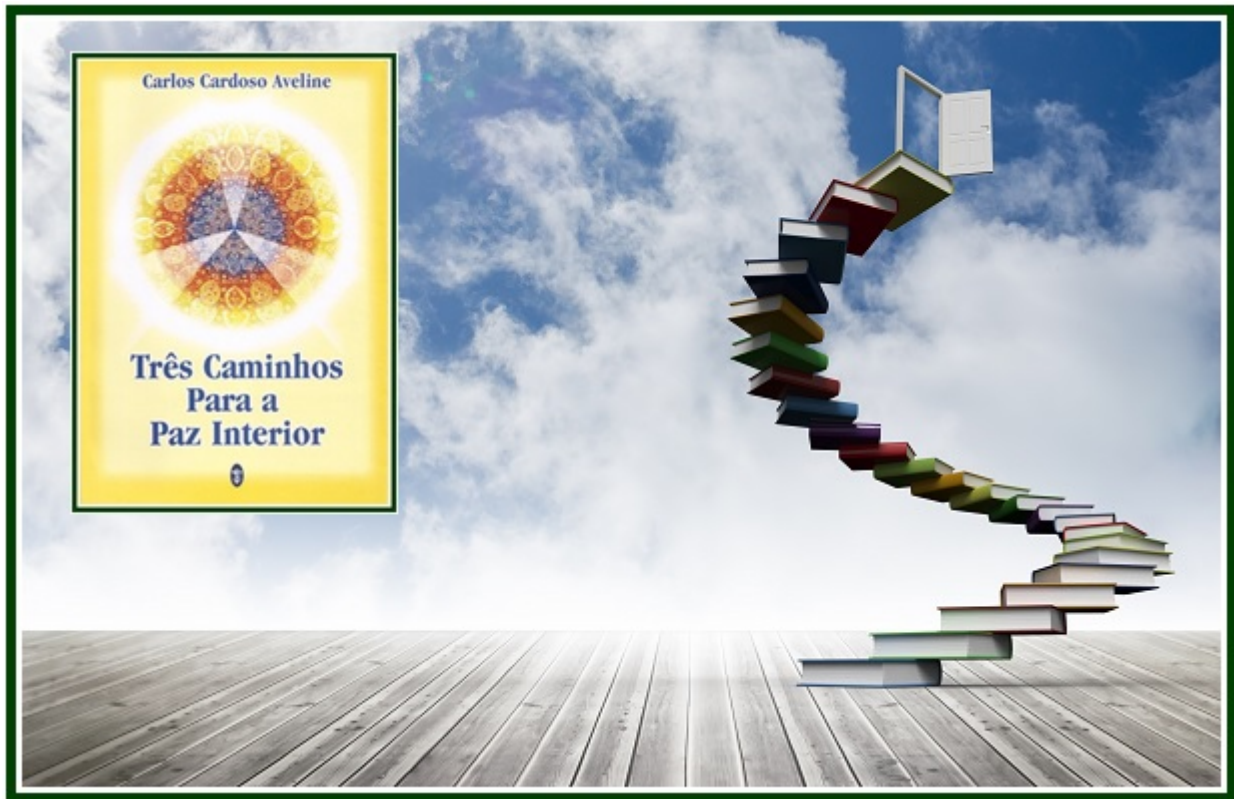


El Puente Entre el Cielo y la Tierra

Antahkarana: el Vínculo Dinámico Entre el Yo Mortal y el Alma Inmortal

Carlos Cardoso Aveline



000

El siguiente texto es una traducción
del capítulo 12 de la obra “Três Caminhos
Para a Paz Interior”, de Carlos Cardoso Aveline
(Editorial Teosófica, Brasília, 2002, 194 páginas).

000

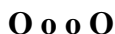
Dos figuras humanas caminaban desde hacía horas por el paisaje árido del desierto mexicano. El viejo instructor, don Juan, se paraba de vez en cuando para reírse a carcajadas del aspecto confuso del aprendiz. Carlos Castaneda, desorientado, luchaba contra el sentimiento de humillación personal.

No sabía cómo comportarse delante de aquel maestro sorprendente que consideraba a la muerte como consejera, conversaba con el viento y enseñaba que la vida debe ser vivida minuto a minuto, si no queremos que 90 o 100 años se deslicen en un instante e inútilmente. Cuando la confusión del aprendiz llegó a su auge, la verdadera lección empezó. El viejo imprevisible dijo:

“Ahora nos importa perder la arrogancia. Mientras te sientas lo más importante del mundo, no puedes apreciar en verdad el mundo que te rodea”.

En seguida, don Juan se puso de rodillas en el suelo frente a una pequeña planta y dijo que conversaría con ella. La acarició y le habló con ternura en más de un idioma. Después le enseñó a Castaneda a conversar con las plantas del desierto “hasta perder todo sentido de importancia”.¹

¿Cuál era la intención de don Juan? Llevó al yo inferior de su aprendiz Castaneda a una crisis con el objetivo definido de que una “segunda atención” pudiese despertar, y el yo superior pasase a organizar la consciencia del discípulo.



Todas las religiones enseñan que el ser humano es dual: una parte de él es animal y muere; la otra parte es divina e inmortal.

Según la tradición esotérica, el camino de la sabiduría consiste exactamente en elevar el *foco de la consciencia* desde los niveles inferiores de vibración hacia los niveles superiores. Eso se produce gradualmente. Una sola vida no basta, y el alma inmortal reencarna tantas veces como sea necesario para alcanzar la meta. Ganando experiencia, poco a poco ella aprende a influenciar mejor su personalidad externa y física. Al inicio, eso parece imposible. Mucho más tarde, cuando el yo inmortal adquiere finalmente un dominio total sobre la naturaleza inferior, se libera del reino humano.

Cristo, Buda y otros seres que alcanzaron la perfección humana son, en verdad, pioneros y precursores. Muestran el camino al conjunto de almas de nuestra humanidad. Aun en nuestra etapa actual, en la que no faltan limitaciones, ya es posible oír la “voz del silencio”. Acallando las preocupaciones de corto plazo en relación consigo mismo, el ciudadano puede escuchar la voz de su conciencia y percibir que aquello a lo que llama “ángel de la guarda” personal es, sobre todo, un nombre más para designar al “yo superior”, también conocido como mónada y *Atma-Buddhi*.

Así pues, el significado profundo de la expresión “seguir el camino de Cristo” implica *seguir el camino del autoperfeccionamiento*. Una mera adoración devocional a la imagen de un Dios humano no basta. La tarea es promover una revolución personal en la que aprendamos a ver la vida y actuar en ella desde el punto de vista del alma inmortal, y no desde la perspectiva de la vida física, con sus perezas y comodidades, sus miedos y sus ambiciones.

Entre el yo inmortal y la personalidad externa, el foco promedio de la consciencia humana, al que llamamos “yo”, se eleva lentamente a medida que el alma gana sabiduría y experiencia. Sin embargo, saber eso no es suficiente. Lo decisivo es lo que se hace a partir del

¹ *Viaje a Ixtlán*, Carlos Castaneda, Fondo de Cultura Económica, Madrid, España, 1997, 365 páginas, pp. 47 y 48.

conocimiento de ese hecho. Elevar el foco de la consciencia es una tarea concreta que plantea problemas técnicos y cuestiones prácticas.

El mapa completo de la consciencia humana incluye siete grandes *principios* o niveles. En cada uno de ellos, el “yo” organizador de la consciencia tiene características diferentes. En la siguiente descripción, mantengo los nombres sánscritos porque tienen una vibración propia y son *mantras*. Vale la pena fijar bien estas palabras en nuestra mente.

El cuerpo físico, el primer principio, está hecho de carne y hueso. Su nombre es *Sthula-sharira*.

El segundo principio, *Prana*, es la vitalidad.

El tercer principio es *Linga-sharira*, e incluye los arquetipos y las estructuras kármicas sutiles dentro de las cuales fluye la vitalidad. La carga genética heredada de nuestros padres forma parte de las funciones del *Linga-sharira*. Pero él es mucho más que eso. Helena Blavatsky llama a este principio “doble astral”.² La acupuntura, la homeopatía y otras formas de medicina sutil trabajan con el segundo y tercer principios, esto es, la vitalidad, *Prana*, y los arquetipos energéticos, *Linga-sharira*.

El cuarto principio, *Kama*, es el centro de las emociones animales, del miedo, del amor con apego, del sentimiento de rechazo, de la pasión, de la búsqueda de seguridad.

Estos cuatro principios básicos forman el yo mortal. En el momento de la muerte, los tres primeros se disuelven completamente, y el cuarto principio va a la primera fase de la existencia posterior a la muerte, el *Kama-loka*.

El quinto principio es *Manas*, la mente, y es esencialmente dual. A veces se vuelve hacia abajo y se pone al servicio de los sentimientos y de la vitalidad animal (aun usando un vocabulario culto y hasta un discurso religioso), mientras que otras veces se vuelve hacia arriba, es iluminado por el alma inmortal y busca solamente la verdad, se comporta con altruismo y refleja la sabiduría eterna.

La parte concreta del quinto principio - que puede ser llamada *Kama-manas* - tiene un tipo de raciocinio que gira en torno a las preocupaciones personales, las opiniones, miedos y esperanzas. La parte superior del quinto principio es la mente abstracta, la inteligencia espiritual que ve la verdad sin distorsiones ni egocentrismo.

El sexto principio, *Buddhi*, es el centro del alma inmortal, la sede de la intuición espiritual y de la compasión universal. Para la mente iluminada por *Buddhi*, el mundo ya no es un desfile de hechos concretos, sensaciones, emociones y pensamientos. La intuición superior se sumerge directamente en la realidad primordial, porque está hecha de la misma realidad esencial presente en todas las cosas aparentemente distintas. En última instancia, es el principio búdico de la compasión y de la solidaridad el que da un sentido y un significado a nuestras pobres existencias personales.

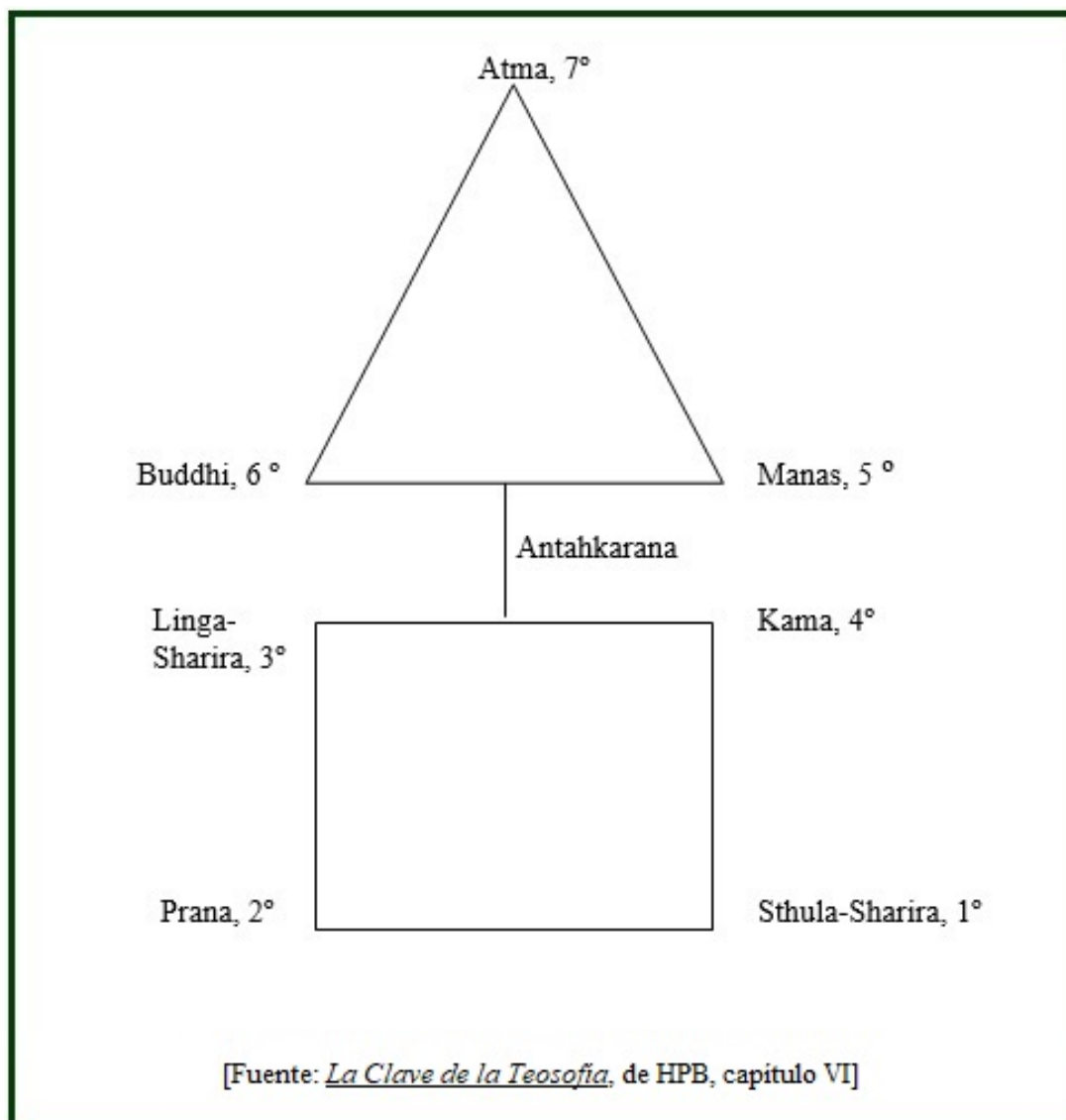
El séptimo principio es *Atma*, el todo, la realidad suprema misteriosamente presente en nosotros. Está hecho de la misma materia prima de la que está compuesta la ley que mantiene

² [*La Clave de la Teosofía*](#), de Helena Blavatsky, Editorial Teosófica Esperia, pp. 90-92.

las galaxias en movimiento, y es, al mismo tiempo, la fuente última de nuestra voluntad de actuar correctamente en cada situación de nuestra existencia personal.

Atma no es humano. Es una chispa del Absoluto y del Infinito. *Atma* nos conecta con la esencia del cosmos entero.

Los siete principios se dividen en dos grupos. Arriba, la tríada inmortal, formada por *Atma*, *Buddhi* y *Manas*. Abajo, el cuaternario mortal formado por *Sthula-sharira*, *Prana*, *Linga-sharira* y *Kama*. El vínculo dinámico entre estos dos sectores de nuestra estructura oculta es llamado *Antahkarana*. Véase la ilustración.



Entonces, ¿cómo podemos efectuar la gran tarea de elevar el foco de la consciencia hacia la tríada superior? **La clave central del proceso es el puente que une el yo mortal con el alma inmortal, y cuyo nombre sánscrito es *Antahkarana*.** En función de nuestro grado de evolución y nuestra actitud ante la vida, este puente puede ser más ancho o más estrecho, y también puede estar despejado u obstruido, en las diferentes situaciones concretas que vivimos.

Lo que nos hace humanos es precisamente esa tensión eléctrica y creadora entre la polaridad animal, negativa, y la polaridad divina, positiva, de la vida humana. Cuando más amplio sea *Antahkarana*, mayor será el contacto entre el cielo y la tierra dentro de nosotros.

El sentimiento de devoción por seres más evolucionados que nosotros es uno de los factores que estimulan ese intercambio entre el alma mortal y el alma inmortal. Los maestros espirituales de la humanidad son ejemplos prácticos del ideal de autoperfeccionamiento adoptado por el buscador de la verdad. Al mismo tiempo, la práctica del altruismo permite vencer la autoimportancia que nos impide comprender la verdad espiritual, como vimos arriba en el diálogo de don Juan y Castaneda.

Las diferentes religiones señalan diversas maneras de fortalecer el vínculo con el *yo inmortal*. El budismo enseña la estrategia del *noble camino óctuple*. Puedes tratar de mantener, en tu vida diaria, una actitud equilibrada que se expresa simultáneamente en ocho aspectos:

- 1) **Visión correcta de la vida:** ver el mundo como un campo de aprendizaje. Tener discernimiento.
- 2) **Pensamiento correcto:** observar la realidad objetivamente, sin las distorsiones provocadas por el miedo y la ilusión; dirigir el pensamiento hacia lo alto y no permitir que se disperse.
- 3) **Palabra correcta:** hablar sinceramente, sin mentiras, trucos o agresiones.
- 4) **Acciones correctas:** no hacer el mal, sino el bien.
- 5) **Medio de vida correcto:** tener una profesión útil y ejercerla con talento y equilibrio.
- 6) **Esfuerzo correcto:** vivir conscientemente a cada momento, sin caer en la pereza o en la agitación.
- 7) **Memoria correcta:** aprender del pasado para no repetirlo. Tener presentes la enseñanza espiritual y los preceptos de la sabiduría.
- 8) **Concentración correcta:** tener metas nobles y claras. Ordenar la vida de uno en función de ellas.

Las acciones, las emociones y los pensamientos deben fluir y organizarse en armonía creciente con la inspiración que surge en todo momento de la tríada inmortal y que ilumina el cuaternario inferior. En su definición más simple, *Antahkarana* es el puente que une la mente abstracta (*Buddhi-manas*) con la mente concreta (*Kama-manas*). Sin embargo, al mirar más profundamente vemos que *Antahkarana* incluye múltiples vínculos entre la tríada inmortal y el cuaternario básico. Cada uno de los principios está relacionado con todos los otros. Todos se influyen a todos, permanentemente, a través de la dinámica de sus vibraciones vitales. *Atma*, por ejemplo, tiene una relación especial con cada uno de los demás principios. Lo mismo ocurre con *Buddhi* y con *Manas*.

En el otro extremo, la autodisciplina física, por ejemplo, aumentará la vitalidad (*Prana*), mejorará el arquetipo sutil (*Linga-sharira*), purificará las emociones (*Kama*), volverá más claras las ideas (*Manas*) y permitirá manifestar mejor la voluntad de *Atma* y la compasión intuitiva de *Buddhi*. Y así sucesivamente: cada principio tiene una dimensión propia y otras seis dimensiones en las que interactúa con los otros seis principios.

A veces, la caminata espiritual implica un conflicto interno más severo para el buscador de la verdad que para el ciudadano común. En el alma del aprendiz tiene lugar la gran guerra entre la luz y la sombra. El campo de batalla es el yo inferior. Por un lado, luchan los sectores de nuestra personalidad mortal que son leales a la tríada inmortal. Por otro lado, los sectores de nuestra personalidad que gravitan alrededor de nuestra alma animal, y que están interesados principalmente en la pereza, el placer y el poder personal. Estos últimos frecuentemente se disfrazan con sentimientos o discursos espirituales, y usan motivos nobles como camuflaje. Por consiguiente, causan más sufrimiento e inducen al alma inmortal a cometer errores.

La guerra entre la luz y la sombra está llena de episodios imprevisibles e inesperados en que, por ejemplo, la virtud del coraje puede transformarse en imprudencia y, en el otro extremo, la virtud de la paciencia puede ser transformada en pereza. De este conflicto nace finalmente el discernimiento, es decir, la capacidad de distinguir lo verdadero de lo falso. El discernimiento - *viveka*, en sánscrito - es una de las claves que abren la puerta al cielo que hay en nuestro interior. Con él, cada una de las virtudes encuentra su punto de equilibrio, y los peligros de la exageración y de la prisa son superados al mismo tiempo que las otras formas de distorsión de la energía vital.

Para simplificar la práctica de la autoobservación en la búsqueda espiritual, creé un sistema de monitoreo de la acción de *Antahkarana*. Es una manera de saber, en cualquier momento, si el **punto hacia el cielo** está en plena acción o si enfrenta alguna obstrucción debida a sentimientos o pensamientos egoístas. El mecanismo medidor de *Antahkarana* que muestro a continuación es simple pero desafiador. Son doce ítems que indican si existe un bloqueo en la relación entre la personalidad y el yo superior. Cada uno de nosotros puede añadir otros puntos a la lista. La autoobservación hecha de acuerdo con esta hoja de ruta sugiere indicaciones sobre cómo proceder para fortalecer *Antahkarana*.

El Contacto Entre la Tríada y el Cuaternario

<i>Antahkarana</i> Bloqueado	<i>Antahkarana</i> Libre
1) Cuando hay un bloqueo en la relación con el yo superior, el individuo se siente personalmente bien cuando todo le parece fácil, y se siente mal cuando enfrenta dificultades.	1) Sin bloqueo, la persona se siente bien, y con una sensación de “acompañamiento interior”, independientemente de los altibajos circunstanciales.
2) El individuo es riguroso con los demás y generoso - o indulgente - consigo mismo.	2) El ciudadano es riguroso consigo y generoso con los demás. O, por lo menos, es tan riguroso consigo como con los demás.

<i>Antahkarana</i> Bloqueado	<i>Antahkarana</i> Libre
3) El ciudadano se entristece secretamente de la victoria de los colegas o amigos, y se siente íntimamente feliz por la derrota o el fracaso de ellos. Este síntoma es especialmente peligroso si el envidiado es otro buscador de la verdad espiritual.	3) El ciudadano se alegra (secretamente o no) de la victoria de los colegas y colabora sinceramente con ella. Él lamenta interiormente la derrota de los demás (sin desesperarse).
4) El individuo intenta obtener exclusivamente para sí la protección y la bendición divina.	4) El ciudadano busca ayudar a los demás en el camino de la vida, participando activamente en el plan evolutivo.
5) Él siente que ya ha comprendido muchas cosas, que lo que hace es muy significativo y que su talento no está siendo suficientemente reconocido. Tiene orgullo.	5) El individuo siente que es personalmente insignificante, porque mantiene delante de sí el ideal de perfección propuesto por los grandes instructores. Cuando obtiene una victoria, siente una <i>alegría anónima</i> . No cree en victorias o derrotas personales.
6) Habla de su propia “sabiduría” o insinúa que posee un gran conocimiento. Tiene aires de importancia. Tiende a despreciar sutilmente a los demás.	6) Con un vínculo pleno entre la personalidad y el yo superior, el individuo obedece la prohibición interna de hacer propaganda de sí mismo. Sabe que nadie es <i>propietario particular de nada que tenga un valor eterno</i> , y comprende, por tanto, que la sabiduría no le pertenece.
7) El individuo actúa guiándose por las apariencias y adaptándose a los estímulos y condiciones externos, porque es incapaz de oír claramente a su propia conciencia.	7) El ciudadano actúa a partir de la inspiración interior, preocupándose menos por las apariencias, y tiene coraje para desafiar a los comportamientos colectivos automáticos y basados en la intimidación y la comodidad.

<i>Antahkarana</i> Bloqueado	<i>Antahkarana</i> Libre
8) El ciudadano lucha por obtener poder personal en los frentes de trabajo y en las situaciones ya establecidas. Usa predominantemente el hemisferio cerebral izquierdo, que gira en torno al pasado.	8) Él abre nuevos espacios y frentes de trabajo, transforma situaciones viejas y sabe utilizar el hemisferio cerebral derecho, sede de la creatividad y de la consciencia espiritual.
9) Con bloqueo, el miedo a la muerte es tan grande que el tema es negado y relegado al subconsciente. Cerrando los ojos a la realidad, el ciudadano desperdicia el tiempo de que dispone.	9) El individuo valora cada momento porque sabe que una vida entera puede pasar rápidamente. Su mayor temor es vivir de modo incorrecto. Por eso evalúa regularmente su vida y ajusta sus prioridades.
10) Hay un exceso de confianza en el intelecto y una búsqueda de seguridad a través del apego a sus propias opiniones. Cuando es incapaz de estar en silencio, la mente concreta se apega a las palabras y procura sentirse propietaria particular de la verdad.	10) Sin bloqueo, el individuo aprovecha, sintetiza e incluye en su pensamiento las ideas de los demás, mientras tiene siempre clara la noción de sus propios valores y metas.
11) Si uno siente ansiedad al estar solo, en silencio, este es un síntoma de obstrucción. La convivencia ansiosa con los demás y las preocupaciones personales estimulan la mente superficial.	11) Uno se siente en paz cuando está en soledad y sabe que la vida espiritual es amiga del silencio. La vida profunda requiere de una existencia simple y pacífica, lo que le parece monótono solo a quien confunde <i>vida intensa</i> con <i>ruido</i> y <i>agitación</i> .
12) Quien solo come por gula se olvida momentáneamente del <i>yo superior</i> .	12) Comer con moderación y mantener una dieta equilibrada ayuda a mantener abiertas de par en par las puertas de la inspiración.

Los ejemplos del diagrama anterior pueden ser más numerosos. En cada fase de la vida humana hay diferentes oportunidades de ser leal (o desleal) a nuestra alma inmortal. Identificarlas es indispensable para alcanzar la paz interior. Sin embargo, hay un detalle técnico curioso sobre *Antahkarana* que es poco conocido, pero que vale la pena abordar ahora.

Normalmente, pensamos que los planos superiores de consciencia están “dentro” del individuo. Por lo tanto, *Atma* y *Buddhi* estarían en la cabeza y en el corazón. Eso es verdad solo en parte. Los cuerpos sutiles del hombre son todos mayores que su cuerpo físico, y, cuanto más sutiles y elevados, mayores son. *Antahkarana* constituye un vínculo de nuestros cuerpos más densos con la parte más externa y noble de nuestra aura. En realidad, *Atma* y *Buddhi* fluctúan sobre nuestras cabezas como aureolas invisibles. Además, las aureolas pintadas en los retratos de grandes santos y místicos simbolizan exactamente el despertar de *Atma-Buddhi* que ellos obtuvieron.

El maestro Koothoomi escribió lo siguiente en una carta dirigida al periodista inglés Alfred Sinnett, en agosto de 1882:

“... Ni *Atma* ni *Buddhi* estuvieron nunca *en* el hombre - pequeño axioma metafísico que puede usted estudiar con facilidad en Plutarco y Anaxágoras. (...) [*Plutarco*] enseñaba - basándose en la autoridad de Platón y de Pitágoras - que el *demonium* o (...) *nous* siempre se mantenía fuera del cuerpo; que flotaba y dominaba, por así decirlo, la parte extrema de la cabeza del hombre...”.³ Por lo tanto, los Mahatmas enseñan que no hay ningún principio eterno *dentro* del ser humano. Lo que hay *dentro* es la capacidad de percibir, de oír y de seguir la luz espiritual de *Atma* y *Buddhi*, que brilla *encima* de la cabeza humana.

No siempre es fácil ese contacto entre espíritu y materia. En el individuo promedio hay una fuerte *envoltura de preocupaciones consigo mismo*, hecha de materia emocional y mental, rodeando el cuerpo físico en los niveles inferiores del aura. Esta envoltura de *autoimportancia* - en términos de Castaneda - impide o dificulta la función básica de *Antahkarana*.

A pesar de las dificultades, nuestra vocación es la luz. Cada individuo humano es un resumen del universo y de la humanidad. Y, así como hay una *escalera de Jacob* o jerarquía de seres espirituales que unen el cielo y la tierra (Génesis, 28:12), también existe en cada ser humano una jerarquía de principios o niveles de consciencia que forma una escalera capaz de unir el cielo y la tierra.

Cuando se dice que lo adecuado para el ciudadano del siglo XXI es mantener la cabeza en el cielo y los pies en la tierra, se está diciendo, en cierto modo, que precisamos interconectar y armonizar nuestros niveles de consciencia, desde el más divino (*Atma*) hasta el más terrestre y físico (*Sthula-sharira*). Si no lo conseguimos al primer intento, como es muy probable que suceda, habrá tiempo para otros esfuerzos en el futuro. Sin embargo, desde ya, cada pequeño avance en el camino espiritual nos trae alivio y satisfacción a todos.

000

³ [*Las Cartas de los Mahatmas*](#), Editorial Teosófica, Barcelona, 1994, carta 127, p. 649.

El artículo “**El Puente Entre el Cielo y la Tierra**” es una traducción del portugués y ha sido hecha por Alex Rambla Beltrán, con apoyo de nuestro equipo editorial, del cual forma parte el autor. Publicación en español: 30 de setiembre de 2020. Texto original: “[A Ponte Entre Céu e Terra](#)”.

000

Participe del grupo “[Teosofía Iberoamericana](#)”, en Facebook, y estudie la teosofía clásica e intercultural enseñada por **Helena Blavatsky** (foto).



Acompañe nuestras páginas “[Teosofía en Español](#)” y “[Logia Independiente de Teósofos](#)”, en Facebook.

000