

## Capítulo I

### El poder del pensamiento. Sus aspectos físico y filosófico

#### *1. El Pensamiento supera la velocidad de la luz.*

Mientras que la luz viaja a una velocidad de 360.000 kilómetros por segundo, los pensamientos viajan a una velocidad imposible de calcular en el tiempo.

El pensamiento es más sutil que el éter, el medio en que se mueve la electricidad.

A través de un receptor de radio puede escucharse el mensaje de una persona que se encuentra en otra ciudad. Todos los mensajes de radio se reciben a través de las ondas. Del mismo modo, la mente es como un emisor de ondas. Un santo revestido de paz, equilibrio, armonía y vibraciones espirituales, emite a todo el mundo pensamientos de paz y armonía. Estos pensamientos se difunden en todas las direcciones con la velocidad del rayo y penetran en las mentes de otras personas produciendo en ellas pensamientos similares de paz y armonía. Por el contrario, un hombre mundano cuya mente está llena de celos, deseos de venganza y odio, emite pensamientos discordantes que penetran en las mentes de miles de seres y provocan pensamientos similares de odio y discordia.

#### *2. El medio a través del que viaja el pensamiento.*

Si arrojamos una piedra en un estanque, producirá una sucesión de ondas concéntricas que se extenderán por todo el estanque a partir del punto afectado.

De modo similar, la llama de una vela dará lugar a vibraciones etéreas que se extenderán en todas las direcciones a partir de la vela misma.

De esta manera también, cuando un pensamiento,

bueno o malo, cruza la mente de una persona, se producen unas vibraciones en "Manas" o la atmósfera mental, que se difunden en todas las direcciones.

¿Cuál es el medio a través del cual los pensamientos pueden viajar de una mente a otra?

La mejor explicación posible es que Manas, o la sustancia mental, como el éter, llena todo el espacio y sirve de vehículo para los pensamientos. Igual que el Prana es el vehículo para los sentimientos, igual que el éter es el vehículo para el calor, la luz y la electricidad, e igual que el aire es el vehículo para el sonido.

### *3. El éter del espacio registra pensamientos.*

Con la fuerza del pensamiento se puede mover el mundo.

El pensamiento tiene un gran poder y puede transmitirse de un hombre a otro. Los poderosos pensamientos de los grandes sabios y Rishis de la antigüedad están todavía grabados en el Akasa (grabaciones akásicas).

Los Yoguis clarividentes pueden percibir las imágenes de estos pensamientos y pueden leerlas.

Todos estamos rodeados por un océano de pensamiento. Flotamos en un océano de pensamiento. De manera constante, estamos absorbiendo ciertos pensamientos y rechazando otros.

Cada uno de nosotros tiene su propio mundo mental.

### *4. Los pensamientos son cosas vivas.*

Un pensamiento es algo tan sólido como una piedra. Nosotros podemos dejar de existir, pero nuestros pensamientos no mueren jamás.

Todo cambio en el pensamiento va acompañado por una vibración de su materia mental. El pensamiento, como la fuerza, necesita una clase especial de materia sutil para su trabajo.

Cuanto más fuertes son los pensamientos, más pronto fructifican.

El pensamiento se enfoca y se dirige en una dirección particular y en la medida en que se le enfoca y se le dirige de este modo, así es de efectivo el resultado que se demanda.

#### ***5. Los pensamientos son fuerzas sutiles.***

El pensamiento es una fuerza sutil.

Esta fuerza nos la provee la comida. Quien lea "Chandoquia Upanishad", el diálogo entre Uddalaka y Svetaketu, comprenderá este punto.

Si la comida es pura, el pensamiento también es puro. Quien tiene pensamientos puros posee un verbo poderoso y produce una profunda impresión en las mentes de quienes escuchan su voz. Con la pureza de sus pensamientos influye en miles de personas.

Un pensamiento puro es más penetrante que el filo de una cuchilla de afeitar. Cultiva siempre pensamientos puros y sublimes. La cultura del pensamiento es una ciencia exacta.

#### ***6. Los Pensamientos son mensajes, que se transmiten sin hilos.***

Los que albergan pensamientos de odio, celos, venganza y malicia son verdaderamente personas muy peligrosas. Causan inquietud y mala voluntad entre los hombres. Sus pensamientos y sentimientos son como mensajes que se difunden en el éter y son recibidos por aquellas personas cuyas mentes responden a tales vibraciones.

#### ***7. Los pensamientos son poderes tremendos.***

El pensamiento tiene un poder tremendo. Puede curar enfermedades. Puede transformar la mentalidad de las personas. Puede hacer cualquier cosa. Puede producir maravillas. La velocidad del pensamiento es inimaginable.

El pensamiento es una fuerza dinámica producida por las vibraciones del Prana psíquico en la sustancia mental. Es una fuerza como la gravedad, la cohesión o la repulsión. El pensamiento viaja o se mueve.

### ***8. Las ondas de pensamiento y la transferencia del pensamiento.***

¿Qué es este mundo, después de todo?

No es otra cosa más que la materialización de las formas de pensamiento de Hiraniagarbha o Dios.

La ciencia cuenta con ondas o vibraciones de calor, luz y electricidad y el Yoga cuenta con las ondas o vibraciones de pensamiento.

El pensamiento tiene un poder tremendo. Todo el mundo ha experimentado inconscientemente el poder del pensamiento en mayor o menor grado.

Grandes yoguis como Nānadev Bhartrhari y Patanyali solían enviar y recibir mensajes a personas distantes a través de la telepatía (radio mental) y de la transferencia del pensamiento. La telepatía ha sido el primer servicio de telégrafos y teléfonos conocido en el mundo.

Del mismo modo que se practican ejercicios físicos y deportes como el tenis o el cricket para mantener un buen estado de salud física, debe mantenerse también la salud mental, irradiando los pensamientos adecuados, tomando alimentos sattuicos (puros) y por medio del recreo mental inocente y sin daño, del cambio de humor, de la relajación de la mente, del desarrollo de pensamientos buenos, nobles y sublimes y cultivando el hábito de la alegría.

### ***9. Las maravillas de las vibraciones del pensamiento.***

Todo pensamiento emitido es una vibración que no perece jamás, continúa vibrando en cada partícula del universo.

Si los pensamientos son nobles, santos y poderosos,

activan las vibraciones de todas las mentes en sintonía de simpatía. Inconscientemente, todas las personas que son como tú, captan el pensamiento que has proyectado y de acuerdo con la capacidad de cada uno, emiten pensamientos similares. El resultado es que, sin conocer las consecuencias de tu propio trabajo, estás poniendo en movimiento grandes fuerzas que trabajan unidas y contrarrestan los pensamientos bajos y mediocres generados por los egoístas y los débiles.

#### ***10. La diversidad de las vibraciones del pensamiento.***

Todo hombre tiene su propio mundo mental, su propio modo de pensar, sus propias formas de entender las cosas y sus propias maneras de actuar.

Así como el rostro y la voz son diferentes en cada hombre, así difiere también la manera de pensar y de comprender de cada uno. Esta es la razón por la que fácilmente surge la incompreensión entre amigos.

Uno no es capaz de entender adecuadamente los puntos de vista del otro. De aquí que en un instante se produzcan la fricción, la disputa y la ruptura, incluso entre amigos íntimos.

Uno debería estar en sintonía con las vibraciones mentales o las vibraciones del pensamiento del otro. Solamente así puede haber mutua comprensión.

Los pensamientos de lujuria, odio, celos y egoísmo producen imágenes distorsionadas en la mente, nublan la comprensión y causan la perversión del intelecto, pérdida de memoria y confusión mental.

#### ***11. La conservación de la energía del pensamiento.***

En física se emplea el término "poder de orientación", para expresar que la corriente no fluye, aunque la masa de energía está allí, primero ha de conectarse la magneto y después la corriente eléctrica fluirá a través del poder de orientación.

Del mismo modo la energía mental disipada y mal dirigida hacia distintos pensamientos mundanos ha de ser bien orientada hacia los canales espirituales adecuados.

No almacenes en tu mente información inútil. Olvida todo cuanto no te sea de utilidad. Solamente así podrás llenarla de pensamientos divinos, renovando tu fortaleza mental, puesto que los rayos de la mente antes disipados, estarán concentrados de este modo.

### *12. La teoría celular y los pensamientos.*

Una célula es una masa de protoplasma con un núcleo. Está dotada de inteligencia. Algunas células segregan, mientras que otras excretan. Las células de los testículos segregan semen y las células de los riñones excretan orina. Algunas células cumplen la función de un soldado, defienden el cuerpo de las irrupciones o ataques de gérmenes y materias venenosas extrañas, los digieren y los expulsan, otras hacen llegar alimentos a los tejidos y a los órganos.

Las células ejecutan su trabajo sin una volición consciente. Sus actividades están controladas por el sistema nervioso simpático. Están en comunión directa con la mente y el cerebro.

Todo impulso de la mente, todo pensamiento, es transmitido a las células. Estas se ven extraordinariamente influenciadas por las distintas condiciones o estados mentales. Si hay confusión, depresión y otros pensamientos o emociones negativas en la mente, éstas se transmiten telegráficamente a través de los nervios a todas las células del cuerpo. Las células-soldados se ven paralizadas por el pánico, se debilitan y son incapaces de cumplir sus funciones adecuadamente.

Algunas personas son extremadamente conscientes de su cuerpo y no tienen noción de su Ser; llevan vidas irregulares e indisciplinadas y llenan sus estómagos con dulces, pasteles, etc. No dan descanso a los órganos digestivos y de eliminación. Padecen enfermedades y debilidad física. Los áto-

mos, moléculas y células, de sus cuerpos producen vibraciones discordantes o inarmónicas. Carecen de esperanza, confianza, fe, serenidad y alegría. Son infelices. La fuerza vital no opera convenientemente. Su vitalidad está en acusada decadencia. Sus mentes están llenas de temor, desesperanza, preocupación y ansiedad.

### ***13. El pensamiento primario y la ciencia moderna.***

El pensamiento es la fuerza más grandiosa de la tierra. Es el arma más poderosa con que cuenta un yogui. El pensamiento constructivo transforma, renueva y construye.

Los antiguos desarrollaron hasta la perfección las más avanzadas posibilidades de esta fuerza y las utilizaron con los propósitos más elevados.

El pensamiento es la fuerza primaria en el origen y el fin de toda creación. El génesis de todo fenómeno creado viene dado por un simple pensamiento surgido de la Mente Cósmica.

El mundo es la manifestación de la idea primaria. Este Primer Pensamiento se manifestó como una vibración surgida de la eterna Serenidad de la Esencia Divina. Esta es la referencia, en terminología clásica, a Iccha, el deseo del Hiraniagarbha, el Alma Cósmica, que da origen a un Spandau o vibración. Esta vibración no es como la rápida oscilación de partículas físicas, sino que es algo infinitamente sutil, tan sutil como para resultar inconcebible a una mente normal.

Esto sirve de ejemplo, para aclarar que todas las fuerzas se resuelven finalmente en un estado de pura vibración. La ciencia moderna también ha llegado recientemente a esta conclusión, tras prolongadas investigaciones en la naturaleza física externa.

### ***14. El radio y los escasos Yoguis.***

El radio es un elemento poco común, al igual que los Yoguis que han conseguido controlar sus pensamientos, son

también muy escasos en este mundo.

Del mismo modo que una dulce fragancia emana sin cesar de una varilla de incienso, así también un perfume y efluvio divinos (aura brámica, magnética) irradian del Yogui que ha controlado sus pensamientos y que constantemente permanece en Brahman o lo Infinito. El efluvio y el perfume de su rostro se llama Brahmanvarchas.

Cuando se tiene en la mano un ramo hecho de jazmines, rosas y flores de Champaka, el agradable aroma se extiende por toda la estancia y envuelve a todos por igual. Del mismo modo el perfume, o fama y reputación (Yasas y Kiirti), de un Yogui que ha controlado sus pensamientos se extiende rápidamente en todas direcciones. Tal Yogui se convierte en una fuerza cósmica.

#### *15. El pensamiento, su peso, tamaño y fuerza.*

Todo pensamiento tiene un peso, una forma, un tamaño, una cualidad y un poder. Un Yogui puede ver todos estos pensamientos con su ojo yóguico interno.

Los pensamientos son como las cosas. Así como uno puede dar una naranja a un amigo y luego quitársela, así también se puede dar un pensamiento útil y poderoso a alguien y también retirárselo.

El pensamiento es una fuerza enorme, que mueve y crea.

Pueden hacerse maravillas con el poder del pensamiento.

Es preciso conocer la técnica adecuada, para manejarlo y dirigirlo.

#### *16. El pensamiento, su forma, su nombre y su color.*

Supongamos que tu mente se ha calmado enteramente y que han desaparecido por completo los pensamientos. Tan pronto como el primer pensamiento comience a producirse, inmediatamente tomará nombre y forma.

Todo pensamiento tiene cierto nombre y cierta forma. Así también, toda idea que el hombre tenga o pueda tener ha de estar conectada a cierto nombre como su contraparte.

La forma es el estado más grueso y el nombre el más sutil, de un sólo poder manifiesto llamado pensamiento. Pero los tres son uno, dondequiera que esté el uno, los otros dos han de estar también. Dondequiera que esté el nombre, estarán la forma y el pensamiento.

Un pensamiento espiritual tiene color amarillo. Un pensamiento cargado de cólera y odio es de color rojo oscuro; un pensamiento egoísta es marrón y así sucesivamente.

### ***17. El pensamiento, su poder, funciones y usos.***

El pensamiento es un poder vital, vivo y dinámico; la fuerza más vital, sutil e irresistible que existe en el universo.

A través de la educación del pensamiento se adquiere el poder creativo.

El pensamiento se transmite de un hombre a otro, influye a las personas; un hombre de pensamiento poderoso puede influir rápidamente a las personas de pensamiento débil.

Hoy día existen numerosos libros sobre la cultura, el poder y la dinámica del pensamiento. Un estudio de ellos proporcionará una clara comprensión del pensamiento, su poder, sus actividades y su utilidad.

### ***18. Vivimos en un mundo ilimitado de pensamientos.***

El mundo entero no es otra cosa más que pensamientos. Pensamientos son los grandes dolores, la vejez, la muerte y el pecado, la tierra, el agua, el fuego, el aire y el éter.

El pensamiento puede esclavizar al hombre. Quien ha controlado sus pensamientos es verdaderamente un Dios en la tierra.

Vivimos en un mundo de pensamientos. Lo primero es el pensamiento. Después se produce la expresión de ese

pensamiento a través del órgano de la palabra. El pensamiento y el lenguaje están íntimamente conectados.

Los pensamientos de cólera, amargura y malicia ofenden a otros. Si la mente, que es la causa de todos los pensamientos, desaparece, desaparecerán los objetos externos.

Los pensamientos son cosas.

Los cinco sentidos, el sonido, el tacto, la forma, el sabor y el color; el estado de vigilia, el estado de ensueño y el estado de sueño profundo, todos son productos de la mente. La pasión, la cólera, la esclavitud y el tiempo, son también resultado de la mente. La mente es la reina de los Indriyas o sentidos. El pensamiento es la raíz de todos los procesos mentales.

Los pensamientos que percibimos a nuestro alrededor no son más que la mente en forma o sustancia. El pensamiento crea y destruye. La amargura y la dulzura no están en los objetos, sino en la mente, en el sujeto, en el pensamiento. El pensamiento crea todas las sensaciones.

A través del juego de la mente sobre los objetos, el que es próximo aparece como una gran distancia y viceversa. Todos los objetos de este mundo están desconectados, solamente el pensamiento, la imaginación de la mente, los conecta. Es la mente quien les da el color, la forma y sus cualidades. La mente toma la forma de cualquier objeto en el que piense intensamente.

El amigo y el enemigo, la virtud y el vicio están sólo en la mente. Todo hombre crea un mundo de bien y de mal, de placer y de dolor, solamente con su imaginación. El bien y el mal, el placer y el dolor, no proceden de los objetos, pertenecen a la actitud de la mente. No existe nada bueno ni agradable en este mundo. La imaginación lo hace así.

### ***19. El pensamiento, la electricidad y la filosofía.***

Los pensamientos son poderes gigantescos. Son más poderosos que la electricidad. Controlan la vida, modelan el carácter y conforman el destino.

Observad como un pensamiento da lugar inmediatamente a numerosos pensamientos. Suponed que decidís invitar a vuestros amigos a tomar té. El sólo pensamiento del "té" invita instantáneamente a los pensamientos de azúcar, leche, cucharillas, mesa, sillas, mantel, servilletas, pastas, etc. Así este mundo no es más que una expansión de pensamientos. La expansión de pensamientos de la mente hacia los objetos es una esclavitud; la renunciación a los pensamientos es la liberación.

Es preciso sujetar cuidadosamente los pensamientos cuando todavía son un germen. Sólo de este modo uno puede ser realmente feliz. La mente juega y emplea trucos. Hay que conocer su naturaleza, formas y hábitos. Sólo así puede ser controlada fácilmente.

El libro más extraordinario del mundo sobre la filosofía en teoría y práctica de la India, es Yoga Vasishta. La esencia del libro es ésta: "Sólo existe el alma inmortal o el Brahman sin dualidad".

Este universo no existe como tal. Sólo el conocimiento del Ser puede liberar al hombre de este ciclo de nacimientos y muertes. La extinción de los pensamientos y vasanas (deseos) es Moksha (liberación). Sankalpa es sólo la expansión de la mente. Sankalpa, o el pensamiento, genera este universo a través de su poder de diferenciación. Este mundo es un juego de la mente. Este mundo no existe en los tres períodos de tiempo. La extinción de Sankalpas es moksha. Aniquila este pequeño "Yo", los deseos y los pensamientos (vasanas y Sankalpa). Medita en el Ser y hazte un yivanmukta (alma liberada).

#### ***20. El mundo exterior preexiste en los pensamientos.***

Cada pensamiento tiene una imagen.

Una mesa es una imagen mental, más algo externo. Cualquier cosa que pueda verse fuera, tiene su contraparte en la mente. La pupila es una cosa pequeña y redonda en el ojo. La retina es asimismo una pequeña estructura.