

LA LUNA EN EL AGUA

(CIENTO VEINTICINCO DESTELLOS)

Saúl Martínez Calvo

Índice

Gracias por la colaboración de Jordi Roig
Diseño y maquetación: Ariel R.
Impresión: Repro Disseny

Essència de Yoga
C. La Salle 35 baixos
17002 Girona
Tel. 972 215 328
contacta@iogagirona.com

Prólogo	7
Frases Inspiradas en las Meditaciones de Saúl Martínez	23
Entrevista a Saúl Martínez	51
YANTRA	
La forma de la palabra la palabra de la forma	69

© Esta obra está protegida por derechos de autor. Se permite su reproducción y difusión siempre que se cite correctamente la fuente y el nombre del autor. Para cualquier otro uso no contemplado, incluido el uso comercial o la modificación del contenido, deberá consultarse previamente con el autor.

Prólogo

Un septiembre de ahora hace cincuenta años y desde el centro, Esencia de Yoga, en la ciudad de Girona, iniciamos el camino y el compromiso de abrir un día a la semana nuestro espacio a todas aquellas personas que quieran asistir a los encuentros de meditación que de forma conjunta realizamos.

Inicialmente estos se llevaron a cabo los sábados por la mañana y los mismos estaba especialmente vinculados a las enseñanzas y practicas del Siddha Yoga. Posteriormente cambiamos el día a los miércoles a las 19 hrs. Y dimos entrada a las enseñanzas tántricas tradicionales, vedanta advaita y budistas del linaje Drugpa Kagyu.

Muchas son las personas que durante todos estos años han asistido a estos encuentros

semanal, que se han venido manteniendo sin interrupción y desde su inicio bajo los principios de hacer simplemente divulgación sin buscar ningún tipo de proselitismo ni mediar aspecto económico alguno en los mismo. Los encuentros siempre han sido desde su inicio totalmente gratuitos.

Desde hace unos años y a tenor de la aparición de las nuevas posibilidades tecnológicas, los encuentros se vienen haciendo también via youtube, de manera que existe la posibilidad de acceder a los mismos de forma virtual en el momento en que se hacen, es decir en directo, o mas tarde en el canal Saul Martínez meditaciones; a la par obviamente de asistir presencialmente.

De todos estos encuentros y dado que los mismo constan de dos partes, una primera teórica de introducción y una segunda de práctica. Dada la cantidad de material que durante estos años se ha venido acumulado sobre las mismas, hemos creído oportuno extraer de las enseñanzas, un conjunto de frases que segura-

mente pueden ayudar al practicante a profundizar en las mismas.

Tienes pues en tus manos esta primera recopilación y te animamos a que las reflexiones desde una aptitud abierta y sin prejuicios. En ocasiones veras que existen frases que son muy parecidas las unas a las otras, pero hemos decidido mantenerlas con el fin de conservar la frescura del momento en que se han dicho, dado que todas ellas nacen espontaneas y sin una preparación previa, han surgido en el Sat-sang y en ocasiones son, auténticos dardos dirigidos a lo más profundo del corazón.

Al margen de las ciento veinticinco frases escogidas de los Sat sans, cursos y conferencias que se han impartido durante todos estos años, Saúl; nos ha parecido oportuno agregar unas enseñanzas que se dieron durante un curso de tantra tradicional sobre los Mantras y las Yantras como sistema de dejar también señalado este tipo de contenido dado en su momento.

Añadimos también a estas líneas y a modo de prologo algunas amables colaboraciones de

alumnos y personas que de un modo u otro han compartido con nosotros este espacio y experiencia de vida.

Nuestro más sincero agradecimiento a todos aquellos que habéis colaborado durante todo este tiempo en la consecución de los encuentros y a todos aquellos que nos habéis seguido con vuestra escucha y presencia.

Desde el Ser

Textos de personas que se han acercado
a nuestro centro Essencia de Yoga los
miércoles para meditar y que amablemente
han querido contribuir en este libro.

Recuerdo una de las charlas del maestro Saül, en la que ponía de relieve la repetición (de frases y palabras en sus explicaciones) y la constancia del que habla y del que escucha. Dando como ejemplo lo que venía a ser creo un cuento sufi, sobre un hombre que estaba preso. Un amigo le visito en la cárcel y le hizo el regalo de una alfombra, para que pudiera hacer sus rezos en ella. Pasó mucho tiempo y él seguía haciendo sus Horacio es varias veces al día sobre la alfombra que su amigo le regaló.

Un buen día se fijó por primera vez en los

dibujos que adornaban la alfombra donde él hacía sus rezos, percatándose de su significado, descubriendo que lo que había impreso en la alfombra eran los planos de la cárcel. Otorgándole la oportunidad de poder escapar del lugar donde estaba.

Con la escucha constante y serena de las palabras de Saül, puede que un día aparezca de pronto “el plano” ante ti.

Que es aquello que un día hace que mires y veas...

Saül y Carmen, mi agradecimiento es infinito, como la misma existencia que se funde con el amor que os tengo.

Gracias

Carmen Martin.

Con motivo del 50.º aniversario de Essència de Yoga, este libro se convierte en mucho más que una recopilación de frases o reflexiones: es el testimonio vivo de un cami-

no compartido, de una manera de entender la vida y de acompañar a las personas desde la conciencia, la sensibilidad y el profundo respeto por el ser humano.

Durante cincuenta años, Essència de Yoga ha sido pionero en Girona en la difusión del yoga y de disciplinas orientadas al bienestar integral y al crecimiento personal. Lo ha hecho con profesionalidad, autenticidad y una actitud casi artesanal: cuidando cada detalle, adecuándose a las necesidades de cada momento y manteniendo siempre intacta la esencia de estas enseñanzas milenarias.

Muchas personas hemos tenido la suerte de encontrar en este centro mucho más que unas clases. Hemos encontrado un espacio de acogida, aprendizaje y transformación personal. A través del yoga, la meditación, la medicina china, la reeducación postural, el método Tomatis, la psicología y otras disciplinas, Essència de Yoga ha contribuido de manera silenciosa pero profunda al bienestar de muchas personas de la ciudad y del país.

Especialmente valiosas han sido las introducciones a las meditaciones compartidas cada semana —primero los sábados, ahora los miércoles—, pequeñas semillas de sabiduría que, con sutileza y sencillez, han sabido ofrecer a cada persona la reflexión o la lección necesaria en el momento adecuado.

Este libro recoge parte de este legado. Un legado construido con pasión, compasión, espíritu de servicio y una voluntad constante de evolución y mejora. Un acompañamiento que ha ayudado a muchas personas tanto en su camino profesional —como profesores y practicantes— como en su proceso íntimo y espiritual.

Gracias por estos cincuenta años de dedicación, coherencia y generosidad. Y gracias también por recordarnos, día tras día, que el verdadero yoga no solo se practica: también se vive.

Jordi Roig

Aplomo

Dejarse caer en meditación es una suerte de arte afortunado que uno no descubre, sino recuerda, desde la esencia del ser.

La puerta a esa esencia siempre ha estado abierta y esperándote. A mí me encontró en Girona, en Essència de Yoga, y frente a la persona del maestro a quien agradezco el espacio en blanco donde bailan amorosas -para ti y para él- estas líneas espejo del alma prendida en presencia del Maestro. La sonrisa me invade ¿puedes dibujarla conmigo querida lectora?

Desde este maravilloso espacio de meditación en medio de la ciudad, Saul acoge y comparte desde hace 50 años la posibilidad universal y gratuita de iniciarse y practicar la meditación. Todo el mundo es bienvenido los miércoles a las 19h a esta práctica desnuda, aconfesional y pura que huye de cualquier estructura mental, ritual o religiosa con la que el ego quisiera disfrazarse de meditadora.

Volvamos a dejarnos caer para elevarnos, siendo a la vez cielo, ave y vuelo, pluma, plo-

mada y vertical *“Lo único innegociable es mantener la columna recta y vertical, la postura da igual”*. Soltar el coxis como plomada para experimentar el hilo vertical que sin esfuerzo sostiene el más bello misterio. La plomada nunca decide hacia donde caer y siempre acierta.

En la infinitud vuela mi agradecimiento,

Maria Esther Massats Rivera

«Ciento veinticinco reflejos para leer desde los ojos del corazón y dejar que vayan permeando poco a poco en lo más profundo de nuestro ser. Invitan a abrirnos a la vida, a respirarla con el corazón abierto, sin temor, sin esfuerzo y a darnos cuenta de que todo es mucho más sencillo de lo que parece.

La luna en el agua refleja que la clave está en la sencillez del no hacer, en el no esfuerzo, en respirar lenta y conscientemente para darnos cuenta de que somos lo que buscamos.

Mi más profundo agradecimiento a Saúl por este libro y por sus enseñanzas que me han abierto el camino para vivir la vida a corazón abierto. Gracias, maestro.»

Almudena

Una y otra vez volvemos al centro para subir a la barca que nos va a ayudar a cruzar el río. Una y otra vez. Venir al centro a practicar yoga y hacer meditación nos lo hace más fácil, nos permite coger la barca, acercarnos a la otra orilla y empezar a ser conscientes que no hace falta el esfuerzo y la lucha, que todo es mucho más fácil de lo que parece.

Queremos llegar a la otra orilla y dejar la barca. Queremos llegar quedarnos allí, porque en el fondo sabemos que es nuestro lugar. La práctica nos ayuda a observar con calma y atención las corrientes y lo que ahora nos parece un obstáculo; la práctica nos enseña a

dejar que el agua fluya río abajo, y nosotros encima de la barca probamos de navegar a favor de la corriente. La barca en un momento u otro llegará a puerto y seguramente nos vamos a dar cuenta que nunca nos hemos ido del mismo, un puerto al abrigo del viento, donde el sol y la luna brillan en el agua.

Venir al centro nos ayuda, una y otra vez, a centrarnos en el momento presente. Y es por eso que volvemos.

Una y otra vez, ir al centro nos hace sentir más cerca del Ser. I sin saber porqué y cómo, seguimos este destello.

X.T.

Pensando en cómo iniciar este texto, emergió un recuerdo.

Una acción que aconteció al comienzo de mi asistencia a Essencia, un miércoles a las 19h hace unos 6 años aproximadamente.

Cruzando la acogedora sala para llegar al

sitio donde elegí sentarme, mi torpeza o simplemente el azar me hizo tropezar con una esterilla y casi me mato (es un decir).

Para llegar a la sala es necesario descender un túnel; una vez allí, descubres una gruta muy espaciosa; todo es luz que penetra por 4 enormes claraboyas. La luz descende y llena el vacío. No hay ventanas por donde entre la luz horizontal.

Preside la sala una descomunal planta (tronco de Brasil) que ha ido creciendo a lo largo de 35 años. Su altura es de 4 metros; la maceta saturada por raíces parece diminuta para el tamaño que ha alcanzado la planta. Varios troncos finos soportan las estilizadas hojas; necesita la ayuda de tutores para mantenerse erguida; en caso contrario, caería. El camino lo indica la planta: ascender, ascender y ascender.

Existen las palabras de Saúl que hacen vibrar esta planta cada miércoles y las manos de Carmen que la mima.

Pero más allá de las palabras está la acción, la que lleva a experimentar y después con el

tiempo a la comprensión y, si le pones determinación, a la convicción.

El ahínco con que Saúl anima a quien se acerque a su gruta a pasar a la acción-experimentación y contener la vía mental me pareció francamente irresistible y admirable.

Detrás de la determinación que mantiene a la planta en dirección a la luz existe algo invisible; sin embargo, satura el espacio de la sala como las raíces colman la maceta y la luz el vacío. Solo es posible percibirlo desde el corazón. La gente le llama amor y compasión. Amor en la palabra y en la acción.

Entre los años 1983 y 1987 recibí formación artística; ese mismo espacio fue habitado por Saúl unos años antes; no coincidimos entonces, o quizás sí.

Estoy agradecido de que el destino sí facilitara el encuentro al cabo de muchos años.

Esencia no es espacio para egos espirituales; las enseñanzas de Saúl siempre las he sentido desde la más sencilla humildad por compartir su inmenso conocimiento y sobre todo la experiencia vivida.

Gracias, maestro, por invitarme a participar en este pequeño libro; me ha permitido comprender ese accidente como algo premonitorio. Una vez más...

Gracias, Saúl.

A. R.

Frases Inspiradas en las Meditaciones de Saúl Martínez

Frases extraídas de conferencias, cursos y directos
realizados en Essencia de Yoga, que puedes consultar
en el canal de YouTube de Saúl Martínez Calvo:
<https://www.youtube.com/@saulmartinezcavo7647>



La respiración consciente abre
la puerta al silencio interior.

No busques controlar la mente;
aprende a observarla.

La verdadera calma nace cuando
dejas de resistirte al presente.

Cada emoción puede transformarse
en energía de despertar.

La meditación no es escapar del
mundo, sino habitarlo plenamente.



El cuerpo es un templo de
percepción y conciencia.

Escuchar profundamente
también es una forma de sanar.

La atención sostenida
convierte lo cotidiano en sagrado.

El silencio interior revela aquello
que las palabras no alcanzan.

Respira lento; vuelve a ti.



La práctica constante transforma
más que la búsqueda intensa.

Cuando sueltas la prisa,
aparece la claridad.

La energía sigue a la atención.

Aceptar el momento presente reduce
el sufrimiento innecesario.

La quietud permite descubrir quién
eres más allá del pensamiento.



La respiración consciente transforma
la ansiedad en presencia. Respira
lento y permanece presente.

El silencio interior revela una
inteligencia más profunda.
Todo cambia cuando observas sin
resistencia.

Aceptar el momento presente abre la
puerta a la paz. En el silencio
aparece claridad.



La mente se calma cuando deja de
luchar contra la realidad. La atención
amorosa transforma la experiencia.

La verdadera meditación comienza
cuando desaparece el esfuerzo.

La calma interior nace de
aceptar el ahora.

Cada instante puede convertirse en
una práctica espiritual. Respira lento y
permanece presente.



La energía sigue a la atención.
Todo cambia cuando
observas sin resistencia.

Observar sin juzgar es una forma de
libertad. En el silencio
aparece claridad.

El cuerpo también puede despertar
conciencia. La atención amorosa
transforma la experiencia.

La quietud tiene un lenguaje que el
alma entiende. La calma interior
nace de aceptar el ahora.



Respira como quien regresa a casa.

La atención no fuerza: ilumina.

El silencio no está vacío;
está lleno de presencia.

Cuando dejas de pelear con la
experiencia, la experiencia
empieza a enseñarte.

La meditación comienza cuando
aceptas este instante tal
como se presenta.



No busques una mente perfecta;
cultiva una mirada despierta.

Cada respiración puede ser una
iniciación al presente.

La práctica no añade nada a tu ser;
retira lo que lo oculta.

El cuerpo no es un obstáculo para la
conciencia; es una puerta.

Escucha el latido de la vida antes de
intentar comprenderla.



La quietud verdadera puede incluir el movimiento.

La energía se ordena cuando la atención se vuelve estable.

No necesitas huir del pensamiento; basta con verlo pasar.

La presencia transforma la emoción en sabiduría.

El instante presente es el único lugar donde la vida puede tocarte.



La conciencia no rechaza nada; lo abraza todo sin confundirse con nada.

Respirar lento es una forma sencilla de recordar quién eres.

La mente se aquieta cuando deja de ser el centro.

La meditación no es desconectarse, sino entrar en contacto real.

Lo sagrado aparece cuando dejamos de tratar lo cotidiano como algo menor.



La práctica madura cuando se
vuelve humilde.

No conviertas la espiritualidad en otra
exigencia; conviértela en escucha.

La paz no se conquista; se reconoce.

El cuerpo sabe estar presente antes
que la mente lo comprenda.

Permite que la respiración haga el
trabajo que la voluntad no
puede hacer.



Toda tensión escuchada con amor
empieza a revelar su mensaje.

La atención amorosa es
una medicina profunda.

Cuando miras sin juicio,
la realidad se abre.

La conciencia es el espacio donde
todo aparece y desaparece.

Meditar es dejar que la vida se
experimente a sí misma en ti.



No hace falta fabricar calma;
hace falta dejar de alimentar ruido.

La presencia es más amplia que
cualquier estado emocional.

El sufrimiento se reduce cuando
dejamos de añadir resistencia al dolor.

La energía vital florece allí
donde la atención descansa.

El silencio se practica también en
la palabra justa.



No controles la respiración:
acompañala hasta que te acompañe.

La postura del cuerpo puede
recordarle a la mente su dignidad.

La espiritualidad sin cuerpo se
vuelve idea; con cuerpo se vuelve
experiencia.

La emoción no es enemiga;
es movimiento de la conciencia.

Toda práctica auténtica te hace
más disponible para la vida.



Deja que el pensamiento sea
nube y tú cielo.

La rendición no es debilidad;
es inteligencia del corazón.

Aquello que observas con claridad
deja de dominarte en secreto.

El presente no pide perfección;
pide participación.

Una respiración consciente puede
cortar años de automatismo.



No confundas
intensidad con profundidad.

La calma estable nace de volver
una y otra vez.

El corazón se abre cuando la
defensa descansa.

La meditación es intimidad
con lo real.

Donde hay atención,
hay posibilidad de libertad.



La conciencia no necesita prisa
para despertar.

Aceptar no es resignarse; es dejar de
discutir con lo que ya es.

El cuerpo habla en sensaciones;
la práctica enseña a escucharlas.

La respiración une lo visible y
lo invisible.

El silencio interior no depende del
silencio exterior.



La mente puede ser instrumento,
no gobernante.

La práctica cotidiana convierte
el camino en hogar.

No medites para ser otro; medita
para dejar de abandonarte.

La luz de la conciencia no excluye
la sombra; la revela.

La energía bloqueada suele ser vida
esperando permiso.



El amor empieza como presencia
sin manipulación.

Cuando sueltas el personaje,
aparece la sencillez del ser.

La escucha profunda
disuelve la separación.

El tantra recuerda que nada
está fuera de la conciencia.

El deseo visto con claridad puede
convertirse en camino, no en cárcel.



No niegues la vida para encontrar lo
divino; descubre lo divino en la vida.

La respiración es un puente entre
instinto, emoción y conciencia.

La presencia en el cuerpo es una
forma de honestidad.

La verdadera libertad incluye
poder sentir sin perderse.

La mente se purifica cuando deja de
agarrar cada pensamiento.



La práctica no elimina la humanidad;
la vuelve más transparente.

Cada sensación puede ser una
campana que llama al presente.

Lo absoluto no está lejos:
se insinúa en este instante.

No se trata de alcanzar un estado
especial, sino de reconocer el espacio
que sostiene todos los estados.

El amor consciente
no posee; acompaña.



La atención sin tensión es una
puerta muy fina.

El silencio no impone; invita.

La vida se vuelve maestra cuando
dejamos de exigirle que confirme
nuestras ideas.

Todo lo que aparece puede
ser integrado desde una
conciencia más amplia.

La respiración revela dónde estamos y
también nos muestra cómo volver.



Meditar es dejar de huir de
la propia experiencia.

La claridad nace cuando cesa la lucha
por tener razón internamente.

El cuerpo presente es una oración
sin palabras.

La compasión empieza al dejar de
violentarte por dentro.

La práctica se mide menos por
experiencias extraordinarias y más por
la calidad de presencia en lo simple.



La conciencia es íntima y
vasta a la vez.

El camino espiritual no consiste en
añadir máscaras luminosas, sino en
descansar en la verdad.

La energía de la vida no necesita ser
reprimida, necesita ser comprendida.

La respiración consciente devuelve
suavidad a los lugares endurecidos.

El silencio profundo no desconecta del
mundo; permite servirlo mejor.



La mente se calma al reconocer que
no tiene que resolverlo todo ahora.

Hay una inteligencia en el cuerpo que
se revela cuando dejamos de invadirlo.

La presencia convierte cada límite en
una oportunidad de escucha.

La meditación no termina al
abrir los ojos; empieza a
probarse en la relación.

Donde antes había reacción, la
práctica abre un espacio de elección.



La espiritualidad madura cuando se
vuelve ternura concreta.

Vuelve al aliento, vuelve al cuerpo,
vuelve al corazón.

La conciencia no se alcanza:
se reconoce como aquello que
ya está mirando.

La práctica verdadera te devuelve a la
vida con más amor y menos miedo.

En el centro de la experiencia, incluso
ahora, hay un lugar que puede descansar.

Entrevista¹ a Saúl Martínez

EL YOGA

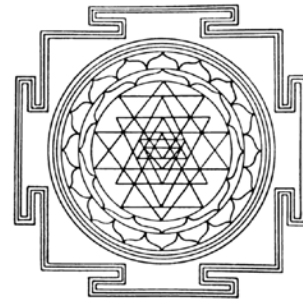
Yoga es una milenaria ciencia basada esencialmente en dos corrientes filosóficas, que son el mundo del Vedanta Advaita y el mundo del Tantrismo. Un aspecto de un tipo de yoga es el conocido como Hatha Yoga, que consiste en ejercicios físicos, respiraciones, aprendizajes de relajación, etc. Evidentemente, todos estos gestos tenían como fin repetir una serie de situaciones que, de forma espontánea, se generaban en el individuo al activar y darle un trato diferente a su energía libidinal.

Estos individuos, ante estos gestos, producían movimientos que nosotros conocemos con

¹ Realizada por Mariano Alameda en el Centro Nagual de Madrid en marzo de 2011. Agradecemos especialmente su permiso para la transcripción y publicación de este texto.

La forma de la palabra
La palabra de la forma

YANTRA



Para el Tantrismo, el Vedanta Advaita, el Budismo, el Taoísmo, etc. El Universo y todo lo que él mismo contiene es una Objetivación de lo “Que Es”. Ello, no tiene una razón ni un objetivo. Y la manifestación (el mundo fenoménico) y con ello el ser humano volverán al punto de partida o Unión, en la que la Naturaleza es la fuerza ejecutiva que realiza el trabajo. Todo lo aparente (creado) contiene el estado de Consciencia Suprema y actúa desarrollándose, para tomar conocimiento de sí misma.

“El Supremo se manifiesta a sí mismo para volverse espectador de su propia Consciencia”.

Para el Tantra, existe una Realidad Transcendente. Es la Suprema Refulgencia Prakasa. Lo Supremo o El Todo, apareciendo como inconsciente, pero conteniendo en su interior la semilla de la consciencia. Cuando esta semilla (Bija) se manifiesta (energía), aparece la idea de sí mismo. A ello se le llama Vimarsa, que significa lo que se considera con ponderación (límite) y que es el espejo donde se contempla Prakasa.

Estudiamos en la cosmogonía tántrica que este movimiento inicial, estriba en un deseo Kama-Kala, que es la divina deliberación Vimarsa.

Prakasa es Siva y Vimarsa la Sakthi. El color de Prakasa es el blanco, pura luz. El de la Sakti es rojo, pura actividad. Por ello, a la Sakti se la concibe como un punto, pura actividad y de color rojo. Que marca el primer impulso del viaje de la oscuridad a la luz o la Pura Consciencia, Siva.

De la unión de los dos puntos, uno estático, Siva, y otro dinámico, Sakthi, más el resultado de esta unión, se forma el primer triángulo de la Manifestación, producto de los tres estados o ciudades, Tripura; que no es otra cosa que el primer impulso del deseo divino.

En la mística tántrica, esta Realidad Suprema es un hecho que la consciencia humana puede captar. Resaltemos el hecho de que, para según qué tradición, esto no es así. Sobre todo, cuando hablamos de la consciencia en su totalidad y no tan solo una parte de ella.

Esta Realidad se representa en diferentes aspectos, según los poderes y trabajos que la divinidad realice. Hay un Dios supremo que se manifiesta de diferentes maneras y que, según sus actividades, toma formas particulares que corresponden a diferentes planos de Conciencia. A estos aspectos se les llama Devatas o aspectos parciales de la Realidad Una, y ayudan al ser humano Jiva a realizarse individualmente en el Absoluto.

Todo el Universo está formado por ondas y vibraciones de Conciencia del divino Experimentador, pero se manifiesta bajo diferentes aspectos o Devatas, que se despliegan en el Paramam Viyoma o éter celestial, desplegando sus poderes mediante el ritmo sonoro o Mantra.

Al invocar a uno de estos Devatas con su mantra, este vibra en la frecuencia específica del sonido y del símbolo del Devata y se identifica con él mismo, alcanzando su Forma de Poder.

A su vez, la vibración del Mantra, desarrolla la imagen del Devata, que transformará

la mente del yogui en una identificación, provocando el resurgir de la luz original, bajo la forma y el modelo del Devata. A esta forma se le llama Yantra.

El Mantra es el sonido y la esencia del Devata. La Yantra es su cuerpo. El sin nombre y El sin forma se transforman en el Universo de las formas y los nombres.

Mantra es Devata y Yantra es el Mantra conteniendo el cuerpo del Devata, que es el Mantra.

El Mantra y la Yantra constituyen el alma y el cuerpo del Sadhana tántrico.

Yantra significa “instrumento” o “lo que permite alcanzar algo”. Representa una imagen tangible de la divinidad y es la gran ayuda en la Meditación tántrica.

Estas Yantras, visualizadas desde tiempo inmemorial por los grandes yoguis en el estado de meditación profunda y cuando los mismos han invocado previamente a un Devata, sirven como modelo de meditación al Sadhak dado que causa y efecto son reversibles en esta experiencia.