Sādhus y Yoguis de la India

Austeridades Vaiṣṇavas, por Dolf Hartsuiker

Dolf Hartsuiker, autor de esta serie de artículos, es webmaster de la página **Sādhus & Yogis of India**, y autor del libro "*Sādhus: India's Mystic Holy Men*".

Hatha Yoga

Cabría esperar que fuesen los *Yoguis* (o *Gorakhnāthis*) los expertos en *Hatha Yoga*, puesto que a su fundador *Gorakhnāth* se le considera como el "inventor" del *Hatha Yoga* (aunque éste sistema sea en realidad mucho más antiguo); sin embargo, hoy en día, son sobre todo los *Ramandis* quienes lo practican, por lo que he podido comprobar. De hecho, hay muy poco *sādhus* que practiquen *Hatha Yoga*, excepto quizá al principio de su práctica.

Este *Baba* practica yoga diariamente y finaliza su *paṅk-agni tapasya* colocando el mundo en su cabeza. Esta postura es emblemática para la vida de un *sādhu*, pues "invirtiendo todos los valores", actuando de forma contraria a la naturaleza humana, trata de acelerar la iluminación.

Patañjali

Los *Yoga-Sutras* de *Patañjali* es el tratado básico de *yoga*, datado entre unos doscientos años A.C. y trescientos D.C. *Patañjali* no fue el inventor del método, sino que sistematizó las doctrinas y técnicas tradicionales.

Las técnicas del *Hatha Yoga* pudieron haber sido desarrolladas por los antiguos chamanes y hombres-medicina en los tiempos prehistóricos del "Dios Cornudo".

En el curso de muchos siglos, estas técnicas se desarrollaron más a fondo y hasta cierto punto fueron sacralizadas por los Tántricos. Éstos, además de utilizarlas para sus rituales ocultos, profundizaron en los ejercicios físicos y de respiración para adquirir energías sobrenaturales, que entonces era básicamente lo que se pretendía conseguir.

En la práctica del *Hatha Yoga*, el cuerpo, la respiración y la mente se consideran como un todo funcional, en el cual la acción de uno afecta a los otros dos.

El control del cuerpo a través de la práctica de distintas posturas disminuye el ritmo de la respiración; a su vez, el control de la respiración apacigüa las "olas" de la mente, conduciendo eventualmente a un estado de conciencia pura e imperturbable.

Aunque los ejercicios de yoga tienen que practicarse de forma conjunta, al ser el cuerpo el vehículo material para todas las funciones y ser más fácil de manipular, constituye el objeto primario de atención.

Ramatma Das

Prāṇa

Otro aspecto de la respiración que es preciso ejercitar y controlar es el *prāṇa*. Ésto es la "fuerza vital", el "aire vital", que no es el aire en sí, sino una parte imperceptible de él --para los sentidos ordinarios.

Prāṇa penetra el cuerpo con la respiración y circula a través de una red imperceptible de canales sutiles de energía, los *nāḍīs*.

La captación de *prāṇa* puede aumentarse mediante ejercicios de respiración, es decir, mediante *prāṇayama*, y puede conducirse a distintas partes del cuerpo mediante posturas yógicas y concentración mental.

Ramnath Giri en *padmasana*

Āsanas

Las distintas posturas, conocidas como *āsanas*, limpian los *nāḍīs*, estimulan el flujo de *prāṇa* y facilitan un *padmāsana* perfecto, o postura del loto, para que pueda mantenerse durante mucho tiempo sin molestia.

Padmāsana es la postura básica para todos los ejercicios mentales y de meditación, puesto que alinea los *nāḍīs*, los "centra" en el cuerpo, y los inmoviliza.

Phalahari, dudhadhari, ayunando

A excepción de los *Aghoris*, todos los *sādhus* son vegetarianos. Pero hay algunos *Babas*, especialmente entre los *Ramanandis,* que se conocen como *Phalaharis* y comen solo fruta, arroz y algunos vegetales "silvestres".
Y hay unos pocos, todos *Ramanandis*, que restringen su dieta incluso aún más y se alimentan solo con leche, los *Dudhadharis*.
La leche es más que un simple alimento físico; como uno de los cinco productos de la vaca sagrada es una sustancia espiritual.

Todos los *sādhus* ayunan en el *ekādaśī*, el undécimo día después de cada luna llena y cada luna nueva, en que los vegetarianos comen el alimento de los *Phalaharis*, los *Phalaharis* toman solamente leche, y los *Dudhadharis* beben solamente agua.

Narayana Das, el santo dirigente de un importante ashram, es un conocido "bebedor de leche". Desde hace más de cuarenta años, su único alimento ha sido dos vasos de leche al día.

Además, algunos siguen una dieta selvática, comiendo solamente alimentos no cultivados, o siguiendo una mono-dieta.
Algunos *sādhus* mantienen que incluso sería posible vivir solamente a base de agua, ya que así se hacía antiguamente, o incluso más increíble todavía, vivir solamente de aire.
Este rumor llegó incluso hasta Europa en el siglo XIV, con el Livre des Merveilles, que afirmaba que había gente en la India que "vivía del aire" o del "aroma de las flores".

Los Kathia Babas y los Lohalangari Babas

El celibato es sin ninguna duda la austeridad más importante practicada por los *sādhus*. Según la metafísica Yoga, la energía sexual, el fuego de la pasión, es la principal fuente potencial de energía espiritual.

Pero como ayuda al control mental de la sexualidad, a veces debe emplearse el control físico y uno de los métodos es

el uso continuado de los “cinturones de castidad”.
Es una austeridad mas bien “reciente”, de no hace más de 300 años, y solamente la practican los *Vaiṣṇavas* del *Nimbārki Sampradāya*.
Esta austeridad, como casi todas, se mantiene normalmente por un mínimo de doce años.

Un *dhoti* cubre generalmente esta modesta ropa interior de madera, pero como estos *Babas* están a punto de tomar un baño, tienen una razón válida para quitárselo.

Kathia Baba

El *arbandh* de madera (abajo a la izquierda) junto con su *langoti* podría considerarse ciertamente un “cinturón de castidad”, salvo que en este caso es autoimpuesto.
El *langoti* se puede quitar para la limpieza, pero el *arbandh*, por supuesto, permanece siempre colocado.

Jaganath Das usa el cinturón desde hace trece años y ha hecho voto de seguir utilizándolo toda su vida.

Lohalangari Baba

Kailās Das (a la derecha) ha usado este cinturón metálico de castidad durante cincuenta años. También se le conoce como *Mauni Baba*, puesto que no habla desde hace doce años

Paṅk agni, o “austeridad de los cinco fuegos”

En este relieve del siglo séptimo, se representa *Pārvatī* rodeada por fuegos en las cuatro direcciones, mirando fijamente el sol (*paṅkagni tapas*).
Templo de *Śrīsitaleśvaradeva*, *Naresar, P.M.*

Solo los *sādhus* que pertenecen a la secta de los *Ramanandis* realizan la austeridad de los cinco fuegos, *paṅk agni tapas*, tal como se denomina, o más comunmente *dhuni tap*. *Paṅk agni tapas* se menciona en la antigua mitología hindú como una de las primeras formas de penitencia ascética. Originalmente consistía en rodearse de cuatro fuegos, sentándose en el brillante y caliente sol del mediodía que sería el quinto fuego.

Hoy en día se ejecuta con distinto número de fuegos, comenzando con cinco, y progresivamente aumentando el número a lo largo de dieciocho años, hasta que los fuegos llegan a formar un círculo y el *tapasvi* transporta un recipiente con fuego en la cabeza.

Debo hacer notar que *dhuni tap* se ejecuta con distintos grados de formalidad y con el correspondiente tiempo de duración por sesión. Algunos *Babas* efectúan los rituales y terminan en 15 minutos, otros tardan de 45 minutos a una hora.

Hay cierta ostentación implicada también (como con la mayoría de las austeridades extremas), porque el *dhuni tap* se efectúa generalmente al borde de la carretera, donde los peregrinos lo contemplan al pasar. Asombrados, los peregrinos pueden estar más dispuestos a efectuar una donación.
El *dhuni tap* confiere cierto status en la comunidad *sādhu*.

En el *Ujjain Kumbha Mela* de 1992, fui testigo de ofrendas de estiercol seco a los *Babas* del *dhuni tap* tal como se registra en el grabado publicado en 1729 en Tavernier.

Una parte integrante del ejercicio es el ofrecimiento ritual de productos alimenticios a los montones de estiercol que estan ardiendo, al fuego santo, junto con la murmuración de los *mantras* correspondientes.
En este ritual ascético los *sādhus* se sacrifican simbólicamente al fuego, se convierten ellos mismos en la ofrenda.

Habiendo hecho ofrendas a sus fuegos, el *Baba* sopla la *śaṅk*, o concha, para invocar la deidad. Es el instrumento musical con el cual *Viṣṇu* produce el sonido primordial de la creación, y es utilizado solamente por los *Vaiṣṇavas*. Con esto concluyen los rituales preliminares, y ahora el *Baba* puede sentarse en meditación.

Paṅk-agni-tapasya se debe practicar durante dieciocho años consecutivos, pasando a través de varias etapas.
La primera fase implica rodearse de cinco fuegos.
Durante las siguientes etapas habrá siete, doce, y ochenta y cuatro fuegos, culminando en “innumerables”, es decir, en un círculo de fuegos, y finalmente, en la última etapa, se coloca un recipiente con fuego en equilibrio sobre la cabeza. Cada etapa se practica durante tres veranos consecutivos.
Generalmente cada sesión de austeridad del fuego finaliza con la ejecución de algunos ejercicios de *Hatha-Yoga*.
Paṅk-agni es bastante popular hoy en día.

Para preparar la austeridad del fuego, un *Baba* purifica el lugar con estiercol fresco de vaca, arregla los montones del combustible y la parafernalia ritual, y toma un baño. Muchos *Babas* fuman uno o dos *chilam*, para conseguir el ánimo correcto.
Entonces santifican su cuerpo aplicando el *tilak*.

Ejecución de una postura de *Hatha Yoga*, la postura invertida sobre la cabeza, después de la austeridad de “cinco-fuegos”.

Cuando se reune un grupo de ascetas, como por ejemplo durante un festival, realizan el *dhuni-tap* en el mismo lugar, pero cada uno lo efectúa más o menos a su propio ritmo. Puesto que la meditación y la repetición del nombre del Señor es un asunto privado, los *Babas* pueden cubrir su cabeza con una tela. Esto responde también a un propósito aún más práctico, porque a menudo el paño se coloca mojado, y de esta forma ofrece un cierto aislamiento contra el intenso calor.

El estadio final de la austeridad del fuego se llama *kapar-dhuni*, es decir el fuego (*dhuni*) en un recipiente (*kapāla*) sobre el cráneo (*kapāla*).
El círculo de innumerables fuegos alrededor del *Baba* nunca esta completamente cerrado, de tal forma que pueda entrar lo espiritual. Además, un círculo completo simbolizaría la perfección, que solamente el Señor puede ostentar.

Mahamandaleśvar Madhvacharge

Khareśvari, o Baba “siempre de pie”

Un *Baba* “siempre de pie”, denominado *khareśvari*, es el que ha hecho voto de no sentarse o tumbarse durante doce años. Puede descansar una pierna colgándola de una cuerda que se sujeta a un balancín. Es una austeridad dolorosa: las piernas y los pies hinchados tienden a desarrollar úlceras persistentes.

Los *Khareśvaris* puede dar paseos, pero lo normal es que permanezcan sujetos en una esquina a su balancín --y siempre de pie.

Bajrang Das, un *Baba* "de pie", que nunca se sienta, día y noche.
También duerme de pie, colgando sobre su balancín. Un cinturón castidad metálico cubre sus órganos genitales.

Algunos, en una *mela* por ejemplo, pueden convertir esta austeridad en toda una actuación. A los peregrinos les impresionan mucho los *Khareśvaris* y en consecuencia son muy generosos con sus donaciones, en dinero o en especie.

Un árbol es el lugar tradicional para la austeridad de pie, no sólo porque el balancín se puede sujetar a una rama, sino también debido a la identificación del *Baba* con el árbol, pues también se llama *vṛk-āsana* (o *vṛkṣāsana*), que significa "postura del arbol".

Detalle de un grabado de Picart, del siglo 17.

Y de hecho, el *khareśvari* comienza a asemejarse a un árbol, con sus pies hinchados que parecen raíces, y con un firme enraizamiento en la tierra.

La austeridad "siempre de pie" es practicada por *Ramanandis*, *Nagas*, *Nāths* y *Udasins*.

Parikrama

Parikrama significa caminar en círculos, en el sentido de las agujas del reloj, alrededor de un objeto o espacio sagrado, por ejemplo la deidad de un templo, un templo concreto o una montaña. Esta es una práctica normal para todo hindú como medio para entrar en comunión con lo sagrado.
Pero puede convertirse en una auténtica austeridad y entonces lleva por nombre el de *daṇḍavat parikrama*, que significa "moverse en círculos como un bastón".

El peregrino (o el *Baba*) se tiende en el suelo completamente estirado, pone una piedra (o algo) delante de él, se levanta, da algunos pasos hacia la piedra, se tiende de nuevo, etc. Éste sería el método "rápido", y como tal también lo efectúan los peregrinos.

Pero *sādhus*, como *Rama Kishan Das* fotografiado aquí, se levanta y se tiende en un mismo punto 108 veces, recitando *mantras* al mismo tiempo. A continuación se desplaza hacia adelante la longitud de un cuerpo. Hacia el final del día, cuando haya progresado unos veinte cuerpos, el *Baba* marcará el punto para continuar al dia siguiente.
De esta forma tardará unos dos años en rodear la montaña sagrada.