

*8ª edición*

*(más de 100.000 ejemplares vendidos)*

# LA SABIDURÍA DE LOS GRANDES YOGUIS

RAMIRO CALLE



***Editorial ELA***

[www.libreriaargentina.com](http://www.libreriaargentina.com)



## Índice

Prólogo a la octava edición, por Ramiro Calle	9
Introducción	13
Unión, transformación y libertad interior	15
Los grados del yoga	33
Las ramas del yoga	42
Búsqueda interior, trascendencia y consciencia de Sí-mismo	44
Psicología trascendental y trabajo interior	60
Psicología trascendental	60
El control del subconsciente	65
Niveles de la mente	69
La supraconsciencia y la experiencia samádhica	72
El trabajo interior	76
El adiestramiento psicofisiológico	85
Los asanas	93
Pranayama	96
Mudras y bandhas	103
Shatkarmas	108
El adiestramiento de la mente y de la psiquis	109
Perfeccionamiento	126
Hacia la conquista del conocimiento supremo	130
El dominio sobre la energía espiritual	140
Chakras y nadis	142
La autorrealización a través de la acción	151
El control sobre el logos	159
La búsqueda de la divinidad	163
Sri Ramakrishna	179
La enseñanza de Sri Ramakrishna	186
La Ramakrishna Mission	191
Swami Ritajananda	195
Swami Satchidananda: un hombre de Dios	211
Rishikesh: lejos de la mundanal violencia	215
Ashram Divina Vida	221
Sri Swami Chidanandaji	223

Sri Swami Nadabrahmandaji	239
Sri Swami Krishnanandaji	246
Sri Swami Atmaramanandaji	256
Verdades ignoradas, pero eternas	258
Evocación de los grandes rishis (sabios)	262
El yogui-astrólogo de Khajuraho	263
Yogoterapia	268
Centro de Tratamiento e Investigación de Yoga	270
Una lección sobre la muerte	275
Benarés: la ciudad de Dios	282
El sadhu de Benarés	286
En busca del sosiego y la lucidez	297
Swami Chaitanyannad	300
Dadaji	313
Rasayani Gufawale	318
Sin ego puedes vivir feliz	326
Swami Muktananda	329
No hay otra felicidad que la paz interior	333
El mejor consejo: medita	336
Acharya Shama	347
La senda del despertar	350
Babaji Sibananda, mi amigo del alma	359
Apéndice	367
Dilip Goswami	367
Rafael Campany	373
Glosario	401

*La sabiduría de los grandes yoguis es la obra más entrañable de mi bibliografía y deseo dedicársela especialmente a Almudena Haurie Mena, pues sin su valiosa colaboración nunca hubiera resultado posible. Juntos entrevistamos a los grandes maestros espirituales que aparecen en este libro y juntos asistimos a festivales religiosos, centros de peregrinación, comunidades espirituales y monasterios.*

Ramiro Calle

*Esta obra estudia doctrinas y enseñanzas de la India con el importante aporte de haber sido escrita por el autor a través de un extenso viaje por dicho país.*

*Esta vivencia in situ le ha permitido hacer desfilar por sus páginas swamis, yoguis, fakires y personalidades relacionadas con el tema, estableciendo interesantísimos y constructivos diálogos que trascienden una enseñanza del más alto nivel. Es sin duda un libro extraordinario en su tipo, no solo por la información que aporta sobre el yoga y doctrinas colaterales, sino por ser caja de resonancia de los máximos expositores, practicantes y místicos de la India actual.*

Enciclopedia Zaniah



## **Prólogo a la octava edición, por Ramiro Calle**

Desde el primer momento en que publiqué "La Sabiduría de los Grandes Yoguis", ésta obra despertó un enorme interés y un número cada vez mayor e imparable de lectores. No ha dejado de reeditarse a través de los años y he incluido entrevistas con otros yoguis y expertos entrevistados en posteriores viajes a la India, que ya suman noventa y nueve. Ha habido diferentes versiones y en esta ocasión, a fin de que el libro esté más centrado en lo más esencial del yoga, he quitado algunos pasajes y entrevistas, entre éstas las de Direndra Bramacharie, Visnudevananda y Sri Yogendra, porque no aportaban las respuestas ningún interés destacable. A propósito de Sri Yogendra, debo decir que me entrevisté con él, su hijo el doctor Jayadeva y su mujer en el Instituto que tenían en Bombay (Mumbai). El caso de Yogendra es particularmente curioso, contradictorio y paradójico. Él fue uno de los pioneros en propiciar el interés por el aspecto más físico del yoga y de manera muy especial por los asanas, desposeyéndolos de todo contenido espiritual o místico, y poniendo el acento en la necesidad de investigar científicamente el yoga, en un intento, casi obsesivo cuando era mucho más joven, de probar científicamente los efectos físicos y en cierto modo mentales de las posturas yóguicas. Me regaló varios libros suyos al respecto, pero lo paradójico o contradictorio resulta de que en las horas que pasé con la familia en su Instituto, ya Yogendra había modificado su actitud por el yoga y trataba de recuperar para el mismo su esencia espiritual y en la conversación mantenida con su hijo el doctor Jayadeva, éste no dejó de

insistirme en que la investigación científica del yoga era por fuerza muy limitada, pues lo esencial era revestir la práctica de todo su carácter espiritual. Así Yogendra, que había propiciado muchos años antes el yoga científico y desprovisto de toda espiritualidad, ahora me insistía, junto con su hijo y esposa, en la necesidad de que el hatha-yoga no se desposeyera de su aureola mística.

En esta obra no he incluido mi larga e interesante entrevista con Ramesh Walsekar, que aparece en mi obra "Conversaciones con Yoguis", donde también está incluida la mantenida con Sri Yogendra. Sí he incluido entrevistas realizadas muchos años después con grandes yoguis y expertos en esta disciplina, como Swami Muktananda, Dadaji, Swami Chaintanyanand, Dilip Goswami, Babaji Sibananda de Benarés, Ananandevananda y otros, así como mis muy largas y fecundas conversaciones mi buen amigo y mente muy lúcida Rafael Campany.

Esta obra recoge la esencia del auténtico yoga, y es una obra muy fértil e inspiradora en este terreno, máxime cuando el yoga está sufriendo en muchos sentidos una notable adulteración o se muestran solo fragmentos del mismo en un reduccionismo que raya en casi lo esperpéntico. Mi incansable investigación en la India comenzó en 1972, siendo en esta fecha mi primer viaje y al que seguirían noventa y ocho más. Esta obra trata de restablecer el yoga en su verdadera y reveladora dimensión. Me siento muy afortunado por haber tenido la fortuna a lo largo de varias décadas de haber podido conocer y entrevistar a personas realmente serias en la vía del yoga, donde intencionadamente he tratado de apartarme de la mayoría de los gurúes de masas, muy dados a afirmar su patológico narcisismo y a obtener pingues beneficios de los discípulos que cierran los ojos para no ver y, como decía mi amigo el catedrático de tantra Pío Filippini Ronconi, "apoyar así al enemigo", pues



muchos nacen libres y mueren esclavos. Ya sobre el escandaloso fenómeno de los gurúes escribí mi entonces muy polémico libro "Verdad y Mentira de los gurúes".

"La Sabiduría de los Grandes Yoguis" aporta esa milenaria y transformativa sabiduría que el yoga auténtico ha transmitido desde tiempo inmemorial y que es como una lámpara inextinguible para toda persona que quiera mejorarse, conocerse y realizarse.

*Ramiro Calle*  
([www.ramirocalle.com](http://www.ramirocalle.com))



## Introducción

La India ha sido la cuna de una elevada mística, una sutil filosofía y numerosas y eficaces técnicas de autorrealización. Desde la más remota antigüedad han proliferado los renunciantes, los anacoretas, los sabios y los grandes buscadores del espíritu. La India milenaria ha sido, sin duda, la que mayor número de grandes místicos y buscadores de lo suprasensorial ha proporcionado. Aunque la degradación espiritual es evidente en todos los países, incluso en la India, todavía en el subcontinente indio quedan hombres de una avanzada evolución interior. Ciertamente abundan los falsos profetas, los embaucadores, los pseudoyoguis y, sobre todo, los inauténticos gurúes. Desde luego, siempre he desconfiado de la mayoría de los que podríamos llamar gurúes de masas. Pero en la India, todavía quedan grandes buscadores honestos, yoguis realizados, jivanmuktas (liberados vivientes), aunque es forzoso reconocer que, espiritualmente, la India no es ni una sombra de lo que hubo de ser antaño.

Aún quedan en la India alrededor de siete millones de sadhus. Un sadhu es un hombre piadoso, un buscador de la verdad, aquél que ha renunciado a la ordinaria vida cotidiana para abocarse a la búsqueda interior. Muchos de estos sadhus son errantes. Muchos de ellos, también, han adoptado el "sadhuismo" como una forma de vida y poco o nada les interesa verdaderamente de la vida espiritual. Los hay que simplemente son unos vagos o unos pícaros. Pero también los hay elevados y dueños de un milenario conocimiento, de una trascendente sabiduría.

El yoga es un método de perfeccionamiento, auto-conocimiento y desarrollo. Como tal ha sido empleado no solo por los cultos y filosofías de la India, sino también de otros países de Oriente. Yoga hay en el tantrismo, en el hinduismo, en el jainismo, en el budismo, en el lamaísmo, en el zen e incluso en el sufismo. El yoga dispone de un conjunto de técnicas psicofisiológicas, psicomentales y espirituales para el desarrollo integral del ser humano.

La *sabiduría de los grandes yoguis* es el resultado, en buena parte, de mi primera indagación espiritual en tierra india. Después, he viajado muchas veces más a la India (un total de noventa y nueve veces), pero aquel primer viaje fue, seguramente, el más fecundo desde el punto de vista espiritual. En compañía de la profesora de yoga Almudena Haurie, durante casi dos meses, recorrimos la mayoría de los estados de la India para entrevistar a yoguis, sadhus, eruditos, especialistas, maestros espirituales y eremitas. En esta obra se incluyen los testimonios más destacados, a excepción de las prolongadas entrevistas con Yogui Ananda, cuyo contenido ha sido utilizado en mis libros tal vez más queridos: *Ananda, el yogui errante*, *Ananda, el iniciado* y *Vida y enseñanzas del gran yogui Ananda* (Los tres volúmenes se han publicado en uno solo titulado *El Yogui*).

La primera parte de la presente obra estudia en profundidad el yoga, sus principios, grados, técnicas y ramas. La segunda parte recoge el testimonio de grandes yoguis y maestros espirituales, lo que hace de este libro una viva exposición de la actual espiritualidad india.

El yoga es un puente hacia la libertad interior. Es la búsqueda (la más noble y elevada búsqueda) de ese algo que, al decir del Maitri Upanishad, está más allá de nuestra mente y "mora en el silencio en el interior de nuestra mente".

He ampliado considerablemente esta obra, inclu-

yendo entrevistas muy interesantes con yoguis y mentores con los que me he encontrado y entrevistado en posteriores incursiones en la India espiritual y eterna.

### **Unión, transformación y libertad interior**

Desde hace milenios, la India es un país fundamentalmente espiritual. Han surgido numerosos sistemas religiosos o filosóficos y abundantes sectas. Hasta el objeto más insignificante puede ser elevado al rango de sagrado y ser venerado por muchos miles de devotos. Los templos suman varios millares y la fe aparece con la misma solidez tanto en el rico como en el pobre, en el anciano como en el niño. Es la herencia de muchos siglos. Incluso los niños, desde su más corta edad, intervienen en las ceremonias y los ritos. He visto a muchos de ellos, serios y muy atentos, siguiendo las prácticas religiosas. Es la religión como una *antorcha inextinguible* que se lleva amorosamente en el corazón. Respetuoso y tolerante, no se esfuerza el indio por desplazar con su fe la de los otros, pero asimismo no resulta fácil hacerle ceder ni un ápice en sus convicciones espirituales.

-Nosotros no tratamos de imponernos -me explicó un anciano de edad indescifrable y labios temblorosos-. Cada cual debe obtener su propia comprensión y recorrer su propio camino. Todas las laderas conducen a la cima de la montaña. Claro -sonrió un poco burlescamente- que unas son más seguras y más rápidas que otras. Nadie puede recorrer el camino por otro, nadie. Yo estoy dispuesto a escuchar durante horas a los demás; estoy dispuesto a admitir sus puntos de vista; pero eso es todo. Ellos continúan con sus creencias y yo con las mías, que son las de mis padres y las de mis abuelos. ¿Y quiere que le diga una cosa?

Asentí con la cabeza y el anciano agregó:

-No me ha ido tan mal con esas creencias, claro que no. Son las creencias de mi pueblo, de mi sangre, de

mi raza. Obsérveme usted. Tengo tanta edad que casi he perdido ya la cuenta. Pues ni un solo día he dejado de llevar a Dios en mi corazón. Dondequiera que he estado, he repetido su bendito nombre. ¿Sabe usted algo del mantra?

-He practicado con cierta frecuencia.

-No basta con practicar con cierta frecuencia. Hay que practicar siempre -aseveró y repitió con énfasis- siempre. El nombre de Dios tiene mucha fuerza. Su palabra inunda el Universo. Quien repite el nombre de Dios nada tiene que temer, ni en las guerras, ni en las plagas, ni en la miseria.

-Admiro su fe.

-Yo he colaborado en hacerme esa fe. Es la de mi padre y la de mi abuelo. -Se detuvo un momento, como evocando nostálgicamente a sus ascendientes, y agregó- Es la de mis antepasados. Ellos me la ofrecieron como un valioso obsequio, pero yo he tenido que conservar ese obsequio con el máximo cuidado. Podrán quitármelo todo, incluso la propia vida, pero nadie podrá robarme nunca mi fe. Brahmán está en mi corazón y mi corazón está siempre puesto en Brahmán.

Una fe resistente, inquebrantable. Un país en donde lo sagrado es cotidiano, en donde la razón siempre queda postergada en favor de la fe, en donde todo es considerado como manifestación de la divinidad.

En la India han surgido múltiples sistemas religiosos: hinduismo, budismo, jainismo y otros. Y en el afán de acelerar el proceso hacia la liberación, los devotos de uno y otro sistema han acudido, presurosos, en ayuda de las técnicas expuestas por el yoga. Así el yoga, que en un principio nació para unos pocos, ha sido aplicado, a lo largo de su historia, a las más diversas técnicas religiosas. De tal forma, ha influido tan considerablemente en los sistemas filosóficos y religiosos de la India y también, de más allá de las fronteras indias. Rico en técnicas muy elaboradas, el yoga puede ser utilizado

por las personas más distintas. Tanto el individuo emocional como el intelectual podrán encontrar ayuda en el sistema yoga; tanto el creyente como el agnóstico. Para aquellos que la filosofía del yoga (su parte samkhyana) no resulte apropiada, queda todavía algo realmente importante: sus técnicas de autorrealización, aplicables a cualquier sistema.

El yoga ha gozado siempre de un indiscutible prestigio en la India. Puede haber decrecido en determinados momentos su popularidad, pero nunca su prestigio. Los más variados sistemas se han servido del yoga, y el yoga, complacido, se ha dejado utilizar sin reparo alguno. Tan útil puede resultar para el hindú como para el jaina, el budista, el parsi o el cristiano; tan útil para el occidental como para el oriental. Porque es una filosofía, un sistema de pensamiento y una forma de vida, puede cogerse de él aquello que se quiera. El budismo ignoró su filosofía, como en cierto modo el jainismo, pero uno y otro se sirvieron de sus técnicas de interiorización y trabajo interior. Cuanto más cerca está el hombre de sí mismo y más se comprende, más cerca estará del Cosmos y más comprenderá la existencia. Y el yoga dispone de una larga serie de técnicas cuya finalidad es conducir al hombre hasta su propio trono y acomodarlo en él.

Porque puede seguirse un yoga desprovisto de un contenido religioso o filosófico, se ha mantenido, con integridad perfecta, por encima de las técnicas religiosas. El budista, por ejemplo, rechaza el concepto del Yo y, sin embargo, se ha servido comúnmente de la meditación y la interiorización. Las ideas filosóficas del jainismo son distintas, aunque conciliables, a las del yoga y, empero, el devoto jainista se ha servido de los procedimientos yóguicos para explorar en sí mismo y activar su energía espiritual.

La finalidad del yoga, su más elevado objetivo, es la liberación (moksha) del individuo, cualesquiera que

sean las convicciones del mismo. Y, sin embargo, el yoga no ha sido exotérico, sino esotérico. Porque sus técnicas se han considerado altamente valiosas, se han conservado al resguardo de los indiscretos, los curiosos y los farsantes, y el maestro se ha encargado directamente de impartir la enseñanza al discípulo, siempre y cuando este se hiciera merecedor de ella. Con el transcurso del tiempo se ha perdido este tinte esotérico del yoga, que ahora está más al alcance de todo el mundo.

En el Siva Samhita puede leerse:

*“Este yoga Shastras que declaramos es una doctrina muy secreta, que solo será revelada a un alma elevada, pía y devota en los tres mundos.”*

No se impartía la enseñanza a cualquiera. Incluso los textos clásicos de yoga son demasiado escuetos e imprecisos para poder llevarlos a la práctica, precisamente porque se suponía que eran meras guías o recordatorios, y que la enseñanza debía ser recibida directamente del maestro. El yoga, por ello mismo, se ha transmitido en cierto modo de forma oral. Y su enseñanza no ha sido religiosa, en absoluto, sino mística. La religiosidad es apta para muchos, la mística solo para unos pocos. La mística es la religiosidad en su más alto grado, la religiosidad desprovista de sus formas groseras, la religiosidad altamente refinada y purificada. La religiosidad se presta al hombre común; el misticismo al hombre singular. La religiosidad es propia de las mayorías; el misticismo de las minorías. Y la mística es universal y va más allá de los nombres, de los conceptos y de las etiquetas. La religión se apoya en los ritos, ceremoniales y sacrificios externos; la mística se sirve del sacrificio interno únicamente y supera las formas externas. Se sustrae a la forma, para ahondar en la esencia.

Aunque el brahmanismo ponía demasiado énfasis en los ritos y las ceremonias, en los sacrificios externos, poco a poco, al ir evolucionando, se vio obligado a aceptar unas formas más puras y elevadas de devoción.



Abrió así sus puertas al yoga y el yoga se instaló en el brahmanismo, porque no hay que olvidar que el yoga se alimenta también del pensamiento brahmánico.

[www.libreriaargentina.com](http://www.libreriaargentina.com)

[libreria@libreriaargentina.com](mailto:libreria@libreriaargentina.com)