hubiera sido un niño. Entonces empezó a correr, como si tratara de huir de algo que le molestaba extraordinariamente. Al final del sitio había un cerco de zarzas de unos dos metros de altura. Se acercó a éste y quiso pasar por encima. Pero como el cerco lo detuvo, A. M. se dejó caer al suelo, tratando de deslizarse por un hueco del mismo. Pero fue en vano, no pudo pasar. Después de otra media hora, de repente movió la cabeza, como si hubiera querido arrojar de sí algo inexplicable y se vio a sí mismo, muy sorprendido, debajo del cerco, con la cara y las manos sangrantes. Con mucho cuidado se deslizó debajo del cerco, se levantó y con pasos algo inseguros se acercó a su casa. Sobre la terraza se encontró con su servidumbre y con el médico. Con una sonrisa vaga se acercó más a ellos y se sorprendió mucho, al verles tan asustados, pues él no recordaba absolutamente nada. A. M. se encontraba de nuevo normal, como lo había sido antes del suceso. Mostrándoles sus manos ensangrentadas, heridas con las espinas del cerco y con su vestimenta sucia y despedazada, solicitó que le contaran a qué se debía todo esto, pues no recordaba absolutamente nada desde el instante en que había estado sentado a la mesa. El médico se acercó y le ordenó sentarse. Le tomó el pulso y su examen demostró tener delante de sí a una persona completamente sana y normal. En seguida una empleada trajo vendas y un traje limpio.

"Desde aquel tiempo" me contó su amigo rosacruz, "todos los días puntualmente a las 21.30 horas A. M. cae en este trance, permaneciendo unos 30 minutos en el estado de catalepsia en que parece muerto, pero se levanta después de haber transcurrido dicho lapso preso de un estado de completa locura. Pasada otra media hora, despierta

y es completamente normal de nuevo, sin poder recordar en lo más mínimo lo que ha hecho durante la hora pasada. Durante su estado de locura está poseído de fuerzas sobrehumanas y cualquier cosa que se le ponga por delante, cuando corre hacia el jardín, es destruida por él. Cada vez, al terminar su acceso, se encuentra en el cerco de zarzas con su vestimenta despedazada y ensangrentadas sus manos y la cara. Pero regularmente después de una media hora de locura furiosa vuelve al estado normal y sin recordar absolutamente nada de lo que ha ocurrido".

Como era un hombre adinerado consultaba a los más famosos médicos y psiquiatras, sin que ninguno hubiera podido ayudarlo a superar la misteriosa dolencia que lo aquejaba, ni siquiera a atenuar la gravedad de los ataques que sufría diariamente. Su médico particular tuvo un día la idea de llamar a la esposa de A. M., de la cual, como sabemos, él vivió separado desde hacía años. Esta señora lo amaba como antes y estaba dispuesta a perdonarle todas sus aventuras amorosas del pasado. Cuando una noche él estaba nuevamente en estado de profunda catalepsia, ella se sentó a su lado, tomándole de la mano. El médico había informado a la esposa de que era sumamente peligroso quedarse con él en el momento en que terminaba el estado de catalepsia y empezaba el estado de locura. Le advirtió que lo abandonara en el momento en que se moviera, pues no reconocería a nadie y, en su furia, incluso podía golpearla y hierirla gravemente. Ella prometió seguir los consejos del médico.

Cuando empezó a moverse, A. M. saltó de inmediato de la cama y miró con ojos furiosos y perturbados a su alrededor. La esposa estaba tan asustada que no podía moverse, sino que simplemente le gritó: "Negrito"

Para sorpresa de todos los presentes en la casa, esta sola palabra pareció ser la fórmula mágica que obraba el milagro. Inmediatamente volvió a su conciencia normal, evitándole la palabra "Negrito" el estado de locura furiosa acostumbrado. Por un momento se quedó completamente tranquilo como recordando haber escuchado una voz muy lejana, pero muy conocida.

"Negrito" repitió su esposa nuevamente, que era un apelativo cariñoso. A. M. volvió a la cama, sentándose sobre ella. Desde esa noche los esposos acordaron vivir nuevamente juntos, y cada noche, después del estado de catalepsia, su esposa lo calmaba con la palabra "Negrito" y él volvía a la normalidad. "Desde entonces han pasado ocho años", agregó su amigo, "durante los cuales A. M. está enclaustrado en su casa y despierta todas las noches de su catalepsia con la palabra mágica de "Negrito". En caso de que su esposa no pronunciara dicha palabra, él sufriría su estado de locura, destruyendo todo lo que se pone en su camino".

"Además", me contó su amigo, "A. M. era un cantante aficionado que desde años estudiaba el canto de ópera en su tiempo libre y su esposa, que era una buena concertista le acompañaba al piano".

Yo prometí al rosacruz estudiar el caso de su amigo y hacer todo lo posible para ayudarlo. Desde el principio yo estaba convencido de que personalmente no podría sanar a A. M., pero confié en el sanador espiritual interno que mora dentro de cada ser y que seguramente en el momento dado me sugeriría lo que se debía hacer para solucionar este grave problema, pues cada problema, según Pitágoras, lleva la solución dentro de sí.

Una semana más tarde el caballero rosacruz me presentó a su amigo. Este era un hombre de buena presencia, con pelo oscuro y ojos refulgentes de vida. Me miraba lleno de esperanza y me preguntó si yo tenía suficiente valor para asistirlo cuando se encontrara sometido al trauma. Me miró de lado como si quisiera decir: "Qué pena sería para la niña, si la golpeará".

Le dije que su caso era para mí extraordinariamente interesante y que tenía la esperanza de poder brindarle suficiente ayuda para desprenderse de una vez por todas de su trauma. Por su amigo, yo sabía que era un hombre sediento de libertad de movimiento en todos los sentidos.

Acordamos encontrarnos el viernes siguiente en la casa de una amiga. Ese mismo viernes A. M. me presentó a su amiga, la que me miró algo asustada y llena de temor. Luego dejó el departamento diciéndonos que se iba a un teatro y volvería antes de la medianoche. Se sabía que el estado anormal de A. M. no demoraba más de una hora. Para prevenir mayores desgracias, la amiga había sacado toda la porcelana, cristales y espejos del departamento. En la puerta ella se volvió hacia mí, mirándome silenciosamente como diciendo: "¿La encontraré viva a mi regreso...?" y de su mirada desprendí que tenía poca esperanza al respecto. Pareció que en su imaginación me había visto muerta en algún rincón de su departamento y a A. M. delante de mí en su estado normal y muy desesperado por lo ocurrido. A. M. prometió indemnizarla por todo lo que eventualmente él destruyera durante el experimento. Yo personalmente no tenía ni el más mínimo temor, sobre todo porque desconocía el peligro. Me sentía joven y optimista y también algo curiosa por lo que había de suceder dentro de poco. Nunca antes en mi vida había visto a una persona en estado de locura maniática. Unos días antes de este experimento yo había planteado y estudiado el horóscopo de A. M. y el mío y como ambos teníamos este día viernes libre de influencias cósmicas adversas me pareció bien osar tal experimento, pues soy una convencida creyente en la influencia de los astros.

Eran las 9.20 de la noche. Hablamos sin plan alguno sobre diversos temas, pero sobre todo sobre la música clásica, pues éste era el tema preferido de A. M. Recordé que su amigo me había contado que, encontrándose A. M. en estado de catalepsia y durante el cual no contestaba nada por lo general, si se tocaba un trozo de cualquier maestro clásico él, durante el trauma, señalaba claramente de qué música y de qué maestro se trataba. Era evidente que la contestación suya llegaba desde el plano de su subconsciencia, pues después del trauma nunca recordaba haber oído música o que alguien le preguntara nada al respecto.

Luego de algunos minutos de charla A. M., de repente, se puso nervioso y me propuso detener el experimento pues, como me contó, llevaba consigo unas tabletas recetadas por un médico. Estas tendrían un, efecto tan poderoso que podrían anular el trauma en un día determinado. Pero solamente le era permitido tomar estas tabletas tres veces al mes, dejando un espacio de diez días entre una toma y la otra, para prevenir síntomas más graves aun. Yo, no obstante, estaba decidida a proseguir el experimento.

A. M. se fue al dormitorio y se acostó sobre la cama, con su ropa y los zapatos puestos. Me senté a su lado y como también soy amiga de las óperas, teníamos suficientes temas para conversar y mantener la actitud mental como si nada fuera a suceder. Sin embargo, repentinamente vi como su rostro cambiaba y sus ojos miraban inmóviles hacia arriba. Le hablé con mucho fervor pues por nada del mundo quería permitir que su estado consciente se escapara. De esta manera y gracias a mi tenacidad pude sacarle muchas veces de la inconsciencia en que caía repetidamente por algunos segundos. Su cara entonces volvía a ser normal y la lengua que caía sin fuerza hacia fuera, retornaba a su posición normal.

Cuando nuevamente perdió la conciencia, supe que desde ese momento yo debería luchar con más energía, porque los momentos de inconsciencia se prolongaban cada vez más. Luego me di cuenta que habíamos llegado a un punto crítico. Guiada por la intuición, empecé a cantar el Ave María de Gounod, lo que tuvo por efecto que sus músculos se relajaran nuevamente y la lengua volviera hacia adentro. A. M. escuchaba mi canción y una sonrisa gozosa apareció en su rostro. Cuando hube terminado el

canto me dijo, con ojos cerrados y una sonrisa afable, en alemán: "Sehr schoen, wunderschoen". (Muy lindo, muy muy lindo). Más tarde me contó que no sabía ni una sola palabra de alemán.

Casi inmediatamente después de sus palabras de admiración cayó en un profundo estado de inconsciencia. Su cabeza cayó hacia un lado, sus ojos miraban inmóviles algo muy lejano; su boca se abrió y su lengua salió nuevamente hacia fuera. Tocando su frente volví su cabeza hacia mí, tomé su mano derecha en la mía y le hablé suavemente pero con tono fuerte y sugestivo: "Dígame alma mía, cuénteme qué está sufriendo ahora... dígame todo lo que le aflige en estemomento". Sus ojos se movieron, volviendo a la normalidad; un profundo suspiro hizo temblar todo su cuerpo, sacó su mano de la mía y empezó a hablar como en trance, acompañando sus palabras con gestos violentos y desesperados. Me di cuenta que me contaba todo lo que amarraba y esclavizaba a su alma. Seguramente había una tragedia única en su vida, pero ¿en qué vida?; un drama terrible que su alma todavía no había podido asimilar y que arrastraba consigo desde alguna existencia anterior a la actual. Sentí mucho que hablara todo rápidamente en idioma francés, el cual yo no dominaba lo suficiente para comprenderlo bien. Es interesante destacar que, aunque de descendencia francesa, él nunca hablaba francés, pues poseía solamente el español. Cuando terminó su angustiado relato, hizo una pequeña pausa, como si escuchara alguna contestación; hizo un esfuerzo desesperado para escuchar algo, algo esencial que posiblemente podría salvarlo de su estado de sufrimiento. Pero, resignadamente, me di cuenta que no escuchó nada sino que reinaba un silencio absoluto. Con sus brazos formaba una cruz y toda la angustia acumulada se reflejó en su rostro porque esperaba en vano. De repente se alzó. Me miró como si nunca antes me hubiera visto. El pelo le cayó sobre su frente y su mirada era tan rígida que un fuerte temor se apoderó de repente de mí. Rápidamente abandoné la pieza y me encerré en la sala de baño. Mi corazón latió fuertemente. No obstante, después de algunos segundos de miedo recordé mi responsabilidad para con A. M. Reuní todas mis energías y abandoné la sala de baño, yendo en busca de A. M. No se puede describir el susto que experimenté cuando encontré la puerta del departamento abierto y de A. M. ningún rastro. El departamento estaba ubicado en un sexto piso frente a un gran parque.

"Dios mío" pensé, "no lo dejes llegar a la calle". A esta hora había todavía mucho tránsito, pues entre el edificio y el parque existía un cruce peligroso. El peligro estaba en que A. M., en su furor, cayera bajo las ruedas de un auto. También podía matar él a algún transeúnte, si éste lo molestaba. El ascensor estaba herméticamente cerrado. Bajé por la mal iluminada escalera. Mi corazón sintió un gran alivio cuando encontré a A. M. acurrucado sobre un descanso del tercer piso, como un gatito perdido. Cuando me vio, dio algunos gruñidos inarticulados y amenazadores. Me miró con luna rabia y un desprecio sin igual. No obstante, en este momento no sentí ni el más mínimo temor. Tenía solamente la preocupación de cómo haría para evitar que él bajara más y llegara a la calle. Al mismo tiempo, estaba yo preocupada por conseguir que subiera los tres pisos para volver nuevamente al departamento. Usé toda la autoridad a mi alcance, lo mismo que un domador que influye con sus ojos a un animal feroz. Mi mirada fija en la suya, bajé algunos peldaños de la escalera, como para cerrarle simbólicamente el camino hacia la calle y, dando un tono fuerte a mi voz, lo mandé levantarse y subir. Más enfurecido todavía me miró como si quisiera romper mi cuerpo en pedazos. Sin embargo, me obedeció. No andaba erecto, sino que subía la escalera como un perro, usando manos y pies a la vez, siempre amenazándome con sus gruñidos nada humanos. Cada vez que me acercaba demasiado empezaba a bufar como un león de la selva, terriblemente enfurecido.

"Gracias a Dios", exclamé cuando nos encontramos en el cuarto piso y, por

consiguiente, más lejos de la calle. Pero el pensamiento de que alguien pudiera salir de los departamentos en ese instante, preguntándonos qué nos pasaba, me hizo temblar. Estaba segura de que tal incidente provocaría un desastre irreparable. Pero el destino nos favoreció. Las constelaciones estelares se mostraron realmente benéficas. Nadie vino y A. M. se arrastró gruñendo hacia arriba, peldaño por peldaño, bajo mi mando autoritario. No se puede describir cuán aliviada me sentí cuando por fin entramos al departamento. Pero, apenas había cerrado la puerta detrás de mí, me asaltó un susto nuevo y casi me paralicé.

A. M. se acercó a la iluminada ventana que abarcaba todo el ancho del living. Sus manos se deslizaban sobre los vidrios de la ventana, como si quisiera entender por qué se le presentaba un obstáculo invisible. Hizo algunos movimientos como si quisiera saltar por el vidrio a través de la ventana, pues el vidrio de por sí le pareció algo muy extraño, desconocido y al parecer no recordaba haberlo visto antes. Qué suerte para mí que, extrañándose por el vidrio, no pensó en usar sus fuertes puños para romperlo y saltar desde el sexto piso hacia fuera. Percibiendo vivazmente esta posible catástrofe, empecé a usar de toda mi autoridad, exigiéndole que se retirara de la ventana. Sus manos pasaban nuevamente sobre ella examinándola. En seguida se acercó al living donde se sentó justamente en el medio de una alfombra, en la posición del loto. Allí no había muebles, ni otros obstáculos, pues antes del experimento todo se había corrido hacia la pared. En esta posición del loto le sobrevino una calma sin igual pero, no obstante, gruesas gotas de sudor cayeron de su frente. Yo lo miraba silenciosamente en esta postura de meditación y me sentía muy contenta de verlo así. De repente recordé haber leído un tiempo atrás que hay seres humanos que se encuentran temporalmente obsesionados por espíritus malignos, y pensé que posiblemente en el caso de A. M. se trataba de algo similar. Pensé también que era necesario obtener cierto poder sobre tal espíritu para obligarlo a abandonar a A. M. de una vez para siempre, dejando sus juegos malignos con este ser. También recordé haber leído que estos demonios se ponen nerviosos cuando se marca la cruz sobre la persona obsesionada, pues la cruz es un símbolo muy antiguo que significa armonía universal.

Me le acerqué entonces desde atrás lo más silenciosamente posible. Cuando estaba a algunos pasos de él, dibujé calladamente sobre su espalda la señal de la cruz con mi mano derecha. Era imposible que hubiera visto mi gesto de marcar la cruz. Sin embargo, de inmediato se sintió molesto y profirió algunas palabras inarticuladas. Insistí e hice nuevamente el signo de la cruz sobre él. Se levantó furioso, como mordido por una tarántula. Estaba terriblemente enojado y sus ojos me miraban amenazadores. Dejé de hacer la cruz que intentaba por tercera vez. Gracias a mi fuerza mental conseguí que tomara de nuevo su posición anterior, la del loto. La peligrosa media hora aún no había pasado, pero yo sentía como si hubiera pasado una eternidad con A. M.: Como quedó de nuevo inmóvil en su posición contemplativa y yo no tenía nada que hacer, se me ocurrió cantar, recordándome cuán maravillosa era su reacción. Esta vez, no obstante, mi canto obtuvo una reacción completamente contraria a la primera vez. "Malo", dijo, frunciendo sus cejas. Sorprendida, traté de ignorar su interrupción, y seguí con el canto del Ave María de Gounod. Bruscamente me interrumpió, gritando con su fuerte voz: "Malo, muy, muy malo..." y demostraba un profundo desprecio por mi canto. Por lo tanto dejé de cantar y me concentré sobre una oración en sánscrito. En esta oración yo entonaba varias veces el nombre hindú Vishnú que significa más o menos "gran Dios del cielo y de la tierra". No alcancé a terminar dicha invocación, cuando A. M. se puso de pie. Me miró sorprendido y me preguntó: "¿Vishnú?". Se rió. "Claro —me dijo, "hay en Chile una crema para el cutis que se llama "Wishnu".

La peligrosa media hora había pasado y ante mí se encontraba un hombre completamente

normal, con una sonrisa perpleja sobre sus labios. Cuando le contó todo lo que había ocurrido, me dijo que no recordaba nada, solamente haberse acostado sobre la cama y que yo estaba sentada a su lado. De lo que pasó desde este momento hasta que él escuchó conscientemente la palabra "Vishnú", la que confundió con un producto cosmético de Chile, no podía recordar nada en absoluto.

Su amiga, la dueña del departamento volvió y vio con agradable sorpresa que todos los muebles estaban intactos. Solamente la cortina, que separaba el living del pasillo yacía en el suelo, lo mismo que los colgadores que la sujetaban. Era un enigma para mí cómo pudo portarse A. M. tan "civilizado" en su estado de locura, al abrir la puerta debidamente en vez de derribarla, como de costumbre. Su amiga nos preparó un café muy concentrado, que nos hizo bien. A. M. era el hombre de siempre, un charmeur sin igual. Me ofreció llevarme en su auto a mi casa. Con sentimientos mezclados de temor acepté. Me encontraba todavía demasiado dominada por el terror y las impresiones de la última hora. Pero todo andaba bien y al dejarme delante de mi puerta, le prometí comunicarme con él en los próximos días respecto a una solución que pudiera aliviar su trauma.

Se apoderó de mí un fuerte decaimiento al llegar a mi dormitorio. Sin desvestirme me acosté sobre mi cama, pero el sueño no me alivió. La pared frente de mí era de color amarillo pálido. La linterna de la calle la iluminó débilmente. Mientras yo estaba acostada en la oscuridad percibí de repente que algo en la pared se movía, casi como en una pantalla de cine. Irresistiblemente tuve que mirar lo que allí se presentaba ante de mis ojos.

Primeramente vi una mano de mujer, muy bella, muy cuidada, con un precioso anillo en su dedo anular. Entre el pulgar y el dedo índice pendía un hilo muy fino, como un pelo, y mientras yo lo miraba y pensaba en lo que podría significar, voces femeninas que siseaban diciéndome: "No te metas... no te metas. . .".

Debido a mis largos estudios de las ciencias espiritualistas, yo sabía que mi conciencia se encontraba en la llamada cuarta dimensión o plano astral, o sea en aquel plano donde se encuentra conservado todo lo que hace miles de años ha ocurrido en el plano terrestre, en los registros acásicos. Estos registros son vigilados y custodiados por los llamados "devas" o "ángeles". A continuación del primer cuadro vi una balaustrada, una entrada pomposa. Vi tan claramente los peldaños de la escalera que llevaban hacia arriba que los habría podido contar si lo hubiera querido. Inmediatamente después vi en un tercer cuadro una sala inmensa, una especie de teatro con muchos asientos lujosamente tapizados. En medio de la oscuridad me di cuenta de que ninguno de los asientos estaba ocupado. Mirando hacia adelante, no obstante, vi una especie de escenario iluminado débilmente, pero lo suficiente como para ver claramente lo que sucedía allí.

Entonces vi en el suelo a una mujer inmóvil, con los brazos extendidos en cruz. Estaba vestida con un traje antiguo, de falda amplia, y yo pensé que seguramente se trataba de una representación teatral. Frente a ella se encontraba un hombre alto, delgado, de más o menos 36 años de edad, pero en traje de paisano. El pelo le caía sobre la frente y la mirada con que contemplaba a la dama expresaba una desesperación profunda, un dolor terrible. A su lado se encontraba un caballero pequeño y corpulento. Yo tuve la impresión de que debía ser un médico, y de sus gestos pude comprender que había constatado la muerte de la joven y bella dama.

Los cuadros desaparecieron; las voces callaron y la pared frente de mí de nuevo quedó débilmente iluminada por la linterna de la calle. De repente pude comprender el significado de lo visto. Sabía ahora claramente que aquello que A. M. me contó durante su trance en idioma francés era la narración de lo que le había ocurrido en su

vida pasada. Estaba completamente segura, pues recordé que su gesto al trazar una cruz, quedándose inmóvil por algunos instantes, era análogo al que hizo la malograda joven artista de tiempos pasados. Habiéndose formado la cruz, A. M. saltaba de la cama y se volvía completamente loco. De esto yo deduje que debe haber sido ese el momento en que el médico le informaba de la muerte de la joven dama y que era también el momento en que se produjo el trauma que en la vida siguiente, a la misma edad, le produjo sus terribles ataques. La vida de la joven se había extinguido para siempre, posiblemente por culpa de él y, en consecuencia, también algo había muerto en su alma. Siendo ella muy joven, es de suponer que tenía una gran carrera artística por delante y él, posiblemente por un acto impulsivo o de celos, la mató, impidiéndole de una vez para siempre proseguir su carrera.

Esta es, como queda dicho, mi impresión intuitiva, la que no puedo confirmar desde el punto de vista científico. El parecía haber tenido en esa época unos 36 años de edad y A. M. había cumplido exactamente 36 años cuando el trauma se manifestó por primera vez, para mortificarlo de allí en adelante todos los días a la misma hora. Que él, acercándose el final del trauma, se hubiera sentado en posición del loto, como lo hacen los monjes orientales, me hace suponer que alcanzó a huir en su vida pasada de la justicia humana, ocultándose en un monasterio oriental, pero su aura gris y su fuerte transpiración me demostraban que, a pesar de ser monje, no lo era por convicción y nunca su alma se había liberado del temor y de la angustia que el acontecimiento en el teatro le había producido.

En aquellos años, cuando se le produjo a A. M. el trauma, sus negocios habían florecido tan bien que podía permitirse cumplir el sueño de su vida y cantar en las grandes óperas de América del Sur. Según los expertos, su voz tenía un timbre extraordinariamente bello de tenor, casi perfecto, y le predijeron un éxito seguro. Pero justamente en esa época, en la cual estuvo preparado suficientemente como para firmar contratos y empezar su carrera de cantante, se le presentó el trauma y sus sueños no se realizaron. Habiendo destruido bruscamente en su vida anterior la carrera de la joven artista, tampoco a él en su vida siguiente le había sido permitido una carrera tal. El trauma fue entonces la respuesta exacta de la ley universal de acción y reacción, aunque no se cumplía en la misma vida, sino que en la siguiente. De esto se desprende claramente que él mismo fue el causante de su actual destino.

A pesar de las amenazantes voces femeninas que exclamaban "no te metas ... no te metas, me concentré en la posibilidad de ayudar a A. M. para liberarlo de su trauma. Le dije que no debía tomar su destino como algo inevitable, sino luchar en contra de él. Es verdad que tenemos que sufrir por nuestros errores y pecados muchas veces en una vida futura, pues las leyes del Creador son las leyes de la armonía universal y quien las infringe se hace culpable y el destino lo obliga a poner orden en su vida y saldar la cuenta. Por lo tanto, no debemos esperar calladamente hasta que las cosas se resuelvan por sí mismas a fin de liberarnos de una situación incómoda, sino que cada cual debe poner el máximo esfuerzo posible en compensar los pecados y errores acumulados en vidas pasadas. Una frase muy empleada en Alemania dice: "Ayúdate a tí mismo y Dios te ayudará". El lector deberá tomar en serio el profundo significado de esta frase. Según mi punto de vista era erróneo el acostarse todos los días a las 21.20 horas en paciente espera del trauma.

Es altamente conocido que el francés Coué sanó a personas que habían sido paráliticas durante toda su vida, obligándolas a no entregarse a su destino como a una fatalidad absoluta e irreparable, sino que las hacía luchar en contra de él por medio de una autosugestión positiva. Coué dio a sus enfermos la siguiente fórmula: "Cada día me voy sintiendo mejor, mucho mejor". Esta fórmula se pronuncia 20 veces en la

mañana antes de levantarse y 20 veces en la noche, antes de dormir. Esto basta, para que penetre al subconsciente y reemplace los complejos negativos poco a poco por complejos positivos, que generan el proceso del paulatino mejoramiento en todos los casos.

Le recomendé a A. M. la fórmula de Coué, fórmula milagrosa que ha hecho levantar y salir de su lecho de incurables a muchos enfermos. A. M. empezó a aplicar la fórmula y después de algunas semanas me confirmó que su trauma se había hecho llevadero y ya no quedaba totalmente inconsciente como antes. Estoy convencida de que si él sigue aplicando esta fórmula día por día, noche por noche, tarde o temprano los accesos desaparecerán definitivamente, pues da la oportunidad a su alma para cicatrizar la herida de la vida anterior que bajo otras circunstancias él cada día hace sangrar nuevamente. Se sabe por experiencia que enfermos desahuciados, cuya mente jamás se había conformado con la enfermedad, sanaron casi milagrosamente, mientras otras personas, de constitución relativamente fuerte, pero entregadas a las sugerencias negativas diarias, empeoraban de día en día, sin otra causa que su abandono total a la enfermedad y su conformidad con la misma.

La doctrina de la reencarnación afirma que en una vida dada nos encontramos generalmente con personas con las cuales estuvimos relacionados en el pasado en un sentido favorable o desfavorable. Si hemos tiranizado a nuestro cónyuge en una vida anterior, podemos estar seguros de que en la vida siguiente nos tocará un compañero que nos dará un trato análogo y esto ocurrirá tantas veces y en tantas vidas, hasta que cambiemos nuestras acciones equivocadas. Por lo tanto vemos que es completamente inútil quejarnos por la conducta desagradable de otros seres, pues nosotros mismos somos los causantes de los desagradados que sufrimos. Solamente podremos ser liberados de los mismos cuando aprendamos a actuar correctamente en todo sentido y ser tolerantes con los demás. No obstante, no basta encontrar la paz interna, sino que es necesario también que uno aprenda a transmitir dicha paz a las personas que le rodean. De esta manera puede liberarse uno del círculo de nacimientos y compartir el cielo con el excelso Buda, pues los enemigos se han convertido en amigos y no hay ninguna acción falsa o mala que pueda obligar al alma a reencarnarse nuevamente.

En el caso de A. M. vemos claramente que la mujer que, como ninguna otra, con la simple exclamación de "Negrito", lo puede liberar de un estado de locura violenta, debe haber sido la misma de su vida pasada o, por lo menos, ella representa simbólicamente a aquella mujer. Como por culpa de él se tronchó la carrera artística de ella, a él tampoco le era permitida una carrera artística similar.

No obstante, siempre hay que tener en cuenta que creer significa no estar seguro y dudar de una cosa es perjudicial. Sería absurdo exigir que el ser humano crea en la ley de la reencarnación y en la ley de un destino determinado que obligue al alma a reencarnarse nuevamente, si la persona misma no está segura de que tales leyes existen. Creo que todos tenemos el derecho de conocer estas leyes y su funcionamiento. Cuando se practica la Técnica Nous perseverantemente por un período más o menos prolongado, cada cual llegará a este conocimiento por sí mismo. Solamente cuando uno se ha convencido de haber vivido existencias anteriores, puede afirmar que realmente existe la Ley de la Reencarnación. En tonces no se necesita discutir más sobre la misma, pues uno la puede conocer por propia experiencia y convicción y puede al mismo tiempo señalar a otros el camino hacia dicho conocimiento.

No quiero terminar este capítulo sin anotar las célebres palabras de Buda en uno de sus sermones: No creáis nunca una cosa solamente porque os han hablado sobre ella. No creáis en las tradiciones solamente porque os han sido transmitidas desde tiempos remotos; ni creáis en lo que se habla en general. Tampoco creáis las cosas

porque han sido transmitidas por maestros, sabios u otras autoridades, sino que debéis creer solamente en una doctrina, en una escritura o en algo que os ha sido transmitido verbalmente, cuando vuestra propia lógica y razonamiento interno lo acepten como tal, si lo percibís como verdad única, entonces debéis aceptarla y debéis poner todo vuestro corazón y todos vuestros esfuerzos para que dicha verdad resplandezca en torno vuestro".

I V

LA TECNICA DEL DELEITE

"El espíritu busca el deleite corporal para perfeccionarse".

PERYT SHOU.

No hay cosa más bella ni más regeneradora que la unión amorosa entre dos seres armónicamente unidos. Esta relación íntima, teniendo como base el Pan-Amrita-Yoga, puede ser prolongada por horas enteras sin que se llegue jamás a un punto muerto o a un vacío psíquico. Aquella pareja enamorada que es capaz de sentir sus energías sexuales sin permitirse lo último, durante la Técnica del Deleite, es capaz de practicar el Pan-Amrita-Yoga con todo su provecho. De esta manera se puede acumular una cantidad enorme de energía sutil de la libido, o sea una electricidad psico-física que más tarde puede ser utilizada para la transmutación. En el Occidente, sobre todo en los Estados Unidos, se conoce públicamente una técnica similar, llamada "carezza", pero sin su consiguiente transmutación. Carezza proviene de la palabra caricia y significa que las caricias amorosas serán prolongadas por largo tiempo, sin provocar la consumación final. Casi se puede decir que la carezza es la octava inferior de la libido, mentalmente manejada.

Aun cuando debido a las circunstancias no haya disponible ningún compañero o compañera física, no se debe creer que el deleite será por esta razón inferior, pues el goce pertenece más bien al mundo de las emociones que al mundo físico-corporal. La comunicación mental y astral del hombre con su ánima y de la mujer con sus ánimus no reduce la capacidad de gozar mentalmente la libido transmutada, pues como son manifestaciones del subconsciente, proyectadas a la conciencia y revestidas de alguna forma humana del otro sexo, el intercambio mental puede ser provechoso. La armonía en el acto conyugal entre dos seres rara vez es realmente completa debido a la intervención de pensamientos de dos cerebros diferentes, pues aunque haya comunión en lo físico, puede haber diferencia en lo que se siente y se piensa a la vez. Los arquetipos del subconsciente se amoldan tanto a los pensamientos como a los sentimientos, y la relación es fructífera en el plano espiritual siempre que se trate de una persona con un buen criterio.

La mejor garantía para el buen desarrollo del acto libidinoso está en las parejas con largos años de casadas, siempre que exista amor y armonía en ellas. Quien se dé cuenta de esto sabrá que el deleite sensual no se manifiesta principalmente en el cuerpo físico, sino es más sentido en el ser anímico o sea en el cuerpo astral, vehículo del alma.

Los yoguis afirman que el alma es capaz de manifestarse independientemente del cuerpo físico mientras el ser humano duerme y, más aún, cuando el cuerpo físico ha muerto. Este cuerpo astral es un cuerpo de luz y energía sutil y, a la vez, la contraparte del cuerpo físico. Está compuesto de órganos astrales, invisibles al ojo humano corriente, de la misma manera como el cuerpo físico posee sus órganos físicos. Cuando yo era adolescente vi este cuerpo astral en un profundo estado de inconsciencia corporal, conectado con el físico por intermedio de un sutil hilo de energía. Mientras este hilo esté conectado, el cuerpo astral puede volver al ser humano. Cuando se rompe este hilo, la muerte es inminente.

Al desarrollarse el acto amoroso y después de haber gozado sus delicias, es posible que la pareja llegue al sueño. Esto tiene por ventaja que tanto el cuerpo, como el

alma, absorban la energía sexual y se alimenten con su contraparte electromagnética, sin que la mente en vigilia pueda estorbar este proceso. Después del sueño se despierta con un mayor deseo amoroso, pues uno -se encuentra fuertemente envuelto por la onda dionisiaca.

No obstante, a aquellas personas que por falta de compañeros físicos adecuados se acostumbraron a entregarse a un ser fantástico, les quiero dar algunas informaciones respecto a las dificultades y peligros que se puede correr con tales costumbres. Si a lo largo de las prácticas los arquetipos de la psiquis, la ánima y el ánimos, se mantienen en el campo de lo absolutamente desconocido, es muy posible que la persona, sobre todo si es masculina, quede poseída durante el acto por los así llamados vampiros astrales.

Aunque en circunstancias generales el ser humano no puede ver las almas de los desencarnados, está rodeado sin embargo por ellos incesantemente y, sobre todo, por aquellos que en su vida terrestre le han querido hacer bien y por los que lo han querido dañar. Se debe tener en cuenta que nada se mantiene en el ser desencarnado tan fuertemente manifestado como el deseo sensual, sobre todo si tuvo que dejar su cuerpo físico entre los 20 y 40 años de edad. Esto se puede comprender fácilmente si se considera que el eros es la fuerza motriz de la vida de nuestra actual civilización y estar unidos en el eros sublimado significa unión genuina con lo divino, pues el eros existe en muchas esferas celestiales y terrenales. Solamente existe una diferenciación entre el eros "bajo" y el eros "elevado".

Los seres desencarnados, como no tienen que trabajar para ganarse la vida, como la mayoría de nosotros, tienen por consiguiente mucho tiempo disponible y muchos de ellos, siendo poco evolucionados espiritualmente, no tienen otra cosa que pensar que lamentar de haber perdido su cuerpo físico, mediante el cual se deleitaban. Un día, tarde o temprano, no obstante, encuentran el camino hacia la satisfacción de sus sentidos astrales por intermedio de los seres humanos encarnados. Como la mayoría de las personas no los puede ver ni percibir su presencia, se fusionan con uno de los arquetipos o seres fantasmas del otro sexo, idealizados por la mente. Se sabe, que los llamados arquetipos cambian su revestimiento imaginario durante el curso de los años. El famoso psicólogo C. G. Jung se refiere a menudo en sus obras a este asunto. Además, muchos vampiros astrales se identifican con los arquetipos, el ánimos y la ánima, lo que es relativamente fácil debido a la plasticidad de su cuerpo astral. De esta manera alcanzan a apoderarse del sexo de los seres humanos encarnados.

Gran cantidad de soldados, que durante la última guerra mundial y la posguerra, no tenían la oportunidad de amar a una mujer de cerca, mental y emocionalmente, se unieron a la MM o a la BB (Marilyn Monroe y Brigitte Bardot). Los armarios estaban repletos de sus fotografías e imágenes. Pero tanto la MM como la BB no significaron otra cosa que la envoltura externa de la ánima del hombre, su arquetipo, vivificada en la mayoría de los casos por los vampiros astrales que se identificaron con dichos arquetipos. Solamente para algunos seres puede ser beneficiosa esta relación, mientras que para aquellos de poca evolución y dados a las bebidas alcohólicas, estos actos solitarios constituyen un grave peligro para su salud física y psíquica, debido a que pueden ser fácilmente víctimas de un vampiro astral que en su imaginación toma la apariencia de la MM, BB u otra mujer apetecida. Este vampiro, entonces, no tiene otra cosa en su mente que excitar al máximo la imaginación del mas-turbante, con el fin de alimentarse de la sustancia etérea y nerviosa del semen vaporizado. Es este elemento de vida lo que el vampiro busca para prolongar su vida astral, porque igualmente como el ser

encarnado está amenazado por la muerte física, el ser astral un día u otro tiene que morir, quedándose el alma sin su cuerpo astral en otras esferas y en espera de una nueva reencarnación.

La pérdida de vitalidad es considerable si el vampiro alcanza a poseer al hombre solitario de manera tal que éste se deja excitar continuamente y se produce muy a menudo la pérdida de la energía vital. Esto, por consiguiente, puede llevarlo con el tiempo a la impotencia parcial o total, a la brutalidad mental, o a ejecutar actos criminales debido a una cierta indiferencia psíquica para con sus congéneres.

Como norma general se puede decir que todo hombre que satisface sus sentidos sensuales por intermedio de la masturbación y que se siente después, como consecuencia, malhumorado o débil físicamente, está en peligro de proveer a un invisible vampiro astral de su fuerza vital. Estos desencarnados tienen poco sentido de la moral y muchas veces se trata de seres que habían sido criminales de la peor clase en su vida terrestre. No tienen ningún interés en hacer el bien y no les importa nada si hacen daño. Harán todo lo posible para excitar su imaginación lasciva. El alcohol les es un medio muy útil para alcanzar este fin y los seres débiles de voluntad se dejan llevar por las borracheras sin control ninguno. Las drogas constituyen otro peligro para los seres humanos. Los fantasmas que el emborrachado o el intoxicado por drogas ve, no son imaginaciones de su mente, como se cree generalmente, sino son seres reales del mundo astral. Como sanguinarios vampiros invisibles se aferran al ser humano para chupar incesantemente su vitalidad y las orgías de los homosexuales embriagados se deben en su mayor parte a la influencia de vampiros astrales, los que no tienen otro interés que gozar del fluido etérico del semen derramado. Monasterios, pensiones y burdeles son refugios ideales para esta clase de vampiros.

Cada hombre que se entrega a la masturbación muy a menudo, debe tener esto muy presente y tratar de averiguar a través de su sexto sentido lo que se oculta detrás del acto libidinoso. No debe dejarse llevar por el mero impulso, para no llegar a ser víctima de su propia vida pasional.

Cuando se unen un hombre y una mujer, guiado por su amor, el vampiro astral no puede penetrar sus cuerpos, pues el fluido etéreo del hombre es absorbido por la mujer. Otro es el caso de personas enviudadas que en su vida matrimonial fueron muy felices. Cuando se pregunta a estas personas, ellas afirmarán que en momentos de reposo, pensando en el ser querido que ha partido, sin que estos pensamientos estén mezclados con sentimientos de dolor, éste ser se manifiesta y trata de hacerse comprender. Muchas personas han percibido su amor y su cariño casi físicamente, pero en forma más sutil y más bella que durante la época de su encarnación. Tanto los viudos, como las viudas, deben aprovechar esta oportunidad. Hay sólo un obstáculo que se interpone a un intercambio amoroso, es el duelo excesivo con sus lágrimas y el dolor que le acompaña y que crean una muralla impenetrable entre el ser desencarnado y el ser encarnado. Por lo tanto, ellos deberían prepararse para una comunión espiritual-astral, que les proporcionará alta satisfacción psíquica. Se debe tener siempre presente que el goce principal de la sensualidad se manifiesta mayormente en el alma y en el cuerpo astral, que es el vehículo del alma. El cuerpo físico es solamente un medio por el cual se manifiesta el sentido del tacto. Por lo tanto, el goce máximo de una experiencia reside principalmente en el alma, o sea en el ser psíquico. Esto se puede comprender mejor si se tiene en cuenta que una mujer puede recibir de su esposo el amor más fervoroso, pero si su alma no comparte este cariño y si se mantiene fría e indiferente

en lo que se refiere a la relación íntima, ningún deleite sexual se manifestará en ella. Al contrario, su indiferencia crecerá con los años.

Como el alma sigue viviendo después de la muerte física, no existe ninguna razón por la cual se ha de renunciar a los deleites de un amor verdadero. La fuerza sexual es, en primer lugar, energía psíquica que se manifiesta por intermedio de los órganos sexuales, tratando de comulgar con la energía física de los mismos. Es a la vez, también un compuesto de incontables miríadas de átomos, invisibles al ojo humano, pero perfectamente perceptibles por sus repercusiones. Es un elemento de poder que siempre interfiere en los asuntos de la personalidad. Aunque las cosas que perciba un cóndor desde sus alturas no sean visibles para nuestros ojos mortales no podemos decir por esto que dichas cosas no existen. Cuando los perros oyen sonidos que están completamente fuera del alcance de nuestros oídos, tampoco podemos afirmar que estos sonidos no existen. Los perros también pueden olfatear el cuerpo astral de una persona encarnada o desencarnada, cuando éstas vagan por el ambiente. Debemos tener en cuenta que nuestros cinco sentidos están realmente subdesarrollados en comparación con los sentidos de algunas especies de animales. Para el perro fiel, su amo no ha muerto, mientras su alma desencarnada se encuentre en su antiguo hogar.

En relación con lo dicho anteriormente parece interesante para el lector estudioso el caso de la señora Clara Allison, de Santa Bárbara, California, quien había muerto. No obstante, con una manguera plástica se bombeó aire dentro de sus pulmones y el médico le hizo masajes a su corazón. Después de un tiempo considerable, Clara Allison abrió los ojos. Lo primero que ella dijo era: "Vi a mi padre y a mi hermano mayor acercándose más y más hacia mí, como si vinieran en mi busca. Espérenme, dije yo, ya estoy en camino ..." Ella explicó a los médicos que tanto su padre, como su hermano mayor habían muerto desde hacía muchos años y sin embargo los vio rebosantes de vida y de alegría por el hecho de que ella volvía a reunirse con ellos a consecuencia de su muerte.

Aunque nosotros no podamos ver la electricidad, la conocemos por medio de sus efectos y a nadie se le ocurrirá negar la existencia de la misma. Interesante es también el hecho de que ella siempre haya existido, aunque nuestros antepasados no tenían la menor idea de su presencia. Lo mismo se puede decir de la ley de la gravitación. Nadie la ve directamente, pero todos tienen conocimiento de ella, pues las cosas que dejamos caer, simplemente caen.

Cuando el centro erótico de una persona se acerca al centro erótico de un ser desencarnado, de otro sexo, es muy posible que este encuentro despierte deseos amorosos. Entonces empieza un romance entre dos mundos; el visible y el invisible. Viudos y viudas que vivían un matrimonio feliz deben tener esto muy en cuenta. Ellos debieran dar curso a su imaginación y seguir las mismas costumbres de antes, para facilitar al alma desencarnada el contacto, pues la verdadera unión matrimonial no termina con la muerte de una parte. Mediante la comunión astral naturalmente no se puede engendrar hijos, pues para alcanzar dicho fin falta la sustancia física de la energía creadora. Pero la íntima unión entre ambas almas puede ser sentida perfectamente.

Mediante la continuación de la vida amorosa, el cónyuge encarnado puede ganar mucho. El ser desencarnado estará a su lado día y noche y los problemas de la vida se solucionarán fácilmente, pues el ser querido desencarnado hará todo lo posible por darse a entender por intermedio de la intuición y telepatía. Con el tiempo, el nexo telepático se acentúa tan poderosamente que en cualquier momento puede sostenerse una conversación mental entre ambos mundos. Un nexo telepático mental existe también entre un maestro de las ciencias espiritualistas y sus discípulos. Puede vivir el maestro en el lejano Oriente o bien puede haber fallecido físicamente. La sensación de

haber conversado con un maestro tal o de haber recibido una lección de parte de él, es tan natural como si uno hubiera entablado una conversación interesante con un ser humano sentado al lado de uno. Por lo tanto, un romance entre ambos mundos es una cosa completamente natural para los seres psíquicamente dotados. Sobre todo hay que tener en cuenta que el ser desencarnado, con su muerte física, no ha perdido otra cosa que su organismo físico. Su capacidad de pensar y de sentir ahora ya no está impedida por un cerebro cansado, de recursos limitados, sino que puede manejar la materia mental y astral más libremente por intermedio de seres encarnados, impeliéndolos con su voluntad a llevar a cabo una acción determinada. También hay casos de yoguis en el Oriente que entablaron una amistad espiritual con un alma gemela en el Occidente, con la cual ya estaban relacionados en vidas anteriores. Los yoguis avanzados pueden encontrarse con un alma gemela en el Occidente sin obstáculo alguno. Para este fin los yoguis se desprenden de su cuerpo físico temporalmente, viajando en su cuerpo astral a través del mundo, materializándose donde quieren. Por lo tanto, se puede afirmar con el poeta que existen muchas cosas entre el cielo y la tierra, de las cuales nuestras enseñanzas escolares nada nos han enseñado.

Tales acontecimientos pueden enriquecer enormemente la vida de cada uno. Sobre todo para las mujeres que han perdido toda esperanza de contraer matrimonio, se abren en el Pan-Amrita-Yoga nuevos caminos hacia la felicidad que tiene derecho a experimentar cada ser humano. Este Yoga les puede proporcionar una felicidad interna tan grande y exquisita, que la mayoría de las mujeres casadas ni siquiera pueden imaginar. Estas mujeres por carecer de un compañero de vida, no necesitan renunciar a una felicidad interna, la que puede convertirse en el elixir de su vida; al contrario, pueden encauzar un romance espiritual entre los dos mundos con un alma gemela del lejano Oriente o una amistad perdurable con un alma desencarnada que se encuentre en el más allá. Se debe tener en cuenta que a cada ser humano corresponde un alma gemela del sexo opuesto. Pero muchas veces se encuentra en el plano físico encarnado solamente una parte y la otra parte se encuentra en el plano astral, desencarnada, buscando siempre la comunión con su verdadero cónyuge encarnado.

Un matrimonio es la asociación más íntima que se puede concebir en el círculo humano, siempre que exista una armonía espiritual y psico-física entre ambos y si existe la tolerancia mutua. De otro modo es aconsejable la renuncia al matrimonio, pues podrá llevar a ambas partes a la esclavización mutua hasta producir un verdadero infierno. En un caso así es mejor que la mujer se independice a tiempo y aprenda una profesión, buscando la comunión espiritual con su alma gemela. Por intermedio del Yoga y de la intensa aspiración y meditación se puede lograr esto.

La psicología nos enseña que la riqueza intelectual acumulada por nuestros antepasados se manifiesta dentro de nosotros con arquetipos múltiples. Estos mantienen su vida independiente en el fondo de nuestra alma, desconocidos por nuestra conciencia de vigilia, hasta que llegue el momento en que nosotros voluntariamente evoquemos dichos arquetipos.

Aquellos seres que alcancen en el yoga la unión con su yo interno, el subconsciente, viven sin duda alguna una vida más profunda, más feliz y pacífica, sin ninguna vaciedad, y no pierden el equilibrio en los casos en que otros, que nunca se han preocupado por las necesidades de su alma, se ponen neurasténicos. En la vida espiritualista avanzada, el ánimus y la ánima se transforman en el daimon interno (no el demonio), que se convierte en nuestro auxiliar cuando enfrenamos situaciones difíciles. "Gracias a su ayuda las circunstancias se mejoran, o por lo menos se hacen soportables, Aunque sufrimos inconvenientes durante el curso de nuestra vida, si somos sinceros, tendremos que afirmar tarde o temprano, que las

circunstancias podían haber sido aún mucho más graves de lo que fueron. Por lo tanto, uno ha completado una gran obra si ha alcanzado el estado perpetuo del equilibrio interno.

Desde los primeros días de la vida el ser humano descubre aquellas partes de su cuerpo que le proporcionan una sensación de deleite. El recién nacido ya es consciente del goce que proporcionan los senos maternos a sus labios. Los niños entre el segundo y el quinto año de edad tocan gustosamente sus partes genitales, pues allí descubren una parte del cuerpo que les proporciona un goce inexplicable. En ningún momento son conscientes de cometer un pecado. El niño mayor instintivamente desea compartir estos deleites con otras personas; la niña se siente atraída por el padre y el hijo por la madre. Pero, en vez de recibir en estos años críticos una educación adecuada y comprensiva respecto a la función del sexo, los padres generalmente los regañan y hasta algunos los castigan. Esto, poco a poco, crea en los niños un sentido de culpabilidad ante cualquier manifestación sexual y, como los pequeños no comprenden dónde reside esta culpabilidad, crean su propio mundo, lleno de secretas "vicisitudes" y desconfianza hacia el mundo de los adultos. Buscan la autosatisfacción no tanto por necesidad biológica, sino más bien como acto de rebeldía, deleitándose con lo prohibido.

El informe del Dr. Kinsey destaca que, en América del Norte, la mayoría de los adultos sigue entregándose a la autosatisfacción, incluso los casados. Se cree que los pueblos de la América del Sur no harán una excepción al respecto y hay muchos adultos que mantienen las costumbres de la infancia hasta la edad avanzada. El médico Kinsey, y con él muchos de sus colegas, están de acuerdo en que la autosatisfacción de por sí no es perjudicial, como posiblemente muchos lo creen. El perjuicio proviene más bien de razones psíquicas creadas por el sentido de culpabilidad desde la niñez y se produce especialmente en aquellas personas que han sido educadas en forma muy religiosa. Con el tiempo puede crearse un complejo de pecado tan grande, que la persona se convierte en neurasténico, sin poder prescindir del debite de la autosatisfacción. La experiencia de la psicología nos enseñó que los deseos reprimidos se tornan cada vez más fuertes y dominantes y que, cuando la persona sucumbe, el sentimiento de culpabilidad se torna más fuerte aun, creando así un círculo vicioso, del cual es muy difícil salir.

Al mismo tiempo, en muchos casos, la confesión periódica tampoco es un remedio eficaz. El pensamiento de verse liberado de su "pecado" después de la absolución sacerdotal tampoco produce una real liberación interna. Aunque la persona, en el momento de la confesión, sienta un genuino arrepentimiento, en el fondo de su alma no se siente realmente liberada, pues su subconsciente sabe claramente que pronto caerá de nuevo en este pecado. De allí se desprende el hecho de que existe un antagonismo eterno entre lo que la naturaleza del ser humano pide y entre lo que la educación, a veces demasiado estrecha, exige. *La masturbación es algo que el Pan-Amrita-Yogui rechaza rotundamente* pues ésta produce solamente una efímera satisfacción corporal y deja en el alma un vacío absoluto. A continuación de este capítulo se describen dos ejercicios, los que se denominan "las Técnicas del Deleite", pues por intermedio de estas técnicas todo el ser se encuentra envuelto en la onda dionisiaca que culmina en un trance de goce sublimado sin igual. El primer ejercicio es sobre todo para aquellas personas que tienen poco tiempo disponible y que no disponen de una comprensión intuitiva, adecuada para desarrollar lo trascendental. El segundo ejercicio es aconsejable para las personas que poseen ciertos conocimientos prácticos en Yoga u otros ramos del esoterismo, sobre todo que tengan bien desarrollada la capacidad intuitiva y telepática. No obstante, es aconsejable que a cualquier ejercicio preceda la Técnica Nous, sobre todo si no hay un compañero físico al lado, para crear de esta manera una protección adecuada contra las influencias negativas

que haya alrededor. Deseo recordar al lector el tema sobre los vamps, expuesto en las páginas anteriores. Por lo tanto se comprende que la Técnica Nous es importante, pues significa un escudo contra las fuerzas del mal.

Cuando la libido está despierta, es necesario fijarse en todo momento, en la respiración, procurando que sea lo más lenta posible. Cuanto más sea uno capaz de dominar la respiración, tanto más poderoso es el dominio sobre el sexo.

Al inhalar debe concentrarse sobre la palabra LI-BI-DO y su significado, pensando esta palabra tres veces, mientras se inhala el aire. Después, al retener el aire, nuevamente se piensa tres veces LI-BI-DO. Al mismo tiempo, es muy importante imaginarse que el aire y el prana inhalado se unen a la energía eléctrica de la libido despertada. Pronto el Pan-Amrita-Yogui se dará cuenta de que esta combinación tiene un efecto similar a una corriente de aire sobre un fuego sin llama, pues empieza a echar llamas. A continuación se exhala, pensando la palabra LI-BI-DO, nuevamente tres veces e imaginándose al mismo tiempo que toda la energía mezclada y fusionada sube al plexo solar, donde la misma está fijada mentalmente. Ahora la palabra LI-BI-DO se reemplaza por la palabra DE-LEI-TE, sintiendo al mismo tiempo cómo el plexo solar es invadido por un deleite sin igual que hace vibrar el cuerpo y el alma al unísono.

Este ejercicio se puede hacer de tres a seis veces, pero más de seis veces no es conveniente, al principio, pues el sistema nervioso tiene que acostumbrarse poco a poco a esta vibración. A continuación se debe reposar por algunos minutos, teniendo cuidado de que solamente pensamientos armónicos y positivos penetren en la esfera mental. Pensamientos de inquietud y de odio producen vibraciones indeseables y desvían la sensación de felicidad y armonía. *El objetivo principal del Pan-Amrita-Yoga es crear en el plexo solar una central de fuerza, de la cual el ser humano puede abastecerse con energía de regeneración física y psíquica que, como resultado, produce el rejuvenecimiento en un sentido más elevado.* Una vez formada esta central de fuerza, se obtiene lo que C. G. Jung y los antiguos sabios chinos denominaban "La Flor de Oro".

Es muy posible que el lector escéptico y acostumbrado a los prejuicios premeditados se ría de estas afirmaciones. No obstante, la constante y paciente práctica le enseñarán la realidad de lo escrito en este libro. Después de un año de práctica se puede afirmar con buena conciencia que es increíble cuán poco se sabe en el tan avanzado Occidente sobre el alma, como instrumento psíquico de sutiles vibraciones. La Técnica de Deleite tiene por fin hacer vibrar el alma y el cuerpo entero. El goce que se deriva a lo largo de esta técnica es indescriptible. La técnica en sí es fácil, sobre todo para el ser masculino. Debido a su estructura peculiar puede sentirse excitado por meros cuadros imaginativos. Pero es un necio quien, debido a su imaginación excitada, quiere proporcionarse un rato de deleite por intermedio de la masturbación. El goce del cuerpo físico es fugaz y el alma permanece hambrienta.

Después del último ejercicio se puede subir la energía de la libido mentalmente manejada hacia el corazón, entre gándola al súper-átomo Nous con el fin de que éste la incorpore a la corriente sanguínea, dinamitando toda la sangre con la energía del deleite, lo que produce una nueva fase de goce en la región del corazón y, más tarde, en el cuerpo entero. Estas prácticas enseñarán a los estudiantes del Pan-Amrita-Yoga que realmente vale la pena abandonar los antiguos conceptos, reemplazándolas por este método relativamente nuevo en el hemisferio occidental. El esfuerzo del principiante pronto se convertirá en una costumbre diaria.

Muchos hombres jóvenes, dedicándose a la vida social, de repente se ven obstaculizados por gustos y demandas sexuales que su razonamiento rotundamente

rechaza. Sienten cierta consternación ante este problema y no saben cómo salvarse del mismo y qué hacer con las energías sexuales despertadas en su organismo. En un caso así, el siguiente ejercicio yoga proporciona alivio. Para este fin se inhala algunas veces profundamente y se imagina que la energía acumulada en el sexo sube al plexo solar, donde automáticamente se transforma en energía vital que alimenta el sistema nervioso.

La persona entrenada puede hacer este ejercicio también en medio de la multitud, sin que nadie se dé cuenta de esto. Bastan unos segundos para la inhalación y la concentración en el plexo solar, al cual se eleva la energía. En caso de que la excitación sexual sea muy poderosa, el joven deberá hacer este ejercicio varias veces, hasta sentirse tranquilo. El éxito es seguro y, en los momentos en que el hombre está en peligro de perder la cabeza, debido a que su naturaleza quiere dominar a su sano razonamiento, él puede controlar la situación.

Muchos sufrimientos y muchos matrimonios desgraciados pudieron ser evitados, si el hombre de Occidente hubiera empleado este simple ejercicio mucho antes. Habría entonces muchos hijos naturales menos y con esto menos complicaciones para los mismos. Las mujeres deben reconocer que, en la mayoría de los casos, depende de ellas si el hombre pierde la cabeza y se deja dominar por la pasión. Es ella la que, en momentos dados, consciente o inconscientemente despierta el deseo lascivo en el hombre y él toma lo que simplemente se le ofrece, sin pensar en estos momentos en la deuda kármica en que puede caer. La sangre bulle en sus venas y lo incita a buscar la unión con una mujer, que en verdad nada le significa y espiritualmente nada le puede ofrecer. Aunque su sano razonamiento al principio se lo advierta, la voz de su sangre hace callar la voz de la razón.

¿Cuál es el resultado cuando se esfumó la excitación en el hombre? El momento del goce es muy corto. Hijos naturales, lágrimas y fuertes preocupaciones de parte de la amada. Un matrimonio infeliz desde el primer día es muchas veces el resultado de los momentos incontrolados. Por lo tanto sería mucho mejor si el hombre aprendiera a dominar la energía de la serpiente.

El intercambio amoroso entre dos seres que se aman sinceramente es algo divinamente maravilloso. Para lograr esta felicidad no es aconsejable obrar precipitadamente. En los asuntos de amor siempre hay que reflexionar y meditar sobre las consecuencias que éste puede traer al ser amado, no solamente desde el punto de vista material sino también, y primeramente, desde el punto de vista espiritual. En las esferas astrales el hombre puede cambiar la imagen de la amada tantas veces como a él le plazca, sin que estos cambios puedan traer consecuencias fatales. Es interesante, en este caso, que aunque el cuadro imaginativo que el hombre emplea para alcanzar su excitación sexual sea variable en su representación, el ser que se oculta detrás de aquello siempre es el mismo, o sea la ánima en el hombre y el ánimus en la mujer, suponiendo que no se ha entregado a un vampiro astral, al que la ánima o el ánimus maneja según sus gustos perversos.

En los planos físicos no es tan fácil cambiar el amor sin provocar dolores y sufrimientos. Aunque algunos seres creen que el dolor de los demás no les interesa en lo más mínimo están muy equivocados, pues tarde o temprano vuelve el dolor causado como un bumerang que siempre regresa a su punto de partida. Desde este punto de vista es prudente que el hombre aprenda a dominar el fuego serpentino dentro de sí y probar su dulce néctar solamente cuando éste sea para el bien de ambos. Es verdad que uno puede ser verdaderamente -feliz solamente cuando hace igualmente felices a los demás. Esta ley universal también actúa en este caso como un bumerang.

El segundo ejercicio de la Técnica del Deleite es más complicado y es por lo tanto más

aconsejable para las personas que tengan conocimientos sobre esoterismo y espiritualismo y que hayan tenido algunas experiencias suprasensoriales. A las demás personas se las aconseja informarse respecto de la práctica de la Meditación en el libro "Cartas sobre Meditación ocultista" de Alice A. Bailey, pues prepara a la persona a través del camino espiritual y estético para el Pan-Amrita-Yoga.

Esta segunda técnica consta de cuatro etapas:

- 1) Concentración.
- 2) Meditación.
- 3) Contemplación.
- 4) Samadhi (Bienaventuranza espiritual, que más tarde también se transmite al centro nervioso físico).

Concentración. En esta energía misteriosa, denominada amor, vida y fuerza sexual, que junto con el prana se convierte en la libido universal, se ejercita la concentración.

Cada letra, cada nombre o número que pronunciamos, se caracteriza por un específico grado de vibración y comunica a nuestra conciencia el significado individual o colectivo. No obstante, como ya se ha explicado, siempre se trata de una aglomeración de energías atómicas. La palabra DIONISIO contiene un poder vibratorio muy concentrado, pues simboliza la energía de la libido que fluye de persona a persona, de planeta a planeta, de un sistema solar a otro y de una galaxia a otra, para conectar lo más pequeño magnéticamente con lo más grande y garantizar de esta manera la armonía universal.

Si se pronuncia la partícula DI con resonancia bien determinada, esta fuerza vibratoria se conecta con la energía sexual en el ser humano. La pronunciación de ON, pronunciando siempre la N con fuerte resonancia, comunica a la conciencia el sentimiento deseoso de la energía despierta. Si al pronunciar IS se lo deja vibrar en el cuerpo entero, o sea desde los pies hasta la cabeza, éste estimula y nutre el fuego serpentino. La última partícula de la palabra mágica DIONISIO o sea IO comunica al fuego interno su conciencia mental y la libido ahora puede ser sublimada.

Meditación. El fuego serpentino gira en el centro sexual. Conscientemente se lo eleva hacia el plexo solar. Allí se fusiona con la energía astral, la que tiene su dominio preponderante en esta región del cuerpo. Todas nuestras energías emocionales son registradas primeramente en el plexo solar. Cuanto más profundas y largas son nuestras dolencias o disgustos, tanto más fácilmente afectarán los órganos que se encuentran alrededor del plexo solar, como son por ejemplo el estómago, el hígado y, como secreción de este último, la bilis.

Contemplación. A continuación, se trata de percibir el goce, que se asemeja mucho al deleite del orgasmo, pero ahora en la región del plexo solar.

Samadhi (Bienaventuranza espiritual). Mentalmente se eleva la energía de la libido desde el plexo solar hacia la garganta y se la concentra en la raíz de la lengua. Cuando poco a poco el iniciado se acostumbra a formar allí un depósito de la libido mentalmente manejada, se dará cuenta de la magnitud y real importancia que tiene el dominio de estas técnicas. El ser humano despertará a una conciencia completamente nueva, y justamente allí va a entrar en un mar de goce y felicidad suprema. El científico occidental seguramente se sentirá muy asombrado acerca de esta afirmación y muchas personas inteligentes pensarán: ¿Cómo es posible que yo sienta más goce sensual en la región de la garganta, en la raíz de la lengua, que en los órganos sexuales mismos, predestinados para el goce? No obstante, la práctica enseñará la verdad de esta afirmación. El goce en esta región del cuerpo se debe sobre todo al hecho de que las energías sexuales se encuentran en estrecha relación con las

energías de la garganta y de la voz. El cambio de la voz del hombre joven en sus años de pubertad es un ejemplo bien claro. El hombre que posea una virilidad extraordinaria, siempre tendrá una voz profunda y agradable.

Si se ha logrado comprender lo que se ha dicho en el SAMADHI, uno debe a continuación preocuparse de lo siguiente:

Inhalar y pensar una vez: DI-ON-IS-IO. A continuación, como hemos explicado anteriormente, enviar el aire inhalado al centro sexual. Allí se retiene el aire en tanto se piensa rítmicamente dos veces DI-ON-IS-IO. Al mismo tiempo uno se imagina que el aire por exhalar sale, partiendo de los órganos sexuales, hacia la columna vertebral y desde allí se eleva hacia la garganta, siendo depositado junto con la energía de la libido en la raíz de la lengua. Al principio es conveniente hacer este ejercicio solamente tres veces para aumentarlo lentamente hasta seis veces. A continuación, como hemos descrito bajo el capítulo de la Técnica Nous, acostarse de manera que la cabeza se encuentre más baja que los pies manteniéndose en silencio por algunos minutos e imaginando, al mismo tiempo, que el agente misterioso de la libido mentalmente manejada se reparte desde la nuca hacia todo el cuerpo, invadiendo cada átomo y cada célula con su vitalidad dinámica. Pronto se sentirá un bienestar sin igual, siempre que se haya procedido correctamente y se haya tratado de dominar bien la serpiente día por día, sin permitir ser dominado por ella.

Hay algunos teólogos católicos que predicán que todo lo que se relaciona con el sexo es sucio y pecaminoso y crean así los primeros complejos en la vida de una criatura inocente, de los cuales posiblemente nunca más podrá liberarse en toda su vida. No obstante, los que se dedican con perseverancia a las técnicas mencionadas en este libro, se darán cuenta relativamente pronto de que toda su naturaleza y su personalidad cambiarán favorablemente, refinándose poco a poco, por intermedio de la libido mentalmente manejada. En el caso de que la persona haya sido antes un egoísta y materialista puro, relativamente pronto se dará cuenta de que todos los seres humanos son hermanos entre sí, pues están unidos por intermedio de su alma individual al ánima mundi, o sea al alma universal. También comprenderá conscientemente que todos los seres humanos poseen la misma energía sexual y que esta energía es algo sagrado. No ha sido creada para abusar de ella, sino para fortalecer la conciencia y para comprender lo que el Maestro ha dicho: "Ama a tu prójimo como a ti mismo", pues también en sus hermanos y hermanas corre la misma energía divina y produce los mismos deleites, al sublimarla. La salvación y liberación interna se logran solamente tratando de comprender al Eros divino en uno mismo, aplicándolo correctamente. Un teólogo evangélico afirmó con profundo sentido de sabiduría: "Antes de ir donde mi mujer voy hacia Dios, suplicándole que nos acompañe en nuestro amor".

Existe la posibilidad de que el principiante sufra dolores de cabeza después de los ejercicios mencionados, debido a la fuerte tensión en que mantiene el cuello y parte de la cabeza. Ello significa una acumulación demasiado concentrada de energía. En tal caso uno debe sugestionarse en el sentido de estar completamente tranquilo y relajado. Bueno es también pensar que la energía acumulada en la cabeza va saliendo desde allí hacia todas las direcciones, penetrando en el aura, o sea en el campo magnético; éste es un centro de energía psíquica que comprende a todo ser humano envolviéndolo desde la cabeza hasta los pies y abarcando más o menos un metro de extensión hacia todos los lados del cuerpo físico. Con esta manipulación de energías se abre una válvula de escape, los dolores de cabeza desaparecen y la persona puede empezar de nuevo con la técnica, si así lo desea.

V

EL PRANAYAMA DE LA FELICIDAD

Aunque no existe ninguna parte del organismo humano que no sea bien conocida por los científicos actuales, no les es posible afirmar que todos los misterios respecto a la vida misma hayan sido ya desentrañados. Sobre todo no ha sido posible definir claramente lo que es la "vida". Esta constituye, aún en nuestro siglo veinte, un fenómeno inexplicable desde el punto de vista de la medicina. Por lo general se puede comprender lo que constituye el organismo físico en sí, pero rara vez se comprende la causalidad de ciertas reacciones no plenamente corporales. Es un error confundir la herramienta con el maestro. Tarea de los grupos científicos, entre otros, debiera ser la de estudiar primeramente la causa de las reacciones.

En el Capítulo I de esta obra se mencionó que cualquier organismo se compone de incontables billones de células y es interesante darse cuenta de que cada célula contiene dentro de sí la plenitud de la vida misma. El científico Virchow afirmó que el organismo del ser humano y el de sus hermanos menores, los animales, se puede comparar con un estado de células bien organizadas. No obstante, hay fenómenos psíquicos que están inseparablemente conectados con los fenómenos fisiológicos. La ciencia habla por lo tanto de la "animación" de todos los seres vivos y el alemán Haeckel habla no solamente de un alma humana, animal o vegetal, sino que también afirma la existencia de un alma en las células y asimismo en los átomos.

Desde antaño creyeron los sabios de todos los tiempos y épocas que debería existir una especie de alma, una supervivencia más allá de la muerte, que al mismo tiempo contendría dentro de sí toda la energía de la vida. Pronto los científicos del mundo descubrirán el cuerpo etérico, adherido al cuerpo físico mientras éste vive, y al mismo tiempo verdadero asiento de la vida. Con la muerte del cuerpo físico, el cuerpo etérico no muere, sino que sigue por un tiempo determinado siendo el vehículo del alma, y puede ser visto como fantasma por algunas personas sensitivas. El primer paso hacia este conocimiento ha sido dado por la parapsicología.

Deseo de los seres humanos ha sido, desde tiempos remotos, vivir una vida larga, feliz y sin preocupaciones, ya que uno sabe lo que tiene, pero de lo que puede venir después de la muerte no puede imaginarse nada. Las afirmaciones acerca del cielo para unos y del infierno para los malvados son puestas en duda, pues cada cual cree, desde el fondo de su alma, en el amor de un ser superior, benévolo y, por lo tanto, no puede imaginarse un destierro eterno y absoluto, sin la mínima esperanza de ser salvado.

Existen errores vastamente arraigados en la conciencia humana, no solamente en lo que se refiere a la vida física y a sus múltiples manifestaciones, sino también, y sobre todo, respecto a la vida después de la muerte. Por otra parte, desde hace tiempo se enseñaba a la humanidad que la vejez empieza a partir de una edad específica. Los médicos afirman que a partir del octavo año el ser humano empieza ya envejecer. Nadie se opone a estas afirmaciones y aún nuestra generación moderna las afirma. No obstante, hay que tener en cuenta que la posibilidad de alcanzar una edad avanzada es actualmente mucho mayor que en épocas anteriores, debido a los grandes progresos de la ciencia médica. Por lo tanto, en vez de creer en la vejez como en una cosa inevitable, se debiera afirmar con el filósofo alemán Schleiermacher:

"No quiero ver las temidas debilidades de la vida;
desterrar de mi mente quiero cualquier cosa indeseable,

pues podría obstaculizar mis deseos de alcanzar eterna juventud en esta carne".

Es un hecho consumado que a fines de nuestra vida somos exactamente lo que durante el curso de la vida mismo hemos sentido y pensado y nuestra apariencia física demostrará la calidad de las formas de pensamientos que durante la vida se han cristalizado en nosotros. Si nosotros alimentáramos continuamente pensamientos que expresan juventud interminable y si los padres y los educadores enseñaran a los niños y a los jóvenes a desterrar los malos pensamientos y el temor a la vejez, seguramente toda la humanidad envejecería a una edad mucho más avanzada de la que envejece ahora, debido a la idea y creencia vastamente arraigada de que a partir de tal o cual edad uno ya no puede reclamar el derecho a ser joven y debe soportar la vejez. Si la corriente de pensamientos pudiera ser encauzada más positivamente al respecto, no sería necesario tomar tantos remedios para desterrar las molestias de la edad. Un hombre con una mente fuerte a los ochenta años puede aparecer joven al lado de un hombre de sesenta años con una mente abatida y pesimista. Cuando mi abuelo cumplió los sesenta años dijo varias veces cuán maravilloso sería tener la vitalidad de un joven de veinte años y al mismo tiempo los conocimientos y la sabiduría adquiridos en sesenta años. Hoy en día ya hay un grupo de personas que gracias a la educación de sus pensamientos y a su sano vivir, han podido conseguir ambas cosas a la vez.

Todos sabemos y lo hemos experimentado una y otra vez que los pensamientos son fuerzas dinámicas; son capaces de ennoblecer y embellecer la vida de cada uno. Pero también pueden guiar por caminos errados a naciones enteras y por la fuerza de los pensamientos pueden ser destruidas. Cada comunicación, cada actividad, debe estar precedida de un pensamiento específico. De esto se desprende que el pensamiento es la fuerza motriz de todo lo existente y las vicisitudes humanas no son sino otra cosa que el entregarse a pensamientos Impuros. También es un error que el pensador colectivo crea que los pensamientos pueden circular libremente y lo mismo si cree que la persona nace y se desarrolla para convertirse algún día, tarde o temprano, en polvo y cenizas. Cabe preguntar, si esto es realmente así, ¿qué sentido tendría la vida con sus luchas diarias, sus sufrimientos y sacrificios, sus ambiciones y alegrías fugaces? Entonces con la muerte cesaría todo; la personalidad se esfumaría. Solamente en un pequeño círculo de allegados persistiría por un tiempo relativamente corto un recuerdo de las buenas o malas acciones que realizó durante el curso de su vida. Pero también este recuerdo se perdería, pues los que estaban cerca de él también han de morir. Y llegará alguna vez la hora en que nadie recordará a quien ha recorrido antes los mismos caminos, los mismos que hoy recorren las nuevas generaciones. Las ciudades están repletas de gentes; siempre ha sido así, pero ¿qué sabemos de todas las personas que caminaban hace 100 años por las mismas calles con ímpetu semejante y con la misma esperanza o desesperanza? ¿Y quién sabrá algo de nosotros en cien años más? No somos dueños de la tierra; nunca hemos sido otra cosa que simples huéspedes, pues somos los nativos de un mundo sobrenatural, en el que no reinan la carne, ni la materia, sino exclusivamente el espíritu y las cualidades espirituales que adquirimos durante el transcurso de nuestra vida terrestre.

Respirar significa vivir y como deseamos mantener la fuerza de la juventud durante el tiempo más largo posible, debemos aprender a respirar correctamente. Las personas que creen que la respiración es únicamente una actividad fisiológica están profundamente equivocadas. El aire que inhalamos no contiene sólo el oxígeno, sino que también contiene energía, o mejor dicho, una sustancia atómica, de la cual, como se ha mencionado anteriormente, depende todo movimiento y toda vida. La filosofía hindú denomina esta sustancia primaria: «Prana». En las formas más inferiores, como asimismo en las formas altamente evolucionadas, es el prana el alma de la energía.

Entre otros, prana es también ese fenómeno que nosotros llamamos electricidad y magnetismo.

El organismo humano y animal se nutre constantemente de prana por intermedio de la inhalación. Cuanto más consciente y profundamente se respire, tanto más prana se atrae. Según las enseñanzas Yoga de la India se conocen cinco diferentes energías o vibraciones del prana. Estas se denominan Tatwa en sánscrito, lo que se puede traducir más o menos como movimiento. Cada uno de estos cinco tatwas tiene su vibración peculiar. La primera es llamada "Akasha", y significa el tatwa básico y empieza a vibrar a la salida del sol durante 24 minutos. El "Akasha-Tatwa" es por lo tanto la primera manifestación del prana y significa el éter del sonido. De éste se desprende el siguiente tatwa, denominado "Vayú" y corresponde al éter de impresión. Su duración también es de 24 minutos. A continuación tenemos el éter de luz, denominado "Tejas", con una duración de 24 minutos. A ese éter de luz sigue durante 24 minutos el éter del olfato, denominado "Prithvi" para ser finalmente reemplazados, también durante 24 minutos, por el éter del sabor, llamado "Apas". A continuación de "Apas" empieza nuevamente el "Akasha-Tatwa", o sea el éter del sonido, y así sucesivamente en una secuencia ininterrumpida, desde una salida del sol hasta la otra. Quiero agregar que en verdad vibran todos los cinco tatwas al mismo tiempo, solamente con la diferencia de que uno de ellos siempre es preponderante respecto a los otros cuatro.

Como cada tatwa tiene su vibración peculiar, éste se manifiesta por un sonido diferente a los sonidos de los demás. Esto se puede comprobar fácilmente por intermedio del teléfono. Quien conoce la hora exacta de la salida del sol en el lugar de su residencia, puede tomar nota de la variación del zumbido que se oye en el teléfono. Así como en el vasto universo existe el éter de luz, conocido como materia sutil, existen asimismo los demás éteres que se manifiestan como sonido, impresión, olfato y sabor. Cada tatwa es, por lo tanto, una aglomeración de átomos con sus peculiares características, los que debido al magnetismo universal son atraídos y absorbidos por todas las formas vivientes

Los científicos afirman que las vibraciones del éter de luz siguen de la línea vertical a la línea ondulada, lo que causa las variadas manifestaciones de la luz. La antigua filosofía hindú afirma lo mismo cuando habla del tatwa "Tejas".

En el organismo humano existen centros nerviosos que tienen su contraparte en el cuerpo etérico y que absorben los diferentes tatwas según sus necesidades peculiares. Estas contrapartes de los centros nerviosos son denominados por los hindúes "Lotos", "Chacras" o "Centros". Los centros más importantes se encuentran en la cabeza, en la garganta, en el pecho, en el plexo solar y en el abdomen. Un centro importante también se encuentra entre las cejas, cerca de la raíz de la nariz. Todos estos centros o chacras son cajas receptoras y depositoras del prana.

La respiración y la fuerza vital jamás pueden ser separadas una de la otra, pues una no podrá existir sin la otra. Por esta razón las personas que respiran rápidamente y superficialmente posean poca energía vital. Una respiración lenta y controlada es la base para la salud y para el buen desarrollo del Pan-Amrita-Yoga. La persona que desee liberarse de sus múltiples complejos subconscientes y alcanzar plena libertad e independencia interna, debe aprender, sobre todo, a formar un depósito de energía en los centros nerviosos en conjunto con la libido mentalmente manejada. Es por esto que debe tenerse en cuenta que cuanto más prana circule por el cuerpo, tanto más fuerza nerviosa habrá disponible y, por consiguiente, se estará más capacitado para

resolver los problemas de la vida diaria.

Pranayam significa una respiración consciente y completa. Por intermedio de ésta se abren ciertos centros nerviosos en el organismo humano y lo hacen apto para recibir un flujo mayor de energías psíquicas y espirituales. Antes de que uno sea capaz de hacer los ejercicios del Pranayam, debe haber aprendido la técnica de la concentración. Al respecto hay mucha literatura en el mercado. La persona debe ser capaz de distanciarse de sus diversos pensamientos y sentimientos, siempre y cuando lo desee, y concentrarse sobre un solo punto. Cuando se hace el Pranayam se debe identificar con el mismo, o sea debe existir solamente el pensamiento de que se atrae el prana como una corriente de energía, la que se transmite por intermedio de la voluntad a los centros nerviosos que sedesean estimular y desarrollar. Por consiguiente, es también este camino una poderosa ayuda para despertar los centros espirituales y obtener percepciones suprasensoriales.

Pranayam en combinación con la libido mentalmente manejada constituye el non-plus-ultra del sistema del Pan-AmritaYoga. Los Yoguis afirman que por intermedio de esta técnica, en conjunto con la respectiva imaginación, se puede realizarcualquier deseo razonable. El Pranayam combinado con la fuerza sexual significa una panacea universal, es decir, la curación de muchos males, tanto psíquicos como físicos. Sobre todo las personas que sufren periódicamente de depresiones deberían dedicarse a esta técnica regularmente para quemar por intermedio de las energías elevadas las energías negativas de la depresión.

Quiero acentuar que, cuando en este libro hablo del sexo, me refiero únicamente a la energía sexual como energía sagrada y divina, la que es utilizada para proporcionar Felicidad, Curación y Regeneración, en tanto el impulso sexual se manifieste normalmente, con el fin de conseguir el logro de algo ético y elevado. El goce en sí que comunica, no es de tan gran importancia en relación con el fin que se persigue por intermedio de este deleite.

Es inherente a la libido *despierta*, comunicar goce y deleite a los sentidos corporales, lo que, mentalmente manejado, puede aumentarlos inmensamente, pues entonces abarca también las esferas psíquicas de la personalidad. Los hombres que desean encontrar verdadera redención no deben concentrarse principalmente sobre el deleité. Para el verdadero Pan-Amrita-Yogui el sexo es solamente una base, el medio para alcanzar un fin premeditado, como la electricidad sirve para finalidades determinadas.

Se sabe que todos los hombres desean ser felices y realmente esta felicidad no depende tanto de las circunstancias externas. Felicidad es en primer lugar un estado de nuestra conciencia; es una vibración que se apodera de nuestra alma y le hace crecer alas. Aun cuando nuestra situación externa sea desagradable, podemos ser felices internamente y, contrariamente, podemos ser sumamente infelices aun cuando nuestra vida personal esté rodeada por circunstancias favorables. Si la felicidad solamente dependiera de la fortuna, todas las personas ricas tendrían que ser felices y todos los hombres pobres tendrían que verse sometidos a una completa infelicidad. Afortunadamente no es así. Se sabe por experiencia que muchas personas que poseen fortuna no son felices, mientras otras sin fortuna material encuentran la felicidad con relativa facilidad.

Una fábula hindú nos cuenta de un rey que, por carecer de felicidad, paseaba por todas las provincias de su vasto país en busca de un hombre que pudiese afirmar de sí que era verdaderamente feliz. Aunque este rey poseía todo lo que a otros seres humanos hubiera hecho felices, él se sentía profundamente desdichado. Su más grande deseo era el de encontrar a un hombre que afirmara ser verdaderamente feliz. Una vez que lo hubiera encontrado pensaba pedirle su camisa, para vestirse con ella. Albergaba la

fe de que vestido con la misma prenda del hombre feliz experimentaría también su misma felicidad.

El rey y su servidumbre viajaron entonces por todo el país, preguntando a una infinidad de hombres si conocían a algún hombre realmente dichoso. Mucho anduvieron sin encontrar a nadie que fuese verdaderamente feliz. Triste y desalentado, seguro de que no había felicidad en ninguna parte, el rey ordenó el regreso a su palacio. Entonces un sirviente le contó que había oído hablar de un hombre que vivía cerca de la selva, en un lugar muy alejado de la muchedumbre, pero que afirmaba ser el hombre más feliz del mundo. El rey mandó entonces a varias personas, colmadas de oro y alhajas en busca del hombre, para que éste les diera su camisa en cambio del oro y de las alhajas.

Después de algunos días de viajar, los enviados encontraron por fin este hombre, del cual el rey esperaba dicha y felicidad. Le preguntaron, tal como el rey les había ordenado. El hombre les contestó: "Yo soy el hombre más feliz del mundo" y su rostro reflejaba su intensa felicidad. Entonces los enviados le llevaron el oro y las alhajas, diciéndole: "Todo esto se lo regala nuestro rey, si usted le regala a él su camisa". El hombre los miró con sorpresa. El oro y las alhajas nada significaban para él. "No tengo camisa ... nunca en mi vida he sido poseedor de una", les contestó.

Vemos entonces que la felicidad es, en primer lugar, un estado de conciencia, el cual es proyectado desde adentro hacia afuera. Si uno está contento consigo mismo y con el mundo, entonces está muy cerca de la verdadera felicidad. Partiendo de un estado armónico interno, uno irradia la felicidad y, sin quererlo, contagia también a los demás. Por esta razón se recomienda, sobre todo a aquellas personas que sufren de depresiones y de melancolía crónica, la técnica del Pranayam que damos a continuación. Con esta técnica se atraen conscientemente fuerzas y energías positivas, reemplazando en el aura humana las energías de la depresión y de la melancolía. La conciencia, al cabo de un tiempo, se conecta con la onda dionisiaca de la felicidad; una vez conseguida esta conexión se debe tratar de no abandonarla nunca. Así mejorarán la vida y las circunstancias.

La técnica es la siguiente:

Concentración sobre prana, la energía universal y misteriosa de la cual han salido todas las formas y seguirán saliendo continuamente. En este prana está contenido todo lo que nuestro corazón desea recibir. Solamente debemos atraer hacia nosotros consciente y perseverantemente.

Durante esta técnica es bueno acostarse cómodamente, cerrando los ojos, para evitar distracciones. El vestido no debe molestar y el ambiente debe ser bien aireado y, en lo posible, soleado. En seguida uno se concentra sobre la palabra **Fe-li-ci-dad** meditando sobre el sentido de esta palabra y sobre lo que la felicidad significa para uno individualmente. Al mismo tiempo es bueno imaginarse ser un imán que, mientras uno aspira lentamente el aire, atrae hacia sí todos los átomos de la felicidad que se encuentren en el éter alrededor de cada cual. Por lo tanto: al inhalar se piensa **Fe-li-ci-dad** y se imagina que la energía de la felicidad entra en el cuerpo con el mismo aire inhalado. Entonces se envía la energía mentalmente hacia la base de la columna vertebral, pensando tres veces: **Fe-li-ci-dad**. Hablando simbólicamente: el lirio blanco se enlaza con el león rojo. Al exhalar el aire uno debe imaginarse que el aire y el prana inhalado, junto con la libido, suben ahora desde la columna vertebral hacia el plexo solar, afluyendo a este centro nervioso una felicidad y un deleite sin igual. Este ejercicio se puede repetir de tres a seis veces.

Con tiempo uno se dará cuenta de que cuanto más ejercicios hace tanto más

aumenta la intensidad del deleite en el plexo solar. El Pranayam de Felicidad termina enviando mentalmente toda la energía de la libido despierta, desde la columna vertebral hasta el corazón, entregándola al super-átomo Nous, para que éste a su vez incorpore parte de la energía libidinosa a la corriente sanguínea. Una vez en la sangre la energía será dinamizada y todas las células del organismo podrán ser regeneradas. La parte restante de la energía libidinosa es absorbida por el alma del ser humano y transmutada en energía psíquica superior. De esta manera el Pan-Amrita-Yogui se ayuda a sí mismo y, simultáneamente, a los diminutos átomos de la luz que son liberados para seguir una evolución superior. La felicidad que se experimenta en el corazón al terminar el ejercicio proviene de los dioses atómicos liberados. Además la energía libidinosa quema gran parte de las energías negativas acumuladas en el aura del ser humano.

Quiero advertir que nunca debe uno concentrarse por largo tiempo en el centro sacro, o sexual, sino que la energía debe ser elevada, para no provocar un derrame seminal, pues éste, anticipado, será de poco valor para el Pan-Amrita-Yogui. Si a pesar de toda precaución éste se produjera, tengan presente que en el próximo ejercicio deberán tener mayor cuidado y más abnegación, para que el fuego sagrado pueda ser utilizado inteligentemente.

Con el tiempo debe acostumbrarse a olvidar su sexo tan pronto como la energía libidinosa penetra en el corazón, pues ya no es energía genuinamente sexual, sino fusionada con energías psíquicas elevadas. Entonces una onda de profunda felicidad se apodera poco a poco de todo el ser humano. En caso de haber disponible suficiente tiempo, esta técnica puede ser prolongada tanto como uno la desee prolongar. No obstante, el ritmo indicado siempre debe ser observado estrictamente, junto con la respiración controlada. Cuanto más profunda es la concentración sobre la palabra **Felici-dad** y, al mismo tiempo, sobre su significado, tanto mejores serán los resultados obtenidos.

Una unión conyugal a continuación del Pranayam de Felicidad proporcionará a ambas partes una felicidad indescriptible. Siempre hay que tener presente que el plexo solar es una válvula de escape para la energía acumulada en el sexo. Para alcanzar este escape, el cuerpo debe estar completamente tranquilo y relajado y, mediante la respiración, la energía debe ser elevada al plexo solar, desde donde la energía en exceso se precipita al plano astral, o sea a la esfera psíquica.

También en los matrimonios casados desde hace muchos años, en que justamente por esta razón no hay atractivos corporales, el Pranayam de Felicidad puede hacer milagros. Los sentimientos amorosos dormidos desde hace mucho tiempo pueden despertarse nuevamente y se puede alcanzar una felicidad tan inmensa que ni siquiera la habían sentido cuando eran jóvenes. Una nueva primavera los unirá y la vejez se endulzará. El marido ya no necesitará acudir a una mujer joven, para "renovarse". El goce sensual no es solamente un goce físico, sino que es también, y en mayor proporción, una felicidad psíquica. El alma no envejece, si nuestra mente no acumula energías de temor a la vejez física. Como se ve, el Pranayam de Felicidad es también útil para los matrimonios cansados, pues puede proporcionarles un nuevo vigor y embellecer los últimos años de su convivencia. Cada ejercicio del Pranayam de Felicidad con la íntima unión entre ambas partes proporciona entonces la liberación de internas tensiones.

Además, los hijos y demás parientes pueden ganar mucho, pues la felicidad de los padres se refleja en la vida diaria, y consciente o inconscientemente la absorben. Confucio tenía mucha razón cuando afirmó que la felicidad del estado depende en primer lugar de la felicidad de las familias, pues familias felices producen pueblos felices y éstos a su vez proporcionan felicidad a la población entera. Por lo tanto, un país gobernado por personas dichosas verá reflejarse en su diario vivir la felicidad de aquellos que lo

gobiernan.

Resumiendo, para una mejor comprensión, quiero repetir que el Pranayam de Felicidad se compone del siguiente ritmo:

- 1) Inhalar y pensar intensamente **Fe-li-ci-dad**.
- 2) Retener el aliento y pensar una o dos veces **Fe-li-ci-dad**, mientras al mismo tiempo se dirige el aliento mentalmente, a través de la columna vertebral, al plexo solar.

Esto constituye un Pranayam de Felicidad. Después del tercer Pranayam de Felicidad es conveniente concentrarse en la región del plexo solar, imaginándose que por intermedio de la libido mentalmente manejada se crea allí la Flor de Oro, la cual poco a poco servirá para abastecerse de salud, de vigor y de felicidad. Al terminar el Pranayam de Felicidad, toda la energía debe ser elevada al corazón, entregándola al súper-átomo Nous por intermedio de un acto mental. Después de un breve descanso, si la naturaleza lo demanda, puede haber una íntima unión conyugal. En una pareja joven y vital es bueno si se produce la consumación final.

A las personas espiritualistas se recomienda agregar al final del Pranayam de Felicidad una pequeña oración, solicitando al súper-átomo Nous recibir y entregar la energía de la libido mentalmente manejada a la corriente sanguínea, y crear al mismo tiempo una poderosa defensa contra la invasión de corrientes de pensamientos negativos y perjudiciales.

Después, si lo permite el estado de la salud, es conveniente tomar una postura en la cual la cabeza se mantiene más baja que los pies, para que la sangre fluya y limpie las células del cerebro. A continuación uno se dedica a su tarea diaria, sin perder de vista la felicidad, armonía y la paz acumuladas dentro de su ser. Además, en todo momento debe vigilar sus pensamientos y actos y tratar de ser benévolo y tolerante para con sus congéneres, con el fin de evitar tensiones de carácter desagradable.

En la medida en que se domine el Pranayam de Felicidad, uno se extrañará de que debido a la elevación de la libido al plexo solar, el empuje de la naturaleza hacia la consumación final será muy débil, si los pensamientos están bien concentrados sobre la significación de la palabra **Fe-li-ci-dad**. Esto se debe al hecho de que la libido, en la región del plexo solar, ha sido transmutada en otra energía.

Una vez bien desarrollada la Flor de Oro en el plexo solar, se puede sentir ahí una onda de felicidad similar al goce del clímax en la región del sexo, sin que éste se produzca en el plano físico, pues ya se trata de tres energías fusionadas que son: el prana, la libido y la fuerza vital, acumuladas en el plexo solar.

Los espiritualistas afirman que al plexo solar le corresponde vitalizar el microcosmos —el hombre— como nuestro sol vitaliza el macrocosmos —el universo—. Para comprender mejor la felicidad que percibimos en el plexo solar, debemos tener presente que todo lo que sentimos se debe a la acumulación de un conjunto de átomos específicos en esta región. Por lo tanto, hay una energía que produce felicidad y hay otra que proporciona dolor. También existen energías que nos traen salud, como existen otras que producen enfermedades cuando logran penetrar en el organismo humano. En gran parte depende de nuestro estado de conciencia que percibamos tal o cual energía y lo mismo depende de vuestra capacidad de identificación con energías positivas vivificantes o negativas el que podamos mantener o no nuestro equilibrio interno, tanto física como psíquicamente. Si estamos enfermos, tenemos que sufrir esta enfermedad con relativa calma, pero será malo si nosotros nos identificamos con dicha enfermedad. Tan pronto como nuestro espíritu luche en contra de ella, existe la

posibilidad de la curación. Pero si sucumbimos en nuestra conciencia a la enfermedad, entonces ocurre que atraemos más y más energías negativas, de manera que las últimas reservas de salud se desalojarán y, por lo tanto, el agravamiento de la enfermedad será inminente.

Con el tiempo uno se da cuenta cómo cada célula es una entidad independiente, la que se ajusta al armonioso funcionamiento de todo el organismo, siendo, no obstante, capaz de reaccionar individualmente a la energía de la felicidad, de manera que ella se siente como bañada en felicidad, lo que ocasiona un centelleo mágico que se comunica de una célula a la otra. Se puede decir que la onda del Pranayam de Felicidad invade tanto el alma, como el ser físico al mismo tiempo y, por lo tanto, la persona vibra como sometida a un mar de intensa felicidad.

Aquellas personas de evolución muy adelantada que sienten el impulso sexual, pero a las que no les agrada la actividad sexual, también pueden sacar gran provecho de esta técnica, pues no necesitan reprimir las fuerzas vitales, sino darles curso al elevarlas mentalmente hacia arriba, transmutándolas de esta manera sin ninguna actividad físico-sexual. Para alcanzar este fin se considera el mismo ritmo indicado anteriormente, imaginándose que la energía de la libido se eleva al final de la técnica al súper-átomo Nous en la región del corazón físico. Para obtener una transmutación más elevada, se puede proceder de la siguiente manera: En vez de respirar por ambas ventanillas de la nariz se-tapa en la primera inhalación la ventanilla derecha con el índice de la mano derecha, aspirando el aire con la ventanilla izquierda. Luego, al exhalar, se des tapa la ventanilla derecha, tapando con el mismo dedo índice la ventanilla izquierda, exhalando por la ventanilla derecha. Al inhalar de nuevo, se inhala con la ventanilla derecha y, al exhalar por la ventanilla izquierda, se tapa con el dedo índice de la mano derecha, y así alternadamente hasta finalizar la técnica y depositar la energía en la región del corazón.

Al principio basta hacer este ejercicio tres veces para ir aumentando paulatinamente hasta seis veces. Quien más tarde alcance a hacerlo hasta seis veces ha hecho mucho para su bienestar psico-físico, pues su alma y sus células han recibido una energía sutil sin igual. Más que seis ejercicios de este Pranayam de Felicidad no son recomendables pues proporcionarán más energías de la que el ser humano es capaz de asimilar armónicamente y, en vez de obtener un resultado positivo, resultaría negativo. En todo caso es aconsejable considerarse un canal, por el cual fluyen las energías sin tratar de retenerlas, para evitar cualquier congestión que podrá producirse en el sistema nervioso. Para ampliar el estudio sobre esta clase de respiración recomiendo al lector interesado el libro *Dioses atómicos* de M., editado por esta misma Editorial.

V I

EL PODER DE LOS PENSAMIENTOS

"El espíritu es el que construye el cuerpo".

Schiller.

La libido mentalmente manejada significa también que una persona, durante la unión conyugal, no se deja llevar solamente por sus sentimientos, sino que reviste los mismos simultáneamente con pensamientos profundos. Este capítulo servirá de instrucción para el lector interesado, proporcionándole una idea clara referente al poder de los pensamientos y le hace ver lo peligroso que es dejarse llevar por pensamientos incontrolados.

Los científicos de Estados Unidos encontraron que, a pesar de la opinión pública contraria, los pensamientos pueden leerse; un hecho que los yoguis enseñan a sus discípulos desde hace milenios. Con ondas cerebrales electromagnéticas los americanos pueden investigar lo que tal o cual persona está pensando, pues la corriente que se produce en el cerebro durante el acto de pensar, puede ser captada por medio de un receptor de ondas dirigidas y ampliadas. Cuando esta corriente de ondas cerebrales se conecta con el cerebro de un escucha, éste a su vez entiende claramente lo que el ser transmisor pensaba. El Dr. Andrew Haley, Director de la Delegación del Congreso sobre Viajes Espaciales, pronunció declaraciones al respecto en Varsovia.

El estudio de las fuerzas mentales y su transmisión a otros cerebros por vía intuitiva, llamada telepatía, será en el futuro de gran interés para aquellos científicos que no quieren verse limitados al empleo de aparatos técnicos.

Todos los pensamientos de cualquier índole se manifiestan en el mundo de la psique, denominado también "el plano sutil" o "el plano astral y mental", en forma triple.

- 1) mediante una vibración característica;
- 2) por intermedio de una forma determinada, la que se produce debido a la imagen mental del pensador que produce la aglomeración de átomos respectivos, y
- 3) mediante colores, los que el ojo de nuestro cuerpo sutil ve con la misma facilidad con que ven nuestros ojos físicos las cosas del mundo objetivo.

Cada pensamiento, de por sí, es una fuerza dinámica que busca producir una vibración análoga en el cerebro, al cual son dirigidos determinados pensamientos. Esta vibración se hace comprensible mediante las reacciones respectivas. Pensamientos de tristeza que desde el mundo objetivo fluyen hacia nosotros pueden entristecernos, aun cuando nosotros no tengamos ninguna razón particular para estar tristes; y una música liviana, lo que significa pensamientos transportados a sonidos, puede alegrarnos cuando estamos tristes tan pronto como abramos nuestros sentidos a ella. Cada pensamiento significa una invisible pero perceptible corriente de energía electromagnética, la que circula incesantemente entre los seres humanos.

En el principio de este libro se destacó que todo lo que existe es un conglomerado de átomos. Por lo tanto, hay átomos que nos comunican las impresiones del mundo objetivo circundante y otros que crean las formas fijas, destruyéndolas tan pronto como éstas ya no sirven a un propósito determinado. Al mismo tiempo nos damos cuenta que también hay átomos que componen el cuerpo sutil del alma o psique, un cuerpo

que puede ser visto por los espiritualistas avanzados, pero no por el hombre común.

El alma tiene el poder de sentir y de pensar. Antes de que un pensamiento pueda ser registrado en el cerebro debe el alma haberlo percibido pues el cerebro es solamente el instrumento para registrar los pensamientos. Aunque cada átomo sea de una pequeñez inconcebible para el ojo humano, constituye no obstante, una entidad independiente, compuesta de energía positiva y negativa a la vez. Por lo tanto, podemos imaginarnos cuán poderoso es un pensamiento que se compone de muchos millones de átomos, vibrando todos en conjunto hacia una sola dirección. Dentro de la forma del pensamiento se destacan especialmente las fuerzas magnéticas de los átomos, pues por su interacción magnética atraen hacia sí incesantemente átomos y pensamientos similares; entonces todas las personas de una orientación mental semejante, aumentan el poder del pensamiento original. También puede ocurrir que un pensamiento determinado esté dirigido a una persona, cuya opinión está en oposición al pensamiento emitido. Esta, al rechazarlo, se lo devuelve al pensador, disminuyendo considerablemente su poder.

Cuando una persona envía a otra un pensamiento concentrado, éste penetra el cuerpo sutil de aquélla y éste a su vez lo envía al cerebro, donde es registrado conscientemente. En caso de que se trate de una persona egocéntrica, lo que significa que su mundo de pensamientos se relaciona principalmente consigo misma, éstos giran alrededor de la persona como un enjambre de abejas e influyen de esta manera su radiación individual. Las personas sensitivas pueden fácilmente darse cuenta acerca del carácter de estos seres, aun cuando no sean clarividentes. Posiblemente lo perciban como un ser frío, egoísta, antipático y hasta repulsivo, sin conocer lo más de cerca. Un ser bondadoso se percibe como tal, pues su mundo de pensamientos se relaciona principalmente con aquellos de carácter benévolo y bondadoso, lo que le hace atraente y simpático para con sus congéneres, aun para aquellas personas que lo conocen superficialmente.

Cuando por ejemplo una persona se acostumbra a deleitarse con pensamientos de carácter criminal, en sus horas de ocio, los que alimenta todavía más con lecturas semejantes, estos pensamientos siempre giran en torno de su cabeza, aun cuando debido a una labor diaria determinada la persona temporalmente no pueda preocuparse por los mismos. Pero en los momentos de descanso y de ocio, estos pensamientos aparecen en su conciencia y la persona los alimenta y los refuerza con sus reflexiones simpáticas. De esta manera quedan fortalecidos cada vez más, aun cuando todavía no sean proyectados hacia una persona o cosa determinada. A un ser así generalmente se lo califica como a alguien que está tramando algo. Poco a poco tal persona queda obsesionada por una idea particular y tan pronto como la misma haya madurado, la incitará a una acción determinada. Solamente un ser de carácter muy enérgico y de razonamiento sano, puede retroceder ante la insistencia imperiosa de esa forma de pensamiento. En el caso común y corriente llegará el día en que, debido a la interacción magnética de las formas de pensamientos, la persona se sentirá impelida hacia la acción de acuerdo a las ideas concebidas. La persona se verá entonces tentada fuertemente para cometer algún acto criminal, pues los seres atómicos que ha acumulado en su aura, debido a sus nefastos pensamientos y deseos, se aferran al pensador, incitándole cada vez más a caer en la tentación. Así su resistencia interna quedará cada vez más debilitada y la voz de la conciencia se ahogará en el mar de sus pensamientos.

En los casos en que la persona que desde hace tiempo, ha "jugado" con el pensamiento de mejorar su situación económica a costa de la vida de otra persona, pronto ya no será capaz de resistir a tomar lo que legalmente no le corresponde, pues los deseos reprimidos son formas muy poderosas de pensamientos acumulados, los que siguen nutriéndose en

el subconsciente. Entonces, cuando se le presenté a la persona la oportunidad de tomarse lo que no le corresponde, la tentación se hace tan irresistible que ya no puede retroceder ante la acción; la comete, teniendo por lo tanto que sufrir las consecuencias respectivas.

En conclusión, las acciones no dependen en primer lugar de asuntos externos, sino principalmente del poder de pensamientos absorbidos en las horas de ocio. No somos culpables de que tal o cual pensamiento se manifieste en nuestra conciencia y que nos sintamos tentados por tal o cual cosa, pero nos hacemos culpables si nutrimos esta clase de pensamientos malos con nuestros deseos y si caemos en la tentación. En vez de eliminar inmediatamente un pensamiento negativo o malo de nuestra conciencia, le hemos permitido entrar en la misma y alojarse en ella hasta quedar nosotros mismos prisioneros por completo de una idea específica. Por lo tanto, no se puede decir que los pensamientos negativos no sean peligrosos.

El aura alrededor del ser humano puede ser comparada con un cofrecillo de materia sutil, que lo encierra en forma de huevo y demuestra la nota característica de cada uno. Cuanto más concentrado se encuentra el mundo de los pensamientos de una persona, tanto más ésta se defenderá de los pensamientos de otros, pues verá las cosas casi exclusivamente a través de los anteojos que se ha puesto. Sus opiniones pueden colorear los de las personas que le rodean y es muy posible que su mente domine a todas aquellas mentes de pensamientos superficiales. No obstante, corre el peligro de no ver las cosas tales como son, sino solamente como le parecen ser y comportarse como un ciego que guía a otros ciegos, pues carece del poder intuitivo que pueda iluminar su mente y corregir sus puntos de vista de acuerdo con los hechos reales.

Para evitar tal cierre del aura individual uno debe aprender a alejarse de vez en cuando de su propio mundo de pensamientos, consultando los pensamientos de otros pensadores y tratando de ponerlos en relación con los suyos. De esta manera se forma un cuadro claro sobre las diferentes eventualidades de la vida.

En otro caso, cuando los pensamientos acuden esporádicamente y no se relacionan con asuntos de verdadero interés, pronto se desintegran en sus sustancias atómicas. Otro es el caso cuando un pensamiento determinado alcanza a entrar en la conciencia de un ser humano y éste a su vez lo encuentra suficientemente interesante como para entretenerse con él; esta forma de pensamiento entonces es vitalizada por la mente del pensador y su permanencia puede prolongarse considerablemente. Según el tipo y la intensidad de un pensamiento específico, puede éste ser atraído por millones de cerebros, lo que en el curso de los tiempos hace que la forma de este pensamiento se agrande enormemente y se cierna como una sombra sobre los hombres, induciéndolos a formular declaraciones que afectan a las masas humanas, ya sea en sentido positivo o negativo. La masa entonces se ve movida por estos pensamientos y la crítica y el razonamiento ya no son escuchados debido a que ellos son de un poder inferior.

No obstante, existe el peligro de que cuantos más cerebros se apoderen de un pensamiento determinado, tanto más puede perderse la vibración inicial, como asimismo pueden modificarse las actividades resultantes, las que con el pensamiento original poco tienen que ver. Una reacción tal se puede encontrar en la religión cristiana, por ejemplo, al comparar la iglesia de los primeros tiempos, después de la muerte de su Maestro Jesús, con la iglesia actual, después de casi 2000 años. La forma del pensamiento: "Ama a tu prójimo como a ti mismo" y "Ama a Dios sobre todas las cosas" ya poco tiene que ver con su forma original, y su espíritu ha sido modificado de tal manera que hoy en día los sacerdotes de las iglesias cristianas bendicen las armas con las cuales va a

ser ultimado el hermano cristiano en la frontera contraria.

Lo mismo se puede observar en los sistemas políticos de las dictaduras. Al principio un dictador puede haber sido en cierta medida un idealista, pero como los pensamientos originales han sido absorbidos por los cerebros de las masas y coloreados por sus propios pensamientos, las dictaduras generalmente terminan en guerras o revoluciones.

Quisiera llamar la atención sobre el hecho de que cada pensamiento se manifiesta en forma triple en el mundo de la psique y, gracias a las fuerzas electromagnéticas que le componen, puede manifestarse en el mundo objetivo como una actividad determinada. Pensamientos de avaricia, de odio, de egoísmo y de maldad se muestran en el mundo sutil con colores negros. Un ejemplo: si un marido ataca a su esposa mentalmente con pensamientos de maldad, intensificando dentro de sí el deseo de hacerle algún daño, tarde o temprano la esposa "siente" la forma mental de su marido y, como es de mala índole, le produce temor y hasta miedo; instintivamente se pone en situación de defensa.

Esta defensa produce pensamientos de rechazo hacia la forma mental de su marido quedando encerrada en un círculo de luz blanca. Cuanto más fuerte es el rechazo, provocado por los fuertes pensamientos de la mujer, tanto más limitado es el radio de actividad de la forma de pensamiento de su marido, de manera que él, tarde o temprano, "sentirá" que por alguna razón que no alcanza a explicarse ya no es posible actuar como proyectaba originalmente. Por lo tanto dejará de alimentar dicha forma de pensamiento, pues la circunferencia blanca originada por los pensamientos de su esposa habrá paralizado por completo sus deseos nefastos. Una actitud así tiene como consecuencia que después de algunas semanas o meses la forma de pensamiento se desintegra en sus sustancias atómicas, y en la vida de las personas afectadas se puede percibir un relajamiento y la desaparición de las tensiones internas.

Pero si en un caso similar se tratara de una mujer con un carácter más débil, que siente los pensamientos malos de su marido pero que no es capaz de contrarrestarlos por medio de una mente positiva y fuerte, entonces el cónyuge se dará cuenta de la falta de resistencia y le será fácil llevar a cabo lo que proyectaba hacer.

Se sabe que las pasiones se pueden sentir en múltiples formas. Una persona, por ejemplo, que sufre frecuentes depresiones o está malhumorada, se encuentra envuelta por nubes de pensamientos de color gris claro hasta gris oscuro predominante. Por inclinación casi innata ahoga a su alrededor todos los pensamientos de alegría, de amistad o de amor, que le son enviados por otras personas con el fin de hacerla feliz. No obstante, los demás pronto se alejan de una persona así y ésta permanecerá con sus pensamientos sombríos en su soledad. El pueblo llama misántropos a estas personas.

El color primario de la pasión es siempre rojo. Depende sin embargo, de la escala de los sentimientos que el rojo sea de tono sucio o de un color fuego o aun de un rosa delicado.

Si enviamos pensamientos de simpatía a otras personas y ellos encuentran su correspondencia respectiva, entonces en el mundo de la psique se producen formas de pensamientos electromagnéticos de un color verde suave. Un hombre de ciencia que se preocupa especialmente de problemas científicos y de investigación, se encuentra envuelto por formas de pensamientos de color amarillo.

Un ser humano, muy autoconsciente, envía constantemente a las demás personas pensamientos de color naranja. Por regla general, en el mundo psíquico, mientras más refinados y concentrados en un ideal elevado estén los pensamientos, tanto más puros son sus colores y mejor delineadas sus formas. La entrega altruista a algún ideal siempre se traduce por medio de colores en los cuales predominan el azul y el lila, mientras el amor entre un hombre y una mujer casi siempre queda representado por los colores rojos, pues aquel amor, por lo general, no está nunca exento de un tinte de pasión y de egoísmo.

Aquellos hombres que se deleitan especialmente con pensamientos sucios también se encuentran envueltos por formas de pensamiento de colores opacos, mientras que las formas de pensamiento de personas que viven para un ideal elevado y altruístico están circundadas por formas de pensamientos de colores delicados y brillantes.

Algunos lectores seguramente preguntarán de qué les sirve saber cuáles son los colores con que se revisten tales o cuales formas de pensamientos, si no son capaces de poder verlos ellos mismos. A estas personas quiero decirles que la Técnica Nous, enseñada en el Capítulo II de este libro, proporciona una gran ayuda para que ellos puedan hacerse sensibles a las radiaciones y pensamientos de otras personas, o sea no solamente sentir las vagamente, sino también poderlas ver en sus diferentes colores. También el ejercicio que se da a continuación, cuando es ejecutado diariamente, siempre a la misma hora y con el estómago relativamente vacío, hace a la persona, si es más o menos sensible psíquicamente, capaz de ver después de algunos meses las corrientes de pensamientos a su alrededor en forma de pequeñas llamas chispeantes, re vestidas de diversos colores, según la índole de los pensamientos generados; y se les puede ver cómo corren de una persona a otra, semejantes a una corriente electromagnética, compuesta por miríadas de átomos del mundo mental y emocional-astral.

Hay que tener presente que existen personas que duermen con los ojos abiertos y sin embargo ven cosas, las que nunca podrían haber visto dentro de las cuatro paredes de su dormitorio. Por lo tanto es completamente correcto cuando se dice que el cuerpo del alma o psique es un organismo independiente, capaz de verlo todo y traspasar las paredes más gruesas en forma semejante a como lo hacen los Rayos X.

Ejercicio: Es conveniente sentarse derecho, sin apoyarse en la silla. Tampoco debe recaer el peso del cuerpo sobre los muslos. Los pies deben tocar el suelo. La mano izquierda se mantiene sobre la rodilla izquierda, con la palma de la mano hacia arriba. Con el dedo del corazón de la mano derecha se cierra la ventanilla derecha de la nariz, respirando exclusivamente por la ventanilla izquierda. Un papel blanco, cuadrado, en cuyo centro se pinta un círculo negro, afirmándolo luego en la pared, sirve como punto de apoyo para la concentración. Se concentra el pensamiento sobre este círculo, sin tensión alguna y se empieza a contar hasta veinte. Con cada cifra que se cuenta mentalmente se inhala y exhala lentamente. Los labios deben mantenerse cerrados y la mandíbula debe estar bien relajada, de manera que los dientes no se toquen.

Durante el primer día se cuenta solamente hasta 20 y se termina el ejercicio. En el segundo día se cuenta hasta 30, en el tercer día hasta 40 y así sucesivamente hasta llegar en el séptimo día a 80. En ningún caso se debe sobrepasar esta cifra. La concentración se debe mantener firme, sin desviarse, sobre el círculo negro en el centro del papel y sobre el número en que se está pensando. Las personas que tienen apuro para desarrollar la visión psíquica pueden hacer este ejercicio varias veces durante el día, procurando no hacerlo con el estómago lleno.

Quién practica el Raja-Yoga consecuentemente, alcanzará, después de algunos

años de perseverancia, resultados superiores, pues verá no solamente las irradiaciones de los seres humanos, sino también las formas de los pensamientos emitidos y recibidos. No obstante, el Raja-Yoga exige la absoluta obediencia psico-física a los mandamientos del espíritu, como por ejemplo, vivir célibe y puro en pensamientos, palabras y actividades, ser vegetariano y evitar el alcohol y los cigarrillos. Además, se necesita mucho tiempo para realizar los ejercicios de concentración, meditación y contemplación. Aquellas personas que se interesen para el Raja-Yoga y que tengan suficiente interés, espíritu de sacrificio y tiempo disponible, pueden hacer la prueba y comprobar lo descrito en esta obra. A ellas les recomiendo la enseñanza práctica del Maestro Hindú, el Swami Vivekananda, expuesta en su libro Raja-Yoga, que también apareció en idioma español. El francés Romain Rolland erigió un monumento al venerable Swami en su libro: La Vida del Swami Vivekananda.

Debido a que yo he nacido con una naturaleza escéptica y no creo fácilmente en las cosas que no se pueden ver ni tocar y al mismo tiempo me es muy difícil creer en un Dios personal, sentado sobre un trono por sobre las nubes, con barba larga y ojos furiosos para con el pecador, decidí, más o menos hace unos veinte años, seguir fielmente las instrucciones del Swami Vivekananda, dadas en el libro mencionado. Además, me atuve a las enseñanzas del antropólogo Dr. Rudolf Steiner, expuestas en su libro: Cómo se logra el conocimiento de los mundos superiores. Ambas enseñanzas se complementan armoniosamente. En aquel tiempo pensé: "Si se me abriera la visión psíquica en recompensa a mis esfuerzos y sacrificios, yo creeré en la vida del más allá y me dedicaré a profundizar mis estudios respectivos durante el curso de mi vida futura. Si, en caso contrario, no obtuviera resultados positivos ni obtuviese ningún vislumbre respecto a una vida trascendente entonces yo terminaré con mi vida pues, aunque no era infeliz, no deseaba seguir viviendo sin conocer a fondo el sentido de la vida, tanto para mí como para todos los demás seres".

Para convencer a mi naturaleza escéptica de la existencia de una vida después de la muerte, he hecho dos pruebas. La primera no se la recomiendo a nadie y la segunda prueba puedo recomendársela a todas aquellas personas que tengan una voluntad determinada, capaz de conseguir lo que se proponen a través de un esfuerzo incansable en una determinada dirección; es el Raja-Yoga. El mismo Swami Vivekananda decía en su libro que hay que enfrentar esta enseñanza como aquél que dice: "Yo beberé el océano".

Empecé a refrenar mi naturaleza. No comí más carne, ni bebí más alcohol; solamente me alimenté de frutas, leche y avena. Además, dejé mi círculo de amistades y viví en medio de una ciudad de varios millones de hombres en forma semejante a como lo haría un anacoreta.

No sé si a otras personas, bajo las mismas circunstancias, les ocurrirá lo mismo y, debido a mi naturaleza escéptica, explicarlo como una autosugestión no tendría sentido. Pero después de sólo unos diez días de ejercicios respiratorios y concentrándome sobre la semilla natural y la semilla sintética, como lo recomienda el Dr. Rudolf Steiner, se me abrió el ojo espiritual y empecé a ver el aura de las cosas y pude determinar al mismo tiempo el color de sus emanaciones sutiles.

Para comprender cuán pequeño e insignificante es el ser humano en relación con el creador universal uno debe tener presente lo que nos enseña la astronomía pues, según esta ciencia muchos soles gigantes se desintegran diariamente en el espacio sin límites y muchos nuevos soles, más gigantescos aún, nacen. ¿Quién, ante estas infinitas proporciones, puede creerse algo especial, algo grande, si ve las cosas tal como son en realidad? Por lo tanto, no creo que nosotros seamos una gran cosa, los

hijos de los hombres, pero creo que podemos desarrollar una parte de nuestras células cerebrales, las que en su mayoría están durmiendo o atrofiadas. Careciendo de un desarrollo espiritual, los materialistas afirman que después de la muerte no hay nada. No obstante, la electricidad existe desde que existe el mundo, o sea desde un sinnúmero de millones de años, aunque la humanidad tenga conocimiento de ella solamente hace apenas un siglo.

Después de unos tres años de ejercicios intensivos he tenido percepciones extrasensoriales maravillosas e interesantes, todas más allá de los cinco sentidos. El sexto sentido, que se encuentra latente en todos los seres humanos, se desarrolló de manera tan maravillosa, que poco a poco pude ver las formas de los pensamientos, y ver cómo giran alrededor de las personas en la misma forma como se pueden ver los objetos materiales con el ojo físico. Cuando caminé por las calles de la gran ciudad, quedé muy sorprendida de no ver ninguna persona que tuviera pensamientos elevados o nobles. Al contrario, el ambiente estaba lleno de formas de pensamientos grises y negros y de un rojo sucio. Flotaban alrededor de la cabeza del pensador y estaban conectados con un hilo sutil, etéreo, a su cerebro. Interesante era caminar por una calle de mucho tránsito y observar los autos que circulaban. Más o menos a unos 30 centímetros y hasta a veces más de un metro por encima del techo de los autos flotaban las formas de pensamiento, conectadas mediante el hilo sutil a sus ocupantes. Una vez vi a un ciclista paseando por la calle y pude observar cómo las formas de pensamiento, originadas por él, brincaban por sobre su cabeza, según el ritmo de su pedalear.

En una tarde plena de sol, yo estaba sentada en un banco de un parque en la ciudad. Una muchacha atravesó el mismo. Sobre su cabeza flotaban campanitas etéreas en los colores rosado y verde. De estas formas pude deducir que la muchacha se entretenía con pensamientos muy agradables; posiblemente era novia y ya oía mentalmente el repique de campanas para su próximo matrimonio. En este caso significaba el color verde la gran simpatía que sentía por una persona determinada y el color rosado indicaba la sinceridad y pureza de su amor.

Después vi a un hombre joven que atravesó el parque. Sobre su cabeza flotaba un pensamiento que tenía la forma de un chanchito de la suerte, de color rosado transparente. Posiblemente pensó que había tenido suerte en algún asunto sentimental.

También vi a un sinnúmero de personas que no tenían ningún pensamiento preciso o determinado. En un día pleno de sol, sentadas en un trolebús, pude observar a varias personas que estaban envueltas en una nube de color negro y otras en una nube de color anaranjado, de manera que no se podía distinguir si eran hombres o mujeres.

Sobre estas observaciones yo podría escribir un capítulo entero. Solamente he mencionado algunas de las que quedaron grabadas en mi mente. Al mismo tiempo pude experimentar que la telepatía existe realmente. En aquellos años en que yo había sido una perseverante discípula del Raja-Yoga, mantuve una comunicación telepática con un yogui hindú que vivía en California. Yo tenía la costumbre de esperar la puesta del sol en un cercano parque, todas las tardes. Allí me sentaba sobre un banco y me concentraba después de la puesta del sol en el yogui hindú de la lejana California. Pronto pude observar cómo la forma de pensamiento del hindú se acercó a mí, descendiendo del éter, estacionándose por sobre mi cabeza. Eran pensamientos preciosos, de colores brillantes transparentes y sus formas bien delineadas, de manera que me era muy fácil "leer" lo que el yogui en esos instantes me deseaba comunicar. Me concentré sobre una respuesta adecuada y al dirigirme mentalmente a él, vi la forma de mi pensamiento desplazándose rápidamente desde mi cabeza al aire y de allí se dirigió con una velocidad sin igual a California. Como yo sabía que el yogui

venía planeando un viaje a otro continente, aproveché esta conversación telepática para preguntarle dónde se encontraba en ese momento. Después de una pequeña demora vi llegar la forma de su pensamiento. Tenía más o menos 15 centímetros de alto y era la forma de Inglaterra, como aparece en los mapas, pero en colores luminosos. Entonces yo supe que el yogui se encontraba en Inglaterra y que sus pensamientos me alcanzaban desde allá, aunque yo había proyectado los míos hacia California.

No obstante, cuando estuve convencida de que realmente existen fenómenos que nuestras ciencias modernas desconocen, dejé el estricto camino del Raja-Yoga para entregarme nuevamente a los quehaceres de la turbulenta vida diaria. Desde ese momento perdí la capacidad de ver las formas de pensamiento clara y nítidamente. Esto puede haber sido causado porque mi capacidad receptora disminuía en la medida en que daba preferencia a las obligaciones de la vida diaria. En este caso las impresiones psíquicas no están al alcance de la mente entretenida y absorbida por otros problemas.

Los pensamientos de los hombres son como pájaros multicolores que vuelan en todas las direcciones, cuando no son controlados debidamente. Para el Pan-Amrita-Yogui es indispensable que aprenda a controlar sus pensamientos. Un dicho popular afirma que cada cual es el herrero de su propio destino y que nadie debe esperar que la suerte le caiga del cielo sin mover un dedo. Aquellas personas que acostumbran pensar superficialmente sobre un asunto tras otro, no llegarán nunca a manejar su propio destino. Cuanto más se aprende a controlar los pensamientos y las emociones, tanto más se adquiere la capacidad de pensar y sentir solamente aquello que es importante. Como los pensamientos no solamente son fuerzas dinámicas, sino a la vez también magnéticas, cada persona atrae hacia sí los acontecimientos que le llenan la mente. Muy perjudiciales son los pensamientos de temor, temiendo que tal o cual desgracia pueda sucederle. Al contrario, si uno se ve aturcido por pensamientos negativos, debe esforzarse por suprimirlos inmediatamente de su mente y dirigir su atención a pensamientos llenos de optimismo, pues aunque el destino nos haya enfrentado con una época de dificultades y llena de preocupaciones, siempre nos ha dado también suficientes energías para superarlas. Entregarse a pensamientos de índole pesimista y negativa, significa sucumbir al destino en vez de dominarlo y, mientras el optimista se levanta rápidamente después de cada caída, llevando sus proyectos a buen término, el pesimista probablemente quede aniquilado para toda su vida.

En el Japón se fabrican figuritas de hombres y mujeres, las que, cuando caen al suelo, se ponen instantáneamente de pie. Estas figuras son simbólicas y tienen un profundo sentido psicológico, pues enseñan a los niños japoneses a no darse nunca por vencidos, sino levantarse inmediatamente después de cada caída.

VII

LA ALTA ESCUELA DEL PAN-AMRITA-YOGA

"El principio de la vida es el nacimiento; éste no obstante, no es el principio de la vida del alma, sino solamente del ser humano. El fin de la vida es la muerte; ésta a su vez no es el fin de la vida del alma, sino del ser humano. Lo que nosotros llamamos nacimiento, vida y muerte, son diferentes estados del alma; mejor dicho, de la individualidad inmortal del hombre"

KANT.

Este capítulo ha sido escrito para todas aquellas personas que aprendieron el perfecto Pranayam de Felicidad y para los que deseen avanzar todavía un paso más. Quien quiera alcanzar la máxima perfección en este ramo de Yoga, deberá conocer primeramente la estructura de su alma, o parte inmortal, inherente a cada ser humano, y deberá comprender su función en conjunto con la personalidad.

El Alma se manifiesta por intermedio del cuerpo astral y éste es su vehículo más inmediato, también denominado a veces erróneamente "el doble". Constituye la contraparte del cuerpo físico, construida por materia luminosa y energías electromagnéticas, cuya irradiación áurica circunda al ser humano en forma de un huevo, desde la cabeza hasta los pies. Es invisible para el ojo humano común, pero perfectamente visible para los yoguis y espiritualistas entrenados. El cuerpo astral significa, como vehículo del alma, la morada de toda la escala de sentimientos humanos y es, a la vez, un puente entre la personalidad mortal y el espíritu inmortal, que se encuentra anclado en el alma. Este espíritu inmortal es denominado también, en algunas escuelas de pensamiento, el Yo Divino, la Chispa Divina o la Mónada y el alma a veces se denomina Ego o Yo Superior. La personalidad constituye el inferior y está compuesta del cuerpo físico, del cuerpo etéreo (el verdadero doble), el cuerpo astral y el cuerpo mental.

Aunque cada ser humano lleva consigo un cuerpo astral, en su mayoría no se da cuenta de este hecho; solamente percibe sus reacciones en forma de amor, de odio, de ira y todas las demás sensaciones de buen y de mal carácter que un ser humano es capaz de sentir. También resulta muy útil estar informado respecto a la estructura del cuerpo astral, conociendo sus posibilidades y sus limitaciones. De esta manera se rasga el velo que separa lo desconocido de lo conocido y lo que antes era considerado un misterio impenetrable, posteriormente ya no es ningún secreto, y se reconocerá ampliamente el hecho de que el cuerpo astral, como vehículo del alma, es una entidad independiente que sigue viviendo como una individualidad aún después de la muerte del cuerpo físico.

El estudio del alma y su vehículo, el cuerpo astral, ayuda al mismo tiempo a profundizar los conocimientos de la moderna psicología y su análisis de profundidad. Asimismo aclara los fenómenos espiritistas y la levitación. La materia de luz del plano astral es capaz de penetrar la materia más densa con la misma facilidad como lo hacen los Rayos X.

La luz astral se manifiesta de diversos modos; principalmente es puesta en movimiento en cuanto algún ser humano empieza a sentir cierta sensación física o psíquica. Del carácter predominante de las sensaciones y de los sentimientos de una persona se forma la nota principal de la vibración. Por lo tanto, el cuerpo astral de una persona violenta y agresiva está formado predominantemente por una luz turbia, mientras que el cuerpo astral de una persona noble y de sentimientos refinados irradia una luz transparente y brillante, compuesta de colores delicados. También el tamaño

del aura del cuerpo astral depende de la capacidad de sentir y de percibir. Así, al experimentar un fuerte sentimiento hacia los demás, el aura puede expandirse considerablemente.

En caso de que se ampute una pierna o un brazo a una persona, la contraparte astral del miembro amputado quedará intacta hasta largos años después de la amputación, aunque después de un tiempo considerable los miembros amputados se encogerán. Esta es la razón por la que se quejan los amputados de dolores en los miembros que ya no poseen.

El cuerpo astral vibra incesantemente y la intensidad de su vibración depende principalmente de la intensidad de los sentimientos y sensaciones experimentadas. Como las sensaciones humanas son múltiples, también es múltiple el cambio de los colores, aunque los colores básicos de una persona determinada siempre mantienen las mismas características. Un carácter sucio solamente puede expresarse por intermedio de un cuerpo astral de colores preponderantemente sucios. En momentos de un agudo temor, el aura astral se transforma instantáneamente en una nube gris oscura, de la cual toda luz parece haberse desvanecido. El campo magnético o aura de una persona creyente, pero de poca inteligencia, se expresa especialmente por colores de tono lila y azul. El lila significa que la persona es capaz de elevar su alma a esferas de conciencia elevada y el azul denota devoción y adoración, mientras la gama del color amarillo está ausente casi por completo pues la persona está acostumbrada a dejarse llevar por un impulso noble, sin preocuparse por conceptos intelectuales ni discernimientos relacionados con su religiosidad. Un científico, no obstante, estará envuelto por una esfera de colores muy diferentes en comparación con el tipo religioso. Sus colores preponderantes serán el amarillo y el naranja. El naranja significa una buena porción de ambición y autoconciencia.

Gracias al reciente reconocimiento científico de colores tranquilizadores, la cromoterapia cura por medio de la aplicación de colores de tono verde, rosado y amarillo, pues son estos los colores que influyen favorablemente en el estado psico-físico de un ser humano y producen por lo tanto armonía, y equilibrio mental y anímico. Ambos factores influyen favorablemente en el estado de la salud y tienden a estabilizarla. En el aura astral se encuentran las formas de los pensamientos igualmente coloreados por los sentimientos de cada uno y por los que están intercambiándose entre dos o más personas. Para profundizar lo dicho en el Capítulo VI, referente al dinamismo del pensamiento, deseo ampliar este tema un poco más, ya que resulta benéfico para el lector estudioso.

Cuando nosotros caminamos por las calles de una gran ciudad, poblamos constantemente el éter alrededor nuestro con formas de pensamiento y, al mismo tiempo, estamos rodeados por las formas de pensamiento de los demás transeúntes. Cuando dejamos nuestra mente desocupada por algunos instantes, penetran en forma instantánea los pensamientos de las personas que circundan nuestra aura, buscando la entrada en nuestra conciencia. Cuando nos agrada alguno de los pensamientos flotantes en el éter, lo atraemos por medio de nuestra simpatía y lo desarrollamos de acuerdo con nuestro modo de pensar. No nos damos cuenta exacta por qué hemos escogido un pensamiento determinado. Pero tan pronto dirigimos nuestra mente a otra índole de pensamiento, el anterior nos abandona y sigue vagando por las calles, más vitalizado ahora y buscando ser recogido por otra persona.

Un pensamiento, aunque invisible al ser humano, es realmente una entidad viviente, la que por instinto se defiende contra la muerte. En forma parecida a la de un microbio que busca el alimento en los tejidos humanos, el pensamiento busca su nutrición en los procesos del humano pensar. Cuando la persona deja de pensar en un tema específico, la fuerza vital del pensamiento respectivo disminuye

considerablemente y busca entonces la entrada en otras conciencias y cerebros, para ser acogido y para así prolongar su vida o existencia vibratoria, Con la misma tenacidad con que una mosca, cuyo. pequeña vida nos parece insignificante, lucha por su existencia cuando ha caído en un jarro lleno de agua, pataleando horas enteras pues la muerte la amenaza, tratando de defender y de prolongar su vida, una forma de pensamiento bien delineada por su creador trata también de sobrevivir. Por esta razón, no habrá casi nunca una sola hora de verdadera paz sobre nuestro planeta, mientras el pensamiento de "Guerra", "Revolución" y "Lucha" mantengan dimensiones gigantescas, flotando en el éter incesantemente de un país a otro, de un pueblo a otro, buscando introducirse en la conciencia de las masas. Pero, ay del pueblo a cuya mente colectiva logre penetrar esta idea, pues esta clase de formas de pensamientos desde hace miles de años están acostumbradas a ser alimentadas con la sangre humana, derramada en guerras, revoluciones y demás demostraciones sanguinarias.

Hay un grupo de adeptos en el Oriente que se dedican especialmente a reducir estas formas de pensamientos a sus sustancias atómicas, para luego desintegrarlos y proteger así a la humanidad de la fuerza de estos vampiros monstruosos.

A nadie se le puede hacer responsable por los pensamientos que le "asaltan", pero cada cual tiene responsabilidad sobre los actos que derivan de la aplicación práctica de tales o cuales ideas.

Interesante deberá ser para los científicos modernos observar a un hipnotizador versado, cuando éste se concentra sobre un pensamiento específico y lo proyecta luego sobre un pliego de papel blanco, para hacerlo leer más tarde con todo éxito por una persona hipnotizada.

Cuando un pensamiento está bien vitalizado y es dirigido a otra persona, aunque entre ésta y el pensador exista una distancia de varios miles de kilómetros, éste mismo vuela instantáneamente a través del éter hacia aquella persona y la alcanza en forma inmediata. La reacción producida puede ser de dos maneras: cuando en el aura de la persona a la cual está dirigido el pensamiento hay pensamientos de índole semejante, entonces el enviado se une a aquéllos y la vibración se hace tan fuerte que se manifiesta en la conciencia y en el cerebro del receptor. En caso de que en el aura de la persona a quien ha sido enviado el pensamiento, no se encuentre ningún pensamiento similar al enviado, éste no encuentra ninguna entrada en el cerebro de aquella persona y, por lo tanto, al no ser recibido, vuelve nuevamente a su creador. Por ejemplo: un pensamiento relacionado con cometer algún acto criminal, cuando está dirigido a una persona de pensar y de vivir correcto, no encuentra ninguna respuesta y, por lo tanto, recae sobre la persona que lo envió.

Pensamientos de odio, que siempre se manifiestan en forma de una flecha, pueden entrar solamente en el aura de las personas que se entretienen con pensamientos semejantes, mientras que en aquéllas que no conocen el odio estas flechas no encuentran entrada y vuelven a su creador como un bumerang.

Pensamientos de amor y de protección, cuando están creados con toda la fuerza del alma y enviados a una persona querida, son tan potentes que su irradiación puede significar una poderosa protección. Los pensamientos cariñosos de los padres para con sus hijos también significan una forma dinámica de protección contra todo peligro que les pueda amenazar.

A veces ocurre que alguien nos cuenta haber visto a un miembro de su familia con sus propios ojos, más vivo que nunca, a pesar de que había fallecido hace años. Estos son fenómenos que realmente ocurren y que no son causados por una mera imaginación.

Se producen cuando la persona muerta la desarrollado la capacidad de trasladarse en su cuerpo asnal, sin depender de ninguna manera de un cuerpo físico. Este método lo tienen muy desarrollado los yoguis y lamas tibetanos, aun poseedores de un cuerpo físico. Son capaces de materializar su cuerpo de luz, el astral, por medio de los átonos físicos circundantes, de manera que pueden ser vistos y palpados como si estuvieran realmente presentes en su cuerpo físico. Cuando se presenta de esta manera una persona muerta físicamente es con el fin de convencer a sus familiares de su existencia real, aun después de su deceso.

En casos de emociones fuertes y muy prolongadas existe el peligro de un agotamiento físico muy pronunciado, mientras que el cuerpo astral no se cansa nunca. Cuando la persona duerme, solamente duerme el cuerpo físico, mientras el verdadero ser mantiene su conciencia en el cuerpo astral, actuando en el mundo astral de acuerdo con su capacidad y con te desarrollo respectivo, lo que en mayor grado depende de la inteligencia de cada cual. Los así llamados sueños grandes que se graban en la memoria después del despertar, siempre son causados por acontecimientos reales en el mundo astral. No obstante, sufre una desfiguración, causada por la rapidez de la vibración del cerebro astral que no puede ser captada debidamente por el cerebro físico, cuya vibración es mucho más lenta y limitada. El cerebro astral se compone solamente de ondas de luz, ondas que entran y salen con suma velocidad.

También es interesante saber que nuestro cuerpo astral puede alejarse con gran rapidez y velocidad durante el sueño del cuerpo físico, para ir a un lugar que puede encontrarse varios miles de kilómetros, sin que sea interrumpido el sueño del cuerpo físico. No obstante, cuando la persona es de sueño liviano, existe el peligro de que sea despertada en forma imprevista, lo que puede tener como consecuencia que el hilo plateado que conecta al cuerpo astral con el cuerpo físico sea devuelto súbitamente al cuerpo físico, lo que puede causar un enredo del hilo plateado con otro hilo plateado en el mundo astral y causar un brusco despertar, lo que da la sensación de haber caído desde una altura muy elevada. En un caso extremo, este enredo de dos hilos puede causar su ruptura, de modo que no pueden volver al- cuerpo físico y éstos, por consiguiente, mueren.

Como la conciencia astral está mucho más desarrollada que la conciencia de vigilia, ocurre a veces que un médico, muy interesado en la curación de algún paciente, pero que no posee los medios apropiados para ayudarlo, o no está en condiciones de diagnosticar claramente la enfermedad, visita durante la noche en su cuerpo astral a la persona enferma y al ver la gama de los colores que refleja el cuerpo astral del enfermo, puede establecer el motivo de la enfermedad. Al día siguiente, sin recordar su inspección nocturna en el mundo astral, el médico sabe cuál será el remedio eficaz para producir la curación. Por lo tanto, sus investigaciones astrales penetraron en su consciente estado de vigilia, a través de su intuición. Se puede decir que lo que es comunicado al cerebro físico por medio de la intuición, por lo general no deriva de los conocimientos provenientes del mundo del intelecto, sino que pasa del alma, vía cerebro astral, al cerebro físico.

Para aprender bien la técnica del Pan-Amrita-Yoga se debe tener muy presente que el cuerpo astral, al igual que el cuerpo físico, contiene órganos, los que en el verdadero sentido de la palabra son una especie de vórtices o centros en los que se acumula la energía de la luz, con el fin de efectuar en cada uno de estos centros una actividad especial que depende en su mayor parte de las sensaciones y emociones experimentadas, repercutiendo en el

órgano físico que se encuentra a la misma altura del centro u órgano astral. Es un hecho bien conocido que un sufrimiento prolongado, de causa psíquica, puede producir una enfermedad física, como las diversas enfermedades del corazón; y el disgusto constante con otras personas puede hacer que se sufra a la larga una enfermedad grave del hígado y de la vesícula biliar. También puede producir úlceras en el estómago, sin que estas enfermedades sean causadas por otra cosa que por las reacciones psico-físicas que se producen durante ciertas circunstancias de la vida.

En el cuerpo astral hay muchos centros o vórtices de luz, los que se encuentran en contraposición a los órganos físicos como sigue:

- 1) El centro en la cima de la cabeza.
- 2) El centro entre las cejas.
- 3) El centro en la garganta.
- 4) El centro en el pecho, cerca del corazón físico.
- 5) El centro cerca del ombligo, frente al plexo solar.
- 6) El centro cerca del bazo.
- 7) El centro sacro, cerca de los genitales.
- 8) El centro en la base de la columna vertebral.

Sin relatar mayormente los diversos efectos que resultan del consciente despertar de estos centros, los que exigirían un libro dedicado a ellos, quiero recomendar al lector estudioso el libro del Dr. Rudolf Steiner *Cómo se llega a obtener el conocimiento sobre los mundos sutiles*. Las enseñanzas expuestas en éste son de sumo valor, porque indican el camino correcto para llegar al conocimiento exacto y visual acerca del mundo del más allá. Quien se deje guiar por esas instrucciones no correrá riesgo alguno de salud o de alteraciones nerviosas, pues el desarrollo astral va a la par con el desarrollo moral de la persona. De gran utilidad es también el libro de Sylvan J. Muldoon, *El desdoblamiento del cuerpo astral*.

Importantes en este adiestramiento son especialmente dos cosas:

- 1) Uno debe tener siempre presente el significado que tiene cada pensamiento en el mundo sutil y sus efectos en el mundo de la forma. De esta manera debe empezar por poner orden y concentración en su vida mental.
- 2) La misma importancia debe darse a la energía dinámica de la libido mentalmente manejada.

El sentido de esta técnica es la de no derrochar deliberadamente la energía de la vida, sino llevarla mentalmente mediante una concentración profunda desde abajo hacia arriba. Ascendiendo la fuerza vital, ella experimenta una modificación de centro a centro, para ser depositado finalmente en el centro astral que se encuentra en el pecho, cerca del corazón físico. En cada centro, donde se detiene la energía sublimada, debe uno concentrarse sobre un pensamiento peculiar, para que éste a su vez sea fortalecido por cada uno de los centros en los cuales reposa la concentración. Quien proceda de esta manera creará un pensamiento de gran alcance. Esta forma de pensamiento tiene la facultad de atraer a la persona lo que desea obtener de acuerdo con sus posibilidades individuales, o sea, obtener deleite, vigor y felicidad, etc. El poder magnético se intensifica cada vez más.

Las personas que, debido a ciertas circunstancias, no tienen a su alcance un compañero físico, pero que sienten correr dentro de sí las aguas sagradas de la vida y no saben qué hacer con ellas, deben tener presente que la energía libidinosa no fluye solamente en el centro sacro, sino en todo el organismo. Por lo tanto, sin entregarse a la mínima actividad sexual, se les aconseja la siguiente técnica de concentración:

Respiración como se ha recomendado en esta obra y, si su respiración se efectúa en forma profunda juntamente con la concentración sobre las palabras elegidas, se crearán, sin duda alguna, formas de pensamientos que se convertirán en un imán poderoso para atraerle la felicidad que desea.

Para los cónyuges rige la siguiente técnica: Cuando por el deseo amoroso se sientan atraídos mutuamente, es conveniente mantener en la mente el pensamiento: **Deleite-Vigor-Felicidad**, pues hay que tener presente que la libido se manifiesta en forma triple: primero como deleite, segundo como fuerza vital, o sea vigor, y tercero como felicidad. La persona sensible puede fácilmente darse cuenta que deleite y felicidad no son lo mismo a la vez. El deleite es sentido casi exclusivamente en el plano físico-etérico, mientras que la felicidad también incluye el goce del ser psíquico, el alma.

Por lo tanto, los cónyuges deben concentrarse sobre el deleite, sobre la fuerza vital y sobre la felicidad. La frase clave por lo tanto es:

Deleite, Vigor y Felicidad fluyen dentro de mí.

Cuando durante ciertas épocas la vida se torna difícil y complicada, se puede ampliar la frase clave, pensando como sigue:

El Deleite, el Vigor y la Felicidad fluyen dentro de mí y me redimen de todo mal.

Estas palabras o pensamientos claves pueden ser reemplazados por otros que más convengan según las circunstancias individuales. No obstante, tendrán poco efecto cuando se las cambia muy a menudo, pues la energía mental se disiparía y, por lo tanto, no se obtendría nada realmente efectivo. De todos modos si permanecemos durante meses y años siempre con los mismos pensamientos claves, experimentaremos indudablemente un cambio favorable. Pero sería muy perjudicial el efecto, y hasta contrario, si uno durante el día se entregara a pensamientos negativos, pues de esta forma se crea un pensamiento de carácter opuesto, capaz de destruir cualquier onda de pensamientos positivos, creados durante la concentración de la técnica del Pan-Amrita-Yoga.

Después de haber pensado tres veces: **Deleite, Vigor y Felicidad fluyen dentro de mí**, se debe hacer una pausa y tratar solamente de sentir el significado de estas palabras y entregarse por un rato a esta onda dionisiaca que late a través de toda célula y de todo átomo. Más tarde uno se concentra sobre el plexo solar, tratando de sentir todo el deleite que proporciona la onda dionisiaca en esta parte, repitiendo de nuevo **Deleite, Vigor y Felicidad fluyen dentro de mi plexo solar y me redimen de todo mal**. El goce que se siente entonces en el plexo solar puede ser tan fuerte que se asemeje al deleite de un orgasmo físico. Habiendo saboreado plenamente el deleite que proporciona la libido mentalmente manejada, en la región del plexo solar, se respira profundamente y por intermedio de la concentración se hace subir la energía libidinosa al centro del pecho, cerca del corazón, haciendo las siguientes afirmaciones: **Deleite, Vigor y Felicidad afluyen a mi corazón y me libran de todo mal**.

Habiendo pensado esta fórmula tres veces y sentido la onda dionisiaca en esta región, la energía afluye nuevamente al centro sacro, donde la energía sobrante produce generalmente un derrame seminal, si la persona es de gran vitalidad, y más tarde un relajamiento placentero, pues ya por intermedio de este camino no se ha dado plena satisfacción solamente al cuerpo físico sino también al alma y al espíritu y fuera de esto se ha creado una poderosa forma de pensamiento que con el tiempo trae al Pan-Amrita-Yogui deleite, vigor y felicidad en abundancia.

El derrame seminal en el principio y en el medio de la técnica es para la persona

de poco valor. No obstante, un derrame seminal al final de la técnica es saludable, pues relaja todo el organismo psico-físico. Cuanto más la persona se concentre sobre el significado de las palabras **Deleite, Vigor y Felicidad afluyen a todo mi ser**, tanto más poderosos son los resultados que se consiguen. Recomendable es también que uno, en el curso de la técnica, trate de olvidar el sexo en sí mismo y sentir solamente la energía transmutada en todo su ser, que produce deleite, vigor y felicidad, pues es la **Energía** que regenera, deleita y dinamita todo el organismo psico-físico. El sexo es solamente el medio donde se genera esta energía, pero no es la energía de por sí, igualmente como el envase que contiene un delicioso vino poco tiene que ver con el vino mismo. A nadie se le ocurriría apreciar el envase y olvidarse del vino. Por lo tanto, *nunca se debe dar la máxima importancia al sexo en sí, sino a la energía que circula en el organismo gracias a los órganos sexuales*, circulando a la vez como energía eléctrica por nuestro sistema planetario y por todo el universo, dividiéndose en energía masculina y femenina, en energía positiva y negativa, para alcanzar con el tiempo su modificación y consiguientemente su transmutación en energías superiores y más sutiles, de las cuales se puede obtener un conocimiento más exacto en algunas escuelas de desarrollo espiritual. En las páginas siguientes doy al lector interesado unas direcciones de este tipo de escuelas.

APENDICE

Existe en la India una milenaria corporación que tiene bajo su custodia los tesoros de la Ciencia Sagrada.

Esta corporación, conocida en la literatura oriental con el nombre de **Suddha Dharma Mandalam**, permaneció oculta a los ojos del mundo durante largos milenios mientras según sus preceptos, sus miembros trabajaban silenciosamente por el bienestar y progreso de toda la Humanidad; hasta que en el año 1915 sus jefes permitieron al presidente de la Alta Corte de justicia de Madrás, doctor Subramanya Aiyar (K. C. L. E.), LL. D., dar a conocer públicamente la existencia, fines y constitución de su Sagrada Hermandad.

El doctor Subramanya Aiyar publicó numerosos artículos en revistas hindúes, en las cuales anunció al mundo que esta antiquísima y hermética Escuela abría las puertas de la Iniciación, sin otro requisito que pedirla con el sincero propósito de ser un cooperador en el trabajo de la Gran jerarquía Blanca que la constituye. En sus escritos, el doctor Subramanya dio a conocer, además de la constitución del Suddha Dharma Mandalam, las diversas categorías de iniciaciones que imparten los maestros a sus discípulos para ayudarlos en el trabajo de su perfeccionamiento físico, mental y espiritual. Estas publicaciones fueron traducidas en diversos países y así resultó que muchos aspirantes solicitaron su ingreso al Mandala, y tuvieron la felicidad de entrar en contacto con la poderosa Fraternidad Iniciática.

Los discípulos que obtienen su ingreso en el Mandala, son clasificados en cuatro categorías, según el grado de desarrollo que hayan alcanzado. Estas categorías tienen cada una de sus reglas especiales en consonancia con las iniciaciones que recibe el aspirante. Estas verdaderas iniciaciones, conjuntamente con la debida observancia de las prácticas apropiadas, despiertan los sentidos del alma, revelando progresivamente a la visión del candidato que Dios o el Espíritu Supremo, traspasa todas las cosas y seres cual poderosa Luz.

Los Yoguis, perfectos en el conocimiento de las Escrituras y por percepción directa de la verdad, declaran en admirables palabras que esa Luz lo trasciende todo, que es radiante como millones de soles, de trascendental pureza, de suprema inteligencia y, a la vez, es la causa primera de todos los poderes o fuerzas que se manifiestan en el Universo.

Las prácticas espirituales, conforme las dan a conocer los maestros, actualizan los órganos latentes del alma, permitiendo al discípulo ver, oír, sentir, etc., a los seres que viven en calidades de materias más sutiles que la constitución del éter que actualmente conocemos. Además, se pone al candidato en condiciones de que trabaje en unión con los Jerarcas en beneficio de todos los seres.

Estas prácticas constituyen un arte, el cual se conoce bajo la denominación sánscrita de Yoga-Brahma-Vidva, que significa Ciencia-Sintética del Absoluto. Esta Ciencia Sagrada proporciona, al que la estudia y practica, la clave de todos los ritos que ha conocido el hombre y su aplicación a la vida diaria no está en pugna con ningún credo.

Se puede pertenecer a cualquier religión o a cualquier institución. No hay ninguna cláusula dentro de la Corporación que impida a un hombre cumplir, a la vez, sus prácticas privadas y trabajar en las múltiples actividades que presentan los eslabones de la constante cadena de los acontecimientos. La única condición para ingresar es querer progresar física y espiritualmente y guardar dentro de la Corporación el orden y el respeto para todos.

Sede espiritual de la Organización del Suddha Dharma:

Tiene su sede espiritual entre las florestas de Badari, que se extienden en la parte norte de los Himalayas. El jefe Supremo de Ella es un ser conocido en la literatura oriental como Bhagavan Narayana, Sanat Kumara o El Señor del Mundo, el cual es el supremo instructor de los maestros.

LOS MAESTROS DE LA ORGANIZACIÓN

Los maestros que guían a los discípulos en el sendero de la vida, son aquellos adelantados, grandes seres que están siempre atentos al bienestar de la humanidad. Ellos constituyen una verdadera y bien organizada jerarquía.

Se han establecido Centros de Estudios en diferentes países del mundo, con la debida autorización de Sri Yanárdana, jefe Externo de la Organización en India. A continuación se da la dirección de algunos de estos Centros:

SUDDHA DHARMA MANDALAM Uruguay 1306, ler. Piso - BUENOS AIRES - ARGENTINA

SUDDHA DHARMA MANDALAM Largo Do Paissandu 72.- 15 a. Sala 1510 Caixa Postal 6616 - Sao Paulo - Capital - BRASIL

SUDDHA DHARMA MANDALAM Apartado 2222 - Correo Principal CARACAS-VENEZUELA

SUDDHA DHARMA MANDALAM Calle Marín 411, Casilla, 1561 - SANTIAGO DE CHILE - CHILE

SUDDHA DHARMA MANDALAM Carrera 6* - 32-05 - IBAGUE-TOLIMA - COLOMBIA

Estos Centros tienen reuniones regulares, las cuales se efectúan los días viernes por la tarde y los días domingos por la mañana y en los días del plenilunio por la tarde.

INSTITUTO DE YOGA

Este Instituto, que es distinto de la Sección Chilena del Suddha Dharma Mandalam, tiene por objeto enseñar a los que se interesan por conocer experimentalmente los hechos supra-físicos que relatan los libros sagrados, el método para desarrollar sus facultades internas y llegar así a tener conciencia de la vida espiritual.

El método que aquí sigue es sumamente fácil y hermoso, y puede ejecutarlo, sin ningún peligro, cualquier persona.

La enseñanza que reciben los discípulos, está de acuerdo con los postulados de la Ciencia Mística Experimental, la cual ha sido estudiada y clasificada debidamente, desde miles de años atrás, por los Maestros de la jerarquía Blanca. Esta ciencia divina es llamada en el oriente Raya-Yoga, siendo ella enseñada a los estudiantes de acuerdo con sus tendencias y preparación. La práctica de sus principios nos llevará, seguramente, al más alto grado de progreso, desbordando nuestro corazón con la alegría de esa inefable Paz que trasmina el Infinito.

Este *Instituto de Yoga* se encuentra en

Calle Marín 411

Casilla 1561

Fono 42621.

Santiago de Chile - Chile

INDICE

Introducción	2
I. Células y átomos	6
II. La Técnica Nous	16
III. Reencarnación y Destino	20
IV. La Técnica del Deleite	32
V. El Pranayama de la Felicidad	42
VI. El Poder de los Pensamientos	50
VII. La alta escuela del. Pan Amrita-Yoga	58
Apéndice	65