



WWW.YOGANIDRA.COM.MX

Rajayoga: Las reencarnaciones del rey de todos los yogas

Por Jason Birch

Introducción

Si yo le preguntara a las y los yoguis occidentales cuál es el libro que deberíamos considerar la biblia del yoga, prácticamente todo mundo me respondería diciendo que son los Yoga-Sutras. Nos explicarían que, en los aforismos de Patañjali se explica el camino que todo yogui o yoguini debe seguir para poder realizar la práctica del yoga; un camino de ocho pasos, conocido como Ashtanga Yoga (Ocho Ramas del Yoga) y que conforman la base de lo que es el Rajayoga o el Rey de los Yogas.

Y, si les preguntáramos que es el Rajayoga, nos responderían que es un yoga principalmente meditativo, en el que se busca mantener una postura cómoda y estable/firme, para después realizar diferentes ejercicios de respiración (o Pranayamas) y entrar en un estado de meditación; todo, claro está, con una base ética y personal previa (los Yamas y Niyamas). Nos dirían que, el Rajayoga es el yoga que todo mundo debe buscar practicar, ya que el Hathayoga no es nada sin el Rajayoga, o alguna otra afirmación similar.

Pero... aunque gracias a monjes como Vivekananda y Sivananda, se creó la idea de que el Rajayoga deriva de los Yoga-Sutras, y que este es un yoga superior en todos los sentidos, la realidad es completamente diferente. De hecho, a diferencia de los manuales medievales de Hathayoga tradicional (como el Hatha Yoga Pradipika, el Shiva Samhita o el Gheranda Samhita, entre otros) que se refieren al yoga que enseñan como Hathayoga, en los Yoga-Sutras nunca se habla de un Rajayoga como tal. Es a través de otros textos, en los que no necesariamente se habla de un yoga de ocho pasos, que se empezó a hablar de la existencia de un Rajayoga, pero, gracias a las traducciones, interpretaciones y manipulaciones de diferentes grupos académicos y de “poder” (como los teósofos) se empezó a usar el concepto de Rajayoga como el mejor yoga y el descendiente directo de Patañjali.

Tomando esto en cuenta, el Dr. Jason Birch, investigador del hatha yoga y miembro del Centro de Estudios de Yoga de la SOAS (School of Oriental and African Studies) de la University of London, se dedicó a revisar diferentes textos yóguicos ancestrales, para buscar entender al Rajayoga, así como su evolución y el cómo es que este llegó a ser considerado el descendiente de los Sutras. Tras su investigación realizó el paper Rajayoga: Las reencarnaciones del rey de todos los yogas (Rajayoga: The Reincarnations of the King of All Yogas), un interesante análisis del Rajayoga y las interpretaciones modernas que le hemos dado a esta escuela de yoga. En lo personal, creo que es un texto muy interesante, pues desmiente las creencias occidentales, mismas que nos enseñan en las certificaciones para maestrxs de yoga.

El texto se encuentra público en diferentes bases de datos académicos, por lo que decidí traducirlo al español (evitando cualquier interpretación) para que los y las lectoras hispanohablantes puedan leerlo. Este texto fue sacado del perfil público de [Jason Birch de academia.edu](https://www.academia.edu/100000000/100000000), y puedes consultar el original dando [clic aquí](#).

Rajayoga: Las reencarnaciones del rey de todos los yogas

Jason Birch

A finales del siglo XIX y principios del XX, destacados líderes religiosos indios como Swami Vivekananda y Swami Sivananda desarrollaron sistemas de Yoga basados en el Ashtangayoga de Patañjali y los llamaron Rajayoga. Han promovido el Yogasutra como la fuente más autorizada sobre Rajayoga. En contraste con esto, existen sistemas indios modernos de Rajayoga que tienen muy poco que ver con Patañjalayoga, como el que enseña globalmente Brahma Kumaris. En general, se acepta que Rajayoga se refiere a tipos de yoga que se basan más en la meditación que en técnicas físicas como las posturas (asana), pero se ha investigado muy poco para explicar por qué existen variaciones entre los sistemas modernos de Rajayoga.

Además, el término “rajayoga” (literalmente, “rey-yoga”) implica superioridad, por lo general, sobre Hathayoga, pero esto plantea la cuestión de si alguna vez hubo una base justificable para esta afirmación de superioridad, que abordo aquí al examinar la historia del Rajayoga.

La historia del término “rajayoga” revela que no deriva del Patañjalayoga. De hecho, no fue hasta el siglo XVI que se utilizó este término en un comentario sobre el Yogasutra. La definición más antigua de Rajayoga se encuentra en el siglo XII, el texto de Saiva Yoga llamado Amanaska, que proclamó que Rajayoga era superior a todos los demás Yogas y soteriologías predominantes en la India en ese momento. Desde el siglo XII al XV, Rajayoga se usó principalmente como sinónimo de samadhi; sin embargo, después del siglo XVI, la evidencia textual revela muchos intentos de reinterpretar el nombre y conectarlo con diferentes sistemas de Yoga.

Esto pone en duda la presunción de que la supervivencia de una tradición de Yoga depende de su éxito en la preservación fiel de las enseñanzas antiguas. De hecho, la prominencia de Rajayoga e incluso del Yogasutra en el siglo XX es más una consecuencia del papel que han jugado en sancionar la innovación y en promover la eficacia de la meditación dentro del entorno competitivo de las diversas prácticas soteriológicas del hinduismo¹.

Interpretaciones modernas de Rajayoga

Al examinar la afirmación de Swami Vivekananda de que el Yogasutra era un libro de texto sobre Rajayoga, Elizabeth De Michelis (2004: 178) ha observado que la identificación de Patañjalayoga

¹ Deseo agradecer a Jacqueline Hargreaves, Elizabeth De Michelis, James Mallinson, Gavin Flood, Jürgen Hanneder, Giles Hooper, Zoe Slatoff, Jennifer Cover y David Gordon White por leer un borrador inicial de este documento y por sus muchos comentarios útiles; gracias también a Andrea Acri por su edición ya Mark Singleton por proporcionarme una copia del manuscrito PM1428 del Rājayogasāra. Todas las citas y referencias al Haṭhapradāpikā en este documento son de la edición de Kaivalyadhama de 1998 a menos que se indique lo contrario.

Se utilizan las siguientes abreviaturas: ms. es “manuscrito”, mss. “manuscritos”, y ed. “edición.” La notación para conjeturas, enmiendas o correcciones al sánscrito citado es la siguiente: devadatta] conjetura : devadattā ed. : devadattam ms. 123. Esto significa que he conjeturado “devadatta”, mientras que la edición tiene la lectura “devadatta”, y el manuscrito, numerado 123, tiene “devadattam”.

con Rajayoga pudo haber sido realizada primero por los teósofos y popularizada por el libro de Swami Vivekananda, *Raja Yoga*².

La omnipresencia del “Rajayoga de Patañjali” tanto en publicaciones populares sobre Yoga como en publicaciones algo más académicas³ refleja la influencia de la Teosofía y los libros de Swami Vivekananda sobre el Yoga moderno en la India y fuera de ella⁴.

Muchos de estos autores probablemente sabían que el término “rajayoga” está ausente en el *Yogasutra*, el *Yogabhasya*, el *Vivarana* de Sankara, el *Tattvavaisarad* de Vacaspatimisra y el *Rajamartanda* de Bhoja. De hecho, que yo sepa, rajayoga no aparece en un texto de Yoga hasta después del siglo XI. Sin embargo, parece tener una historia más larga en la astrología india, ya que se encuentra en al menos dos obras de genetología temprana, en cuyo contexto denota signos astrológicos que presagian el nacimiento de reyes (Pingree 1981: 82)⁵.

Casi todos los libros publicados sobre Rajayoga reconocen el *Yogasutra* como la fuente textual de este Yoga, y la estructura de sus exposiciones suele ser los ocho auxiliares (ashtanga) de Patañjalayoga. A menudo, sus explicaciones de cada auxiliar son una síntesis de varias ideas religiosas y filosóficas con técnicas de meditación, según las predilecciones del autor. De Michelis (2004: 149–77) ha mostrado cómo el *Raja Yoga* de Swami Vivekananda combina elementos del

² La fuente de la fusión de los teósofos de Rajayoga con Patañjalayoga no está clara. Hay una referencia a que Rajayoga consta de “ocho etapas” en *A Treatise on the Yoga Philosophy* de Paul (1882: 28), que se publicó por primera vez en 1851. Las ocho etapas son las auxiliares de Ashtangayoga, aunque Paul no menciona Patañjali, Ashtangayoga, o los *Yogasutra*. Simplemente dice: “El yoga se divide principalmente en *Raja Yoga* y *Hatha Yoga*” (28). Paul y su libro eran conocidos por Helena Petrovna Blavatsky, una de las fundadoras de la Sociedad Teosófica, quien en sus memorias menciona a Paul y su informante, el Capitán Seymour, un oficial británico que se volvió “nativo” y se convirtió en yogui (Neff 2003: 94). Además, la sociedad teosófica publicó el libro de Paul en 1888 (Singleton 2010: 52), por lo que está claro que los teósofos fueron influenciados por él. Hay referencias anteriores a rajayogins por parte de occidentales, como el médico francés François Bernier (1620–88) y el misionero inglés William Ward (1769–1823) (para una discusión de sus comentarios sobre Rajayoga, consulte Schreiner 2013: 764), pero no asocian rajayogins con Patañjalayoga. De hecho, Ward (1818: 349) menciona que Rajayoga derivó de Yogavasistha. Deseo agradecer a David Gordon White por la referencia en el libro de Paul.

³ Aquí solo se pueden dar algunos ejemplos de publicaciones populares sobre Yoga: Swami Akhilananda, *Hindu Psychology: Its Meaning for the West* (1948); Wood, *Grandes Sistemas de Yoga* (1954); Swami Satyananda Sarasvati, *Asana Pranayama Mudra Bandha* (1969); Swami Rama, *The Royal Path: Lecciones prácticas sobre yoga* (1979); Iyengar, *Luz sobre el Yoga* (1979); y Swami Sivananda, *Raja Yoga* (2010 [1937]). Ejemplos de relatos académicos son: Frauwallner 1973: 225; Daniélou 1991: 91; y Feuerstein 2001: 28–29. Feuerstein postula que la asociación entre Rajayoga y Patañjalayoga es anterior a los teósofos y Swami Vivekananda, y su estimación del siglo XVI parece coincidir con la aparición del término “rajayoga” en el comentario de Vijñanabhikṣu sobre Patañjalayogasastra; “[Rajayoga es] una acuñación comparativamente tardía que se puso de moda en el siglo XVI E.C. Se refiere específicamente al sistema de Yoga de Patanjali... y se usa más comúnmente para distinguir el camino óctuple de introversión meditativa de Patanjali del Hatha-Yoga...” (2001: 28). El problema con este punto de vista es que el término “rajayoga” en los comentarios tardíos de Patañjala, como *Yogasarasangraha* de Vijñanabhikṣu, significa samadhi y no Patañjalayoga per se. Para más detalles, véase Birch (2011: 543n119).

⁴ En este artículo, el término “Yoga moderno” no se refiere a una tipología de Yoga, sino más generalmente al Yoga enseñado y practicado en el siglo XX.

⁵ El término “rajayoga” se encuentra en el *Yavanajataka*, que es anterior al siglo VII (Mak 2013: 17–18), y en su *Brahmajataka*, el *Varahamihira* del siglo VI tiene cuarenta y cuatro Rajayogas además de los treinta y dos de Yavana. Deseo agradecer a Christopher Minkowski por llamar mi atención sobre estas obras en sánscrito.

misticismo de Ramakrsna y Neo-Vedanta con conceptos de la ciencia, la filosofía y el ocultismo occidentales. Su ideología se superpuso al marco básico de Ashtangayoga y la metafísica purusa-prakrti. Este proceso también ha sido descrito por Sarah Strauss (2005: 8-23), por lo que no es necesario que entre en más detalles aquí, aunque vale la pena señalar que un proceso sincrético similar es perceptible en trabajos más recientes sobre Rajayoga, aunque con diferentes elementos filosóficos y religiosos. Por ejemplo, Svami Sivananda (2010: 61–68) de Rishikesh escribió un capítulo entero sobre el Yoga de la devoción (bhaktiyoga) en su libro sobre Rajayoga, mientras que Svami Vivekananda (2003: 73) apenas se explayó sobre la devoción al hablar de los sutras (es decir, 2.1, 32 y 45) sobre “adorar a dios” (isvarapranidhana). Además, Swami Vivekananda (2003: 17) descartó la postura (asana), afirmando que Rajayoga tiene poco que ver con Hathayoga, mientras que el libro de Swami Rama (1998: 22–55) sobre Rajayoga dedica treinta y tres páginas a la postura, incluyendo explicaciones detalladas de las poses Hathayógicas como el parado de cabeza, dhanurasana y mayurasana junto con sus beneficios terapéuticos. Por lo tanto, está claro que incluso estas interpretaciones modernas de Rajayoga, que están encerradas en el marco de Patañjalayoga, difieren entre sí en su énfasis y en ciertos detalles de contenido.

El Yogasutra en las exposiciones sincréticas premodernas del yoga

El uso del Yogasutra como marco para una nueva exposición sincrética del Yoga no fue una innovación de Swami Vivekananda. De hecho, estaba siguiendo, quizás sin saberlo, los pasos de varios escritores medievales de compilaciones de yoga en sánscrito, en particular, Sivanandasarasvati y Bhavadeva⁶. La obra más prodigiosa de estas dos es Sivanandarasarasvati de Sivanandarasvati, que fue escrita a finales del siglo XVI⁷ o principios del XVII y se estima que tiene 3,423 versos⁸.

El Yogacintamani integró tradiciones de Yoga más nuevas y más antiguas de esa época con material de los Puranas, Dharmasastras y epopeyas, dentro del marco de Ashtangayoga. Sivanandasarasvati rastrea su linaje hasta Sankara⁹, y los puntos de vista de Advaitavedanta están enredados en su comentario, que fue escrito para los brahmanes más eruditos que apreciaron no solo las complejidades del Yogasutra y sus comentarios, sino también el nuevo discurso creado al yuxtaponer y combinar diferentes sistemas de Yoga. De hecho, así como el Raja Yoga de Swami Vivekananda combina instrucción práctica sobre pranayama y meditación con un elevado discurso sobre enseñanzas esotéricas orientales y occidentales, el Yogacintamani combinó las instrucciones prácticas de textos anteriores de Hathayoga con la filosofía y la metafísica de Patañjalayoga, Advaitavedanta, Savismo Tántrico y así. Sin embargo, la diferencia en este sentido

⁶ Bhavadeva escribió el Yuktabhavadeva que ha sido fechado en 1623 EC por ML Gharote (Gharote y Jha 2002: xvi) sobre la base de un colofón manuscrito.

⁷ El gurú de Sivanandasarasvati fue Ramacandrasadanandasarasvati. El Yogacintamani se puede fechar sobre la base de dos de sus manuscritos más antiguos, ambos completados en 1630 EC (para el primero, ver Bouy 1994: 77n333, y el segundo, Kaivalyadhama 2005: 226–27) y el hecho de que tomó prestado de un anterior obra del mismo nombre escrita por Godavaramiçra, fechada por Gode (1953: 475) en la época del monarca de Gajapati, Prataparudradeva, que gobernó en Orissa entre 1497 y 1539 EC.

⁸ Yogacintamani, Sra. 9785 (basado en R635), página 257, línea 14 (slokasankhya 3423). Este es un comentario de escriba que sigue al colofón final.

⁹ Como se desprende del elogio introductorio que se encuentra en el Yogacintamani, página 2.

es que Yogacintamani abrazó el Hathayoga, mientras que Swami Vivekananda (2003:18) lo rechazó y prefirió invocar a Sankaracarya como autoridad en la respiración nasal alterna¹⁰.

En occidente, el término “yoga” tiende a referirse a la práctica postural y “meditación” a la práctica sentada¹¹. Una distinción similar se ve en la dicotomía de Hathayoga y Rajayoga que prevalece en la India.

Swami Vivekananda (2003: 17) no solo separó a Raja de Hathayoga, sino que también abogó por la independencia y superioridad del primero sobre el segundo. De hecho, desde su punto de vista, el Hathayoga solo se preocupaba por fortalecer el cuerpo físico, y creía que había otras formas más efectivas de hacerlo¹². Swami Sivananda mantuvo la distinción de Rajayoga como práctica mental y Hathayoga como práctica física, pero también integró Hathayoga en Ashtangayoga equiparándolo como los auxiliares de asana y pranayama. Su justificación para esto vale la pena citar en su totalidad:

Hatha Yoga se ocupa del cuerpo físico y el control de la respiración. Raja Yoga trata con la mente. Raja Yoga y Hatha Yoga son interdependientes. Raja Yoga y Hatha Yoga son las contrapartes necesarias entre sí. Nadie puede convertirse en un yogui perfecto sin el conocimiento de la práctica de ambos Yogas. El Raja Yoga comienza donde termina el Hatha Yoga debidamente practicado... (Swami Sivananda 2010: 38).

Como también se señaló anteriormente, Swami Rama integró Hathayoga en Ashtangayoga de la misma manera, y también interpretó Rajayoga como la práctica meditativa (es decir, los auxiliares internos) y Hathayoga como asana y pranayama.¹³.

¹⁰ Swami Vivekananda no enseña ninguna de las posturas específicas del Hathayoga, ni menciona los bandhas o pranayama individuales como Bhastrika que son distintos del Hathayoga. Aunque Swami Vivekananda usó terminología como ida, pingala, susumna, kundalini y el sistema de los seis Cakras que recuerda a los textos anteriores de Hathayoga (por ejemplo, Vivekamartanda y Sivasamhita), dicha terminología también está presente en los capítulos sobre pranayama en el Tantra tardío. textos (por ejemplo, el capítulo 25 del Rudrayamalottaratantra), varios Puranas (por ejemplo, la primera parte del Brhannaradiyapurana, capítulo 33) y textos alquímicos/ayurvédicos (por ejemplo, la primera parte del Anandakanda, capítulo 20). A fines del siglo XIX, estos términos probablemente eran ampliamente conocidos en la India. Sin duda, los teósofos del siglo XIX los conocían a través de los Yoga Upanisads. Por ejemplo, Yogacudamani, Dhyanabindu y Garbhohaninat fueron traducidos por miembros de la Sociedad Teosófica Kumbakonam y publicados en 1891 (ver The Theosophist 12, 2 [mayo de 1891 a septiembre de 1891]).

¹¹ Sobre la distinción entre práctica postural y meditación en el Yoga moderno, ver De Michelis (2004: 8).

¹² Swami Vivekananda abogó por que la fuerza de voluntad por sí sola era suficiente para mantener el cuerpo fuerte: “No hay un solo músculo en el cuerpo sobre el cual un hombre no pueda establecer un control perfecto; se puede hacer que el corazón se detenga o se ponga en marcha a su voluntad, y, de la misma manera, cada parte del organismo puede hacerse trabajar a su voluntad” (2003: 17). Para más citas sobre esto, ver De Michelis (2004: 160).

¹³ En un glosario, Swami Rama define Rajayoga de la siguiente manera: “[Es el] 'camino real'. Raja Yoga es el sistema clásico de filosofía y práctica del yoga codificado por el sabio Patanjali en el Yoga Sutra. También se conoce como el yoga de las ocho ramas (ashtanga) porque se divide en ocho pasos, algunos de los cuales se elaboraron en áreas separadas y especializadas de disciplina. Hatha yoga, por ejemplo, es la ciencia de la cultura psicofísica que se desarrolló a partir del tercer miembro, asana o postura. Raja yoga también se usa para referirse a los últimos cuatro miembros tomados en conjunto; pratyahara,... dharana,... dhyana,... y samadhi...” (1998: 131).

Como se verá más adelante, existen antecedentes en las tradiciones medievales del Yoga de las opiniones opuestas de Swami Vivekananda y Swami Sivananda sobre la dicotomía Raja-Hatha, así como de la interpretación del Hathayoga como auxiliar de Patañjalayoga.

Rajayoga moderno independiente del yogasutra

Cabe señalar que no todas las interpretaciones modernas de Rajayoga adoptan el formato Ashtanga de Patañjalayoga. Un buen ejemplo es el Rajayoga de Ram Chandra, quien provenía de Shahjahanpur y fundó la Misión Shri Ram Chandra en 1945. En su libro titulado Sahaj Marg Philosophy, promovió su Rajayoga, que también se llama "Sahaj Marg", como un simple y forma fácil de realización (Chandra 2009: 331)¹⁴. Su sistema comienza con la meditación (dhyana) que él reconoce como el séptimo paso en Patañjalayoga. De hecho, está claro que vio su propio Rajayoga como una simplificación de Patañjalayoga: se conservan los dos últimos auxiliares del Ashtangayoga, así como la práctica de la renuncia (vairagya)¹⁵. Ram Chandra (2009: 169) se refirió a Swami Vivekananda como una autoridad en asuntos espirituales, por lo que su comprensión de Patañjalayoga como Rajayoga probablemente se deriva del trabajo de Swami Vivekananda. No obstante, hay muy poco de la metafísica, la terminología o la estructura de Patañjalayoga en el Rajayoga de Sahaj Marg.

Al ver que los Rajayogas anteriores han sido moldeados de manera única por las enseñanzas de sus gurús fundadores, es probable que existan otros sistemas modernos de Rajayoga que se desconocen fuera de la India. Aunque sospecho que la mayoría de estos se han basado, hasta cierto punto, en Patañjalayoga desde la época de Swami Vivekananda, hay al menos un Rajayoga cuyo nombre y contenido es completamente independiente de Patañjalayoga. Lo enseña Brahma Kumaris, una organización global fundada por Prajapita Brahma (también conocido como Dada Lekhraj) a fines de la década de 1930. Los Brahma Kumaris enseñan un sistema de Rajayoga sin referencia ni ninguna influencia perceptible del Rajayoga o Patañjalayoga de Swami Vivekananda,

¹⁴ La introducción de la Filosofía Sahaj Marg de Ram Chandra afirma: "[Ram Chandra] introdujo un sistema mejorado de Raja Yoga que más tarde se conoció como 'Sahaj Marg'" (2009: 292). Parece que el motivo del cambio de nombre fue evitar confusiones entre el Rajayoga de Patanjali y el Rajayoga de Ram Chandra. En su libro titulado Efficacy of Raja Yoga, Ram Chandra revela la razón detrás de la simplicidad de su Rajayoga: "Los métodos difíciles, hasta ahora aplicados para lograr esta cosa simple [es decir, el Sahaj Marg], realmente lo han hecho complicado y complicado. intrincado... Supongamos que una aguja cae al suelo y quieres recogerla. Será muy fácil hacerlo con la ayuda de tus dedos. Sin embargo, si se utiliza una grúa... o alguna otra maquinaria complicada para recoger la aguja, será difícil hacerlo, y es muy posible que fracase en su intento. Exactamente lo mismo sucede cuando piensas en métodos difíciles y complicados para alcanzar la Realidad que es muy simple" (2009: 169-70).

¹⁵ Ram Chandra afirma: "Bajo el sistema de entrenamiento de Sahaj Marg, comenzamos desde dhyana, el séptimo paso de Patanjali Yoga, fijando nuestra mente en un punto para practicar la meditación... La práctica seguida en nuestra Misión es la meditación en el corazón. El mismo método ha sido recomendado por Patanjali" (2009: 331). Escritos más recientes del movimiento Sahaj Marg afirman que se han omitido los primeros seis auxiliares de Ashtangayoga para adaptarse al estilo de vida de un cabeza de familia moderno. En un documento en línea titulado Fundamentos de Sahaj Marg, Durai afirma: "Sahaj Marg es el antiguo raja yoga modificado y simplificado para adaptarse a los estilos de vida de los seres humanos modernos, en particular el grihastha (cabeza de familia). Aquí, un aspirante es iniciado directamente en la meditación, pasando por alto las etapas preliminares mencionadas anteriormente". Estas etapas preliminares son las del Ashtangayoga (es decir, yama, niyama, asana, etc.) que Durai había enumerado en un párrafo anterior.

porque creen que sus enseñanzas emanan directamente de Siva y que representan la tradición pura de la cual el "hinduismo" se ha convertido en la versión corrupta¹⁶.

Una publicación de Brahma Kumaris define su Rajayoga de la siguiente manera:

Raja Yoga significa la comunión intelectual y amorosa del alma con el Alma Suprema... Iniciación, Meditación, Concentración y Realización son los cuatro pasos de Raja Yoga. Raja Yoga incorpora en sí mismo los fundamentos de todos los métodos de Yoga y confiere los logros de todos ellos de forma natural y sencilla, utilizando un método muy simple que cualquiera puede aprender (1986: 60)¹⁷.

Esta definición parece haber sido inspirada por el significado de Yoga como "unión", que se destaca en Saiva Tantras (ver Vasudeva 2004: 235-46), así como en las tradiciones medievales de Yoga que los siguieron. El término "raja", que literalmente significa "rey", se entiende metafóricamente como el alma suprema; Rajayoga es, pues, la unión del alma individual con la suprema. Una publicación posterior reconoce a Patañjalayoga como el "Raja Yoga... comúnmente conocido en todo el mundo" (Brahma Kumaris 1996: 129), pero rechaza la autoridad de Patañjalayoga con el argumento de que el significado de Yoga como "unión" no es evidente en el Yogasutra.¹⁸

El prefacio de la misma publicación también define a Rajayoga como "el Rey de los Yogas o el Yoga Real" (Brahma Kumaris 1996: 4)¹⁹, lo cual se afirma en su sitio web oficial. Esta definición de Rajayoga está bien atestiguada en tradiciones anteriores de Saiva Yoga.

La historia del Rajayoga

El Raja Yoga de la Amanaska y el Aparokshanubhuti

La definición más antigua existente de Rajayoga se encuentra en el segundo capítulo de un texto de Saiva Yoga llamado Amanaska, que fue escrito antes del siglo XII²⁰. Al responder a la pregunta inicial de Vamadeva, Siva afirma que existe un Yoga interno (antaryoga) llamado Rajayoga, y lo define de dos maneras. Se llama Rajayoga, primero, porque es el rey de todos los Yogas y, segundo, porque permite al yogin alcanzar al ilustre rey, el Ser supremo²¹. La primera definición es una amplia declaración de la superioridad de Rajayoga sobre todos los sistemas de Yoga conocidos

¹⁶ Deseo agradecer a Suzanne Newcombe por señalarme esto (comunicación personal, 18 de marzo de 2013).

¹⁷ Esta definición de Rajayoga está confirmada por su sitio web oficial: "¿Qué es Raja Yoga? Raja (Rey)–Yoga (Comunicación). Raja Yoga es comunicación entre uno mismo y el Ser Superior (Dios)". Ver: [http://www.bkwsu.org/srilanka/us/massachusetts/typeb.2009-07-23.5593 975822/typec.2009-07-23.9585163482](http://www.bkwsu.org/srilanka/us/massachusetts/typeb.2009-07-23.5593%20975822/typec.2009-07-23.9585163482) (consultado el 10 de diciembre de 2013).

¹⁸ "...Patanjali en ninguna parte afirma que el objeto del yoga es forjar un vínculo mental con esta alma Suprema. Simplemente usa el yoga para concentrarse y controlar las diversas modificaciones de la mente" (Brahma Kumaris 1996: 129).

¹⁹ En otra parte del texto (Brahma Kumaris 1996: 21), se hace referencia a Rajayoga como el "Yoga más elevado", que parece derivar de la definición del "Rey de los yogas".

²⁰ Esta fecha se establece sobre la probabilidad de que Hemaandra, el gran erudito Svetambara Jain, basó la mayor parte del capítulo doce de su Yogasastra en el segundo capítulo del Amanaska. Los paralelos han sido identificados por Muni Jambuvijaya en su edición del Yogasastra.

²¹ Ver, respectivamente, Amanaska 2.3cd y 2.4.

en ese momento. Aunque estos otros Yogas no se nombran, es probable que el autor tuviera en mente Mantrayoga, Layayoga y Hathayoga porque otros versos en el Amanaska rechazan explícitamente los mantras (por ejemplo, 2.7) y las prácticas Hathayogas como asanas, pranayama, mudras y bandhas. (2.7, 2.31, 2.42) así como técnicas de meditación (dhyana) (2.33, 2.37 y 2.39)²².

La superioridad de Rajayoga sobre estos otros tres Yogas se afirma en la mayoría de los textos de Yoga medievales que enseñan la tétrada de Mantrayoga, Layayoga, Hathayoga y Rajayoga. Sin embargo, a diferencia del Amanaska, promueven los primeros tres Yogas como métodos aceptables para alcanzar el Rajayoga. El Amanaska descarta los otros Yogas, de la misma manera que Swami Vivekananda descartó el Hathayoga, y ambos basan su rechazo en la crítica de que las técnicas del Hathayoga son difíciles de realizar y su propósito es cuestionable. El Amanaska (2.42ab) establece:

¿Qué se gana [manipulando] los vientos vitales, [incluso cuando] se practica durante mucho tiempo? [¿Qué ganaron] los cientos de [formas] de contener la respiración, que causan enfermedades y son arduos, y los muchos mudras²³ del Rajayoga: ¿Las reencarnaciones del rey de todos los yogas, que son dolorosos por naturaleza y difíciles de dominar?

Los estados del Raja Yoga de Swami Vivekananda:

No tenemos nada que ver con [Hathayoga] aquí, porque sus prácticas son muy difíciles y no se pueden aprender en un día y, después de todo, no conducen a ningún crecimiento espiritual (2003: 17).

El Amanaska también rechaza las técnicas graduales de Yoga para alcanzar el samadhi, que incluirían cualquier sistema basado en auxiliares (es decir, Sadangayoga, Ashtangayoga, etc.)²⁴. El Rajayoga de Amanaska se presenta como un camino fácil, directo y simple hacia el samadhi, que se describe como un estado natural (sahajavastha). Tal retórica parece ser un claro precedente de la definición de Brahma Kumaris citada anteriormente, así como del Rajayoga de Ram Chandra que prescindía de los primeros seis auxiliares del Ashtangayoga y fue promovido por su fundador como un método directo y fácil y como el “rey de yogas” (2009: 122). De hecho, la posición de Amanaska es más extrema que la de Ram Chandra, porque comienza y termina con samadhi²⁵, mientras que

²² I am inferring that Layayoga was rejected by the Amanaska because the latter rejects the raising of Kuundalini (2.14), gazing points (drsti) (2.37), and meditation techniques in general (2.33; see below) as methods for inducing the no-mind state. There are many systems of Layayoga (so-called because they “dissolve the mind”), but most are based on either fusing the mind in an internal sound (nadanusandhana), piercing Cakras with Kundalini or the use of gazing points. The first is mentioned in the Sivasamhita (5.44), described at length in the Hathapradipika (4.65– 4.103), and named Layayoga in other texts such as the Sivayogadipika (1.6) and the Hathatattvakaumudi (54.1); the second is in the Sarngadharapaddhati (4350– 4363); and third is prevalent among the simple, esoteric techniques (sa keta) of Layayoga described in the Dattatrayayogasastra (15–26).

²³ The term “karana” in Amanaska 2.42b probably refers to Hathayogic mudras such as Viparitakarani.

²⁴ Amanaska 2.53: “And [the yogin] who is made content by bliss, becomes devoted to constant practice. When the practice has become ever steady, there is no prescribed method and no step by step progress” (anandena ca santustah sadabhyasarato bhavet | sadabhyase sthiribhute na vidhir naiva ca kramah). Sadangayoga is rejected in 2.29.

²⁵ The Amanaska’s preferred method is summarized by verse 2.26: “Always avoid the [Yoga] with components, mind, and effort. Always adopt the [Yoga] without components, mind, and effort”.

Ram Chandra aceptó el séptimo auxiliar de Patañjalayoga (es decir, dhyana) y enseñó meditación para alcanzar el samadhi. Sobre la meditación y el estado natural de samadhi, la posición de Amanaska queda clara en el verso 2.33bd:

[...Algunos] se confunden con actividades como la meditación. En términos generales, [estas] multitudes de personas tienen mentes engañadas y diversas perturbaciones [mentales]. Porque aquellos que experimentan nada más que la dicha del estado natural imperturbable [de samadhi] no son vistos en el mundo.

La segunda definición de Rajayoga de Amanaska se basa en la metáfora de que el Ser supremo (paramatman) es un "rey" (rajan). Esta metáfora se encuentra en uno de los Upanishads más antiguos, el Brhadaranyaka (2.5.15):

Este mismo Ser es también el soberano de todos los seres, [es decir,] el Rey (raja) de todos los seres.

Este significado más esotérico de Rajayoga nos recuerda la definición de Brahma Kumaris de Rajayoga como "comunidad del alma con el Alma Suprema". Sin embargo, en el Amanaska, la palabra "yoga" se entiende mejor como "método" (es decir, el método para [obtener] el Ser) porque su segunda definición indica que Rajayoga es el medio por el cual el yogui alcanza el Ser. Por lo tanto, en el contexto de Amanaska, Rajayoga es el estado de no-mente (amanaska) y ambos términos (es decir, rajayoga y amanaska) son sinónimos en Amanaska y en textos posteriores de Yoga²⁶.

Aparte de la metáfora del Ser supremo como rey en la segunda definición de Rajayoga de Amanaska, también juega con el significado de raíz de raj como "brillar"²⁷, para afirmar Rajayoga como el método para realizar el "brillante" (dipyamana) Uno mismo.

A la luz de la asociación moderna de Rajayoga con el Yogasutra, cabe señalar que el Amanaska no fue influenciado directamente por Patañjalayoga. Los elementos clave de este último, como la metafísica purusa-prakrti y los niveles de samadhi, Kriyayoga y Ashtangayoga, están ausentes en el Amanaska. Las enseñanzas del Amanaska, de las que habla Siva, derivan indudablemente de tradiciones Saiva anteriores; por ejemplo, su técnica central llamada Sambhavi Mudra era conocida por los exegetas Saiva de Cachemira, Abhinavagupta y Ksemaraja, como Bhairava Mudra²⁸. Su rechazo a los enfoques graduales de la liberación y su disgusto por las austeridades (tapas) apuntan a la influencia de las escuelas Kaula posteriores, cuyos textos también incluyen términos como amanaska y unman/ como sinónimos de samadhi²⁹.

²⁶ Por ejemplo, en Amanaska 2.32d, el término "rajayoga" solo podría significar el estado de no-mente en el siguiente compuesto; "[el estado de] Rajayoga en el que la mente está ausente" (vigatanijamanorajayoga). En textos posteriores de Yoga, véase Hathapradipika 4.3–4.

²⁷ Dhatupatha 822: "raj, en [el significado de] brillar" (rajr diptau).

²⁸ Compare Amanaska 2.10 con Maliniçlokavarttika 2.77cd de Abhinavagupta; Tantrâlôka 5 de Abhinavagupta; y Svachhandoddyota de Ksemaraja en 2.89c.

²⁹ Por ejemplo, Kaulajñananirnaya 14.83bd: "... Querida mía, [el yogui] se vuelve [inmóvil] como un trozo de madera [o] un terrón de tierra, cuando surge el estado de no mente de la mente, oh hermosa; Ámikaularnavatantra 3.72: "Tanto Rudra como la Sakti de Rudra se absorben en amanaska. Por lo tanto, este Kaula [conocimiento] no ha sido enseñado en las innumerables escrituras brahmánicas y Saiva".

No obstante, Amanaska rechazó la afiliación, los mantras y los rituales sectarios tántricos, lo que sugiere que fue concebido como una reforma de las tradiciones anteriores de Saiva. Al enfatizar el samadhi, así como la práctica (abhyasa), el desapego (audasinya) y el favor del gurú (guruprasada) como los medios esenciales para la liberación, el Amanaska se colocó firmemente entre las tradiciones del Yoga que se hicieron prominentes desde el siglo XII en adelante.

Aunque Amanaska proporciona las primeras definiciones existentes (nirvacana) de Rajayoga, puede que no sea el texto de Yoga más antiguo en el que aparece el término, porque Aparoksanbhuti ha conservado un sistema vedántico de Yoga con quince auxiliares (a ga) llamado Rajayoga. Este texto ha sido atribuido a Adisankara, sin embargo, probablemente fue escrito solo uno o dos siglos antes de su terminus ad quem del siglo XIV³⁰.

Las enseñanzas de Aparoksanubhuti sobre Yoga están a una distancia de Amanaska porque su Rajayoga es más un intento de homologar los auxiliares de Yoga con la doctrina vedántica y parece haber tenido poca influencia en las tradiciones de Yoga posteriores hasta la recensión del sur de la India de los Yoga Upanishads³¹. Además, el Aparoksanubhuti es único en el uso del término “rajayoga” para denotar un sistema de Yoga sin la connotación de samadhi. En otros textos de Yoga medievales, Rajayoga es tanto el nombre de un tipo de Yoga basado principalmente en la práctica de samadhi como un sinónimo del estado de samadhi mismo (ver Birch 2011: 542–43). No obstante, Aparoksanubhuti ti ha llevado a la asociación de Sa karacarya y las enseñanzas vedánticas con Rajayoga, como se ve en el título de la obra de Manilal Nabhubhai Dvivedi, Rája Yoga, o The Practical Metaphysics of the Vedanta: being a Translation of the Vákyasudhá or Drigdrishyaviveka of Bháratitirtha, y el Aparokshánubhuti de Shri Shankaráchárya, que se publicó en 1885.

Primeros Raja Yoga y Hatha Yoga

Desde el Amanaska hasta el Hathapradipika del siglo XV, el significado de Rajayoga como la práctica del samadhi fue omnipresente entre los textos de Yoga. Sin embargo, a diferencia de Mantrayoga y Hathayoga, que se caracterizaron en gran medida por técnicas específicas, Rajayoga se asoció con una amplia gama de técnicas y, por esta razón, no es evidente una tipología de un sistema de Rajayoga. Por ejemplo, en Amanaska, Sambhavi Mudra era la técnica principal para lograr Rajayoga (es decir, samadhi), pero en Dattatreyaयोगasastra y Yogabija, Mantrayoga,

conjetura: amanasthe codex. Aparte del hecho de que amanasthe es un sánscrito impar, mi conjetura, amanaske, está respaldada por la cita de 3.72ab en el comentario de Jayaratha sobre Tantraloka 3.67). Para obtener más información sobre el kaulismo y sus enseñanzas subitistas, consulte Vasudeva (2004: 444–45). Tales enseñanzas también se ven en el Vijñanabhairavatantra, una escritura del Trika (Sanderson 1990: 74–76).

³⁰ Estrictamente hablando, el terminus a quo del Aparoksanubhuti es Adīca kara, lo que significa que hay una ventana de al menos cinco siglos en los que este texto puede haber sido compuesto. Sin embargo, por las razones que he señalado anteriormente (Birch 2011: 540), parece más probable que el Aparoksanubhuti se haya compuesto más cerca de su terminus ad quem (es decir, el Dipika de Vidyananya del siglo XIV) que de su terminus a quo.

³¹ Consulte Bouy (1994: 112–13) para obtener detalles sobre las secciones del Aparoksanubhuti tomadas de varios Yoga Upanishads.

Layayoga y Hathayoga eran los medios para Rajayoga³². En contraste con esto, el Amaraughaprabodha afirma que Rajayoga se logra fusionando la mente con un sonido interno³³. También enseña la misma tétrada de Yogas en el Dattatreyaयोगasastra y el Yogabija y afirma de manera similar que los primeros tres son para el logro de Rajayoga³⁴, por lo que se podría inferir que los primeros tres Yogas causan el sonido interno y la fusión de la mente con él. Sin embargo, también se podría inferir que cualquier técnica que provoque el sonido interno y la fusión de la mente con él sería igualmente válida. El Sarngadharapaddhati³⁵ y el Sivasamhita enseñan la misma tétrada de Yogas, pero sus explicaciones de Rajayoga están aún más disociadas de los otros tres Yogas que en el caso del Amaraughaprabodha.

En ambos textos, Rajayoga se produce mediante prácticas de visualización y meditación que involucran a Cakras y Kundalini³⁶.

El logro de Rajayoga por Hathayoga es el tema central del Hathapradipika del siglo XV. De hecho, uno de sus versos iniciales confirma que había numerosos puntos de vista contradictorios sobre cómo lograr Rajayoga en el momento en que se escribió:

³² Dattatreyaयोगasastra 159cd–160ab: “[El yogin] debe practicar [Yoga] por medio de todas estas [técnicas de Mantrayoga, Layayoga y Hathayoga] que se han enseñado [en este texto]. Debido a ellos (tato), Rajayoga surge a su debido tiempo y ciertamente no de otro modo; y en el Yogabija (143cd) se aclara la jerarquía: “Mantra, Hatha, Layayoga son secuencialmente las etapas en Rajayoga”.

³³ Amaraughaprabodha 52–53ab: “...Luego, habiendo atravesado el nudo de Rudra, el aliento va a su trono [en medio de las cejas del yogui]. En el [estado de] Nispatti, surge un sonido parecido a una flauta cuyo tono [es como el] de un laúd resonante. Entonces, la mente se fusiona [con eso] que se llama Rajayoga”. Según la glosa de Brahmananda sobre çarvapitha, en su Jyotsna (4.76), el trono de Rudra está en medio de las cejas.

³⁴ Amaraughaprabodha 73cd: “Laya, Mantra y Hatha se han enseñado únicamente para [el logro] de Rajayoga”.

³⁵ Parte de la sección sobre Yoga en el Sarngadharapaddhati corresponde a un Upanisad llamado Yogarajopanisat. Este Upanisad consta de los versos 4347–4363 del Sarngadharapaddhati. Que el Yogarajopanisat es una duplicación tardía de parte de la sección de Yoga del Sarngadharapaddhati (o quizás un texto fuente desconocido del Sarngadharapaddhati) se evidencia por la omisión de la sección de este último sobre Rajayoga, lo que lo convierte en un relato incompleto del Mantrayoga, Layayoga, Hathayoga, y Rajayoga que pretende enseñar en su primer verso. Esta falla en el Upanisad, así como la ausencia de citas en las compilaciones tardías en sánscrito sobre Yoga, sugiere que fue redactado recientemente. Mis comentarios se basan en un manuscrito del Yogarajopanisat que tiene el mismo número de versos que la versión impresa (manuscrito no informado) en los Upanishads inéditos de la Biblioteca de Adyar (1938: 1-3).

³⁶ El Sarngadharapaddhati (versículos 4364–4371) ofrece una descripción concisa de un Rajayoga que fue perfeccionado por Dattatreya y se basa en dos métodos. El primero consiste en perforar los tres nudos (granhi) con la mente y la respiración, que se elevan por el canal central al contraer el suelo pélvico (es decir, mulabandha). El segundo es perforar los cinco Cakras con Kuundalini, que se despierta creando oleadas ascendentes de vitalidad (udghata; sobre el significado de este término, véase Vasudeva 2004: 405–9). Fuera de las tradiciones del yoga, Raghabhata del siglo XV menciona la opinión de que Rajayoga se logró visualizando Kundalini en su comentario sobre Saradatilakatantra 25.64. El Sivasamhita omite las definiciones de Mantrayoga, Layayoga y Hathayoga y, en cambio, describe más de una docena de prácticas de visualización y meditación, que van desde mirar la sombra del sol hasta visualizar Cakras y elevar Kundalini (ver 5.20–5.207). Habiendo identificado estos como el Rajayoga escondido en todos los Tantras, sigue una descripción de un Rajadhirajayoga, “el Yoga del supremo rey de reyes” (5.208). Esta es simplemente otra práctica de meditación para dejar la mente sin apoyo y libre de pensamientos, con una discusión sobre la gnosis que proviene de ella (5.209–5.221).

El compasivo Svatmarama ha compuesto [este trabajo llamado] la “Luz sobre el Hathayoga” para personas ignorantes del Rajayoga porque están perdidos en la oscuridad de muchas [diferentes] opiniones [al respecto] (Hathapradipika 1.3).

Svatmarama resolvió el problema de los puntos de vista conflictivos fusionando muchos sistemas de Yoga diferentes en un método al que llamó Hathayoga. Luego promovió el Hathayoga como indispensable para el Rajayoga en términos casi idénticos a los de Swami Sivananda citados anteriormente:

Sin Hatha, Rajayoga no tiene éxito, y sin Raja, tampoco Hathayoga. Por lo tanto, el [yogin] debe practicar ambos hasta que [se alcance la cuarta y última etapa del Yoga llamada] Nispatti (Hathapradipika 2.76 = Sivasamhita 5.222).

Svatmarama usó la variedad de varias técnicas de meditación asociadas con Rajayoga en textos anteriores de Yoga para compilar el cuarto capítulo de Hathapradipika sobre samadhi³⁷. Este capítulo es quizás el compendio más conciso y completo sobre Rajayoga en un texto de Yoga medieval. Se enfoca en Sambhavi y Khecari mudras y Nadanusandhana (es decir, fusión de la mente con el sonido interno) para el logro de Rajayoga. El Hathapradipika y sus textos originales confirman un consenso sobre el significado de Rajayoga como samadhi, pero no existe tal consenso sobre los medios para lograrlo, ni sobre los mecanismos (es decir, la perforación de Cakras o nudos, etc.) por los cuales se logra. se consigue.

Influencia del Patañjalayogasastra y el Bhagavadgita en el Hathayoga y el Rajayoga tempranos

Uno podría preguntarse si Patañjalayoga influyó en el Hathapradipika y en aquellos de sus textos fuente que enseñan Rajayoga. En mi opinión, la influencia de Patañjali fue marginal a lo sumo, ya que ninguno de estos textos incorpora la metafísica purusa-prakrti ni los diversos niveles de samadhi vistos en su Yogasastra. Además, Ashtanga es raro en estos textos, y en el único caso donde se incorporó (es decir, Dattatreyaogasastra 27–130), los auxiliares se describen en términos diferentes a los de Patañjalayoga³⁸. De hecho, el Rajayoga de los textos medievales es el samadhi pétreo de las tradiciones ascéticas anteriores al Yogasastra (ver Bronkhorst 1993: 20-28). La definición de Yoga en Yogasutra 1.2 (yogas cittavrttinirodhah) resume la simplicidad de esta práctica ascética que está oscurecida por las complejidades de otros sutras. Una definición similar de Rajayoga se encuentra en Amaraughaprabodha 4d (yas cittavrttinirodhah sa tu rajayogah) que podría verse como un saludo poco común al Yogasastra, sin embargo, la ausencia de más terminología, teoría o práctica de Patañjalayoga en Amaraughaprabodha simplemente acentúa la lejanía. del Yogasastra de este Rajayoga. El compuesto cittavrttinirodhah también aparece en el Amanaska (1.53) en una descripción del poder sobrenatural (siddhi) de conocer los olores desde lejos. Tales apariciones de cittavrttinirodhah confirman que se había convertido en un cliché en el

³⁷ Los versos del segundo capítulo del Amanaska, el Dattatreyaogasastra y el Amaraughaprabodha se encuentran en el cuarto capítulo del Hathapradipika. Los versos de Yogabija y Sivasamhita están en el tercer capítulo. Ver Bouy (1994: 82); Mallinson, próximamente.

³⁸ Para comentarios generales sobre la terminología del Dattatreyaogasastra, ver Birch (2011: 548n146).

siglo XV³⁹ y es probable que se usara simplemente como otra expresión para samadhi en textos como Amaraughaprabodha y Amanaska.

Como en el caso del Yogasutra, parece que el Bhagavadgita tuvo poca influencia en el Hathapradipika y sus fuentes. Aunque el Hathapradipika contiene versos que se remontan a varios textos como Moksopaya y Kaulajñananirnaya, no hay ninguno del Bhagavadgita.⁴⁰ Lo mismo es cierto para Amanaska, por lo que es poco probable que su adaptación del término “rajayoga” se haya inspirado en rajavidya (es decir, “el conocimiento del rey”) que se menciona en el Bhagavadgita 9.2.

Rajayoga After the Fifteenth Century

Después de la época del Hathapradipika, surgieron más variaciones de Rajayoga en los textos de Hathayoga, como el Hatha-ratnavali del siglo XVII, que definía a un rajayogin como alguien que podía retener su semen⁴¹. Además, la larga recensión del Yogasikhopani,at incorporó gran parte del Yogabija y agregó varios versos a la breve explicación de Rajayoga de este último⁴². Así, en el Yogasikhopanisat, Rajayoga se define como la unión de la sangre menstrual (rajas) y el semen (retas)⁴³. Christian Bouy (1994: 106) estimó que este Upanisad fue redactado en la primera mitad del siglo XVIII, pero en una tabla de versos paralelos entre el Yogasikhopanisat y el Yogabija, él (104) informa que este verso está en el Yogasiddhamrta, que parece ser una transmisión del sur de la India del Yogabija⁴⁴. Todavía tengo que encontrar una cita atribuida a un Yogasiddhamrta en cualquier texto medieval, y llama la atención por su ausencia en compendios de Yoga como el

³⁹ El primer capítulo del Amanaska probablemente fue escrito más tarde que el segundo. Su terminus ad quem es el Yogacintamani de Sivanandasarasvati del siglo XVI, y la ausencia de sus versos en antologías anteriores como Hathapradipika sugiere que fue escrito entre los siglos XV y XVI.

⁴⁰ Para conocer las fuentes de Hathapradipika, consulte el apéndice en Mallinson, de próxima publicación.

⁴¹ Hatharatnavali 2.104–2.105ab de Srinivasayogi: “Si el semen de uno es siempre estable, la longevidad aumenta, [porque] solo el semen es la causa del nacimiento, la vida y la muerte. Debido a [esto], uno se convierte en un rajayogin y ciertamente no de otra manera”. La voluntad de Srinivasayogi de redefinir Rajayoga también se ve en su reescritura del verso 2.30 del Hathapradipika para definir Rajayoga como: “El [yogin] que es capaz de Kevala Kumbhaka puede contener la respiración [cuando y por tanto tiempo] como desee. Tal se dice que es Rajayoga, no hay duda al respecto”. Comparar Hathapradipika 2.74.

⁴² El verso 137 de la edición de Adyar del Yogasikhopani,at no se encuentra en ninguno de los siguientes manuscritos del Yogabija que he consultado: ms. 7851 (número de acceso 4732–17) en Ganganath Jha Kendriya Sanskrit Vidyapeeth, Allahabad; mss. 1854 y 1857 en Man Singh Pustak Prakash, Jodhpur; mss. 2287 (número de acceso 16329) y 2288 (número de acceso 16927) en el Rajasthan Oriental Research Institute, Jodhpur; EM. 8627 (llamado Yogabijaprakaranam) en Deccan College Library, Pune; y mss. A0939–19 y A0061–12 en el Proyecto de Preservación de Manuscritos de Nepal-Alemania, Archivos Nacionales de Katmandú.

⁴³ Yogasikhopanisat 1.137cd. La idea de samadhi como la unión de la sangre menstrual y el semen puede haber emanado de la creencia de que la mente está ausente en el momento de la concepción (es decir, cuando se unen el semen y la sangre menstrual). Por ejemplo, véase Svabodhodayamañjari 6ab: “En el momento de la fusión del semen y la sangre menstrual, la mente no está en ninguna parte [para ser encontrada]”.

⁴⁴ Bouy (1994: 105n414) consultó un manuscrito del Yogasiddhamrta en la Biblioteca Sarasvati Mahal en Tanjore. Hay otro manuscrito con este nombre en la Biblioteca Oriental del Gobierno, Mysore (Kaivalyadhama 2005: 334). Todavía tengo que consultar cualquiera de estos manuscritos, pero si son los únicos manuscritos que conservan este texto, entonces parece que se trata de una transmisión del Yogabija del sur de la India.

Yogacintamani de Sivanandasarasvati, el Upasanasarasa graha y el Yogasarasa graha, los dos primeros de los cuales citan el Yogabija. Por lo tanto, el Yogasiddhamrta bien puede ser una redacción tardía del Sur de la India del Yogabija, y dado que el Yogasikhopani,at también es un trabajo tardío, es probable que la definición de Rajayoga como la unión de fluidos sexuales surgiera después de la época del Hathapradipika⁴⁵.

Esto se ve confirmado por dos obras del siglo XVIII, Jogapradipyaka de Jayatarama y Sarvangayogapradipika de Sundardas, que afirman que Rajayoga surge de la práctica de Vajroli Mudra⁴⁶.

En el siglo XVIII, escritores de diversas tradiciones asociaron muchas prácticas diversas con Rajayoga. Por ejemplo, Rajayoga es el éxtasis sensual (rasalila) del culto de la Diosa Tripurasundari (Srividyā) en Hamsavilasa de Mitthusukla (Vasudeva 2012: 242–43), y en el compendio vedántico de Narahari llamado Bodhasara, son las catorce etapas del Yoga (yogabhumika) enseñado en el Yogavasistha (Cover 2012: 1–2)⁴⁷. Al ver que el Yogavasistha, que es una reescritura del anterior Mokosopaya, brinda una doctrina de liberación para los reyes (Hanneder 2009: 65), es sorprendente que el término “rajayoga” no aparezca en este texto. De hecho, mi investigación ha revelado solo dos textos que contienen la glosa de Rajayoga como “el Yoga digno de reyes”.

⁴⁵ Se ha sugerido que la aparición de rājayoga en un verso que sigue inmediatamente a una descripción de la práctica de Vajroli Mudra en el Yogatattvopanisat (128-129) confirma que Rajayoga estaba asociado con una práctica sexual, aunque como un estado mental (Schreiner 2013: 761). Esto solo es cierto en la medida en que Rajayoga se asoció con Hathayoga, ya que la descripción de Vajroli Mudra en el Yogatattvopanisat se encuentra al final de un pasaje que describe los mudras Hathayogui. Siguiendo este pasaje, uno debe leer tato bhaved rajayogo en Yogatattvopanisat 129a como “de [todas las prácticas anteriores enseñadas en este texto], surge el samādhi”. El Yogatattvopanisat es una versión trunca da del Dattatreya-yogasastra, y desafortunadamente su redactor omitió la línea etaih sarvais tu kathitair abhyaset kalakalatah antes de 129a, lo que sin duda deja en claro que todas las prácticas de Yoga descritas arriba de este verso producen Rajayoga (y no solo la práctica de Vajroli).

⁴⁶ Ver Jogapradipyaka 551–560, en el que Vajroli también se llama Viraj Mudra, y Sarvangayogapradipikā 3.14. Deseo agradecer a James Mallinson por estas referencias.

⁴⁷ Estas etapas también se encuentran en el Mokosopaya, una versión anterior del Yogavasistha de Cachemira del siglo X (Hanneder 2009: 64). Parece que la concepción de Rajayoga de Narahari incluye no solo las catorce etapas del Yoga, sino todas las secciones del texto que le siguen, ya que su primer verso (sección 14) sobre Rajayoga dice: “Comenzando con la división de [catorce] etapas hasta Al completar el texto, Rajayoga se explica en este profundo [trabajo llamado] Bodhasara”. El comentarista, Divakara, afirma esto al afirmar: “...hasta la finalización del texto significa la finalización del texto llamado Bodhasara...”. Esto incluiría treinta y ocho secciones adicionales del Bodhasara, e implica que Rajayoga es la enseñanza principal de este texto vedántico. Deseo agradecer a Jennifer Cover por proporcionarme este texto y comentario.

Ambos son obras vedánticas del siglo XVIII, a saber, el Rajayogabhasya⁴⁸ y el comentario de Divakara al Bodhasara⁴⁹.

La asociación de Rajayoga con Yogavasistha fue realizada por el Vijñanabhik, Vijñanabhiksu del siglo XVI, quien, en su Sankhyasara, superpuso Hathayoga y Rajayoga en una división entre Yoga y gnosis en Yogavasistha⁵⁰. En cierto sentido, Vijñanabhiksu estaba siguiendo la preferencia de Advaitavedantins anteriores por citar el Yogavasistha en contextos de Yoga, siendo el ejemplo más conspicuo el Vidyaranya del siglo XIV en su Jivanmuktiviveka. Al igual que Vijñanabhiksu, el Anandabodhendrasarasvati del siglo XVIII también distinguió entre Rajayoga y Hathayoga en su comentario sobre el Yogavasistha, pero su distinción no se basó exclusivamente en el Yoga y la gnosis, sino en aquellas técnicas de Yoga que se enseñan en el Yogavasistha (designadas como Rajayoga) como opuesto a aquellos que son contundentes y no se enseñan en las escrituras (Hathayoga)⁵¹.

⁴⁸ Rajayogabhasya, página 1. Este texto también glosa a Rajayoga como “el rey de [todos] los Yogas”. Se le ha llamado un comentario sobre el Mandalabrahmahopanisat. De hecho, en la edición de Sastri (1896), el texto se presenta con el Mandalabrahmahopanisat para ilustrar los paralelismos entre los dos textos. Además, algunos colofones del Rajayogabhasya confirman que es “un Yogasastra expandido” (por ejemplo, ms. 570, 1884–87 en BORI, folio 4r, línea 10. Ver también el prefacio a la edición de Sastri (1896: iii) para un colofón similar. Si es un comentario sobre el Mandalabrahmahopanisat, sería posterior al siglo XVIII (para la fecha del Mandalabrahmahopanisat, véase Bouy 1994: 44). Bouy sugiere que el Mandalabrahmahopanisat puede haber tomado prestado del Rajayogabhasya. Si lo hizo entonces, era un caso de un texto más conciso tomado de uno lleno del tipo de prolijidades que se esperan en un “texto de Yoga ampliado”. bien puede estar más cerca de esa fuente debido a su concisión.

⁴⁹ En su comentario sobre el primer verso del Bodhasara sobre Rajayoga (ver nota 49 arriba), Divakara dice: “Rajayoga es el Yoga de los reyes, porque los gobernantes pueden lograrlo incluso cuando [ellos] permanecen en su posición (es decir, como reyes). En este sentido, su característica [principal] es el conocimiento concerniente a la unión del yo individual con Brahman”. Deseo agradecer a James Mallinson por sus comentarios sobre este pasaje (comunicación personal, 27 de diciembre de 2012).

⁵⁰ Sankhyasara 6.2–3: “Aquel que no es capaz de Rajayoga, es apto para Hathayoga. En el Yogavasi'Tha, Vasi'Tha fue enseñado así por Bhusun a; en Rajayoga se vuelve a la gnosis y en Hathayoga a los ejercicios de respiración y posturas. [Ambos] son importantes; porque son auxiliares, uno [depende del] otro. Deben [ambos] practicarse de acuerdo con la capacidad de cada uno”. Esta división entre gnosis y Yoga (es decir, pranayama, etc.) en el Yogavasistha (5.78.8) se remonta al Moksopaya (5.78.8): “Hay dos métodos para destruir la mente; Yoga y gnosis, oh Rama. El yoga es el cese de la actividad [de la mente] y la gnosis es la percepción perfecta”. La referencia sobre Rajayoga en el Sankhyasara se cita en Schreiner (2013: 763). Deseo agradecer a Jürgen Hanneder por llamar mi atención sobre la referencia en el Moksopaya.

⁵¹ En el Srivasishtamaharamayanatparyaprakasa (5.92.33), Anandabodhendrasarasvati hace el comentario bastante sorprendente: “Cuando uno no es capaz (asakti) [de hacer] la práctica de Hathayoga, se debe practicar Rajayoga”. La declaración es sorprendente porque en los textos medievales de Yoga, Rajayoga generalmente se recomienda solo a los estudiantes más dotados, y aquellos incapaces de practicarlo reciben Hathayoga (sobre los diversos tipos de estudiantes adecuados para Mantrayoga, Layayoga, Hathayoga y Rajayoga, ver Birch 2011 : 546n135). Sin embargo, en un comentario posterior sobre el término “hatha” en Yogavasi,tha 5.92.37, Anandabodhendra lo define como aquellas prácticas no sancionadas por escrituras verdaderas o gurús: “Aunque detener la respiración es una [práctica] enérgica porque es un método de reprimir [lo que] es difícil [de contener], otros [métodos] contundentes en forma de acciones brutales como sentarse y acostarse [durante mucho tiempo], marchitar el cuerpo [es decir, ayunar], [malicioso] hechizos y amuletos y prácticas de cremación, que no están en el camino enseñado por las verdaderas escrituras y gurús, están prohibidos aquí...”. Así, aquellos incapaces de practicar Hathayoga son aquellos que no lo harían porque sus métodos están prohibidos. Más importante aún, el comentario de Anandabodhendra

Sin embargo, la asociación de Rajayoga con Yogavasistha no fue la predominante del siglo XVIII, porque en ese momento hubo más formulaciones de un Rajayoga triple⁵² y séxtuple, el último de los cuales intentó reunir a Sambhavi, Bhramari, Khecari y Yoni mudras, así como devoción (bhaktiyoga) y trance⁵³. Además, los manuscritos inéditos de los textos de Rajayoga en varias bibliotecas de Tamil Nadu indican un renacimiento de Rajayoga en el sur de la India quizás en el siglo XVIII o más tarde. Estos incluyen el Rajayogasiddhantarahasya⁵⁴, el Rajayogamrta⁵⁵, el Rajayogasara⁵⁶ y el Rajayoga⁵⁷ de Agastya. El Rajayogamrta es casi idéntico al Rajayogasiddhantarahasya, y los colofones del primero confirman su conexión con el segundo⁵⁸. El Rajayogasara tiene versos en común con el Rajayogasiddhantarahasya y el Rajayogamrta⁵⁹, y estos tres textos están redactados en la terminología y el estilo de los Saivagamas. Toman la forma de un diálogo entre Siva y la diosa y enseñan una serie de prácticas de visualización que implican perforar los nudos (granhi), ver una luz interna (jyotis), escuchar un sonido interno (nada) y

revela que él no consideró el término “hatha” en Yogavasistha 5.92 para referirse al Hathayoga de asana, pranayama, mudra, etc. Se puede inferir que por Rajayoga se refería a aquellas prácticas enseñadas en esta sección del Yogavasistha, que se resumen en 5.92.35ab-36: “El logro del conocimiento espiritual, la asociación con los sabios, el abandono de las tendencias habituales (vasana) y la detención del movimiento de la respiración. Según la tradición, estos métodos son poderosos para conquistar la mente”. Así, para Anandabodhendra, Rajayoga incluía la práctica de pranayama tal como se enseñaba en el Yogavasistha. La referencia sobre Rajayoga en Srivasisthamaharamayanatparyaprakāṣa se cita en Schreiner (2013: 762).

⁵² En el comentario llamado Saubhagyabhaskara sobre el Srilalitasahasranamastotra (180), el Bhaskararaya del siglo XVIII menciona a Sankhya, Taraka y Amanaska como los tres tipos de Rajayoga. La división Tarakayoga/Amanaskayoga puede derivar del sur de la India, ya que está presente en la recensión del sur de la India de Amanaska (pero no en la del norte de la India y Nepal), así como en las redacciones del sur de la India del Advayatarakopani,at y Maanalabrahmanopanisat.

⁵³ Gherandasamhita 7.4–6 (para una traducción, véase Mallinson 2004: 120–23).

⁵⁴ GOMLM (Biblioteca Gubernamental de Manuscritos Orientales, Madrás), ms. 4377. Para más detalles, consulte el Catálogo GOMLM (1910: 3263–64). Una transcripción R635 de este manuscrito se encuentra en la Biblioteca de Kaivalyadhama, Lonavla.

⁵⁵ GOMLM, Sra. 4378. Para más detalles, véase el Catálogo GOMLM (1910: 3265). También hay un manuscrito en papel de este texto en el Prajña Pathasala Mandala en Wai; EM. 399 (L. número 6–4).

⁵⁶ Biblioteca de Adyar; EM. PM1428 (número de transcripción TR1163). El colofón atribuye el texto a un Sankaracarya.

⁵⁷ GOMLM, Sra. 4374. Para más detalles, consulte el Catálogo GOMLM (1910: 3259–60). Se necesita más investigación para determinar si los manuscritos de títulos similares en GOMLM y Adyar Library están relacionados con los mencionados anteriormente; por ejemplo, el Rajayogarahasya (Adyar, ms. 72327), el Rajayogakrama (Adyar, ms. 24–F11), el Rajayogaprakarana (Adyar, ms. 70290), el Rajayogalaksanavicara (GOMLM, ms. D15980), etc.

⁵⁸ El manuscrito 399 contiene otros dos capítulos que probablemente sean una adición tardía al texto porque consisten principalmente en versos tomados del Amanaska. El ms. 4378 tiene solo dos capítulos, y estos son casi idénticos (aunque con numerosas variantes de lectura) a los dos primeros capítulos del ms. 399.

⁵⁹ El comienzo del Rajayogasiddhantarahasya (ms. R635, página 1, líneas 1–12) tiene paralelos claros en los versículos 6–10 (ms. PM1428, página 2, línea 6–página 3, línea 5) del Rajayogasara, que ocurren después cinco versos de salutación a Siva; el verso 10 se encuentra tanto en Rajayogasiddhantarahasya (ms. 4378, página 2, líneas 19–20) como en Rajayogamrta (ms. 399, folio 1r, línea 3). Hay aproximadamente dieciocho versos paralelos en el Rajayogasara y el Rajayogasiddhantarahasya.

fusionar la mente con él, y levantando Kuundalino. A diferencia del Amanaska, estos textos no son polémicos, sino que integran otros Yogas como Hatha, Sankhya y Laya⁶⁰.

De hecho, el Rajayogasiddhantarahasya (ms. R635, páginas 5–6) brinda una descripción extensa de Layayoga como el proceso de fusionar la mente en diez sonidos. La retención espontánea (kevalakumbhaka) se menciona en varios pasajes de Rajayoga, pero se omite la práctica de pranayama. Rajayoga se define de diversas formas, incluida la visualización de aquello que está dotado de nada, bindu y kala dentro de la propia luz interna⁶¹; la fusión de la mente en un sonido interno⁶²; y ver una luz en el sonido interno⁶³.

El Rajayoga de Agastya difiere de los tres anteriores en su contenido, terminología y orientación religiosa, que es el vaisnavismo. Bien podría ser parte de una obra mayor porque comienza con: “Ahora, el capítulo sobre Yoga”⁶⁴ (atha yogadhyaya; ms. 4374, folio 1r). Consta de seis secciones (upadesa) en las que se enseña una serie de prácticas de visualización que involucran la meditación en los cinco elementos burdos (tattva), la manipulación de la respiración, la repetición de om (pranava), la visualización de Visnu, Krsna, Ganga, Yamuna, y Sarasvati, y fijando (nyasa) mantras en el cuerpo. Hay muy poca mención de samadhi, sin embargo, el texto comienza con la declaración del señor: “Hablaré sobre Rajayoga...” Estos cuatro textos del sur de la India sobre Rajayoga parecen ser obras tardías porque, hasta donde yo sé, no se han citado en otros textos y brillan por su ausencia en compendios como Yogacintamani, Yogasarasagraha y Hathatattvakaumudi de Sundardeva⁶⁵. Desafortunadamente, ninguno de los catálogos informa una fecha de finalización de ningún manuscrito de estos textos de Rajayoga.

Rajayoga y Hathayoga en el Patañjalayoga

La aparición más temprana del término “rajayoga” en un comentario sobre el Yogasutra puede ser Yogasarasagraha de Vijñanabhiksu, que generalmente se atribuye a la segunda mitad del siglo XVI. Está razonablemente claro que Vijñanabhiksu entendió Rajayoga como samadhi, que era su significado predominante antes del siglo XVI. Menciona Rajayoga en relación con Hathayoga, pero solo para dirigir al lector a los textos de Hathayoga para la instrucción sobre asana porque su

⁶⁰ El siguiente pasaje del Rajayogasiddhantarahasya (ms. R635, página 10, líneas 9–14) es un buen ejemplo de esto: “Habiendo practicado primero Hathayoga, la retención espontánea [surge] abruptamente. [Entonces,] la unión de [la mente] en un sonido interno [ocurre] durante la retención. Debido al sonido interno, brilla una luz [interna]. Habiendo visto la luz en el espacio del corazón, [el yogui] es indudablemente libre. [La práctica de] asana es para la destrucción de enfermedades, pranayama para [la destrucción del] pecado. Entonces, la mente se vuelve más estable en la [práctica de] fusionar [la mente] con el sonido interno. Cuando la luz brilla [en el corazón], la liberación [surge.] No hay otro medio para liberarse [del samsara]”).

⁶¹ Rajayogasiddhantarahasya, ms. R635, página 3, líneas 8–10.

⁶² Rajayogasiddhantarahasya, ms. R635, página 4, líneas 4–5.

⁶³ Rajayogasiddhantarahasya, ms. R635, página 4, líneas 6–7.

⁶⁴ Rajayoga, Sra. 4374, folio 30r: “El señor dijo: ‘Hablaré sobre el altamente purificador Rājayoga que debe ser adoptado por los sabios. Trae liberación a sus practicantes y aumenta la longevidad y la salud’”.

⁶⁵ Además, estos textos de Rajayoga no se han citado en los siguientes tres capítulos del Upasanasaragraha: susumna, jivaparamatmasvarupopasana y abhyasayogaprakaranas. Como señaló Bouy (1994: 90-91), este compendio es de gran valor para fechar textos de Yoga escritos antes del siglo XVII, y aquí se necesita una búsqueda de todo su contenido, pero solo he tenido acceso a una transcripción IFP (T1095b) que contiene los tres capítulos anteriores.

preocupación era el tema del samadhi⁶⁶. Si hubiera entendido que Rajayoga es Patañjalayoga como un todo, uno esperaría ver el término “rajayoga” en un lugar mucho más prominente en su comentario. Sin embargo, su comentario confirma que prefirió no mezclar Patañjala y Hathayoga, aunque vio la oportunidad de hacerlo⁶⁷.

Tal oportunidad fue aprovechada por el Narayanatirtha del siglo XVII. En su comentario sobre el Yogasutra llamado Yogasiddhantacandrika, integró varios sistemas de Yoga medievales en Ashtangayoga. Como ha señalado Ko Endo (1998: 34), Narayanatirtha enumeró los siguientes quince Yogas en su introducción a Yogasutra 1.1: Kriyayoga, Caryayoga, Karmayoga, Hathayoga, Mantrayoga, Jñanayoga, Advaitayoga, Laksyayoga, Brahmayoga, Sivayoga, Siddhiyoga, Vasanyoga, Layayoga, Dhyanyoga y Premabhaktiyoga. En su comentario sobre Yogasutra 1.34, equipara Hathayoga con pranayama⁶⁸, y sobre Yogasutra 1.20, Rajayoga con asamprajñatasamadhi. Dado que asamprajñatasamadhi es el nivel más alto de samadhi en Patañjalayoga, está claro que Narayanatirtha colocó a Rajayoga como la meta a ser alcanzada por los otros Yogas, como fue el caso en la tétrada medieval estándar de Mantrayoga, Layayoga, Hathayoga y Rajayoga. Y ciertamente era consciente de la metáfora del Ser como rey:

Se ha dicho en la tradición: “aquí, se declara que el samadhi sin semilla es Rajayoga porque el señor, el Sí mismo, que es idéntico a la conciencia pura, brilla como una lámpara” (Yogasiddhantacandrika 1.20).

Rajayoga sobre quince yogas medievales

El Yogasiddhantacandrika de Narayanatirtha puede ser el primer trabajo en integrar abiertamente el Hathayoga en un comentario sobre el Yogasutra. Sin embargo, no fue el único en formar una jerarquía de quince sistemas de Yoga medievales bajo Rajayoga. Porque, una lista casi idéntica de Yogas se encuentra en el Tattvabinduyoga de Ramacandraparamahansa, que probablemente fue escrito en el siglo XVII o principios del XVIII⁶⁹. Este texto también se conoce con los nombres de

⁶⁶ Para una discusión sobre esto y una traducción de los pasajes relevantes, ver Birch (2011: 543n119).

⁶⁷ Yogasiddhantacandrika 1.34: “En la tradición, se habla de Hathayoga como pranayama: ‘el sol se conoce por la sílaba “ha”, la luna por la sílaba “tha”. La unión del sol y la luna se llama Hathayoga.’ [Por lo tanto,] el Hathayoga cuya característica [principal] es la unión del sol y la luna, [es decir,] pranayama, se conoce como pranayama en el Yogabija”. En el comentario de Narayanatirtha sobre Yogasutra 2.46, enumera treinta y ocho posturas y cita sin atribuir descripciones de ellas de textos como Hathapradipika, por lo que se podría argumentar que Narayanatirtha integró Hathayoga en asana y pranayama de Ashtangayoga. Sin embargo, solo menciona expresamente el Hathayoga con respecto al pranayama.

⁶⁸ Yogasiddhantacandrika 1.20. Para una traducción de este pasaje, ver Birch (2011: 543n120).

⁶⁹ Todavía tengo que determinar un terminus a quo para el Tattvabinduyoga, pero es poco probable que haya sido escrito antes del siglo XVII. El terminus ad quem más firme para el Tattvabinduyoga es un manuscrito (BORI ms. 664, 1883–84) completado en 1810 CE (samvat 1867). Otro manuscrito (VSUL 30019) que se informa en el catálogo de manuscritos de Yoga de Kaivalyadhama (2005: 104-5) está fechado en 1841, pero no se menciona a saka o samvat. Si es lo último, entonces la evidencia manuscrita confirmaría un terminus ad quem de 1784 CE. El New Catalogus Catalogorum (1974: 60) informa que Sundaradeva cita el Tattvabinduyoga en su Hathasa ketacandrika. Desafortunadamente, el Hathasa ketacandrika no ayuda a fijar un terminus ad quem anterior para el Tattvabinduyoga, porque fue compuesto en algún momento entre principios del siglo XVII (es decir, el Yogacintamani de Sivanandasarasvati) y 1832 EC, la última fecha se basa en la de un incompleto manuscrito en la Biblioteca de la Universidad de Cambridge (ms. Add. 2145). He anotado esto en caso de que se conozca la fecha de composición del Hathasa ketacandrika.

Tattvayogabindu, Yogabindu y Rajayoga⁷⁰, y comparte pasajes paralelos significativos con un texto llamado Yogasvarodaya que se cita extensamente en el Pranatosini de Ramatosana Vidyalamkara, que vivió en Bengala a principios del siglo XIX⁷¹. De hecho, los paralelismos entre el Tattvabinduyoga y el Yogasvarodaya son tan extensos que uno de estos textos debe haberse basado en el otro.

La lista de Yogas de Ramacandra es idéntica a la de Narayanatirtha con la excepción de que el primero omite el Premabhaktiyoga del segundo. No parece haber paralelos entre estas dos obras aparte de los nombres de los diversos Yogas. Esto se debe en gran parte a que las explicaciones de Narayanatirtha se rigen por el Yogasutra que comentaba, mientras que el trabajo de Ramacandra se basa en otras tradiciones de yoga predominantes en su época. Por ejemplo, como se señaló anteriormente, Narayanatirtha equipara Hathayoga con pranayama, pero Ramacandra describe dos variedades de Hathayoga que involucran prácticas como el ,atkarma (es decir, dhauti, nauli, etc.) y técnicas de visualización⁷². La definición de Kriyayoga de Narayanatirtha sigue el Yogasutra 2.1 como observancias ascéticas, recitación de las escrituras y contemplación de Isvara, mientras que Ramacandra lo define como el cultivo de la paciencia, el juicio discriminativo, el desapego, la paz y la satisfacción⁷³. Además, en el Tattvayogabindu, Rajayoga no está definido por la terminología del Yogasutra de asamprajñatasamadhi o nirbijasamadhi, sino por la terminología niskala de tradiciones teístas anteriores⁷⁴.

Muchos de los Yogas anteriores en Yogasiddhantacandrika y Tattvabinduyoga también se encuentran en Sarva gayogapradipika⁷⁵, una obra de Braj-bhasa escrita por Sundardas que vivió en el siglo XVII y estuvo asociado con Dadupanthis en Ghatra (Thiel-Horstmann 1983: 13). Los cuatro capítulos (upades) de esta obra enseñan tres tétradas de Yogas: la primera, Bhaktiyog, Mantrayog, Layayog y Carcayog; el segundo, Hathayog, Rajayog, Laksayog y Ashtangayog; y el tercero, Sankhyayog, Jñanayog, Brahmayog y Advaitayog. Él también vio a Rajayoga como el mejor Yoga de

⁷⁰ Los manuscritos de estos nombres se informan en el catálogo de manuscritos de Yoga de Kaivalyadhama (2005: 102–5, 246–47, 394–95), y se atribuyen a un Ramacandra. El colofón del manuscrito consultado por mí (es decir, BORI ms. 664, 1883-84) da el nombre del texto como el Tattvabinduyoga que se ha adoptado anteriormente.

⁷¹ Pranatosini, parte 6, páginas 830–48. Según las fuentes citadas en Goudriaan y Gupta (1981: 147), este trabajo se completó en 1820 y se imprimió en 1824. Para ver un ejemplo de uno de sus pasajes paralelos al Tattvabinduyoga, consulte la nota 76 a continuación.

⁷² Tattvabinduyoga, folio 7v, líneas 4–folio 8r, línea 3: “Now, Hathayoga is explained [as follows]. The practice of [stopping] the breath is accomplished by such methods such as exhalation, inhalation, and retention. And then, purification of the body occurs by means of the six cleansing practices such as dhauti. When the entire breath remains in the sun channel, then the mind becomes still. When the mind is still, direct perception of one’s essential nature as bliss manifests. Because of [this] Hathayoga, the mind dissolves into the void. Death does not go near [that yogin]. Now, the second type of Hathayoga is explained. Some white, yellow, blue, [or] red form with the splendour of ten million suns is visualized [by the yogin] in his body from his feet up to his head. Because of meditation on that [form], disease and [excessive] heat do not occur in his body and the length of his life increases”.

⁷³ Tattvabinduyoga, folio 2r, líneas 4-5: “Aquel que hace que surjan en su mente tales [estados mentales] como la paciencia, el juicio discriminativo, el desapego, la paz y la satisfacción, se dice que él solo es un yogui de [estos] muchos Kriyas”.

⁷⁴ Tattvabinduyoga, folio 7r, línea 1.

⁷⁵ Deseo agradecer a James Mallinson por esta referencia.

todos estos Yogas y, jugando con el significado de la raíz de raj⁷⁶, escribió que quien lo practica, “brilla” durante mucho tiempo⁷⁷. La descripción de Sundardas del rajayogin es bastante típica de la de un yogin en samadhi⁷⁸.

Observaciones finales sobre la historia de Rajayoga

Se pueden hacer las siguientes conclusiones sobre Rajayoga a partir de las fuentes sánscritas mencionadas anteriormente. Primero, el segundo capítulo del Amanaska es la evidencia más antigua que existe de la definición del término “rajayoga” en un texto de Yoga. En segundo lugar, la ausencia de rajayoga en los Tantras anteriores, y particularmente en el Moksopaya, en el que uno esperaría encontrarlo, sugiere que el término no se usó en relación con el Yoga antes del siglo X. Y finalmente, está claro que, con la excepción de Aparoksanubhuti, el principal significado denotativo de Rajayoga en los textos de Yoga escritos antes del siglo XV era samadhi y su uso en relación con los fluidos sexuales, prácticas sexuales como Vajroli Mudra, el Yoga del Yogavasistha y Patañjalayoga ocurren después de este tiempo. Sin embargo, el significado connotativo de Rajayoga como el “mejor Yoga” siempre está implícito cuando el término se usa en textos medievales y modernos. En las primeras tradiciones de Hathayoga y Rajayoga, la superioridad de Rajayoga estaba implícita en la necesidad de samadhi para alcanzar la liberación en vida (jivanmukti). Después del Hathapradipika del siglo XV, varias otras tradiciones, incluidos escritores modernos como Swami Vivekananda, adoptaron el nombre como un término emblemático para la superioridad de sus innovadoras reinterpretaciones del Yoga.

Tres tradiciones entrelazadas

En el Raja Yoga de Swami Vivekananda convergen tres tradiciones que tienen una historia propia: Rajayoga, Ashtangayoga y Patañjalayoga. Los dos últimos generalmente se identifican como una sola tradición, pero Ashtangayoga ha tenido vida propia⁷⁹ y fue adoptado y reinterpretado por varias tradiciones Saiva y Vaisnava, así como por el gran erudito Jain, Hemaçandra⁸⁰. Sus interpretaciones están desprovistas de la metafísica y la terminología que caracterizan a Patañjalayoga. La tradición de Patañjalayoga es compleja desde el momento de su creación, debido a la estrecha relación del Yogasastra con Sankhya, así como al hecho de que sus comentaristas posteriores (por ejemplo, Vacaspatimira, Sankara, Vijñanabhiknu, etc.) han identificado ellos mismos con otras tradiciones. Como ha señalado Gerard James Larson (2009: 487–88), el Patañjalayogasastra se asemeja a una “tradición común” (samanatantra) que se ha mantenido al margen de cualquier afiliación sectaria a pesar de que Saivas y Vaisnavas la han consultado. Además, el Yogabhasya parece haber sido el texto de referencia preferido sobre Yoga

⁷⁶ Para un juego de palabras similar, consulte la segunda definición de rajayoga de Amanaska (nota 22 anterior), así como la definición de Narayanatirtha (citada anteriormente en la página 414–15).

⁷⁷ Sarvangayogapradipika 3.13cd. Mi lectura de este hemistiquio sigue el comentario del editor, R. C.

⁷⁸ Sarvangayogapradipika 3.18–19. Comparar Hathapradipika 4.108 y 4.111.

⁷⁹ Mi investigación sobre las tradiciones del Yoga que datan del siglo XII en adelante ciertamente confirma este punto de vista. Sin embargo, hay casos en los que Ashtanga se interpreta independientemente de Patañjalayoga antes de este momento (por ejemplo, Netratatra 8.10–21). David Gordon White me informa que ha discutido exposiciones de Ashtanga que difieren de las del Yogasutra, en cinco Puranas, incluido el Visnupurana temprano (6.7), en su próximo libro, *The Yoga Sutra of Patanjali: A Biography* (2014) (comunicación personal, 10 de enero de 2013).

⁸⁰ Para ver ejemplos de las diversas tradiciones en las que se encuentra Ashtangayoga, consulte Birch (2011: 541n103).

para el comentarista más erudito, y su influencia en las primeras tradiciones de Hathayoga y Rajayoga fue, como máximo, marginal, como lo demuestran sus textos en sánscrito, como el Amanaska y el Hathapradipika.

El éxito de cualquier texto de yoga indio depende de si añade algo nuevo a las enseñanzas del pasado, manteniendo al mismo tiempo la apariencia eterna de la tradición que, en el caso del yoga medieval, emanaba de una fuente divina y atemporal. Al usar el Yogasutra para sancionar sus puntos de vista eclécticos e innovaciones, Swami Vivekananda habría satisfecho la sed de su público, ya sea teósofo o no, por enseñanzas aparentemente antiguas. El estilo aforístico y la tradición común del Yogasutra deben haberlo convertido en una fuente autorizada y atractiva para Swami Vivekananda. Sin embargo, uno podría preguntarse si se habría remitido al Yogasutra si no hubiera contenido Ashtangayoga, porque él y otros gurús modernos han confiado en Ashtangayoga para dar a sus propios puntos de vista una estructura integral y una pertinencia vital para las prácticas y teorías más destacadas del Yoga. Esto también es evidente en obras sánscritas anteriores. Por ejemplo, en el Bhagavatapurana (3.28), Ashtangayoga sirve para introducir una larga descripción de una práctica de visualización en Visnu, en el marco de otros auxiliares como asana para sentarse erguido y pranayama para purificar la mente, lo que habría satisfecho y, quizás, atraído a devotos vaishnavas interesados en el yoga. Además, al incluir Ashtangayoga, la fe del Bhagavata estaba distinguiendo su Yoga del Sadanagayoga del Saivismo al tiempo que se aseguraba de que cubriera los auxiliares esenciales del Yoga.⁸¹

A Sanskrit work would only be preserved if it was of value to someone, because scribes required payment for copying it. The extra-textual context for the transmission of Yoga texts is often assumed to be a living tradition of a lineage of gurus who combine the texts with oral teachings. Medieval Yoga texts repeatedly state that a guru is indispensable for success in Yoga. The Yogasutra may well be an exception here, for it has endured on a scholarly plane as evinced by the erudition of its later commentaries such as Vacaspatimisra's Tattvavaisaradi and compilations such as Sivanandasarasvati's Yogacintamani. Though the Yogasutra may have inspired learned Yoga practitioners of past centuries, it has survived in literature without an apparent lineage of gurus. The text's value to panditas would have greatly contributed to the survival of its manuscript tradition, and more recently, Swami Vivekananda's Raja Yoga ensured the survival and prominence of the Yogasutra in the twentieth century. Though Swami Vivekananda was intent on "transmitting" philosophical ideas which were not in Patañjalayoga, later works on Rajayoga such as those by Swami Sivananda and Swami Rama have more closely followed the content of the Yogasutra, and the subsequent interest in Patañjalayoga, particularly outside India, has prompted practitioners and scholars to make historical and philological investigations into the textual tradition. The Hathayoga texts appear to have played the same role in the development of modern Yoga. Like Swami Vivekananda's Raja Yoga, translations and commentaries of Hatha texts have been written by prominent Yoga gurus who used them to sanction their innovations as well as to provide the structure and terminology of physical practices. This is evinced by the inclusion of

⁸¹ Aparte del Bhagavatapurana, otros textos vaishnavas que incorporaron Ashtangayoga incluyen el Visnupurana y el Pañcaratrika Ahirbudhnyasamhita, así como el Vasisthasamhita, el Yogayajñavalkya y el Dattatreya-yogasastra. Algunas obras de Saiva como Netratatra y Agnipurana también han incorporado Ashtangayoga.

Hathayoga's auxiliaries (that is, ,atkarma, pranayama, mudra-bandha, and so on) in most systems of modern Yoga.

Observaciones finales

El significado connotativo siempre presente de Rajayoga como el Yoga superior ha asegurado su supervivencia como nombre para un tipo de Yoga. Aparte de los ejemplos citados en las fuentes sánscritas anteriores, el alcance de los juegos de palabras basados en este compuesto es evidente incluso en tiempos recientes, como en las publicaciones de Brahma Kumaris:

Raja Yoga implica que quienes lo practican se comporten como reyes... Se convierten en "reyes despreocupados" que no se ven afectados por los marcados contrastes de tristeza y alegría, ganancia y pérdida, éxito y fracaso, alabanza y difamación. Su realeza y sabiduría no les permiten violar las leyes de la naturaleza..." (1996: 128).

Ernest Wood supuso que, "El adjetivo raja significa 'regio' porque el hombre se convierte en rey o dueño de sus propias facultades..." (1954: 9). Y al tratar de explicar la asociación de Rajayoga con Patañjalayoga, Georg Feuerstein sugirió que, "Podría referirse al hecho de que el Yoga de Patanjali fue practicado por reyes, en particular el rey Bhoja del siglo X..." (2001: 29).

La historia del término revela que sobrevivió a las tradiciones que lo llevaron a la prominencia en siglos anteriores. Su supervivencia apunta a la continua importancia del samadhi en las tradiciones de yoga de la India, así como a la competencia constante entre estas tradiciones que han competido entre sí al afirmar que enseñan el "mejor yoga". Como complemento del Hathayoga, representa las técnicas de yoga mentales, meditativas, avanzadas y puramente soteriológicas en oposición a las físicas, preparatorias y orientadas a Siddhi. La línea divisoria entre Hathayoga y Rajayoga es una derivación de la tensión más antigua entre ritual y gnosis en las religiones indias. La eficacia y la falta de esfuerzo de Rajayoga en oposición al progreso gradual y el esfuerzo requerido para Hathayoga todavía se defienden hoy por las mismas razones.

Referencias Citadas

- Akhilananda, Swami. 2001 [1948]. Hindu Psychology: Its Meaning for the West. Taylor and Francis e-Library [internet].
- Amanaska. See Birch 2013.
- Amaraughaprabodha. See Mallik 1954.
- Anandakanda. 1952. Anandakanda (ed. S. V. Radhakrishna Sastri). Tanjore: Tanjore Sarasvati Mahal Sanskrit Library.
- Aparoksanubhuti. 1988. Aparoksanubhutih—Vidyaranyakrtaya Aparoksadipikakhyatikaya Samvalita (ed. Kamla Devi). Allahabad: Akshayavata Prakashan.
- Bhagavatapurana. 1983. Srimadbhagavatapurana with the Tika Bhavarthabodhina of Sridharasvamin (ed. Jagadisalala Sastri). Delhi: Motilal Banarsidass.
- Birch, Jason. 2011. “The Meaning of Hatha in Early Hathayoga.” Journal of the American Oriental Society 131, 4: 527–54.
- Birch, Jason. 2013. “The Amanaska: King of All Yogas. A Critical Edition and Annotated Translation with a Monographic Introduction” Ph.D. Dissertation. Oxford: University of Oxford Library.
- Bodhasara. 2010. Bodhasara: An Eighteenth Century Sanskrit Treasure by Narahari (trans. Jennifer Cover and Grahame Cover). Charleston: CreateSpace.
- Bouy, Christian. 1994. Les natha-yogin et les Upanisads: étude d’histoire de la littérature hindoue. Paris: Diffusion de Boccard.
- Brahma Kumaris. 1986 [1981]. Positive Health: Raja Yoga Meditation for Stress-Free, Peaceful and Healthy Life. Delhi: Prajapita Brahma Kumaris Ishwariya Vishwa Vidyalaya.
- Brahma Kumaris. 1996. Raja Yoga: New Beginnings. Delhi: Prajapita Brahma Kumaris Ishwariya Vishwa Vidyalaya.
- Brhadaranyakopanisat. See Olivelle 1998.
- Brhannaradiyapurana. 1984. The Naradiyamahapurana (ed. N. S. Singh). Delhi: Nag Publishers.
- Bronkhorst, Johannes. 1993. The Two Traditions of Meditation in Ancient India. Delhi: Motilal Banarsidass.
- Chandra, Ram. 2009 [1989]. The Complete Works of Ram Chandra. Volume 1. Calcutta: Spiritual Hierarchy Publication Trust.
- Cover, Jennifer. 2012. “An 18th century Illumination of the Seven Steps of Raja-Yoga.” Paper Presented at the 15th World Sanskrit Conference, January 5–10, Delhi, India.
- Daniélou, Alain. 1991 [1949]. Yoga: Mastering the Secrets of Matter and the Universe. Rochester: Inner Traditions International.
- Dattatreya-yogasastra. N.d. Dattatreya-yogasastra (ed. James Mallinson, compiled with assistance from Alexis Sanderson, Jason Birch, Péter Szántó, and Andrea Aciri). Unpublished.
- De Michelis, Elizabeth. 2004. A History of Modern Yoga: Patañjali and Western Esotericism. London: Continuum.
- Dhatupatha. 1969. Dhatupatha of Panini (ed. Kanaka Lal Sharma). Haridas Sanskrit Series 281. Varanasi: Chowkhamba Sanskrit Series Office.

- Durai, A. P. 2004. Basics of Sahaj Marg. Online book: <http://shivanand.tripod.com/download/meditationBASICS.htm> (accessed January 12, 2013).
- Dvivedi, Manilal Nabhubhai. 1885. Rája Yoga, or The Practical Metaphysics of the Vedánta: Being a Translation of the Vákyasudhá or Drigdrishyaviveka of Bháratitirtha, and the Aparokshánubhuti of Shri Shankaráchárya. Bombay: The “Subodha-Prakasha” Printing Press.
- Endo, Ko. 1998. “The Medieval Yoga-s and the Patanjala-Yoga: Narayana Tirtha’s Interpretation of the Yogasutra.” The Journal of the Faculty of Letters, Nagoya University. Philosophy 44: 25–39.
- Feuerstein, Georg. 2001 [1998]. The Yoga Tradition: Its History, Literature, Philosophy and Practice. Prescott: Hohm Press.
- Frauwallner, Erich. 1973 [1953–56]. History of Indian Philosophy. Volume 1: The Philosophy of the Veda and of the Epic; the Buddha and the Jina; the Samkhya and the Classical Yoga-System (trans. V. M. Bedekar). Delhi: Motilal Banarsidass.
- Gharote, M. L. and Vijay Kant Jha, eds. 2002. Yuktabhavadeva of Bhavadeva Misra. Lonavla: Lonavla Yoga Institute.
- Gherandasamhita. See Mallinson 2004.
- Gode. P. K. 1953. Studies in Indian Literary History. Volume 1. Bombay: Bharatiya Vidya Bhawan.
- GOMLM (Government Oriental Manuscripts Library, Madras) Catalog. 1910. A Descriptive Catalogue of the Sanskrit Manuscripts in the Government Oriental Manuscripts Library, Madras. Volume 9: Systems of Indian Philosophy: Vaisesika, Yoga, Mimamsa and Vedanta-Advaita Philosophy (eds. M. Rangacarya and Rao Bahadur). Madras: Superintendent, Government Press.
- Goudriaan, Teun and Sanjukta Gupta. 1981. Hindu Tantric and Sakta Literature. Wiesbaden: Otto Harrassowitz.
- Hanneder, Jürgen. 2009. “Dreams and Other States of Consciousness in the Moksopaya.” In Claudine Bautze-Picron, ed., The Indian Night, Sleep and Dream in Indian Culture, 64–102. Delhi: Rupa.
- Hathapradipika. 1972. Hathapradipika of Svatmarama with the Commentary Jyotsna of Brahmananda (ed. K. Kunjunni Raja). Madras: Adyar Library and Research Centre.
- Hathapradipika. 1998. Hathapradipika of Svatmarama (eds. Swami Digambarji and Pandit Raghunatha Sastri Kokaje). Lonavla: Kaivalyadhama Srimanmadhava Yogamandira Samiti.
- Hatharatnavali. 2002. Hatharatnavali of Srinivasayogi (eds. M. L. Gharote, Parimal Devnath, and Vijay Kant Jha). Lonavla: Lonavla Yoga Institute.
- Hathatattvakaumudi. 2007. Hathatattvakaumudi of Sundaradeva (eds. M. L. Gharote, Parimal Devnath, and Vijay Kant Jha). Lonavla: Lonavla Yoga Institute.
- Iyengar, B. K. S. 1979. Light on Yoga (Yoga D/pika). New York: Schocken Books.
- Jogapradipyaka. 2006. Jogapradipyaka of Jayatarama (eds. Swami Mahesananda, and B. R. Sharma, G. S. Sahaya and R. K. Bodhe).
- Lonavla: Kaivalyadhama Srimanmadhava Yogamandira Samiti.
- Jyotsna. 2002. Hathapradipika Jyotsna of Brahmananda (eds. Swami Mahesananda, and B. R. Sharma, G. S. Sahaya and R. K. Bodhe).

- Lonavla: Kaivalyadhama Srimanmadhava Yogamandira Samiti.
- Kaivalyadhama. 2005. Descriptive Catalogue of Yoga Manuscripts (Updated) (comp. Philosophico-Literary Research Department). Lonavla: Kaivalyadhama S.M.Y.M Samiti.
- Kaulajñananirnaya. Kaulajñananirnaya, manuscript NAK 3–362 (NGMPP reel A48/13), National Archives at Kathmandu, Nepal.
- Kaulajñananirnaya. 1934. Kaulajñananirnaya and Some Minor Texts of the School of Matsyendranatha (ed. Prabodh Chandra Bagchi). Calcutta Sanskrit Series 3.
- Larson, Gerald James. 2009. “Differentiating the Concepts of ‘Yoga’ and ‘Tantra’ in Sanskrit Literary History.” *Journal of the American Oriental Society* 129, 3: 487–98.
- Mahabharata. 1933–66. The Mahabharata for the First Time Critically Edited (eds. V. S. Sukthankar, S. K. Belvalkar, and P. L. Vaidya, general editors, and others). 19 volumes. Poona: Bhandarkar Oriental Research Institute.
- Mak, Bill M. 2013. “The Date and Nature of Sphujidhvaja’s Yavanajataka Reconsidered in the Light of Some Newly Discovered Materials.” *History of Science in South Asia* 1: 1–20.
- Malinislokavarttika. 1921. Malinivijayavarttika of Abhinavagupta (ed. Madhusudan Kaul). Kashmir Series of Texts and Studies 31.
- Mallik, Kalyani. 1954. Siddha-Siddhanta-Paddhati and Other Works of the Natha Yogis. Poona: Poona Oriental Book House.
- Mallinson, James. 2004. The Gheranda Samhita: The Original Sanskrit and An English Translation. Woodstock: Yoga Vidya.
- Mallinson, James. 2007. The Shiva Samhita: A Critical Edition and an English Translation. Woodstock: Yoga Vidya.
- Mallinson, James. Forthcoming. “Hathayoga’s Philosophy: A Fortuitous Union of Non-Dualities.” *Journal of Indian Philosophy*.
- Moksopaya. 2013. Moksopaya: Upasantiprakarana (eds., Susanne KrauseStinner and Peter Stephan). Wiesbaden: Harrassowitz.
- Neff, Mary K. 2003 [1937]. Personal Memoirs of H.P. Blavatsky. Whitefish: Kessinger Publishing.
- Netratantra. 1926, 1939. Netratantra with the Commentary (Netroddyota) of Rajanaka Ksemaraja (ed. Madhusudan Kaul). Kashmir Series of Texts and Studies 46, 59.
- New Catalogus Catalogorum. 1974. New Catalogus Catalogorum: An Alphabetical Register of Sanskrit and Allied Works and Authors (ed. Kumarapuram Kunjuni Raja). Volume 8. Madras: University of Madras.
- Olivelle, Patrick, trans. and ed. 1998. The Early Upanisads: Annotated Text and Translation. New York: Oxford University Press. Paul, N. C.
- 1882 [1851]. A Treatise on the Yoga Philosophy. Benares: Medical Hall Press.
- Pingree, D. E. 1981. Jyotihsastra: Astral and Mathematical Literature. Wiesbaden: Otto Harrassowitz.
- Pranatosini (of Ramatosana Vidyalamkara). 1898. Pra~ato,in/ (ed. J. V. Bhattacaryya). Calcutta: Srijivananandavidyasagarabhattacharya.
- Rajayoga (of Agastya). Rajayoga, manuscript 4374, Government Oriental Manuscripts Library, Madras.
- Rajayogabhasya. Rajayogabhasya, manuscript 570, 1884–87, Bhandarkar Oriental Research Institute Library, Pune.

- Rajayogabhasya. 1896. Mandalabrahmanopanisad with a Commentary (Rajayogabhasya) (ed. Mahadeva Sastri). Government Oriental Library Series. Mysore: Government Branch Press.
- Rajayogamrta. Rajayogamrta, manuscript 399 (L. number 6–4), Prajna Pathasala Mandala, Wai.
- Rajayogamrta. Rajayogamrta, manuscript 4378, Government Oriental Manuscripts Library, Madras.
- Rajayogasara. Rajayogasara, manuscript PM1428, Adyar Library, Chennai.
- Rajayogasiddhantarahasya. Rajayogasiddhantarahasya, transcript R635 (based on manuscript D4377), Kaivalyadhama Library, Lonavla.
- Rama, Swami. 1998 [1979]. The Royal Path: Practical Lessons on Yoga. Honesdale: Himalayan Institute Press.
- Rudrayamalottaratantra. 2002. Rudrayamalam (Uttaratantram) (ed. Ramakumara Raya). Varanasi: Krsnadasa Academy.
- Sanderson, Alexis. 1990. “The Visualization of the Deities of the Trika.” In André Padox, ed., *L’image divine: culte et méditation dans l’hindouisme*, 31–88. Paris: Éditions du CNRS.
- Sankhyasara (of Vijñanabhikṣu). 1986. Samkhyasara: Hindi anuvada sahita (ed. Badari Narayana Pancoli). Delhi: Pancoli Pustakamala Prakasana Samiti.
- Saradatilakatantra. 1996. Sarada-Tilaka-Tantra (ed. Arthur Avalon). Delhi: Motilal Banarsidass.
- Sarngadharapaddhati. 1987. Sarngadharapaddhati (ed. Peter Peterson). Delhi: Chaukhamba Sanskrit Pratishthan.
- Sarvangayogapradipika. 1992. Sarvangayogapradipika in the Sundargranthavali (ed. R. C. Misra). Delhi: Kitabghar.
- Satyananda Saraswati, Swami. 1969. Asana Pranayama Mudra Bandha. Munger: Bihar School of Yoga.
- Saubhagyabhaskara. 1935. Lalitasahasranamastotram with the Commentary Saubhagyabhaskara (ed. V. S. Panshikar). Bombay: Panduranga Tavaji Nirnaya Sagara Press.
- Schreiner, Peter. 2013. “Yoga: Raja Yoga.” In Knut A. Jacobsen, Helene Basu, Angelika Malinar, Vasudha Narayanan, eds., *Brill’s Encyclopedia of Hinduism*, 760–69. Leiden: Brill.
- Singleton, Mark. 2010. *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practice*. New York: Oxford University Press.
- Sivananda, Swami. 2010 [1937]. *Raja Yoga*. Tehri-Garhwal: The Divine Life Society.
- Sivasamhita. See Mallinson 2007.
- Sivayogadipika. 1978. Sivayogadipika (Sadasivayogisvaraviracita) (ed. Asramasthapandita^a). Anandasrama Sanskrit Series 139. Pune: Anandasrama Press.
- Strauss, Sarah. 2005. *Positioning Yoga: Balancing Acts Across Cultures*. Oxford: Berg.
- Svabodhodayamañjarī. See Torella 2000.
- Svacchandoddyota. 1921–35. Svacchandatantra with the Commentary (Svacchandoddyota) of Rajanaka Ksemaraja (ed. Madhusudana Kaul). Kashmir Series of Texts and Studies 31, 38, 44, 48, 51, 53, 56.

- Tantraloka. 1918–38. Tantraloka of Abhinavagupta with the Commentary (-viveka) of Rajanaka Jayaratha (ed. Mukund Ram Sastri). Kashmir Series of Texts and Studies 23, 28, 30, 35, 29, 41, 47, 59, 52, 57, 58.
- Tattvabinduyoga (of Ramacandraparamahansa). Tattvabinduyoga, manuscript 664, 1883–84, Bhandarkar Oriental Research Library, Pune.
- Thiel-Horstmann, Monika. 1983. Crossing the Ocean of Existence: Braj Bhasa Religious Poetry from Rajasthan. A Reader. Wiesbaden: Otto Harrassowitz.
- Torella, Raffaele. 2000. “The Svabodhodayamañjar/, or How to Suppress the Mind with no Effort.” In Ryutaro Tsuchida and Albrecht Wezler, eds., Haranandalahari: Volume in Honour of Professor Minoru Hara on His Seventieth Birthday, 387–410. Reinbek: Verlag für Orientalistische Fachpublikationen.
- Upanasarasangraha. Upanasarasangraha, IFP transcript T1095b (based on R2831[i], foliis 116a–139b), pages 15–63. (Available on the Muktabodha website, http://muktalib7.org/IFP_ROOT/access_page.htm).
- Urmikaularnavatantra. Urmikaularnavatantra (ed. Mark Dyczkowski). (Available on the Muktabodha website, http://muktalib7.org/IFP_ROOT/access_page.htm).
- Vasudeva, Somadeva. 2004. The Yoga of the Malinivijayottaratantra, chapters 1–4, 7–11, 11–17: Critical Edition, Translation and Notes. Pondicherry: École française d’Extrême-Orient.
- Vasudeva, Somadeva. 2012. “The Transport of the Hansas: A Sakta Rasalila as Rajayoga in Eighteenth Century Benares.” In David Gordon White, ed., Yoga in Practice, 242–54. Princeton: Princeton University Press.
- Vivekananda, Swami. 2003 [1896]. Raja Yoga. Leeds: Celephais Press.
- Ward, William. 1818 [1811]. A View of the History, Literature, and Mythology of the Hindoos: Including a Minute Description of their Manners and Customs and Translations from their Principal Works. Volume 1. Serampore: Mission Press.
- Wood, Ernest. 1954. Great Systems of Yoga. New York: Philosophical Library.
- Yoga Upanisads. 1968. Yoga Upanisads with the Commentary of Sri Upanisadbrahmayogin (ed. Pandit A. Mahadeva Sastri). Madras: The Adyar Library and Research Centre.
- Yogabija. Yogabijaprakaranam, manuscript 8627, Deccan College Library, Pune.
- Yogabija. 1982. Yogabija of Gorakhanatha (ed. Ramalala Srivastava). Gorakhpur: Gorakhanath Mandir.
- Yogacintamani (of Sivanandasarasvat/). Yogacintamani, manuscript 9785 (based on R635), Kaivalyadhama Yoga Institute Library, Lonavla.
- Yogacintamani (of Sivanandasarasvati). N.d. Yogacintamani (ed. Haridas Sarma). Calcutta: Calcutta Oriental Press.
- Yogarajopanisat. Yogarajopanisat, manuscript 46–461, Bharat Itihas Samshodak Mandal, Pune.
- Yogarajopanisat. 1938. Unpublished Upanishads (ed. Kunhan Raja). Chennai: Adyar Library.
- Yogasarasangraha. Yogasarasangraha, IFP transcript T859 (based on D4373). (Available on the Muktabodha website, http://muktalib7.org/IFP_ROOT/access_page.htm).

- Yogasarasangraha (of Vijñanabhiksu). 1989. Yogasarasangraha of Vijñanabhiksu (ed. Ram Shankar Bhattacharya and Goswami Prahlad Giri Vedantakeshari). Varanasi: Bharatiya Vidya Prakashan.
- Yogasastra. 1977–86. Yogasastram (Svopajñavrttivibhusitam) of Hemacandra (ed. Muni Jambuvijaya). Bombay: Jaina Sahitya Vikasa Mandala.
- Yogasiddhantacandrika. 1910. Yogadarsanam with a Commentary Called the Yogasiddhantacandrika of Narayanatirtha (ed. Pandita Ratna Gopala Bhatta). Varanasi: Vidya Vilasa Press.
- Yogasikhopanisat. See Yoga Upanisads.
- Yogasutra. 1904. Patañjalayogasutrani (eds. Kasinatha Sastri Agase and Hari Narayana Apate).
- Anandasrama Sanskrit Series 47. Pune: Anandasrama Press.
- Yogavasistha. 1918. The Yogavasistha of Valmiki with the Commentary Vasisthamaharamayanatatparyaprakasa (ed. Vasudeva Laxman Sastri Panshikar). Bombay: Tukaram Jawaji.

JASON BIRCH is visiting assistant professor in Yoga Studies at Loyola Marymount University, Los Angeles.

letusconnect@hotmail.com