

## Sesión 72: Nidra Conclusión & Smriti Vrutti Comienzo

Namaskar. Bienvenidos a esta nueva sesión. Hemos estado tratando con *nidra vrutti*. Y hacia el final de la última sesión, hablé de la creación misma. Conocemos solo una creación que nos rodea. Solo conocemos una creación de la que habla la ciencia moderna. Que este es un universo sin límites, que se expande durante unos quince, dieciséis, miles de millones de años luz y sigue creciendo. Y luego contiene esos miles de millones y billones de estrellas. Muchas nebulosas, muchas galaxias, estamos en la Vía Láctea, tenemos un sistema solar, y tenemos la tierra en el sistema solar. Y luego, en el planeta hay cinco continentes y en uno de los continentes, en uno de los países de ese continente, y en una de las ciudades de ese país, en una localidad de esa ciudad, residimos.

Se trata de esta creación física. La ciencia moderna no habla de nada más allá de la creación física. Pero, en el misticismo y las filosofías orientales, definitivamente se mencionan otras creaciones. Las otras creaciones significan la creación sobre, aparte de una que conocemos y podemos estar conociendo, y sobre la que podemos inferir en nuestro estado de vigilia. Un estado de vigilia es solo uno de los estados de consciencia.

También hay otros estados de consciencia. Y, por lo tanto, como decimos, un estado de vigilia, un estado de consciencia del sueño, y luego un estado de consciencia inactivo, y luego el cuarto estado de consciencia, *turiya-avastha*.

Así que, hay creaciones en otros, o para otros, estados de consciencia. Esta creación física no permanece, aunque está muy a nuestro alrededor, no permanece para nosotros, no tiene importancia para nosotros, cuando estamos profundamente dormidos.

Y luego, en el estado de consciencia de sueño, esta creación física, la creación física manifiesta, la creación física tangible, no tiene sentido. Tenemos una creación similar que tiene lugar en el estado de los sueños.

Podemos ver un elefante en un zoológico, podemos ver un elefante en un safari mientras estamos en el bosque, podemos ver un elefante real. Pero entonces, ¿qué pasa con el elefante que vemos en sueños? ¿De qué mundo es ese? ¿Es del mundo biológico? ¿Es del mundo zoológico? Sin embargo, vemos ese elefante.

Entonces, el material de ese elefante es totalmente diferente. El material de ese elefante es tu consciencia. El material del elefante exterior, el elefante físico, el elefante real, la especie, la especie viva, en forma de elefante, su material es su cuerpo, la materia corporal. Mientras que este elefante en sueños, no tiene piel, carne, músculos, huesos, tejidos, sangre, etc., etc. Sin embargo, hay un elefante.

En el misticismo se habla de *svapna srishti*, creación en el sueño. La creación de la consciencia del sueño. Toda la creación de la consciencia del sueño es totalmente diferente a la consciencia física. Puedes ver un loto, puedes ver una rosa, puedes ver a una persona, puedes ver una criatura, puedes ver montañas y ríos y, ¿qué no en sueños? pero no son del mismo material.

En realidad, son efectos de luz. Como estás al tanto de estos espectáculos de láser. Podrías haber asistido a algunos de los espectáculos de láser. Pues esto es una especie de espectáculo de láser dentro de nosotros en sueños. Todos estos son efectos de luz, *prajna*, por eso se llama *prajna* o *Pradyumna*.

Todos estos son términos que vienen de la metafísica y el misticismo. *Svapnavastha* se llama *Pradyumna*. *Pradyumna* significa una forma de *Vasudeva*, *Para-Vasudeva* y "yum" significa luz. Entonces, es un espectáculo de luces. El sueño es un espectáculo de luces.

Por lo tanto, es una creación totalmente diferente, de acuerdo con niveles de filosofía muy intrigantes, y por eso se llama *svapna srishti*. Es una creación en sí mismo. Tiene su propia creación. Como vosotros, como dije la última vez, tenéis caminos por los que tal vez caminaréis en sueños. Verás algunos lagos y ríos y montañas y árboles y animales y, ¿qué no en sueños? Esos objetos de los sueños son totalmente de un material diferente y, por lo tanto, es un *srishti* diferente, es una creación diferente. Así que, existe *svapna srishti*. Es una creación en sí misma.

Así que, en el estado de sueño, también hay una creación. Hay un *srishti* en el que vamos, y una vez que estamos allí, no tenemos que estar viendo nada. No queremos ver nada, no queremos oír nada, no escucharemos nada, no sentiremos nada, no queremos sentir nada. Es una creación de este tipo.

*Nidra avastha*, estado de consciencia del sueño. Lo que llamamos sueño sin sueños en psicología. Existimos, ¿dónde existimos mientras estamos profundamente dormidos? Es un estado de consciencia y ese estado de consciencia, en sí mismo, tiene su propia creación. Donde no hay nada que ver, nada que oír, nada que sentir, nada que saborear.

Sin embargo, eso significa que es un concepto intrigante entender realmente cuáles son estos tres estados de consciencia. Solo los estamos mirando muy superficialmente en nuestras psicologías modernas. Un estado de consciencia de vigilia, estado de consciencia de los sueños, estado de consciencia del sueño y estado de consciencia trascendente. Realmente no lo estamos investigando.

Existimos mucho en todos esos. Ahora, si existimos en todos esos, eso significa que, así como vivimos en la creación ahora, si esta creación es totalmente eliminada, entonces también perecemos. Pero no perecemos en el sueño, existimos mucho. Y, por lo tanto, también existe esa creación. Y con respecto al sueño, podrías preguntarte, ¿cómo es que hay una creación que ve?

Hay una declaración hecha por *Vyasa* en la que nadie realmente se sumerge. Digo, incluso cuando hacemos tal expresión que dormí muy bien. Ahora, no es que digamos que dormí muy bien, estás feliz con ese sueño, *sukham-aham-asvāpsam̐*.

Cuando estás en una fiesta, con comida deliciosa, no dices simplemente que comí tantos manjares. Comí muchas delicias. ¿Puedes esgrimir la verdad de que era felicidad disfrutar de esa fiesta? ¿Eso significa que estás feliz? Cuando dices que disfruto la fiesta o que tuve una fiesta, eso significa que hubo ese deleite y felicidad. Está muy presente, está implícito. Entonces, cuando decimos, dormí muy bien, muy bien, muy bien, un sueño maravilloso. ¿Eso qué significa? Hubo placer, hubo felicidad, hubo deleite, hubo *sukha*. Ahora, ¿qué es este tipo de *sukha* que tienes en un sueño tan profundo, que *Vyasa* ha dicho? Pero, realmente, no estamos penetrando en su profundidad.

Ahora bien, ¿qué es ese tipo de *sukha*? Porque nunca solo dormimos bien y decimos, dormí muy bien. Invariablemente existe esa concomitancia de felicidad, deleite y *sukha*. Ahora bien, ¿qué es ese tipo de *sukha*? Si recuerdas, cité palabras *upanishádicas*, no palabras, pero como te dije, el registro *upanishádico* menciona que el alma finita está en un abrazo muy rápido y denso con su Amado.

Ahora, y eso es una cita, como dije. Amante y amado están en una cita. Ahora, realmente puedes ver el grado de felicidad. Hay un grado enorme de felicidad que realmente no cuantificamos. Ahora, intentemos cuantificar. ¿Cuál es ese volumen de felicidad? Es una felicidad tan infinita, una felicidad inconmensurable. Lo cual solo nos daremos cuenta si realmente lo meditamos y analizamos un poco, en cuanto a la cantidad de *sukha*. Mira, hay una cuantificación de los pesos y la distancia, etc., etc. Ya sabes, kilogramos y centímetros y milímetros, gramos, etc. Pero nunca pensamos en medir *sukha*. No cuantificamos nuestro *sukha* / *dukha*. No hay unidades, pero mira este *sukha* en *nidra avastha* de consciencia, o estado *nidra*, o *nidra vrutti*, *sukham-aham-asvāpsam̐*. ¿Qué explica *Vyasa* allí? Dice *Vyasa*, *sukham-aham-asvāpsam̐ prasannaṁ me manaḥ prajñāṁ me viśāradīkaroti*. Entonces, esta es la descripción.

Así que, no es solo decir que dormí bien, no sabía nada, no escuché nada. Pero hay síntomas positivos por los que decimos que dormí muy bien. Y tenemos felicidad y deleite. ¿Qué es esa felicidad? Si tratas de entender qué es esa felicidad, entonces tendrás que tener alguna idea de la cuantificación de esa felicidad. El volumen de esa felicidad.

Uno de los místicos poeta Santo dice lo siguiente: Dice, aunque alguien sea una persona muy sensual, codiciosa, la carnal, sensual hasta el borde, materialista hasta el borde, buscando solo la riqueza material, etc. Y tiene la felicidad en el dinero, digamos. Debido a que todos estamos familiarizados con esto y nosotros también lo tenemos, nuestra felicidad con el dinero es inconmensurable. El dinero es el más codiciado por los plebeyos. Entonces, nuestra felicidad radica en toda esa riqueza, ya sabes, el oro, la plata, el diamante, las perlas, etc., etc., el dinero, la riqueza, el patrimonio. Le pides a alguien, incluso si es un materialista descarnado, absolutamente materialista, que rebose. Le preguntas a esa persona que yo seguiré dándote riqueza de manera continua, continua, continua. Pero no debería irse a dormir. Entonces, incluso una persona de Cupido, una persona carnal, renunciará a la sensualidad, renunciará a ese consumo, que es tan favorito para él. Él dirá: No, tengo suficiente, quiero dormir. Déjame ir a dormir.

Entonces, cualquier cantidad de riqueza, la felicidad que obtienes por cualquier cantidad de riqueza, cualquier cantidad de gloria, cualquier cantidad de nombre, fama, reconocimiento, etc., etc., no es nada comparado con dormir. Y durmiendo, la felicidad que da el sueño. Entonces, la persona pateará todas esas cosas, las dejará, dirá: No más, gracias, gracias, déjame ir a dormir.

Entiende ahora, ¿cuál es el *sukha* de tener miles de millones y billones de rupias contigo? ¿Cuál es la felicidad de eso? Y esa felicidad, ¿estás dispuesto a patear por tu estado de sueño? En realidad, no es que queramos dormir y, por tanto, queramos dormir. En realidad, hay *sukha*, porque justo ahora os di la expresión de que lo tenemos y *Vyasa* lo ha hecho, *sukham-aham-asvāpsam*. Y luego, toda la expresión que te dije, *prasannaṁ me manaḥ*. Ahora, intenta tener tu imaginación para cuantificar el placer del estado de sueño. No nos gustará tener ningún placer, ningún placer sensual, ningún placer mental, si tenemos el sueño en juego. Mantendremos a todos los que están en juego, y optaremos por el sueño. Porque existe esa felicidad.

¿Qué es esta felicidad? El tú esencial, el aspecto central de ti, tiene una relación con este Amado. Ahora, puedes entender cuál es el placer de tener una cita. Un amante que tiene una cita con su amado. El amado que tiene una cita con el amante.

Ahora bien, es por eso que los *Upanishads* nos han descrito y nos han dado algún tipo de pista para medir la felicidad que hay en un buen sueño. Dormir bien no es solo dormir bien. Es un toque de felicidad y deleite enorme, inconmensurable, de volumen inconmensurable, y por eso ahora trata de comprender ese sueño, que es una creación, que es un *srishti*, que tiene una felicidad ilimitada, inconmensurable. Eso no lo conseguirás en este plano terrestre. Si posees millones. Se te dan miles de millones; esperarás billones. Si te dan billones, esperarás cuatrillones. Si te dan billones, esperarás pentillones, si te dan pentillones, esperarás sextillones. Si te dan sextillones, esperarás septillones. Si te dan septillones, esperarás octillones. Si te dan octillones, estarás esperando nonillones. Si te dan nonillones, es interminable. Es interminable.

Pero esto supera todas esas alegrías, esos grados de alegrías. Por lo tanto, todos los días cuando dormimos, se nos da una especie de sorbo de placer inconmensurable. Se nos da un chapuzón en un placer inconmensurable, inconmensurable, absolutamente inconmensurable. Y ese placer inconmensurable se llama *brahmananda*. *Brahmananda*, si miras la tabla dada en *Taittiriya Upanishad* sobre varios niveles de *ananda*, bienaventuranza.

Ahora, ¿de dónde vendrá esta dicha? No vendrá de este plano terrestre. Tenemos un tipo superior de dicha y alegría, imaginamos los cielos. Cualquier cantidad de felicidad terrestre no os dará esa dicha, alegría. Luego, buscamos planos celestes, *svarga loka*. Y luego tenemos una cantidad más alta de dicha y alegría y luego algo que está incluso más allá de ese cielo. Así que, esto está más allá del gozo de los cielos, un gozo exponencialmente mayor que el de los cielos. Entonces, es una creación diferente. Es un plano diferente. No se pueden obtener placeres celestiales en este plano, en el plano terrestre. Para tener placeres celestiales, tienes que ir a los planos celestiales, *bhuha, bhuvaha, svaha, maha, janaha, tapaha, satya loka*. Entonces, tendrás que ir a varios planos que son mencionados por nuestra sabiduría antigua y por la sabiduría de la tradición.

Entonces, obtendremos las alegrías incrementadas. Y nosotros mismos obtenemos alegrías incrementadas estando en el plano terrestre mientras dormimos, estando dormidos. Ese es el *sukham*, ese es el cuanto de *sukham*. Cuando dices *sukham-aham-avāpsam*, no es que tuviera *basundi* y *jalebis* (tipos de dulces), y esa cantidad de felicidad la obtuve. No. Ciertamente, es más. Ciertamente es inconmensurablemente mayor.

El *sukha* allí, trata de entender qué es ese *sukha* y trata de medir el *sukha*. Luego, tratarás de tener algo de imaginación sobre qué es esto. Y luego, por supuesto, los *upanishads* te dicen qué es esto y es por eso que la metáfora de que el *karana*, el *karana sharira* en ti, se abraza con el *Maha karana*. Y lo es, es Amado. Y entra en el seno de ello.

Es un *srishti*, no puedes obtener ese cuanto de *sukha* aquí en este planeta, en este miserable planeta del sistema solar, de esta galaxia. Tendrás que ir a otro plano. Por supuesto, hay algún otro plano, y ese es el *srishti*. Entonces, existe *svapna srishti*, existe *nidra srishti*. Porque nos da experiencia. Puede que no venga como un *bhoga* al yo psicológico o al *chitta* periférico. Pero en algún lugar del plano más profundo de *chitta* está esa enormidad de *sukha*. Esto no es solo *sukha*.

Para tener eso tendrás que ir a esa creación. A menos que vayas a ese *shruti* y esa creación, no lo conseguirás. Si quieres placeres celestiales, lo que se llama *amritva* (inmortalidad) y *ajaratva* (juventud eterna) tendrás que ir a esa creación. No puedes estar en el planeta y tener *amritva* y *ajaratva*. Tienes que ir a los cielos para tener *ajaratva* y *amritva* o alguna condición de juventud. No puedes tenerlo en el planeta. Tendrás que ir a los cielos para que seas siempre joven.

Así que, es una creación diferente. En el *svapna srishti*, te dije, tienes una enorme provincia, poder, fuerza y energías. No puedes tenerlo en el plano terrestre. Entonces, no es solo que vas a soñar, vas a soñar con el mundo. Y ese mundo de sueños significa creación de sueños. Y en la creación de ese sueño tienes la fuerza de diez elefantes juntos. Por eso puedes blandir un dúo con un elefante.

Entonces, el punto es que existen esos *srishtis*. Están esas creaciones. Somos conscientes de *jagrata avastha srishti*, *jagrata srishti*, pero no somos conscientes de *svapna srishti*. *Adhyatma* lo menciona. *Svapna srishti* y *sushupti srishti*. *Sushupti* también, como nos han dicho los *upanishads*, *sukha* es un gozo, un deleite enorme e inconmensurable. Lo cual es un poco insignificante. Lo cual es solo un ápice de *sukha* comparado a ti en el planeta que posees trillones, y cuatrillones y pintillones, y sextillones y septillones de rupias o dólares o euros o libras.

El punto es que es un *srishti* en sí mismo. Entonces, esto es algo que vendría cuando nos sumergíamos más profundamente en estos *pancha vruttis*. Os dije que esto no está en nuestro programa de estudios, pero os he dado una vista previa. Así es como tenemos que entender el *nidra*, tanto en forma de *svapna* como en forma de *sushupti*.

Ahora, permitidme hablarles acerca de algunas citas que vienen: *Sushuptikale sakale vilina, tamo abhibhutah sukha rupam eti. Sukha-rupam-eti*. Ahora, os conté sobre el cuanto de *sukha* aquí. El grado de *sukha*. Esto es lo que dice el Kaivalya Upanishad. Esta es una cita de *Kaivalya Upanishad: Sushuptikale sakale viline*. Todo este *jagrata srishti* se ha absorbido o se ha fusionado y no está allí. ¿Dónde se fusiona? Se está fusionando en ese plano de creación que es tan superior. Entonces, necesitamos tener esta imaginación para esta cita de *upanishads*.

Permítanme contarles acerca de una cita que viene en *Brihadaranyaka Upanishad: prajnenatmana-samparisvaktanabahyam kim canaveda nantaram. tadva asyaitad apta-kaman, akaman rupam sokantaram*.

Ese es el estado del sueño. *Prajnenatmana-samparisvakt*. Es un abrazo. Por lo que nada del exterior, nada del interior, se siente y se percibe. Y luego realmente nos convertimos en *apta-kama, atma-kama, akaman*. Estos predicados tienen significados muy profundos.

Y luego, cuando atravesamos el dolor, no es solo que atravesamos el dolor, atravesamos el dolor con estas condiciones. Que nos convertimos en *apta-Kama, atma-kama* y *akama*. Es por la alegría, el volumen de alegría que tenemos.

Luego os dije durante la última sesión qué es *brahmarupata sushupti, samadhi sushupti, moksheshu brahmarupatta*. Eso es un *sutra Sankhya*. Así que, esas son algunas citas de los textos.

Bueno, un poeta místico ha dicho que volvemos a nuestro Creador cada vez, cada día, durante el estado de sueño. Ahora, trata de imaginar cuál debe ser la felicidad y el deleite que puede volver al Creador de uno por un tiempo. Comprometerse con el Creador por un tiempo. Y se dice que este Creador no solo es nuestro Creador, sino también nuestra entidad metafísica del yo. Es amado.

Así como sabes cuando tienes que encontrarte con un dignatario o jefe de estado, etc., vamos a su residencia, como si estuviéramos reunidos con el presidente del país, vas a la residencia del presidente y te reúnes allí. Entonces, vamos a la morada de ese Creador. Y luego tenemos un compromiso con el Creador en la morada del Creador. Ahora, podemos imaginar lo que debe ser la morada del Creador, como podemos imaginar lo que debe ser la residencia de un ministro de un país, o un presidente de un país, país grande, país rico. ¿Cuál debería ser la casa de ese presidente o primer ministro o jefe de estado? Entonces, vamos a esa morada en nuestro estado de sueño.

Pero debido a la caja en la que estamos en un estado de vigilia, realmente no podemos entender la cantidad de felicidad que tenía *karana sharira* en el estado de sueño. Y tratamos de mirar la felicidad de *sthula sharira*, el *sharira* más externo. El *sharira* grosero no puede comprender realmente la cantidad de alegría que tiene el *karana sharira*. Como una criatura subhumana no puede imaginar la felicidad de un ser humano. Una casa palaciega, una casa bien equipada, una casa enorme, con muchas comodidades, etc., se ven las chinches y los mosquitos entrando en cualquier casa. No miran si es una casa así o si es solo un pavimento, porque solo buscan sangre humana. Dondequiera que lo consigan, lo harán. No intentan buscar la sangre de alguien que está en una casa palaciega, durmiendo allí en la cama.

Entonces, la chinche, ya sea en un pavimento o en un palacio, la chinche no sabe la diferencia entre la alegría de estar en un palacio o de estar en una acera. Y ciertamente no comprenden la alegría del dueño de su casa, porque son subhumanos y luego nosotros somos humanos. Nuestra alegría está en lo que tenemos en nuestra casa o lo que queremos tener en nuestra casa o lo que podemos estar buscando tener en nuestra casa, lo que podemos estar esperando en nuestra casa. No tenemos alegría en solo cuatro paredes, un techo y un piso.

Pero los subhumanos no buscan lo que buscamos, comodidades en nuestra casa. De manera similar, este *jagratavastha aham* es solo una criatura, una pequeña criatura. Y la criatura *sushuptiavastha* no es eso. Como dije ayer, el que tiene la experiencia del sueño no es el que sale y dice, tuve un sueño. O uno que tuvo experiencia de sueño no es el que sale y dice, dormí muy bien.

Entonces, si dormiste muy bien, tal vez solo estabas en un alquitrán, una condición cubierta de alquitrán. Pero quien realmente está en alegría es ese *sukshma, karana sharira*, que no está dormido. Está empapado de alegría. Tu parte grosera, tu *sthula*

están dormidos, pero el *karana sharira* no está dormido. Es darse un chapuzón en Ese Lago de Bienaventuranza Infinita.

Es bastante intrigante para nosotros, las personas temporales, concebir realmente estas cosas. Pero esa es la realidad. Así que, a medida que mejoremos nuestro estado de consciencia, seremos capaces de comprender las realidades.

Como persona adulta, si tu cuenta bancaria está hinchada por algunos miles de millones de rupias, tu felicidad es inconmensurable. Pero tu hijo pequeño no se alegra de que la entrada de su libreta muestre que tiene miles de millones de rupias en su cuenta. Porque eso no es alegría. ¿Cuál es el saldo bancario que no es la alegría de ese niño de uno o dos o tres años? ¿Dónde está tu alegría? la mayor parte de la alegría está ahí en cuanto a cuál es mi saldo bancario. ¿Lo entiendes? Todos estos son aspectos relativos de *sukha*.

Así también, hay un aspecto relativo de *sukha* entre *sthula sharira*, *sukshma sharira*, *karana sharira*. ¿Qué se va a dormir? *Sthula*. Ni el *sukshma* ni el *karana*, estos están despiertos y, por lo tanto, tienen *chitta vruttis*.

El *chitta vrutti*, que está en el plano de *sukshma sharira*, en el plano de *karana sharira*. Tienen una enorme felicidad, deleite y alegría en el sueño sin sueños. No es un espacio en blanco. No es un estado en blanco. No es un vacío.

También hice referencia a las teorías del sueño. Hay dos teorías que vienen en los *upanishads*. *Sramana siddhanta*, *Laya siddhanta*. *Sramana* significa teoría de la fatiga. *Sramana* significa cansancio. Ahora, por lo tanto, es *sramana siddhanta*.

Cuando todo esto, tu cuerpo, mente y sentidos están cansados con la actividad del día, naturalmente quieren irse a dormir. Y porque están cansados, como nos sentimos después de un tiempo, cansados en nuestros ojos y en nuestro cerebro y solo queremos dormir, al menos una siesta, y nos refrescamos. Entonces, incluso si tú no estás cansado, tu cuerpo está cansado y, por lo tanto, quieres dormir. Eso se llama *sramana siddhanta*. Y así es como se identifica el estado de sueño en los *upanishads*.

Cuando el cuerpo está cansado, deseas descansar. Sí, pero cuando el cuerpo se cansa y tu intelecto se cansa son dos parámetros diferentes. Quien ha realizado mucha actividad física, su cuerpo está cansado, las extremidades están cansadas, la persona se dormirá. Pero la persona que ha estado en una mesa de estudio y ha ido resolviendo problemas matemáticos, lo que se cansará es su cerebro. Sin ninguna actividad física, el cerebro se cansa y, por lo tanto, la persona se duerme después de un tiempo. No es que esa persona tenía actividad física y por lo tanto las extremidades están cansadas y por lo tanto se va a dormir.

Eso es *sramana*. El intelecto tuvo algo de *sramana*, trabajo, y luego se cansó. Así que, el cuerpo se puede cansar, la mente se puede cansar, los sentidos se pueden cansar.

Todas estas diversas capas y aspectos de los factores de nuestra encarnación pueden cansarse y hay diferentes niveles de cansancio.

Así que, para un estudiante de matemáticas, el cuerpo no está cansado en absoluto, pero algo más está cansado y, por lo tanto, quiere irse a dormir. Para un peón, un mozo en una estación de tren o en un aeropuerto, se cansa en el cuerpo, no en el intelecto, no en la mente. Así que, comprende el punto de inicio del sueño para un portero, para un trabajador físico, el punto de inicio del sueño para alguien que está en actividad mental, actividad intelectual, actividad cerebral, actividad emocional. Entonces, estos son diferentes niveles de cansancio. Pero, de todos modos, está ese cansancio. El cansancio implica un sueño, *sramana siddhanta*.

Luego, *laya siddhanta*, absorción. Estas son dos dimensiones de la interpretación de un estado de sueño. No es que haya dos formas de dormir, sino dos interpretaciones, dos dimensiones del sueño. En otra dimensión hablan de *laya*. Lo más grosero se absorbe en lo sutil, lo sutil se absorbe en lo más sutil, lo más sutil se absorbe en lo más y lo más sutil. Cada vez más sutil absorbiéndose en más sutil y más sutil y más sutil. Y así sucesivamente. Así que, por ese tipo de viaje de inversión, proceso de inversión, en algún lugar se producirá el sueño.

Ese es el estado en el que todo se absorbe en *prana*. Todo está absorbido en *prana*. Comprende que *prana* no es respiración. Debido a que el *prana* es el disolvente en el que los sentidos se disuelven, la mente se disuelve, la psique, la consciencia, el intelecto se disuelven. Y luego viene el sueño. Estas son teorías muy interesantes de las que han hablado los *upanishads*.

Permitidme, finalmente, contarles las interesantes teorías de las que ha hablado *Patanjali*. Permitidme nuevamente hablaros finalmente de que el significado de todas estas declaraciones escriturales depende de nuestras jerarquías de comprensión, jerarquías de consciencia. ¿Qué significa esta absorción para ti y para mí, y qué significa esta absorción para un yogui? Un yogui podrá explicar las absorciones de manera diferente y verá los efectos de las absorciones de manera diferente.

También el *sukham* de *nidra*. ¿Qué nos vamos a imaginar? ¿Cuál es nuestro calibre para imaginar? Así que, lo que un yogui interpretará como *sukha*, que os dije hace un momento, es un gozo infinito y bienaventurado. Por lo tanto, necesitamos aumentar nuestra consciencia para interpretar los *shastras*. Si estás leyendo a *Patanjali* por primera vez, ¿cuánto te sumergirás en él? Si te sumerges demasiado profundo quizás, te ahogarás y morirás. Pero alguien, un yogui, puede sumergirse más profundamente sin morir. Y luego saldremos con mayores revelaciones. Así son estas escrituras. Su significado es insondable.

La *Bhagavad Gita* no es lo que significa para ti. Porque significa mucho más para alguien como *Janeshwar*, alguien como *Shankaracharya*, alguien como *Ramanujacharya*. Los versos son los mismos, las palabras son las mismas. Pero lo que

la *Gita* significa para ellos es totalmente diferente de lo que la *Gita* significa para nosotros. Si intentamos profundizar, no obtendremos nada. O tal vez nos ahogamos. Pero pueden sumergirse más profundamente y obtener revelaciones, pueden extraer los significados de todos esos versos de la *Bhagavad Gita*. Por eso, en los *yogas sutras* de *Patanjali*, un yogui consumado se sumerge más profundamente. Son los mismos sutras incluso para *Vyasa* y *Yajnavalkya* y *Janeshwar*. Los *sutras* no son diferentes para ellos, son los mismos *sutras*, pero pueden encontrar un significado más profundo.

Y por eso he estado diciendo que este es un proceso educativo. Cuanto más nos eduquemos, más capaces seremos de extraer la esencia. Para finalmente extraer la quintaesencia.

De todos modos, se trata de *nidra* de lo que quiero hablarte, y con eso terminaremos esta discusión sobre *nidra vrutti*. Hay mucho que asimilar, para que lo medites, lo rumies. Y eso es tan necesario por el tema que se ha presentado. Con eso terminaremos la sesión sobre *nidra vrutti*.

Pasaremos al siguiente *vrutti*, que es *smriti*. Nuevamente, mal traducido como memoria. La memoria es un estanque. *Smriti* es un océano. Por lo tanto, es más prudente para fines educativos mantener estos términos en la medida de lo posible. *Smriti* como *smriti* y no *smriti* como memoria. La memoria significa, ya sabes, las técnicas neumónicas están ahí. Y sabrás qué es ese recuerdo. ¿De qué sirve ese recuerdo? Este *smriti* tiene una profundidad enorme. Solo con una declaración te lo explicaré. Cualquier cantidad de buena memoria no te dará la liberación. ¿Está bien? Cualquier cantidad de memoria, neumónico, no te dará la liberación, pero *smriti* te dará la liberación.

*SMRUTI LAMBHE SARVA GRANTHINA VI: PRAMOSHAH. Upanishad, Chhandyogya Upanishad.* Por lo tanto, no te equivoques. No se habla de memoria *vrutti* sino de *Smriti vrutti* y para *smriti* no hay palabra en ningún otro idioma. Es un término técnico. Entonces *smriti* es *smriti*. Intentemos entender qué es ese *vrutti*, pero eso es para la próxima vez. *Namaskar*.