

## CAPÍTULO XXV

### DOMINIO SOBRE LAS EMOCIONES

El trabajo de compilar este libro será en vano, si el estudiante del mismo no se ha convencido de la necesidad de: primero, alcanzar el contralor de su cuerpo astral; en segundo lugar, de convertirlo gradualmente en un vehículo de la conciencia, obediente por completo a la voluntad del hombre real, o sea, el Ego; en tercer lugar, desarrollar y perfeccionar, a su tiempo, los diferentes poderes de dicho cuerpo.

El hombre mundano medio sabe muy poco, y se preocupa menos, de estas cosas; pero para el estudiante de ocultismo es de importancia fundamental que alcance pleno dominio sobre todos sus vehículos -físico, astral y mental-. Aunque para realizarlos y estudiarlos necesitamos separarlos y considerarlos individualmente, en la vida práctica veremos que, en buena medida, los tres cuerpos pueden ser entrenados simultáneamente; de manera que cualquier poder desarrollado en uno ayuda el desarrollo de los otros dos.

Hemos ya visto la necesidad de purificar el cuerpo físico, mediante la selección del alimento, de las bebidas y por la higiene, etc., al objeto de hacer menos difícil el contralor del cuerpo astral. El mismo principio se aplica, pero con mayor fuerza, al cuerpo mental; porque, en último extremo, sólo con el pensamiento y la voluntad podemos subyugar los deseos, las emociones y las pasiones del cuerpo astral.

Para muchos temperamentos será de gran ayuda el detenido estudio de la psicología de las emociones, por cuanto es mucho más fácil dominar una fuerza cuyo génesis y naturaleza se conoce plenamente.

A este fin, el autor recomienda muy encarecidamente el estudio de los principios expuestos en el luminoso tratado, "La Ciencia de las Emociones" por Bhagavan Das. La tesis principal de dicha obra podemos exponerla brevemente como sigue:

Toda existencia manifestada puede ser analizada como el Yo, el No-yo y la Relación entre los dos.

Podemos dividir la Relación en: 1. - Conocimiento (Gnyanam); 2. - Deseo (Ichcha); 3. - Acción (Kriya). Saber, desear y procurar o actuar comprenden toda la vida consciente. El sentimiento o emoción es de dos clases, placentero o doloroso. El placer que es fundamentalmente una sensación de plenitud, produce atracción, amor (raga); el dolor, fundamentalmente una sensación de falta, produce repulsión, odio (dvesha) .

De la atracción provienen todas las emociones de amor; de la repulsión proceden todas las emociones de odio. Todas las emociones surgen del amor, del odio, o de ambos, en grados variados de intensidad.

La naturaleza precisa de una emoción particular la determina la relación entre quien experimenta la emoción y el objeto que la motiva. Quien experimenta la emoción puede ser, en cuanto respecta a las circunstancias vinculadas a la emoción.

1. - Más que el objeto de ella; 2. - Igual al mismo; ó 3. - Menos que tal objeto.

Continuando este análisis, llegamos á seis posibles tipos de elementos-emoción, indicados en la columna 3 de la Tabla de la página siguiente. En la cuarta columna se indican subdivisiones de los elementos primarios, en varios grados de intensidad, siendo los más fuertes los de arriba y los más débiles los de abajo.

Todas las emociones humanas contienen uno de tales elementos-emociones, o más frecuentemente, dos o más de ellos combinados. Con lo dicho, dejamos al estudiante que estudie el tratado mencionado de Bhagavan Das, para ampliar los detalles de este tema, en la seguridad que su trabajo quedará bien recompensado.

Otra línea de estudio, valiosa para quienes aspiran a conocerse y dominarse a sí mismos, es la de la conciencia colectiva o de las multitudes. La mejor obra que el autor conoce sobre el tema es la de Sir Martín Conway, "The Crowd in Peace and War" (La Multitud en la Paz y en la Guerra).

Con maravillosa lucidez y riqueza de ilustraciones, Sir Martin demuestra los siguientes hechos fundamentales :

1. - La gran mayoría de los hombres se desarrollan en medio de, y pertenecen a, ciertos grupos psicológicos, o sea, grupos de personas que piensan y, sobre todo, sienten similarmente. Tales grupos son: el hogar, los amigos y asociados, las escuelas y universidades, las profesiones, las sectas religiosas, los partidos políticos, las naciones, las razas, etc. Hasta los que leen los mismos periódicos, o pertenecen a una misma sociedad forman un grupo psicológico.

Relación hacia	el objeto		
Cualitativa 1	Cuantitativa 2	Elemento-emoción Primario 3	Grados de emoción 4
<b>AMOR al</b>	Superior	<b>Reverencia</b>	Culto Adoración Reverencia Estima Respeto Admiración
	Igual	<b>Afecto</b>	Afecto Camaradería Amistad Cortesía
	Inferior	<b>Benevolencia</b>	Compasión Ternura Bondad Lástima
<b>ODIO al</b>	Superior	<b>Temor</b>	Horror Terror Temor Aprensión
	Igual	<b>Ira</b>	Hostilidad Rudeza Aversión Frialdad Distanciamiento
	Inferior	<b>Orgullo o tiranía</b>	Desprecio Desdén Menosprecio Arrogancia

2. - Tales grupos se forman principalmente atraídos o dominados por sentimientos y emociones, no por el pensamiento.

Una multitud siente todas las emociones, pero no tiene intelecto; puede sentir, pero no pensar. Las opiniones del grupo o de la multitud nunca, o rara vez, se forman razonando; sino que son pasiones infecciosas, que recorren el entero cuerpo como una

corriente eléctrica, cuyo origen es frecuentemente un solo cerebro. Una vez que la idea u opinión prende en la multitud, el individuo pierde rápidamente su poder de pensar y sentir de por sí, y deviene uno con la multitud, participando de la vida, opiniones, prejuicios, actitudes, etc. de la misma.

3. - Muy pocos tienen el coraje de separarse de los diversos grupos a que pertenecen; la inmensa mayoría permanece toda su vida bajo el dominio de los grupos en que están: absorbidos.

Sir Martín procede a enumerar y describir las distintas virtudes del grupo, y muestra en qué difieren de las virtudes del individuo; siendo las del grupo, en conjunto, de orden muy inferior y más primitivas.

a) El Cabecilla de la Multitud. Este es el que domina y dirige la multitud, imponiendo en ella sus ideas, en virtud de la fuerza de su personalidad. Ejemplos de este tipo son: Napoleón, Disraeli, César y Carlomagno.

b) El Exponente de la Multitud. Este tipo, enteramente distinto del anterior, es uno que siente, por sensibilidad natural, lo que la multitud siente, o va a sentir, y sabe expresar en lenguaje preciso y gráfico, las emociones de la multitud, que en ésta son inarticuladas. Estos individuos rara vez razonan sobre los problemas, para luego proclamar su evangelio; sino que esperan que las emociones de la multitud tomen forma; luego se lanzan en medio de ella y expresan con elocuencia, fuerza y entusiasmo lo que la gente que los rodea siente vaga y confusamente. Los ejemplos de esta clase son muy comunes, especialmente en el campo político.

c) El Representante de la Multitud. Los dirigentes de multitudes de este tipo son figurones pintorescos, más que fuerzas individuales. Ejemplos típicos son un rey constitucional, un cónsul, un embajador, un juez (a lo menos en Inglaterra). Estos son meramente "el pueblo", la "opinión pública" personificados; hablan con la voz del pueblo, actúan en nombre de éste, y lo representan ante el mundo. Han de reprimir u ocultar sus opiniones personales, aparentar sentir lo que el pueblo siente, actuar de acuerdo con los deseos y sentimientos del pueblo.

Lo que antecede es sólo un mero esbozo de los principios más importantes, enunciados en el extraordinario libro mencionado, cuyo detenido estudio recomendamos. No sólo ayudará al estudiante a apreciar con justeza las fuerzas que mueven a la "opinión pública", sino también a valorizar debidamente sus propias creencias, opiniones y actitudes personales con respecto a muchas cuestiones del día.

Es igualmente de la mayor importancia que el estudiante de ocultismo actúe sobre sus pensamientos y sentimientos deliberada y conscientemente. La sentencia griega: "Conócete a ti mismo", es un excelente consejo, porque el conocimiento de uno mismo es absolutamente necesario para quien aspire a progresar. El estudiante no ha de permitir ser arrastrado, ni quedar sumergido en una emoción o forma de pensamiento colectivos, los cuales crean una especie de atmósfera, a través de la cual se ven todas las cosas, que todo lo colorea y que tan manifiestamente domina e inclina a las multitudes entre las que uno se mueve. No es cosa fácil ponerse en contra de un prejuicio popular, debido al incesante martilleo de formas mentales y a las corrientes de pensamientos que llenan la atmósfera; no obstante, el estudiante de ocultismo ha de aprender a mantenerse firme. Además, ha de ser capaz de reconocer los diversos tipos de dirigentes de multitudes y no permitir ser dominado, persuadido o halagado a aceptar ideas, o seguir líneas de acción, sin la debida reflexión y con todas sus facultades alerta.

La influencia de las multitudes psicológicas y de los cabecillas de multitudes es, en el mundo de hoy, como probablemente lo ha sido en todas las épocas, muy grande; las fuerzas que manejan son sutiles y de gran alcance, de manera que el estudiante, que

trata de adquirir el dominio de sí mismo y desea regir su propia vida emocional e intelectual, ha de estar constantemente en guardia contra tan insidiosas influencias.

El autor es de opinión que el estudio de "La Ciencia de las emociones" y de "La Multitud en la Paz y en la Guerra" será de valor inapreciable como preliminar para la tarea de educar y desarrollar el cuerpo astral, hasta convertirlo en un útil y obediente servidor de la voluntad soberana del Ego.

Se recomienda, además, muy especialmente otra línea de estudio, o sea, la mente subconsciente, a la que se llama hoy "el subconsciente". A este fin se recomienda como introducción al tema, la obra de T. J. Hudson, "The Law of Psychic phenomena". (La Ley de los Fenómenos Psíquicos) .

Al estudiar este libro, se ha de tener presente que fue escrito en 1892. A la luz de los conocimientos de la época presente, no es necesario aceptar enteramente el análisis, la clasificación y la terminología de Hudson. No obstante, la obra es todavía de gran valor; primero, porque recomienda un sano escepticismo científico y no aceptar demasiado fácilmente explicaciones, aparentemente plausibles, de muchos fenómenos psíquicos; en segundo lugar, pone de manifiesto, con gran fuerza, las grandes posibilidades latentes en la parte subconsciente de la naturaleza humana, que el estudiante cuidadoso y discreto puede utilizar con beneficio considerable para dominar su propio cuerpo astral y, en general, para purificar y formar su propio carácter. Existen naturalmente muchos libros más modernos que ayudarán al estudiante.

Hudson declara en resumen:

1 Que la mentalidad del hombre es claramente divisible en dos partes, cada una con sus poderes y funciones separadas. A estas las llama: Mente Objetiva y Mente Subjetiva.

2 Que la mente objetiva es la que toma conocimiento del mundo objetivo, utilizando como medio de observación a los sentidos físicos, siendo el razonamiento la más elevada de sus funciones.

3 Que la mente subjetiva toma conocimiento del medio ambiente por medios independientes de los sentidos físicos. Es el asiento de las emociones y el depósito de la memoria. Ejecuta sus funciones más elevadas cuando los sentidos objetivos están paralizados; por ejemplo, en estado hipnótico o de sonambulismo. Muchas otras facultades, atribuidas por Hudson a la mente subjetiva, son claramente las del cuerpo astral; por ejemplo, viajar a largas distancias, leer el pensamiento, etc.

Además, aunque la mente objetiva no puede ser controlada por "sugestión" en contra de la razón, del conocimiento positivo, o de la evidencia de los sentidos, la mente subjetiva es constantemente dominada por el poder de sugestión, sea de otras personas o de la mente objetiva del mismo sujeto.

Con la ayuda del conocimiento moderno, que poseemos con respecto a los cuerpos astral y mental y sobre la naturaleza y utilización de las formas de pensamiento y de emoción, el estudiante encontrará muchas confirmaciones interesantes e independientes de lo que haya aprendido de los escritores teosóficos; como ya se ha dicho, se dará mejor cuenta de los poderes, virtualmente ilimitados, latentes en su propia constitución psicológica, los cuales podrá emplear de acuerdo con las indicaciones de ocultistas acreditados; como, por ejemplo, la meditación. Es posible, también, que comprenda más vívidamente que antes, cómo el deseo y la mente están entreligados y cómo puede desligarlos con gran beneficio y fortalecimiento de cada uno.

Se ha de tener siempre presente que el deseo se puede cambiar, y finalmente dominar, por medio del pensamiento. A medida que la mente afirma su contralor, el deseo se transmuta en voluntad; entonces no gobiernan los objetos externos, que atraen o repelen, sino el Ego del hombre, el Regente interno.

No es necesario decir que el estudiante ha de procurar dominar y eliminar ciertos defectos menores, tales como debilidades y vicios emotivos. En esta tarea, se ha de tener en cuenta que un vicio como la irritabilidad, por ejemplo, se ha hecho hábito por ceder al mismo, y que se mantiene, no en el Ego, como cualidad inherente, sino en el átomo astral permanente.

Sin embargo, aunque la fuerza acumulada allí sea mucha, se puede afirmar, con toda certeza, que la perseverancia en el esfuerzo para transmutarla traerá la victoria. De parte del Ego está la fuerza de la voluntad, y detrás de ésta la fuerza infinita del mismo Logos. La comprensión de esta idea de unidad da al hombre motivo adecuado para emprender la obra, indudablemente difícil, ya veces desagradable, de formar su carácter. No obstante, por fuerte que sea la lucha, como tiene de su parte las fuerzas del Infinito, ha de sobreponerse finalmente a las fuerzas finitas del mal, que ha almacenado durante sus vidas pasadas.

Uno que trata de matar el deseo, a fin de equilibrar su karma, puede que consiga su objeto. Sin embargo, no puede eludir la ley de evolución, y más pronto o más tarde, será arrastrado de nuevo por presión irresistible y tendrá que reencarnar. Matar el deseo no es el procedimiento del ocultista.

Los amores personales no hay que matarlos, sino que hay que expandirlos hasta que se hagan universales; los amores hay que nivelarlos, no rebajarlos. Por no comprender esto, y a causa de lo difícil de la tarea, muchos sofocan todos sus amores, en vez de expandirlos para abarcar al mundo. Un Mahatma es un océano de compasión, no un témpano de hielo. Tratar de matar al amor es el método del sendero de la izquierda.

Sin embargo, es necesario anular completamente los deseos bajos y groseros; lo que quede se ha de purificar y transmutar en aspiración y determinación. Desear es un desperdicio de fuerza; el ocultista lo transforma en voluntad; porque ésta es el aspecto elevado del deseo.

También se ha dicho que hay que matar la forma lunar; es decir, el cuerpo astral. Esto no quiere decir que se hayan de destruir todos los sentimientos y emociones, sino que el cuerpo astral ha de ser sometido completamente; que hemos de ser capaces de matar la forma lunar a voluntad. A medida que el hombre se desenvuelve, unifica su voluntad con la del Logos, y el Logos quiere la evolución. No hay para que decir que tal unificación elimina de inmediato deseos tales como ambición, deseo de progreso y otros por el estilo.

La Voz del Silencio nos advierte que, oculta en cada flor del mundo astral, por bella que sea, está rosca da la serpiente del deseo. En el caso del afecto, por ejemplo, se ha de trascender todo lo que signifique sujeción; pero los afectos elevados, desinteresados y puros no se pueden trascender, por cuanto son característicos del Logos mismo, y son cualidad necesaria para avanzar en el sendero, que conduce a los Maestros y a la Iniciación.