

CAPÍTULO IX

VIDA DE SUEÑO

La causa real del sueño parece ser que los cuerpos se cansan uno del otro. En el caso del cuerpo físico, no sólo los esfuerzos musculares, sino también cada pensamiento y cada sentimiento, causan ciertos ligeros cambios químicos. Un cuerpo sano trata siempre de contrarrestar tales cambios, pero nunca lo consigue del todo mientras está despierto. En consecuencia, cada pensamiento, sentimiento y acción ocasionan una ligera, casi imperceptible, pérdida, el efecto acumulativo de las cuales dejan, con el tiempo, al cuerpo físico completamente agotado para pensar o trabajar. En algunos casos, bastan unos momentos de sueño para recuperarse, lo cual es obra del Elemental físico.

En cuanto al cuerpo astral, éste se cansa muy pronto del pesado trabajo de mover las partículas del cerebro físico; por lo que necesita estar separado de éste, durante largo rato, a fin de recuperar fuerzas con las cuales reanudar su cansadora tarea.

No obstante, en su propio plano, el cuerpo astral es incapaz de sentir fatiga, puesto que se dan casos en que ha trabajado incesantemente durante veinticinco años, sin mostrar signos de agotamiento.

Aunque la emoción excesiva, mantenida por largo tiempo, cansa al hombre muy pronto en la vida ordinaria, no es el cuerpo astral el que se fatiga, sino el organismo físico por cuyo medio la emoción se expresa o experimenta.

Algo similar ocurre con el cuerpo mental. Cuando hablamos de fatiga mental, es en realidad un error, porque lo que se cansa es el cerebro y no la mente. Nada hay que fatigue a la mente.

Al dejar el hombre su cuerpo físico en sueño (o al morir), la presión de la materia astral que lo rodea (lo cual quiere decir, en realidad, la fuerza de gravedad del plano astral) hace que otra materia de la misma clase ocupe inmediatamente el espacio dejado vacío. Tal contraparte astral es una copia exacta, en cuanto a la distribución se refiere, del cuerpo físico; no obstante, no tiene vinculación con el mismo ni se la puede utilizar como vehículo. Es meramente una concurrencia fortuita de partículas de materia astral adecuada disponible. Al volver el verdadero cuerpo astral, éste desaloja al temporario sin la menor oposición.

Esta es una de las buenas razones para escoger con cuidado el ambiente en donde uno duerme; porque si el ambiente es malo, el cuerpo físico puede ser envuelto, mientras el astral verdadero está ausente, por materia astral inconveniente y dejar tras sí influencias que reaccionen desagradablemente sobre el hombre real a su regreso.

Al dormirse, los principios superiores del hombre se retiran, con el cuerpo astral, del cuerpo físico; el denso y etérico permanecen en el lecho; el astral flota en el aire sobre ellos. Por tanto, mientras duerme, el hombre simplemente emplea al cuerpo astral en vez del físico; sólo el cuerpo físico duerme, no necesariamente el hombre mismo.

De ordinario, el astral, separado del físico, conserva la forma de éste; de manera que la persona es conocida en el astral por quien la conozca físicamente. Esto se debe a que la atracción entre las partículas astrales y las físicas continúa durante toda la vida física, y establece, en la materia astral, un hábito o impulso que se mantiene, aunque estén separadas temporalmente durante el sueño.

Por esta razón, el cuerpo astral de una persona durmiendo se compone de una porción central, que corresponde al cuerpo físico, relativamente denso, y una aura envolvente relativamente sutil.

En un hombre muy poco desarrollado, por ejemplo, un salvaje, puede que el cuerpo astral esté tan dormido como el físico, por cuanto su conciencia astral es muy limitada; es también incapaz de alejarse de la vecindad inmediata del cuerpo físico dormido. y si se tratara de alejarlo en su cuerpo astral, el físico probablemente despertaría aterrorizado.

El astral de un hombre así es una masa casi sin forma, una masa nebulosa flotante, de forma algo ovoide, pero muy irregular y de delineamiento indefinido; las facciones y el perfil de la forma interior (la contraparte astral densa del cuerpo físico) son también borrosos e imprecisos, pero siempre reconocibles.

Un hombre de tipo tan primitivo utiliza su cuerpo astral, mientras despierto. enviando a través del mismo corrientes mentales al físico. Pero durante el sueño el cerebro físico está inactivo; como el astral no está desarrollado, es incapaz de recibir impresiones por su propia cuenta; de manera que el hombre está prácticamente inconsciente, por cuanto no puede expresarse claramente por medio de un astral mal organizado.

Los centros de sensación de tal cuerpo pueden ser afectados por formas de pensamiento transeúntes. y pueden responder al estímulo que excite a la naturaleza inferior. Pero la impresión que produce al observador es de soñolencia y vaguedad, pues careciendo de actividad precisa. el astral flota sobre la forma física que duerme. De consiguiente, en una persona sin desenvolvimiento, los principios superiores, es decir. el hombre mismo, están tan dormidos como el cuerpo físico.

En algunos casos. el astral está menos aletargado, flota soñoliento arrastrado por diversas corrientes astrales, reconoce ocasionalmente a otros en condición similar y tiene experiencias de toda clase, placenteras y desagradables. aunque muy confusas y con frecuencia transformadas en grotescas caricaturas. (Véase Cap. X. Sueños).

El hombre, al despertar por la mañana, quizá piense que ha tenido un maravilloso sueño. El caso del hombre más evolucionado es muy diferente. La forma interna es la reproducción, mucho más precisa y definida, de la apariencia del físico. En vez del aura nebulosa alrededor, se ve 'una forma ovoide bien perfilada, que conserva su delineamiento preciso en medio de las diversas corrientes que constantemente revolotean a su alrededor en el plano astral.

Tal hombre no está. en manera alguna, inconsciente en su cuerpo astral, sino pensando muy activamente. No obstante, puede ocurrir que, como el salvaje, tampoco se de cuenta de cuanto lo rodea. No porque no pueda ver, sino porque lo envuelve su propio pensamiento de que no ve; aunque podría si quisiera. Cualesquiera hayan sido los pensamientos que han ocupado la mente del hombre durante el día, por lo general, los mantiene al quedar dormido, de manera que está rodeado de una muralla, construida por él mismo, tan densa, que no observa nada de lo que ocurre fuera de ella. Ocasionalmente un violento impacto de afuera, o un fuerte deseo de adentro, puede rasgar la cortina de niebla y permitirle recibir alguna impresión precisa. Pero aún así, la niebla se espesa nuevamente casi en seguida y continúa soñando como antes.

Tratándose de un hombre más evolucionado que el anterior, al quedar dormido el cuerpo físico. el astral se separa y el hombre queda plenamente consciente. El cuerpo astral está claramente delineado y bien organizado; es la imagen del hombre que éste puede utilizar como vehículo, mucho más cómodo que el físico.

En este caso, la receptividad del astral es mayor y puede responder instantáneamente a todas las vibraciones de su plano, a las finas lo mismo que las groseras; sólo que el cuerpo astral de una persona muy altamente evolucionada no contendrá naturalmente, materia capaz de responder a las vibraciones groseras. Una persona así está plenamente despierta, trabaja mucho más activamente, con más precisión y con mayor poder y

comprensión, que mientras estaba confinado en el vehículo físico denso. Además puede moverse libremente con extraordinaria rapidez a cualquier distancia, sin causar la menor perturbación en el cuerpo físico que duerme. Puede reunirse y cambiar ideas con amigos, sean encarnados o des encarnados, que estén como él despiertos en el plano astral puede encontrar personas más evolucionadas que él y recibir de éstas consejos e instrucción; o puede prestar servicios a otros menos avanzados. Puede ponerse en contacto con entidades no humanas de diversas clases. (Véanse los Capítulos XX y XXI, Entidades Astrales) ; también se verá sometido a influencias astrales de toda clase, buenas y malas, fortalecedoras o aterradoras.

Puede también trabar amistad con gentes de otras partes del mundo; puede dar y escuchar conferencias; si es estudioso, puede conocer a otros estudiosos y, gracias a las facultades adicionales que proporciona el plano astral, podrá resolver problemas que ofrecen dificultades en el mundo físico.

Un médico, por ejemplo, puede, durante el sueño, visitar a enfermos en los que esté especialmente interesado. Podrá así adquirir nueva información, que recibirá, una vez despierto, como una especie de intuición.

Una persona de gran desenvolvimiento, como tiene el cuerpo astral completamente organizado y vitalizado, puede utilizarlo como vehículo de conciencia en el plano astral, lo mismo que utiliza el denso en el plano físico.

Como el mundo astral es el verdadero mundo de la pasión y de la emoción, los que se dejan dominar por ellas, las sienten allí con una fuerza y una agudeza que felizmente son desconocidas en la tierra. Gran parte de la energía de una emoción se pierde al pasar del astral al físico; pero en el mundo astral se manifiesta en toda su fuerza. De ahí que en dicho mundo la devoción y el afecto se sienten con mucha mayor intensidad que en el mundo físico; similarmente ocurre con el sufrimiento, el cual se siente en el astral con intensidad incomprensible en el físico.

En cambio, en el mundo astral, el dolor y el sufrimiento son voluntarios y están bajo dominio absoluto, de manera que, para quien comprende esto, la vida allí es mucho más fácil. Dominar el dolor físico con la mente es posible, pero extraordinariamente difícil; pero en el astral cualquiera puede acabar en un instante con el sufrimiento, causado por una fuerte emoción. El hombre no tiene más que ejercitar su voluntad y la pasión se desvanece en el acto. Esta afirmación parecerá sorprendente, pero es así; tal es el poder de la voluntad y de la mente sobre la materia.

Haber alcanzado plena conciencia en el plano astral es indicación de gran progreso. Una vez que el hombre salva el vacío entre la conciencia física y la astral, ya no hay para él día y noche, pues su vida no tiene solución de continuidad. Para una persona así, ni siquiera existe la muerte, tal como la entendemos; puesto que su conciencia es continua no sólo de día y de noche, sino también al pasar por el portal de la muerte, y hasta el fin de su vida en el plano astral, como veremos al tratar de la vida después de la muerte.

Trasladarse de una parte a otra en el mundo astral no es cuestión instantánea; pero es tan rápido que se puede decir que, prácticamente se ha conquistado el tiempo y el espacio; porque se atraviesa éste tan rápidamente que las divisiones territoriales son casi como si no existieran. En dos o tres minutos se puede dar la vuelta al mundo.

Toda persona avanzada y culta de las razas superiores de la humanidad, tiene ya plenamente desarrollada la conciencia del cuerpo astral y es perfectamente capaz de utilizar éste como vehículo, aunque, en muchos casos, no lo hace por no haber hecho el esfuerzo preliminar necesario, al objeto de formar el hábito.

La dificultad de muchas personas no está en que el cuerpo astral no pueda actuar. sino en que, durante miles de años, tal cuerpo se ha acostumbrado a actuar únicamente impulsado por impresiones recibidas por mediación del cuerpo físico; de manera que las

personas no se dan cuenta de que el cuerpo astral puede actuar en su propio plano y por propia cuenta, y que la voluntad puede actuar directamente sobre el mismo. Las gentes se mantienen "dormidas" astralmente, porque esperan sentir las vibraciones físicas, a que están acostumbradas, para entrar en actividad astral. Se puede decir, por tanto, que están en el plano astral, pero no son conscientes del mismo, o lo son de manera muy vaga.

Una vez que un hombre es discípulo de algún Maestro, usualmente despierta de su condición soñolienta en el plano astral y se da cuenta de cuanto le rodea, de manera que sus horas de sueño ya no están en blanco, sino dedicadas a activas y útiles ocupaciones, sin que ello perjudique el saludable reposo del cuerpo físico cansado.

En el Capítulo XXVIII, al tratar de los Auxiliares Invisibles, nos ocuparemos más extensamente del trabajo cuidadosamente planeado y organizado del cuerpo astral. Podemos decir, sin embargo, que mucho antes de alcanzar a tal categoría, se puede hacer y se hace constantemente mucha obra. El hombre que se duerme con la firme intención en su mente de desarrollar algún trabajo determinado, seguramente irá y procurará poner en práctica su intención, tan pronto como se sienta libre del cuerpo físico en sueño. Pero una vez cumplida la obra, es probable que la nube de sus propios pensamientos lo envuelva, salvo que se haya acostumbrado a iniciar nuevas líneas de acción, cuando actúa separado de su cerebro físico. En algunos casos, como es natural, el trabajo emprendido le ocupará durante todas las horas de sueño, de manera que se esforzará todo lo más que su desenvolvimiento astral permita.

Uno debiera decidir cada noche hacer algo útil en el plano astral; algo así como consolar y ayudar a alguien que esté en dificultades; utilizar la voluntad para dar fuerza a algún amigo débil o enfermo; calmar a alguien excitado o desesperado, o cualquier otra clase de servicio. El éxito de tales obras es seguro en alguna medida; si el servidor se fija un poco, con frecuencia tendrá indicios en el mundo físico de los resultados obtenidos.

Se conocen cuatro maneras de "despertar" a la actividad auto-consciente en el cuerpo astral, a saber:

1 - El curso normal de la evolución, el cual, aunque lento es seguro.

2- El hombre, una vez que ha aprendido los hechos del caso, llega a ser consciente, gracias al esfuerzo constante y persistente requerido para despejar las nieblas desde adentro y vencer gradualmente la inercia a que está acostumbrado. Para esto, la persona, antes de dormirse, ha de decidir probar, en cuanto deje al físico, despertar en el cuerpo astral, ver algo y realizar algún trabajo útil. Esto, naturalmente es nada más que apresurar el proceso de la evolución. Es conveniente, sin embargo, que, antes de hacer esto, la persona haya desarrollado lo que se llama "sentido común" y las cualidades morales. Esto por dos razones; primero, para no hacer mal uso de los poderes así adquiridos; segundo, para no verse dominado por el terror ante fuerzas que ni puede entender ni dominar.

3 - Por accidente, o por el empleo ilegal de ceremonias mágicas, se puede rasgar el velo, que nunca podrá cerrar de nuevo.

Casos como éste se encontrarán descritos en: "UNA VIDA EMBRUJADA" por H. P. Blavatsky, y en "ZANONI" de Bulwer Lytton.

4- Un amigo puede actuar desde afuera sobre la concha cerrada, que rodea al hombre, y gradualmente despertarlo a las posibilidades superiores. Esto, sin embargo, nunca ocurrirá, salvo que el amigo esté muy seguro de que el hombre a despertar posee el valor, la devoción y demás cualidades para realizar un trabajo útil.

La necesidad de auxiliares en el plano astral es tan grande, que los aspirantes pueden estar seguros de que no tendrán que esperar ni un minuto a que los despierten, en cuanto estén debidamente preparados. Se puede agregar que hasta un niño, que despierte en el

plano astral, desarrolla su cuerpo astral tan rápidamente que muy pronto ocupará una posición no muy inferior a la de un adulto y será, naturalmente, mucho más útil que el hombre más sabio no despertado todavía. Sin embargo, a no ser que el Ego, que se expresa por medio del cuerpo niño, posea las condiciones requeridas, es decir, una disposición decidida pero caritativa. y lo haya puesto de manifiesto en vidas anteriores, ningún ocultista asumiría la grave responsabilidad de despertarlo en el plano astral. Cuando es posible despertar a niños de esta manera, con frecuencia resultan trabajadores muy eficientes en dicho plano y se entregan a este trabajo con gran devoción y entusiasmo.

Cabe decir, también, que es relativamente fácil despertar a una persona en el plano astral, pero es prácticamente imposible, hacerlo dormir de nuevo, salvo que se emplee influencia mesmérica, lo cual no es en manera alguna recomendable.

Se ve, pues, que la vida del hombre tanto dormido como despierto es, en realidad, no más que una; mientras dormimos, nos damos cuenta de ello en el plano astral y tenemos memoria de ambos estados; es decir que la memoria astral incluye la física; pero esta última no siempre incluye el recuerdo de las experiencias en el mundo astral.

El fenómeno de andar en sueños (sonambulismo) se puede producir, al parecer de varias maneras distintas, a saber;

1 - Puede que el Ego sea capaz de actuar más directamente sobre el cuerpo físico mientras los vehículos mental y astral están ausentes. En casos de esta naturaleza, la persona será capaz de escribir versos, pintar cuadros, etc., y de otras cosas fuera de su capacidad ordinaria mientras despierto.

2 - El cuerpo físico puede que actúe automáticamente a fuerza de hábito sin contralor de parte del hombre mismo.

Ejemplos de esto son los sirvientes que se levantan de noche y encienden fuego o ejecutan otros quehaceres domésticos, a que están acostumbrados; en estos casos el cuerpo físico durmiente ejecuta. en cierta medida, la idea dominante en la mente antes de quedar dormido.

3 - Una entidad ajena, encarnada o desencarnada, puede apoderarse del cuerpo dormido y utilizarlo con algún propósito.

Esto es más probable en el caso de una persona de condición medianímica, cuyos cuerpos están flojamente unidos y, por lo tanto, son fácilmente separables.

En personas normales, sin embargo, al dejar el astral al físico, durante el sueño, éste no queda expuesto a obsesión, por cuanto el Ego siempre mantiene estrecha conexión con su cuerpo y acudirá prontamente al menor intento.

4- Una condición completamente opuesta puede tener un resultado similar. Cuando los principios o cuerpos están más estrechamente unidos de lo corriente, el hombre, en vez de alejarse en su cuerpo astral únicamente, se llevará también el físico, por cuanto no estará totalmente desprendido del mismo.

5- El sonambulismo está, probablemente, vinculado también al complejo problema de las diversas clases de conciencia en el hombre que, bajo circunstancias normales, no se pueden manifestar.

En estrecha relación con la vida de sueño está la condición de trance, el cual no es más que el estado de sueño artificial anormalmente inducido. Los mediums y los sensitivos fácilmente pasan del físico al cuerpo astral, de ordinario inconscientemente. El cuerpo astral, entonces, puede llenar sus funciones, tales como recorrer largas distancias. reunir impresiones de cuanto le rodea y traerlas al cuerpo físico. En el caso de un médium, el cuerpo astral puede describir tales impresiones mientras el físico se mantiene en trance; pero, en general, una vez que el médium sale del trance, el cerebro no retiene las impresiones recibidas, por lo tanto, no tiene el más mínimo recuerdo de las experiencias

adquiridas. En ocasiones, aunque rara vez, el astral puede hacer una impresión duradera en el cerebro, de manera que el médium recordará el conocimiento adquirido en estado de trance.