

El yoga de la Bhagavadguita

Javier Ruiz Calderón

1. El dharma y el yoga de la acción

Para el hinduismo la sociedad es un organismo de cooperación en el que cada miembro contribuye al bien común cumpliendo su *svadharma* (deber propio): realizando sacrificios y penitencias y dando limosna (BG 18.5-6, 20-22), cultivando las virtudes morales generales (16.18-24, 17.11-20) y las particulares de su casta (18.41-47), etc. La práctica de estos deberes no libera de la ignorancia y el sufrimiento, pero permite renacer en condiciones favorables y purifica a la persona permitiéndole seguir ascendiendo en su evolución espiritual. Esta religiosidad moral y sacrificial es la religión inferior, que pertenece todavía al *sansara*, el mundo cíclico del deseo y la acción (2.46, 9.20-25). Tradicionalmente, el que buscaba la liberación se convertía en renunciante (*sannyasin*), en asceta errante que abandonaba la acción y el deber y se entregaba exclusivamente a la contemplación espiritual.

En la *Guita* Árjuna tiene, como guerrero que es, el deber de combatir por la justicia. ¿Es posible conciliar la participación en los valores y objetivos mundanos y sociales con el anhelo de trascender la acción y liberarse del dolor? El *karmayoga* (yoga de la acción), la propuesta más original y característica de la *Bhagavadguita*, es la respuesta de Krshna a este interrogante.

El *karmayoga* consiste en no abandonar los deberes sociales sino convertirlos en un *yoga*, un camino de liberación. Como lo que esclaviza no es la acción, que es inevitable, sino el deseo, lo que hay que hacer es cumplir el *dharma* propio lo mejor posible pero sin deseo, sin apego, renunciando a los frutos de la acción, ofreciéndoselos a Krshna. La acción realizada sin egoísmo, por el bien común, no ata sino que constituye un sacrificio del ego que lleva a la sabiduría y libera del *sansara* (3.1-8, 25-28; 4.18-24; 5.1-10; 18.41-47).

2. El yoga de la sabiduría

Ahora bien: el desapego necesario para la práctica del *karmayoga* sólo es posible cuando se entiende la separación que hay entre la actividad de la Naturaleza y el *Atman* (Sí Mismo) inactivo e impasible, distinguiendo claramente entre el "campo" objetivo y el "Conocedor del campo", el sujeto puro (13.1-6, 27-33). A este discernimiento entre el *Atman* y la Naturaleza lo llama la *Guita* "*sankhya*" o "*sankhya yoga*", y su práctica continuada lleva a la sabiduría liberadora del deseo y el sufrimiento. El que posee este conocimiento es la persona de sabiduría firme (2.55-72) o el *gunatita*, el que ha trascendido los tres *gunas* o cualidades de la Naturaleza, el sabio impasible que ha comprendido que él realmente no hace nada, sino que en la interacción entre lo percibido, los sentidos y la mente sólo actúan dichas cualidades (14.21-26). En esa persona instalada en la sabiduría surgen espontáneamente un conjunto de virtudes, actitudes y comportamientos que se describen en 13.7-11.

Pero este discernimiento entre la materia - incluida la mente - y el espíritu, si bien es suficiente para alcanzar el desapego y, por tanto, la liberación, sólo es una parte del *jñanayoga*, el *yoga* del conocimiento en el que se cultiva la sabiduría completa, consistente en ver la unidad divina tras la multiplicidad, lo imperecedero como telón de fondo sobre el cual se recorta lo perecedero (6.10-32, 13.12-17, 27-33, 18.20-22). Esta sabiduría es el sacrificio supremo, el supremo purificador y liberador del alma (4.33-39, 5.16-21).

La primacía entre el *yoga* de la acción y el del conocimiento no está del todo clara en la *Guita*. Algunos intérpretes subordinan la sabiduría a la acción desinteresada, y otros hacen lo contrario. Otros creen entender que lo que se propone es la práctica combinada de ambos. A veces la *Guita* defiende la acción frente al conocimiento (3.1-8), y otras presenta la sabiduría como el camino regio hacia la liberación. En realidad siempre se describen ambos caminos como buenos, como capaces de llevar a la liberación; pero se afirma que el camino de la acción desinteresada es más fácil que el de la sabiduría (5.1-10). En cualquier caso, no son excluyentes, sino complementarios, llevan el uno al otro y acaban convergiendo. La *Guita* no presenta un único camino espiritual, sino diferentes caminos para diferentes clases de personas, según su temperamento y su grado de evolución espiritual.

3. El yoga de la concentración

Todos los caminos espirituales del hinduismo pueden llamarse *yogas* en sentido amplio; pero el *yoga* en sentido estricto es el de la concentración, el del autocontrol psicofísico. Ya en algunas *úpanishad* aparecen bastantes de las prácticas tradicionales de este *yoga* propiamente dicho. El *yoga* clásico es el *yoga* de ocho pasos sistematizado en los *Yogasutras* ("Aforismos sobre el *yoga*"), redactados alrededor del siglo II d. C. y atribuidos al mítico sabio Patáñjali. La *Guita* menciona en varios momentos algunas de estas prácticas yóguicas: la postura de meditación, el control de la respiración, los sentidos y la mente, la concentración en Krshna... Estas técnicas son útiles porque favorecen tanto el discernimiento entre lo material y lo espiritual como la conciencia de la unidad subyacente a ambos; es decir, porque facilitan el acceso a la sabiduría liberadora.

La práctica del *yoga* tiene dos aspectos principales: *vairaguia* y *abhyasa*, el desapego o indiferencia respecto a todo lo condicionado y la práctica de la concentración de la mente en lo divino e incondicionado. El desapego libera de lo relativo; pero sólo es posible experimentarlo cuando la mente se apega a lo Absoluto mediante la concentración y la meditación. Esta concentración de todas las facultades en Krshna como el *Atman* o verdadero ser de todo pone a la persona entera - cuerpo, sentidos, mente... – bajo el control del *Atman*. Autocontrol y concentración en Dios son, pues, las dos caras del mismo proceso de *yoga*, de unificación o integración de la persona. El que está instalado en el estado de *yoga* es el *yukta*, la persona unificada o integrada (2.55-72, 6.10-32, 17.11-20).

4. El yoga de la devoción

En los primeros capítulos sólo se describen los *yogas* de la sabiduría, la concentración y la acción desinteresada; pero desde el capítulo 6 se incorpora otro elemento: la devoción (*bhakti*), la fe en una concepción monoteísta y personal de la divinidad como nuevo medio de alcanzar la liberación, ya anticipado en algunas *úpanishad* védicas tardías pero sólo desarrollado con toda claridad por primera vez en la *Bhagavadguita*.

La esencia del *yoga* de la devoción consiste en convertir a Krshna en el centro de la propia vida, pensando siempre en él, viéndole y adorándole en todo, ofreciéndole todas las acciones y los frutos de éstas, estableciendo con él una relación de amor y completa confianza (9.26-34).

La devoción no es un camino independiente, desvinculado de los anteriores. El factor devocional personaliza y acerca lo divino a la intimidad del aspirante y facilita

la concentración y la sabiduría. El cumplimiento desapegado del *dharma* en que consiste el *yoga* de la acción puede basarse en consideraciones devocionales: todo se hace por Dios, que es el verdadero dueño de los resultados, que en realidad es incluso el único agente. El verdadero devoto - descrito en 12.13-20 - se ve a sí mismo sólo como un instrumento de la divinidad y se abandona confiadamente en sus manos. De este modo, los cuatro caminos están interrelacionados, se impulsan mutuamente y remiten los unos a los otros. A veces la *Guita* los presenta como caminos equivalentes pero diferentes; pero en otras ocasiones los describe como aspectos distintos de un único movimiento ascendente hacia la libertad en la unión con lo divino.

Los otros *yogas* también liberan (13.24-25), pero la *Guita* describe la devoción como el camino más fácil, ya que no exige pertenecer a una casta alta, conocer los *vedas* y los rituales, realizar tremendos esfuerzos de voluntad o poseer un intelecto brillante (12.1-8). Es un camino apto para todos: mujeres, siervos, pecadores... (9.26-34) Se llega a decir que el devoto es el mejor de los buscadores espirituales y que el conocimiento beatífico de Dios - descrito en la visión de la "forma cósmica" (11.12-33) que impulsa a Áryjuna a pronunciar el maravillado himno de 11.35-44 - sólo puede obtenerse por la devoción (11.53-54); pero lo mismo se dice en otras ocasiones de los otros *yogas* y, por eso, no hay que tomar esa afirmación muy literalmente. Sin embargo, sí es cierto que en el conjunto de la *Guita* se presenta la devoción como el camino más eficaz, y la enseñanza final de Krshna en el último capítulo, su mensaje definitivo, invita a abandonar todas las demás obligaciones y entregarse sólo a él, asegurando que el que lo haga quedará libre de todos sus pecados (18.64-66).

5. Santidad y liberación

El tema del hombre perfecto, el santo, que ha alcanzado el conocimiento liberador y no va a volver a reencarnarse, aparece continuamente a lo largo de toda la *Guita* y ya lo hemos tocado repetidas veces en los apartados anteriores. Pero sobre todo hay cinco descripciones más detalladas del estado de santidad realizadas desde distintos puntos de vista: al final del capítulo 2 se describe el estado del *sthitaprajña*, la persona instalada firmemente en la sabiduría (55-72); en el 5 se describe al *yogin*, absorto en lo divino (16-21), igual que sucede en el 6 (10-32); el capítulo 12 describe al devoto amado por Krshna (13-20), y el 14 contiene la descripción del *trigunatita*, el que ha trascendido las tres cualidades de la Naturaleza (14.21-26). En los párrafos siguientes sistematizamos los principales atributos del santo o liberado en vida según la *Guita*.

Ante todo, el santo lo es porque ha superado la ignorancia; o, positivamente, ha alcanzado la sabiduría, el conocimiento experiencial de la verdadera estructura de la realidad. Normalmente percibimos la realidad mundana, pero no la espiritual; y aprehendemos lo real como múltiple y dividido, cuando lo cierto es que sólo hay un ser, Krshna, en cuyo seno existe toda la pluralidad. El sabio es el que no se identifica con el cuerpo y la mente materiales porque sabe que él es un alma, y además siempre es consciente de que todo está en su *Atman* (Yo verdadero), que es el *Brahman*, lo Real. Sabe que las diferencias y las divisiones que perciben los sentidos no son reales en el fondo, sino que sólo hay una única substancia homogénea y divina.

Esta manera de percibir la realidad hace que el sabio no sea esclavo del deseo sino que esté desapegado de todo: suceda lo que suceda en el mundo material, a él no le afecta porque sabe que es un alma independiente de los procesos naturales. Y, además, como todo es uniformemente divino, las dualidades bueno / malo, deseable / indeseable, etc. pierden todo su valor. Al sabio, pues, le son indiferentes los

acontecimientos del mundo material, y por eso se mantiene imperturbable, ecuánime y en paz en cualquier circunstancia. Y esa paz es la plena satisfacción de la ausencia de deseos, que es la felicidad total. Aunque parezca que actúa, el sabio se encuentra más allá de la acción, permanece interiormente inactivo, viendo desde fuera, como un testigo imparcial, las acciones de su cuerpo y su mente como meros movimientos impersonales de las cualidades de la Naturaleza. Es, pues, un ser libre de toda relación con el mundo de la ignorancia, el deseo, la acción y el sufrimiento.

Pero esa libertad interior respecto a lo mundano no es aislamiento, sino una estrechísima vinculación con lo divino, es decir, con todo. El santo tiene la mente y los sentidos controlados porque está completamente centrado en el *Atman*, en Krshna. Esa conciencia continua de lo divino se vive como una unión con ello. El aspirante queda completamente absorto en el *Brahman* omnipresente, y su conciencia de individualidad se disuelve en el seno de esa infinitud. Por eso se dice a veces que el santo "se vuelve" el *Brahman*; pero en realidad no se trata de una transformación, sino del descubrimiento de un hecho: que sólo existe el *Brahman* y que el individuo como tal nunca había existido realmente como una substancia independiente.

Esta unión se expresa en terminología teísta y devocional como una llegada a Krshna: el devoto se une con el divino en una comunión amorosa, está en Dios y Dios está en él. Esta fusión con el amado es el nivel más elevado de la devoción, en la que ya no hay aspiración sino sólo consumación, fruición, beatitud perfecta.

El santo sigue viviendo en el mundo, pero ya está irreversiblemente más allá del mundo, liberado de toda relatividad. Cuando su cuerpo físico muera, su ser sutil - vitalidad, sentidos y mente -, carente ya de la fuerza unificadora y dinamizadora del deseo, se disgregará, y el alma, unida desde siempre y para siempre a Krshna, no volverá a reencarnarse.