El hinduismo

(Apuntes)

L.C.R. Carlos Alberto Jardón

FUENTES

C. Díaz (1999). *Manual de historia de las religiones*. Bilbao: Desclée De Brouwer; M. Guerra Gómez, L.C. (1999). *Historia de las religiones*. Madrid: BAC; G. Flood (1999). *El Hinduismo*. Cambridge University Press; W. Johnston (1997) *Teología Mística*. Barcelona: Herder.

Introducción

¿Por qué estudiar el hinduismo?

- a) Por ser una de las manifestaciones religiosas más importantes del mundo. En la India hay más de 900 millones de habitantes de los cuales unos 750 millones se dicen "hindúes".
- b) A fin de comprender el budismo es necesario tener claridad en cuanto al desarrollo del hinduismo ya que el budismo se presenta como una vía de liberación del férreo sistema de castas.
- c) El hinduismo ha influido en las ideas de varios filósofos occidentales; por ejemplo Hegel (1770-1831) ó F. Nietzsche (1844-1900) que se muestra admirador de esta tradición y afirma que el "Código de Manú" es superior al Nuevo Testamento. También influyó en las novelas de Herman Hesse (1877-1962) y en el psicólogo Carl Gustav Jung (1875-1961).
- d) A través de diversos grupos las ideas hinduistas se filtraron en Occidente y forman parte del sustrato de las corrientes Nueva Era. Ideas como la reencarnación, la existencia de los chakras y prácticas como el yoga son ya comunes en nuestros países. Se dice que en Francia, por ejemplo, 4 de cada 10 cristianos cree en la reencarnación.
- e) La gente posmoderna de nuestra cultura occidental ha vuelto la mirada al hinduismo como un escape del racionalismo excesivo o como una respuesta al anhelo de espiritualidad y misticismo. Se ve al hinduismo con buenos ojos ya que no posee un credo definido ni está ligado a instituciones centrales. El discurso "eclectico" y a veces relativista del hinduismo va muy de acuerdo con el modo de ser de nuestra generación.

1. ¿Qué es el hinduismo?

El término "hindú" proviene del persa, así llamaban los musulmanes (s. VIII) a los habitantes del Valle del Indo (a los habitantes de la India se les denomina "indios"). El hinduismo designaría el estilo de vida de estos pueblos, su modo de concebir la vida (su paradigma). No se trata de una religión monolítica (no tiene un fundador ni un cuerpo de creencias definido) sino de **un "mosaico" de ideas religiosas y prácticas rituales locales y supralocales en el que caben multitud de dioses, abierto a cualquier verdad** (por lo que caben, a la vez, en éste paradigma politeísmo, henoteísmo y una fuerte tendencia al monoteísmo). Más que una doctrina es un "camino existencial". **La práctica tiene preeminencia sobre la creencia.**

En el sánscrito (idioma religioso hindú) no existe un término para nuestro concepto de "religión". Los hindúes llaman **Sanatana dharma** (perfecto orden) al hinduismo. *Dharma* designa el orden cósmico, el orden de los seres, la ley moral, el orden social y el sentido religioso. La religión únicamente sería la concreción personal o colectiva del *dharma*. El mal o el pecado consiste en dañar este orden ontológico y moral. Actuar conforme a él es la armonía y la permanencia en el ser. La obligación del individuo es conocer su *svadharma* (el dharma personal y propio), su puesto y su misión en el universo. Esta idea del *dharma* es el primer fundamento de la doctrina de la reencarnación: el *dharma* es lo único que sigue al hombre cuando deja esta tierra. El mundo sería un caos si no hubiese posibilidad general del reparar el *dharma*, dañado por las malas acciones de los hombres, así que, a fin de preservar el orden el "alma" de la persona debe regresar a reparar los daños.

En anhelo de todo hindú es la liberación (*moksha*) de la apariencia (*maya*) y la fusión con *Brahman* (Lo Absoluto, impersonal, la realidad detrás de todas las cosas) que se puede lograr de varias maneras, las cuatro principales son: la vía de la acción (*karma marga*), la vía del conocimiento (*jñana marga*), la vía de la devoción (*bhakti*) y el *yoga*.

2. Orígenes

En los orígenes del hinduismo confluyen dos complejos culturales: la civilización del Valle del Indo (Dravídica) que floreció desde el 2500 a.C. aproximadamente hasta el 1500 a.C., y la cultura aria, que se desarrolló durante el segundo milenio a.C. Los arios, un pueblo nómada indoeuropeo cuyo origen estaría en la región caucásica, habrían invadido a los dravidianos, campesinos sedentarios, entre el 1800 a.C. y el 1500 a.C. (de este periodo provienen los libros sagrados de los Vedas) dando origen al brahmanismo y posteriormente al hinduismo. Esta teoría sigue siendo aceptada por muchos estudiosos, aunque ha sido contestada por algunos que afirman que más bien la cultura aria se desarrolló a partir de la dravidiana. Sin embargo podemos decir con Flood que, provengan los arios del exterior del subcontinente o no «*será la cultura aria la que aportará la "ideología maestra" que encardinará y dominará los demás discursos*» (p. 37).

«En la literatura aria se menosprecia a los aborígenes considerándoles demonios de piel negra y tachándoles de esclavos adoradores primitivos del falo» (Díaz, p. 90)

2. 1 La religión prevédica/preindoeuropea

La religión prevédica propia de la cultura dravidiana (de la que no se ha descifrado su escritura) se centra en dos divinidades:

- Una deidad femenina representante de la Madre Tierra, cuyo culto se realizaba mediante purificaciones y baños rituales.
- Junto a esta deidad femenina se encuentra otra masculina itifálica (que es representada rodeada de animales y en posición de loto). Ha sido identificado como Rudra-Shiva, el dios hindú de probable origen prevédico. De hecho Shiva es conocido como príncipe de los yoguis y señor de los animales.

2.2 Los arios y el brahmanismo

Entre 1800 y 1500 a.C. Los arios invaden el Valle del Indo y subyugan poco a poco, al parecer de sin devastación violenta, militar y políticamente a los dravidianos que eran agricultores, de religión telúrica. Los arios (del sánscrito *arya*=noble) de piel más o menos rubia y religión celeste y etnopolítica, contituirán con el paso del tiempo las tres castas superiores, tal como lo manifiesta uno de los textos sagrados: «*los brahmanas son rubios; los ksatriyas, pelirrojos; los vaisyas, morenos y los sudras, negros*» (Mahabharata, Santi Parva, 188, 5). Los conquistadores al comenzar a perder su color gracias a los matrimonios mixtos y al clima propio del subcontinente, habrían desarrollado el sistema de castas.

3. Los libros sagrados

3.1 Los Vedas

De la época aria provienen sobre todo los *Vedas* (sánscrito=visión, conocimiento) redactados entre el 1400 y el 400 a.C. Según las creencias hindúes, son libros exhalados por Brahman directamente, constituyen la *sruti*= revelación inmutable e intangible. Se componen de tres secciones, que reflejan tres aspectos de la religión védica:

[1] El aspecto *mitológico* cuyos textos son los **Shamhitas**, divididos en cuatro grupos: el *Rig Veda*=Veda de las alabanzas, el *Yájur Veda*=Veda de las fórmulas/oraciones, el *Sama Veda*=Veda de los cantos y el *Atharva Veda*=Veda de las fórmulas mágicas, conjuros).

[2] El aspecto ritualista representado por el texto de los **Brahmanas**

[3] El aspecto panteísta destacado en **Los Upanishad**, reciben también el nombre de Vedanta=fin del Veda. A este grupo pertenecen también los **Aranyaka** (Textos del bosque) que

son resúmenes esotéricos, complementarios de los Brahmanas, destinados a facilitar la meditación de los retirados del mundo, especie de ermitaños del bosque.

Sólo algunos brahmanes de la actualidad son capaces de leer el sánscrito arcaico de los Vedas, nunca han sido traducidos a las lenguas comunes de la India y sólo son accesibles a las tres castas superiores, por lo que no gozan de popularidad entre la mayoría de la gente por esta razón el sacrificio a deidades védicas tales como Indra, Varuna o Agni ha caído en desuso.

3.2 Las tradiciones (*sutras*=discurso/hilo del discurso)

Desde el punto de vista literario se consideran de la misma importancia que los anteriores, aunque los brahmanes los consideren inferiores. Este grupo está compuesto por los *sraura sutras*, los *grihya sutras*, los *dharma sutras* y los *Manava Sutras* (***Código de Manú***). Estos textos sí son accesibles a la cuarta casta.

3.3 Las epopeyas

- a) ***El Mahabharata***. Atribuido a Vyasa. Se trata del poema/epopeya más extenso de la literatura universal, contiene 90,000 slokas o estrofas de dos o cuatro versos cada una. Relata las luchas mitologizadas entre los pandavas con Arjuna al frente y los malvados kauravas, escrito entre los s. V a.C – III d.C. A esta epopeya pertenece el ***Bhagavad Gita*** (Canción del Señor) que es como un resumen de todas las creencias hindúes en el que interviene Krishna (avatara del dios Vishnú).
- b) ***El Ramayana*** (canoa/curso de vida de Rama). Es atribuido a un solo autor: Valmiki. Pertenece al periodo del s. IV-III a.C. su manuscrito más antiguo es del año 1020 d.C. Rama es el héroe nacional y arquetipo de todas las virtudes hindúes considerado avatar del dios Vishnú. Cada año hay festivales en la India en los que se representa el Ramayana.

3.4 Los Puranas (arcaico, antiguo)

Proviene de los siglos II-III a.C. Se encuentran divididos en 18 Puranas mayores y 18 menores, dedicado cada uno a un dios distinto. Exponen el origen del universo y sus ciclos así como el origen y la genealogía de los dioses. A partir de los Puranas es más acertado hablar de las modalidades y sectas hindúes (*sampradayas*): vishnuismo, shivaismo, etc. no de hinduismo como si fuera un bloque monolítico.

4. Las características y las estructuras vivencial y doctrinal específicas del hinduismo

4.1 El politeísmo

Se habla de varios millones de dioses hindúes (hasta 330) hay un dios o diosa para cada aspecto de los fenómenos atmosféricos, de la naturaleza, de las necesidades y actividades de los hombres, para las localidades, los ríos, las montañas, etc. de la India. En la cultura y religión védica se adorna muchas diosas, principalmente a la Madre Tierra, en cambio en los Vedas, obra de los indoeuropeos, casi todas las deidades son masculinas. Este politeísmo no impide un cierto grado de henoteísmo, o sea el reconocimiento de una sola divinidad principal (que se convierte en la *ista-devata*=querida divinidad), que es de hecho la única que interesa, es a la única a la que recurre el creyente en sus necesidades y a la única que ora. Las otras divinidades no son negadas pero no tienen competencia alguna en la vida humana, familiar o social.

4.2 Panritualismo

La vida humana toda es para el hindú un ritual sacrificial. Se cree que sin los ritos el mundo sería un caos. La obligación del rito cae al principio sobre el cabeza de familia y poco a poco se va a multiplicar el número de sacerdotes, que pertenecen principalmente a la casta de los brahmanes. En el rito sacrificial se da importancia a dos elementos: el fuego sagrado y el soma (bebida que provoca estados alterados de conciencia); todo el libro tercero del RigVeda trata del soma.

4.3 Impersonalismo panteísta y monismo

El hinduismo es la forma más antigua y más representativa del panteísmo. En sánscrito se emplea la palabra "Brahman" (que es de género neutro) para designar a lo Uno, lo Absoluto, lo Todo de carácter impersonal. El panteísmo hindú es monista: toda la realidad es una sola cosa junto Brahman. La multiplicidad es fruto del deseo (*kama*). Brahman se concretiza en la persona como atman. Podríamos comparar a Brahman con una gigantesca pantalla cósmica, en la que es proyectada la realidad, si apagáramos el proyector, únicamente nos quedaría la pantalla, lo único realmente existente.

4.4 Maya

Para el hinduismo clásico, todas las cosas provienen de Brahman, no por creación o evolución, sino por emanación o evolución regresiva. En la medida en que no son Brahman, las cosas y seres, personales o no, son algo apariencial, transitorio, sin consistencia (maya). Se trata de la "película" proyectada sobre Brahman, nuestros sentidos nos engañan cuando nos dicen que lo proyectado es real.

4.5 Samsara

A pesar de su fugacidad y su inconsistencia, maya despide un brillo especial capaz de seducir, una especie de pegamento viscoso que mantiene al espíritu humano adherido a lo apariencial, sensorial y lo aparta de Brahman. Esto es lo que mantiene el ciclo de las reencarnaciones. El conjunto de fenómenos (samsara) suscitan el deseo (*kama*) de lo apariencial.

4.6 La ley de "causa-efecto", karma

El deseo es causa del "karma", el karma acumulado, positivo o negativo, determina la reencarnación del alma en un cuerpo de categoría superior o inferior. La palabra karma significa "acción" pero tiene su raíz en la palabra "kar" (mano). Cada alma se reencarna como impulsada por el peso inercial del karma. Podríamos comparar al karma con una raqueta en las manos de un tenista: la pelota representaría el espíritu/alma, una vez golpeada no puede cambiar de dirección. Es la ley fatal de "causa y efecto"

4.7 Los avatáras

Los avatáras, son considerados descensos de una divinidad para influir benéficamente, cuando se generaliza la corrupción e inmoralidad, de ordinario al final de un ciclo cósmico. Hay avatares completos (Purn-avatars) y parciales (Ams-avatars) según descienda toda la divinidad o sólo una parte suya (Bhagavad Gita 4:6-8). El número de avatáras oscila entre 10 y 39. Los hay mitológicos (por ejemplo cuando jabalí se vuelve avatára de Vishnu) e históricos, personajes reales considerados avatáras: Jesucristo (para algunos incluso Moisés o Mahoma), Buda, Rámakrishna (s. XIX), Gandhi (s. XX) y otros como Satya Sai Baba (nacido en 1926) que se han autonombrado (incluso dice ser el único avatara total). La doctrina de los avatáras explica que no resulte costoso a un hindú "apropiarse" de Jesucristo o de cualquier fundador de religión e incorporarlo al panteón hindú.

4.8 Las castas

(ver Bhagavad Gita 18: 41-44)

«Las actividades de los brahmines, los ksatriyas, los vaisyas y los sudras son distintas, en armonía con los tres poderes de la naturaleza con la que nacen» (Bhagavad Gita 18:41)

La palabra "casta" en la lengua india clásica es "varna" que viene a significar "color". En el transcurso de los siglos dejó paulatinamente de definirse por el color de la piel, y se convirtió en una facción social y profesional. Esta establece una jerarquía basada en cuatro niveles:

- **La casta superior** es la de los **Brahmanes**, que ejercen el poder religioso e intelectual. Son por nacimiento y función, sagrados. Pertenecer a la casta superior es estar más cerca de Brahman, la energía universal. Disfrutan de enormes privilegios

pero tienen también graves obligaciones religiosas. Ellos son los guardianes y transmisores de las escrituras, y presiden el complicadísimo culto: han de dedicarse, pues, a la enseñanza de los escritos religiosos "Vedas" y practicar la oración tres veces al día.

- o **La segunda de las castas** la forman los "**Ksatriyas**" o nobleza militar. Pertenecen a ella los príncipes, los ricos terratenientes y la nobleza de las armas. A los príncipes se les exige dominio propio y noble comportamiento. A los guerreros, vigor corporal y defensa de los débiles. Ellos defienden el orden pero también a la divinidad particular, le deben hacer ofrendas y estudiar los Vedas.
- o **La tercera de las castas** privilegiadas la forman los "**Vaisyas**" o comerciantes. Es la burguesía, que tiene derecho al trabajo productor de riquezas. Han de ser generosos y nobles en su comportamiento: haciendo sacrificios, estudiando los libros sagrados y dando limosnas.
- o **La última de las castas** es la de los "**Sudras**". La constituye la mayor parte de la población, y sobre ella pesan todos los trabajos manuales. Es la casta de los artesanos, labradores, obreros, etc. Los "Sudras" están divididos en más de 3.000 subcastas diversas según las profesiones (Ej. la de los campesinos) Tienen el deber de servir a los anteriores. Realizan las tareas más humildes.

Excluidos de toda casta y de la comunidad hindú están los "**parias**", es decir, "**los intocables**", "los sin casta", cuya cifra global asciende a 70 millones aproximadamente. Los "parias", despreciados, olvidados, obligados a vivir fuera de las poblaciones, a penas sí son considerados aptos para los trabajos más penosos. A los parias y a los sudras Mahatma Gandhi les llamo "**harijan**" (hijos de Dios)

La casta, cuya pertenencia se hereda por nacimiento, lo determina todo: la profesión a ejercer, la clase de persona con quien casarse, el alimento: qué han de comer y dónde. Cada casta se encierra en sí misma de forma que no se tratan entre sí personas de castas diversas.

4.8.1 El sistema de castas y su divinización

La discriminación sociopolítica derivada del sistema de castas tiene el respaldo religioso. El orden social expresado en tal sistema es *ontocrático*. La divinidad y la sociedad de castas son uno. La procedencia divina de cada casta aparece ligada a las diferentes partes del cuerpo de Purusa, en el Rig Veda (10:90, 11-12, etc.): la cabeza/boca (brahmanes), los brazos (ksatriyas), las piernas (vaisyas) y los pies o, mejor, la tierra pisada por los pies (sudras). En el Bhagavad Gita (4:13) Krishna (avatar de Vishnu) afirma que: *"Los cuatro órdenes de los hombres surgieron de mí, de modo ajustado a sus naturalezas y obras. Sábetes que ello es obra mía[...]"*

La creencia en el karma tiene como consecuencia que el atman (no la persona) se reencarne en un cuerpo y casta determinados. En esa casta debe permanecer hasta la muerte. Cada uno debe cumplir las obligaciones propias de su casta, con la esperanza de ascender en sucesivas reencarnaciones hasta la casta superior a fin de irse purificando y conseguir de manera definitiva la unión con Brahman; de lo contrario, tras la muerte, se reencarnará en castas inferiores e incluso en animales.

El profesor nepalí Dor Bahadur Bista se refiere al sistema de castas como una "jerarquía fatalista" y es de la opinión que el fatalismo hindú es un obstáculo para el desarrollo cultural y económico.

4.8.2 La válvula de escape: la ascesis

El anhelo de todo hindu es la fusión con Brahman, la mayoría lo consigue mediante las sucesivas reencarnaciones, pero el **sadhu** o practicante (sannyasin/ fem. sannyasini) de la renuncia (sannyasa) a todo lo que no es Brahman (maya) prefiere tomar un atajo que, aunque más recto

resulta más penoso. Existen otras palabras que designan a los ascetas hindúes y la diversidad de formas en como viven su renuncia: *bhikshu* (el que vive sólo de limosnas), *swami* (señor: título honorífico que se le da a algunos gurúes considerados santos), *yogui* (practicante del yoga, etc.). Tradicionalmente la renuncia se da después de que una persona convive durante un tiempo más o menos prolongado con un asceta y es llamado por éste a ser su discípulo. Comienza entonces la relación gurú -discípulo. El sadhu renuncia a sus bienes materiales y a su familia (esposa e hijos si es el caso), al nombre propio, a los dioses familiares, al modo de vestir y de alimentarse del hombre común.

La renuncia es una especie de “muerte social” que ocurre de ordinario entre los 20 y los 30 años de edad. El sadhu se halla al margen de las castas y en cierto sentido en contra de ellas. El gurú le enseña a ir más allá de la religión, en cuanto sistema, para identificarse directamente con Brahman. De ahí que los fundadores (Buda y Jaina) de las dos ramas “heterodoxas” del hinduismo, el budismo y el jainismo, fueran sadhus de la 2ª casta. Los brahmanes desaconsejan el contacto con los sadhus. Su forma de vida cuestiona en la teoría y en la práctica el sistema religioso celosamente guardado por los brahmanes. Actualmente hay en la India unos 11 millones de sadhus (según los datos de Manuel Guerra).

Los sadhus y otros que no lo son practican el voto de **brahmacarya** (voto de consagración a Brahman); un voto de castidad que exige el autodominio total, excluye el odio, la violencia, la hipocresía, lo sexual en todas sus manifestaciones, etc. Para cumplir con este voto, los adeptos de algunas sectas hinduistas como los Hare Krishna practican ayunos fuertes que pueden provocar trastornos nerviosos y sexuales, que lógicamente no son comprendidos por los occidentales o por el hombre “light” de nuestra cultura.

4.9 Las tradiciones brahmánicas y la Trimúrtil

A partir del primer milenio a.C. podemos hablar del desarrollo de tradiciones o sampradayas y sistemas de transmisión maestro-discípulo (parampara). Sin embargo, son los puranas los que nos presentan estas tradiciones ya desarrolladas en tres modalidades principales: el vishnuismo (centrado en el dios Vishnú), el shivaismo (centrado en el dios Shiva) y la sakta (orientado a la diosa o Devi).

A la cabeza del panteón hindú se encuentra la *Trimúrtil* o «tríada» divina, cuyos nombres actuales son **Brahma, Vishnú y Shiva**.

Brahma (masculino, no confundir con **Brahman**) es el dios creador y regulador de la ley del *karma*. Recibe culto en un solo templo y no es muy popular. **Visnú y Shiva**, en cambio, han arraigado hondamente y sus adoradores integran las dos grandes ramas del hinduismo.

Visnú es el dios conservador del cosmos, el benefactor. Algunos lo consideran el dios supremo. Se sienta sobre **Garuda**, el águila divina. Su *shakti* es **Shrí o Lakshmi**: la belleza, el esplendor benéfico del dios. Ha realizado diez *avataras*, los últimos en forma humana: **Rama y Krishna**, protagonistas del *Ramayana* y de la *Bhagavad Gita*, respectivamente. El culto a **Vishnú** y a las deidades de su entorno es muy popular en el Sur de India.

Shiva es el dios transformador, que destruye y rehace la vida. No tiene *avataras*, pero sí numerosas *shakti*: **Durgá**, diosa de la guerra; **Káli**, la negra, señora del tiempo; **Parvati**, la hija de la montaña, etcétera. A **Shiva** se le representa en danza. A sus pies está **Ganesha**, dios con cabeza de elefante, de culto muy popular. En el entorno shivaista figura **Nandin**, el toro blanco de la fertilidad, al que se relaciona con la renuncia de los ascetas por amor de una característica de lo divino: la coincidencia de los opuestos.

Podemos mencionar también como tradiciones importantes el “tantrismo” y el “shaktismo” (ver Guerra, pp. 161-164)

4.10 Las vías de la moksha

La aspiración de todo hindú es verse libre de la fascinación que ejercen los sentidos, a fin de que su espíritu/alma (átman) alcance la fusión definitiva con lo Uno/Todo (Brahman). Esta liberación se denomina moksha y existen varios recursos para conseguirla:

1. **La vía de la acción (karma marga)**. Se trata de realizar los propios deberes éticos y sobre todo ascéticos, los cuales son dados por las diferentes circunstancias de cada uno, sobre todo las derivadas de las castas (Bhagavad Gita 18: 46-48). Es la idea del svadharma o de la "propia acción", el deber específico del propio estado y casta, esto no cambia más que con la muerte y reencarnación, es una vía de salvación activa. La vida moral hindú no está regulada por un ser superior ni por la bondad o maldad objetiva de las cosas o acciones en sí mismas sino por la ley del karma que es inercial y mecánica. Hay castas para las que robar es connatural, algo específico de su casta. No obstante, algunos textos reflejan una clara orientación moral objetiva (Bhagavad Gita 2: 47-48; 12: 18-19).
2. **La vía del conocimiento (jñana marga)**. O de la meditación, concentración profunda en el propio yo (átman) y en lo Absoluto (Brahman) a fin de lograr la fusión con ello, es una vía gnóstica y pasiva. Es la vía acentuada en los Upanishades. También es descrita en Bhagavad Gita 2: 55.59-68.71-72.
3. **La vía de la devoción (bhakti)**. Es la consagración total y la entrega amorosa a la divinidad. Esta vía es representada principalmente por el shivaísmo y por el vishnuísmo. El objeto de la bhakti no suele ser Brahman en cuanto Absoluto e Impersonal, sino "El Señor" (Ishvara) un dios personal o personalizado (p. ej. Krishna)
4. **El Yoga**. «Esta palabra, cuya etimología significa[...] indirectamente "yugo, unión", designa la doctrina y prácticas psicotécnicas de origen e impronta hindú que tratan de dominar las fuerzas corporales y mentales a fin de alcanzar la unión y armonía con uno mismo, con el universo y sobre todo con lo divino, Átman-Brahman, librando al alma de las ataduras corporales, de la prisión que es el cuerpo.» (Guerra, p. 174).

A diferencia de lo que piensan muchos occidentales, el yoga no es solo un conjunto de determinados ejercicios gimnásticos y mentales; las respiraciones yógicas tienen razones teológicas y no terapéuticas como piensan los practicantes occidentales: se trata de respirar el *prana* o esencia del éter, lo divino, Brahman.

Existen siete tipos principales de yoga que tienen diferentes puntos de partida:

- o Jñana yoga. Que se enfoca en la meditación y el conocimiento.
- o Kama yoga. Que consiste en la eliminación del deseo de lo sensorial
- o Karma yoga. La realización de las acciones de un modo desprendido y desinteresado
- o Bhakti Yoga. La entrega amorosa a Brahman
- o Hatha Yoga. Ejercicios gimnásticos, respiraciones profundas, técnicas de visualización, etc.
- o Tantra Yoga. El control de la energía sexual
- o Mantra Yoga. El poder mágico de los sonidos y las palabras
- o El Raja Yoga (yoga real/regio) es la armonización y la combinación de los diferentes tipos de yoga.

4.11 La antropología mística

La práctica del yoga deviene en una antropología peculiar. Una visión del hombre, altamente especulativa que, a diferencia de la antropología occidental clásica (aristotélica) que intenta partir de la realidad, parte de las experiencias psicofísicas de los yoguis. Esta antropología que ha puesto de moda la religiosidad de la Nueva Era y el esoterismo admite, por lo menos tres clases de cuerpos: el cuerpo ordinario o físico, el cuerpo imperceptible o astral, y el ser, bienaventurado o feliz, donde el humano es uno con lo divino. En el cuerpo astral existirían 72 millones de canales

o rutas (**nadis**) por los que fluye la energía que experimentan los practicantes de yoga. El más importante de estos conductos es el **susumna**, que recorre la columna vertebral y a lo largo del cual fluye la energía **kundalini** (energía cuyo símbolo es una serpiente enrollada) en condiciones óptimas. El susumna está compuesto de 7 chakras o focos de energía que la kundalini perfora y despierta, y conforme esto ocurre, el yogui experimenta nuevas energías y nueva sabiduría. De manera que la energía fluye desde el chakra más inferior (mulhadara), situado en la base del ano, hasta el chakra situado en el entrecejo.

No existe evidencia física de los chakras, de los nadis o de kundalini, sino que el pensamiento hindú habla de su existencia por los efectos psicofísicos de la meditación. Recuerdo en una ocasión haber objetado la existencia de los chakras, aludiendo a esta falta de evidencia, a una persona que creía fervientemente en ellos, me respondió que sólo era posible verlos por medio de "clarividencia", por lo que si yo no creía en tales poderes, no tendría acceso a ellos.

4.12 La doctrina de la reencarnación

Para una comprensión de la doctrina de la reencarnación leer:

- C. G. Valles (1996) *¿Una vida o muchas?*. Santander: Sal Terrae.
- M. Guerra Gómez (1999) *Historia de las religiones*. Madrid: BAC. pp. 176-179
- J. Vernet (1994) *Reencarnación, Resurrección*. Madrid: CCS.

5. El hinduismo y el mundo contemporáneo

Para una comprensión del hinduismo y su papel en el mundo contemporáneo, leer:

- G. Flood (1999). *El Hinduismo*. Cambridge University Press. pp. 269-292