



Kriya Yoga

d e B a b a j i

Editorial

Espiritualidad integral

por M. G. Satchidananda

Recientemente leí el nuevo libro de Ken Wilbur "Espiritualidad integral". Nunca había leído nada de él aunque sabía que está considerado como quizás el filósofo más grande de nuestro tiempo, según la persona que me dio el libro, Bhagavan Das, durante nuestro peregrinaje a Sri Lanka. Como el tema principal de su obra es el de

"la iluminación", me gustaría comentar su definición de este concepto:

"Estar completamente iluminado significa ser uno con - trascender e incluir - todos los estados y fases, y eso supone: todos los estados y fases han sido hechos objeto de tu sujeto, y todos los Yo han sido hechos míos en el siguiente Yo, y sólo queda Yo-Yo, y el

mundo entero es tu objeto, descansando fácilmente en la palma de tu mano. Te has des-identificado con todo, trascendiendo e incluyendo el Kosmos".

La contribución más grande de Ken Wilbur al pensamiento moderno creo que es lo que él llama del "mapa" de la consciencia humana, a través de todas sus fases de desarrollo y en todos los estados o experiencias posibles. Él ha tenido éxito, creo, en incluir dentro de su "mapa" todos los dominios conocidos de la ciencia física, la psicología moderna, los mitos antiguos, la filosofía y la espiritualidad. Él lo ha hecho, quizás por primera vez, tanto desde la perspectiva de la experiencia individual personal, desde la perspectiva del científico que mira a la experiencia humana individual y a la colectiva, al igual que desde la perspectiva de la cultura colectiva, con sus valores y perspectivas compartidos. Tal "mapa" ayuda a uno a ver dónde ha estado, dónde está, y dónde reside el propio potencial, junto con varias líneas de desarrollo, incluyendo, por ejemplo, en las relaciones, el trabajo, la espiritualidad y la cultura.

Me sorprendí gratamente al determinar que el Kriya Yoga Siddhantham, las enseñanzas de Babaji y de los Yoga

Contenidos

1. Editorial: "Espiritualidad integral" por M. Govindan Satchidananda
2. "Movimiento y resistencia: aceptando el cambio en el cuerpo" por Durga Ahlund
3. "El ashram de Sri Lanka Ashram" por M. Govindan Satchidananda
4. "¿Por qué practicamos Yoga?", por M. Govindan Satchidananda
6. Notas y noticias
6. Nuevo libro: "El Yoga de Jesús", por Nityananda
8. Calendario de actividades de Kriya Yoga



Publicado trimestralmente por Babaji's Kriya Yoga y Publications, Inc.
196 Mountain Road P.O. Box 90
Eastman, Quebec, Canada J0E 1P0
Teléfono (450) 297-0258; fax: 450-297-3957 email: info@babaji.ca
Página de Internet: <http://www.babaji.ca>

Sigue en página 2

Movimiento y resistencia: aceptando el cambio en el cuerpo

por Durga Ahlund

He estado en lucha con mi cuerpo. Hace unos ocho meses comencé a experimentar dolor y rigidez en mi hombro. Antes experimenté una mala caída al dar un paso. Mi pie se quedó atrapado y tropecé, pero la caída fue en un movimiento lento, en la que yo parecía tener todo el tiempo que necesitaba para pensar cómo podría evitar dañarme. Cuando finalmente golpeé el suelo vi que no tenía un daño físico obvio. No estaba contusionada o cortada y estaba en realidad bastante orgullosa de mí misma, habiendo tomada una caída tal de forma tan consciente, sin dañarme. Seguramente, pensé, “mi presencia” de mente debe haberme protegido.

Dos meses después, cuando había olvidado todo sobre la caída, desarrollé una resistencia y un dolor en mi hombro derecho. Un día sencillamente descubrí que no podía ejecutar yogamudrasana, chakrasana, y gomukasana. Luego, gradualmente, el hombro se volvió tan doloroso que me despertaba por la noche y me resultaba difícil vestirme por la mañana.

Seguí mis días como si nada hubiera cambiado. Seguí presionándome a mí misma mientras enseñaba Hatha Yoga, seguí llevando mi ordenador portátil y mis libros en una mochila sobre mis hombros, y seguí trabajando diariamente durante horas con mi ordenador, sin un soporte necesario bajo mis codos o mis muñecas. Mi problema del hombro se volvió progresivamente más limitante y más doloroso. Incapaz de encontrar una posición cómoda para descansar, el dormir se convirtió en un problema para mí. Comencé a buscar la ayuda de expertos. Fui a rayos X, fui a ver a médicos ortopédicos, terapeutas físicos y terapeutas de masajes, fui a terapias suaves y dolorosas de digitopuntura y manipulaciones, reiki, liberación sacrocraneal y miofascial, tejidos profundos y shiatsu, ultrasonidos, e incluso una inyección de cortisona. Estaba practicando fielmente cualquier número de ejercicios que me fueron prescritos. Nada parecía ayudar, la inflamación

estaba empeorando, junto con el dolor y la rigidez. Me estaba volviendo más inmóvil con cada nuevo diagnóstico y tratamiento. Conforme cada médico se concentraba en un único aspecto del problema, el dolor parecía desplazarse, irradiando hacia mi cuello, el hombro opuesto y los pulgares de las dos manos. Me estaba volviendo más y más frustrada e incluso enfadada con mi cuerpo. Estaba mostrando signos típicos de los “50” y de sentirme “estancada” en un ciclo predestinado de envejecimiento.

Una mañana, hace una semana, me desperté con una nueva actitud. No había dormido mucho por la noche pero tuve algunos momentos de lucidez y me desperté con aceptación, quizás no con una entrega resoluta, pero con aceptación respecto a lo que estaba haciendo mi cuerpo. Estaba abierta a la lección que había para mí en esto. El movimiento y la resistencia son ciertamente fuerzas naturales inherentes en la vida. Toda vida tiene sus estaciones de actividad y de descanso. La vida tiene sus flujos y reflujos naturales. Nuestros cuerpos tienen sus propios códigos genéticos de orden y de desorden. Quizás yo también tengo algunas limitaciones kármicas y estoy predestinada en este momento a experimentar una oposición irreconciliable en mi cuerpo. Y seguramente este cuerpo físico sólo puede absorber determinado estrés físico, mental, emocional o medioambiental antes de que el dolor crónico o agudo, la rigidez, la enfermedad, el malestar, la inflamación y la enfermedad se establezcan. Y aunque la mente puede fallar en registrar o en escoger desapegarse de un incidente estresante, los mecanismos del cuerpo no fallarán en expresarlo. Estaba abierta a descubrir la fuente del estrés que causó este dolor físico y que puede también estarse resistiendo a su curación.

Si esta situación particular es simplemente una

Sigue en página 3

Editorial (continuación)

Siddhas, incluye todos los dominios identificados en el “mapa” de consciencia de Ken Wilbur. Lo que él ha hecho es integrar lo que era, en tiempos pasados, una visión holística del mundo. Entonces la ciencia y la espiritualidad no eran dominios separados. Hoy el conocimiento y la comprensión humanos del mundo sufren de múltiples divisiones. Cada uno es especialista en algo, y muy pocos desarrollan la perspectiva de la totalidad. Nuestras universidades, nuestros expertos, nuestra economía de mercado, todo empuja hacia la desintegración del conocimiento humano. El estudio de la obra de Ken Wilbur puede ayudarlo a uno a ir más allá del propio ser de uno, del almacén limitado que crea nuestro ego.

Todos tenemos nuestras entoejeras culturales. Nuestra cultura moldea las percepciones individuales de los fenómenos y de los dharmas, y luego, habiendo cometido ese

error fundamental, también asignar la verdad a lo que son, en parte, meros gustos culturales. Por ejemplo, una experiencia de inspiración o de trascendencia espiritual puede ser atribuida a Jesús, Buda, Alá o a un santo o gurú particular o a cualquier forma de Dios que uno considere más elevada, dependiendo de la cultura en la que uno nace o es educado. Normalmente no nos damos cuenta de cuán limitado es nuestro pensamiento. Las verdades metafísicas contempladas por un meditador a menudo no son universales, sino que dependen de la tradición religiosa o cultural desde la que son expresadas. Aprendiendo a ver las “cajas” en las que todos estamos metidos, uno puede ir más allá de ellas.

Ken Wilbur ha ofrecido un mapa de carreteras fuera de nuestras cajas culturales, conduciendo a una espiritualidad integral que abraza todas las fases, estados y experiencias. □



El ashram de Sri Lanka

por M. G. Satchidananda

A comienzos de febrero del 2007, Durga Ahlund y yo fuimos a Sri Lanka para dirigir seminarios e inaugurar un nuevo ashram de Kriya Yoga en Katirgama, the holiest place in a sacred land, where Babaji attained nirvikalpa Samadhi under the guidance of his guru Boganathar. Actualmente en Sri Lanka hay una frágil tregua tras una guerra civil, te rogamos que reces por la paz allí.

El Kriya Yoga ha sido mantenido vivo en Sri Lanka gracias a los esfuerzos de unos pocos. El libro azul de las 18 posturas de Hatha Yoga ha empezado a difundirse por toda Sri Lanka. Unos jóvenes han estado enseñando ampliamente las 18 posturas y han establecido clases en pueblos remotos y en 17 campos de refugiados. En enero del 2006 Manuel Masche, de Alemania, director del ashram de Bangalore, dio una serie de 16 clases de las 18 posturas en Colombo, la capital, a las que asistieron unas 250 personas. De ellas 35 fueron seleccionadas para asistir al seminario de primer nivel en otoño del 2006,

dado por el Acharya Satyananda. Él dio otro en enero del 2007.

Se ha registrado en Sri Lanka el consorcio "Babaji's Kriya Yoga Order of Acharyas Trust" y se ha comprado una parcela en el bosque junto al río Manickaganga, a 10 minutos del templo de Katirgama. En febrero del 2007 se inauguró allí un ashram.

Durante la ceremonia de inauguración plantamos los siguientes árboles sagrados: baniano, ficus, aliaría y mango. Cantamos en el infrecuente altar de estrella de cinco puntas que rodea a un árbol baniano, cada punto contiene imágenes sagradas de diversas tradiciones espirituales. Después todos disfrutamos de una zambullida en las aguas prístinas del río. ¡Jai Babaji!

El ashram está abierto a iniciados de Kriya Yoga que deseen practicar una sadhana intensa en un ambiente simple e ideal, cerca de la naturaleza. Un veterano iniciado en Kriya Yoga de Sri Lanka reside allí. □

Movimiento y resistencia (continuación)

relación y una experiencia (me caí hace 10 meses y forcé la articulación del hombro, lo que después me provocó la inflamación), entonces, ¿por qué no se está curando? Nadie parece comprender bien la bursitis. ¿Podrían el karma o el ego estar de algún modo implicados? Seguramente, un elemento definitorio del ego es ser una oposición a la fuerza consciente de las leyes universales de la causa y efecto. ¿Estaba yo, de algún modo, actuando en oposición a la compleja fuerza de la curación?

La curiosidad más profunda sobre la causa de mi bursitis relajó inmediatamente mi ansiedad y mis tensiones, y me encontré a mí misma haciendo calmadamente nuevas preguntas desde un punto de vista diferente. ¿Hay otro elemento en juego? ¿Es mi naturaleza emocional, los deseos y aversiones de mi ego los que lo arreglan, más en juego en este colapso o ruptura de mi cuerpo físico, más que la caída o mi edad? ¿Podría un acorde discordante dentro de mi propia naturaleza estar creando la desarmonía que me está manteniendo estancada en mi cuerpo? Y aunque el desapego puede mitigar mis emociones, ¿está mi cuerpo continuamente registrando y revelándolas a través de este dolor y esta rigidez?

Sumergirme en la fuente de mi problema me permitió sencillamente comprender cuán poderoso motivador era para mí el "sentirme estancada", y cómo ello había afectado a todos los niveles de mi ser. Tengo una naturaleza fiera, no me gusta ser retenida, y así, el sentimiento de "estar estancada" era no sólo físico, sino también emocional y espiritual. "Yo" estaba estancada y "yo" quería liberarme, quizás un conflicto de energías rajas (actividad) y tamás (inercia). Hay una serie de escenarios insignificantes por los que mi ego podría protestar o mi naturaleza estar obstaculizada. Pero, no importa, el resultado era con-

flicto entre estas dos poderosas energías que había iniciado una gran desarmonía en mi cuerpo, mi mente y mi espíritu. Ese conflicto energético estableció las condiciones perfectas para el colapso y la ruptura en mi cuerpo, y ¿lo atribuyó quizás a esa "caída" original? A través de este proceso he recordado otras caídas similares.

Al relajarme respecto al problema físico, y dirigirme al conflicto en mi naturaleza con consciencia, atención y Yoga, quizás sea capaz de llevar alguna calma al fuego. El rechazar lo que está sucediendo en mi cuerpo, seguramente sólo cebaría el fuego y el conflicto entre rajas y tamás. Quizás el aceptar lo que está sucediendo reducirá la llama y la inflamación y mi energía se relajará.

El sentimiento de "estar estancada" está creando una gran discordia en el cuerpo: fallos en el sistema nervioso, mala digestión, y con certeza mis cuerpos sutiles no están en forma. Me siento cansada, inquieta y no presente en mi vida. Y aunque el yoga no es un curallotodo, sé que puede dirigirse hacia las diversas obstrucciones en mi constitución física y subconsciente, la no receptividad y la renuncia vacía.

Mi nueva afirmación es: yo disfrutaré esta nueva fase de mi vida, y disfruto con una nueva práctica suave de asanas y una naturaleza más calmada. Cambiaré mi actitud básica, mi naturaleza fiera. Liberaré el flujo de energía vital y creo equilibrio en mi cuerpo para volver a mi sentido natural de optimismo y alegría.

En el Yoga, sé que al aplicarme yo misma de forma repetida puedo realizar cambios en mi cuerpo, mi mente y mi personalidad. Al emprender una nueva práctica de asanas más suave, que se dirija a soltar y lubricar todas

Sigue en página 4



¿Por qué practicamos Yoga? (Parte 1)

por M. G. Satchidananda

Uno de los debates más importantes que todo estudiante debe ganar a la mente se refiere a la duda “¿por qué practicamos Yoga?”. Porque hasta que uno esté totalmente convencido de su valor en relación con todo lo demás en la propia vida, no tendrá la prioridad que es necesaria para escapar de nuestro sufrimiento. La mente creará dudas y distracciones sin fin hasta que uno comience a establecerse a sí mismo en una perspectiva que trasciende la mente. Lee con cuidado y absorbe las implicaciones de lo que es el debate más importante de tu vida.

Un cambio de perspectiva

De una forma o de otra todos estamos sufriendo. Individual y colectivamente. Podemos intentar negarlo, o evitarlo, pero esto es algo dominante. Nuestro sufrimiento toma muchas formas: dolor físico, angustia emocional, miedo, ira, envidia, expectativas respecto a los demás, preocupación mental, depresión. Buscamos escapar de ello a través del alcohol, las drogas, la televisión, el comer, el ejercicio, formas innumerables de distracción, el trabajo, las terapias y la religión. ¿Pero comprendemos la causa raíz de nuestro sufrimiento? ¿Y por qué causamos tanto sufrimiento unos a otros?

La sabiduría es conocer la fuente del sufrimiento y la fuente de la alegría. El sabio nos dice que es la confusión de nuestro Ser verdadero con el cuerpo-mente-personalidad lo que está en la raíz del sufrimiento. Él nos dice que cuando nos identificamos con nuestra alma, permaneciendo firmemente en la perspectiva de un Testigo interno, podemos conocer la alegría profunda, instantáneamente, sin esfuerzo.

¿Quién sufre? Puede haber dolor físico, emociones turbulentas, pensamientos conflictivos. Pero ellos vienen y van. Y cuando se han ido, permanece quien verdaderamente somos. Tú eres eso que siempre es, a través del espectáculo pasajero de las sensaciones físicas, las emociones y los pensamientos. Tú no puedes ser nada que venga y se vaya. Tú sólo puedes ser eso

que siempre es. ¿Qué parte de ti nunca cambia? Toma ahora unas respiraciones profundas, y pregúntate: “¿Qué parte de mí nunca cambia?”. Los pensamientos cambian. Las emociones cambian. Las sensaciones del cuerpo cambian. ¿Qué queda? No le pongas siquiera una etiqueta. Sencillamente date cuenta de “eso”. “Eso” es informe, intemporal, inmutable.

Como tu mente está comprometida en leer este artículo, intentando comprender el tema que estoy señalando, los pensamientos normalmente surgirán. Pero, ¿puedes dar un paso atrás y cambiar tu perspectiva, convirtiéndote en un Testigo de cualquier pensamiento, sentimiento, y sensación que surja mientras continúas leyendo este artículo? Si puedes, estarás disfrutando de la perspectiva de tu alma, que es consciencia pura. A diferencia de todo lo demás, no puede ser experimental, porque no es un objeto. Es el sujeto. Todo lo demás es un objeto. Así, descubrir Quién eres no tiene que ver con tener una nueva experiencia. No hay nada “especial” que experimentar. Tú tampoco te vas a volver “especial”. Ser “especial” implica estar separado de todo lo demás. Quien tú eres es eso que está detrás de toda “cosa”, y por tanto, no está separado.

“Eso” tampoco puede ser aprendido. La comprensión implica pensamientos acerca de un objeto de observación o de consideración. Pero “eso” está más allá de todos los pensamientos. Eso es simplemente amor.

Tú no eres tus pensamientos. La mayoría de ellos no son siquiera tuyos, para comenzar. Tú tienes pensamientos; ellos vienen y van. Pero tú permaneces. La mayoría de los pensamientos son generados por los demás, flotan por alrededor en la atmósfera mental y luego entran en tu campo de consciencia mental, donde tú les añades un poco de color local, un toque personal, y luego lo expresas con “yo pienso” o “yo estoy desanimado”, “tengo que hacer esto”, o “vámonos” o lo que sea.

Así, los sabios son aquellos que pueden cambiar de perspectiva y permanecer en un estado de realización donde no se identifican con los pensamientos, las emociones y las sensaciones del cuerpo-mente, sino con la perspectiva del Testigo del alma. La perspectiva del Testigo del alma es amor que da extensamente.

Egoísmo

¿Por qué ordinariamente identificamos nuestro ser con nuestras sensaciones y emociones? En el lapso de un día somos aptos de confundir “quienes somos” con diversas identidades, a menudo conflictivas. “Yo estoy cansado” piensa uno al despertar. Tras una taza de café y dos llamadas telefónicas, “yo estoy super-recargado”. Después en el día “yo estoy orgulloso de lograr esto o aquello, o feliz”, o enamorado. Pero, al final del mismo

Movimiento y resistencia (continuación)

las articulaciones y a llevar energía hacia ellas, nutriré una útil y nueva disciplina para iniciar la curación. Pero, además, observaré mis pensamientos, emociones, necesidades habituales, impulsos y aversiones, y ganaré conscientemente más ecuanimidad y equilibrio, de modo que haya menos frustración, desánimo y conflicto en mi ser.

Creo que mi hombro se curará. Quizás consiga de nuevo una plena movilidad. Pero mi actitud ha cambiado; para mí se ha vuelto más importante comprender qué está sucediendo en mi cuerpo, y aprender de la experiencia, que tenerla como antes lo hacía. □

Sigue en página 5

¿Por qué practicamos Yoga? (continuación)

día, “yo estoy” aburrido, celoso, envidioso o perturbado, furioso o infeliz, y puedo incluso odiar a la misma persona que adoraba antes en el día. Así que ¿cuál de éstos te describe? “Tú” no puedes ser todas estas emociones y sensaciones cambiantes. Tú no eres ninguna de estas cosas.

Si te pregunto quién eres tú, podrías decirme tu nombre, y cómo te ganas la vida; quizás tu estatus marital y con quién te relacionas, como “la madre/el padre de tres niños”. Podrías decirme de dónde eres, qué te gusta, qué no te gusta, dónde trabajas, tu religión. Y si tuviéramos más tiempo comenzarías a contarme historias sobre ti mismo y sobre lo que tú crees. Sin embargo, si te encuentro un año después, cualquiera de estas cosas puede haber cambiado, puedes haber perdido tu trabajo, haberte divorciado, haber cambiado lo que te gusta y lo que no te gusta del mundo, y ahora tienes nuevas historias que contarme. ¿Así que quién eres tú? ¿Realmente? No puedes ser nada de lo anterior, porque todo ello es temporal. Sólo puedes ser eso que nunca cambia. Porque si cambia, ya no puede ser más.

Estamos muy confundidos acerca de nuestra identidad. ¿Pensamos o decimos “yo” miles de veces más al día! ¿Pero quién es este “yo”? La palabra para “yo” en griego es “ego”. El ego podría ser definido como el hábito de identificarnos con el cuerpo, la mente y las emociones. Siempre que hacemos o pensamos o sentimos algo repetidamente, se forma un hábito. Los lóbulos interiores del cerebro programan nuestros hábitos para facilitar nuestras respuestas a estímulos externos que provienen de los cinco sentidos. Tenemos miles de hábitos, son únicos a cada individuo. La forma como caminamos, hablamos, comemos, conducimos un coche, tratamos a los demás, las cosas que nos gustan y que no nos gustan, todas éstas se basan en hábitos. Juntos, su suma se añade a lo que es referido como nuestro karma: las consecuencias de nuestros pensamientos, palabras y acciones pasados. El hábito más significativo que tenemos cada uno es el hábito de identificarnos con nuestros pensamientos, emociones y sensaciones. Decimos o pensamos: “yo pienso” o “yo siento” o “yo estoy cansado” o “yo estoy alterado”. Sin embargo, verdaderamente, no somos nada de estas experiencias. Es correcto decir: “Los pensamientos que tengo sobre eso son....” o “mi cuerpo está cansado”, o “me siento alterado por eso”. Esto es, todo lo que experimentamos es un objeto, no es el sujeto. Quien soy verdaderamente, la consciencia pura del Testigo, es el sujeto. Así que el egoísmo es realmente un caso de identidad errónea. Como un actor, pretendemos que somos alguien que no somos, olvidando nuestra verdadera identidad.

Consecuencias del egoísmo

Así, la consecuencia más importante del egoísmo es el sufrimiento. El sufrimiento depende de cómo reaccionas a lo que sucede. Es por tanto distinto del dolor. Por ejemplo, el dolor puede suceder cuando te caes y

te golpeas tu cara y tu codo. El sufrimiento implica emociones como ira, vergüenza y remordimiento que le siguen. Por causa del egoísmo te identificas con tales emociones, maldices y pierdes tu sentido de ecuanimidad y del humor. El sufrimiento de lanza fuera del equilibrio. El ego puede lanzarte fuera del equilibrio. Quien tú eres verdaderamente no puede hacerlo. Quien eres verdaderamente mantiene un sentido de la ecuanimidad. Es por tanto importante estar vigilante y notar las manifestaciones del ego, antes de que se desequilibre y te arrastra hacia sentimientos negativos. Éstos incluyen:

1. Deseo: imaginar o fantasear el placer derivado de algún objeto o circunstancia, o sentir aversión hacia algo que creemos que nos causará algún dolor o incomodidad. Es pasajero, pero nos impide disfrutar del momento presente. El deseo es una trampa, porque cualquier deseo nos convencerá de que “estaríamos mejor” si sólo pudiéramos satisfacer ese deseo. Éste quema hasta que es satisfecho, luego hay una suspensión temporal del deseo hasta que surge el nuevo deseo, normalmente justo después. Los deseos no tienen fin. La próxima vez que sientas deseos de algo, pregúntate “¿quién desea?”, e inmediatamente te volverás hacia tu ser verdadero, y ver las cosas desde su verdadera perspectiva, la del Testigo. En verdad, no hay nadie que desee; los deseos vienen, y se van. Cuando estás satisfaciendo un deseo, de nuevo, obsérvate a ti mismo disfrutándolo. Cultiva la perspectiva de un observador amoroso y desapegado. Uno que ama no desea nada.

2. Ira: Incluye todos esos sentimientos fuertemente apasionados sostenidos hacia alguien o algo, incluso uno mismo, cuando los deseos son frustrados. La ira misma forma un hábito. Debe ser rechazada o reorientada. La ira siempre afecta negativamente al que la posee. El sabio no guarda la ira. La ira puede ser siempre redirigida hacia acciones positivas para ayudar a corregir un error. Uno que ama no puede retener la ira.

3. Codicia: implica querer más para ti mismo, más que querer el bien de los demás. La codicia es una práctica de estar centrado en uno con respecto a todo; querer la mayor parte de todo, sea riqueza financiera, comida, gratificación sensual, gratificación emocional o gratificación espiritual. Uno que ama verdaderamente no es codicioso.

4. Orgullo: es una opinión muy exagerada sobre uno mismo, frecuentemente resultando en desprecio y en mal trato hacia los demás. Uno se siente como superior de algún modo. Puede manifestarse cuando uno se identifica con sus logros personales, o con los logros de una religión, de un equipo deportivo, con la propia raza, nacionalidad, o siempre que haya un pensamiento de “yo” o “nosotros” frente a “ellos”. El orgullo esconde la realización de nuestro Ser verdadero y nos vuelve incapaces de ver la realidad subyacente de todo.

Sigue en página 7



Notas y noticias

Encuentro de iniciados del 13 al 15 de julio en Québec. Todos son bienvenidos. Ven para una sadhana de fin de semana y un compartir en Satsagn. Disfruta de la práctica de grupo de yoga y meditación, una conferencia de M. G. Satchidananda sobre su nuevo libro y una clase de yoga con Durga. Reserva pronto tu alojamiento y comida. Las donaciones son bienvenidas. Ven y celebra el 15 aniversario del Ashram de Québec.

Encuentro de Acharyas, junio 27-julio 2, 2007: todos los quince Acharyas del Kriya Yoga de Babaji se reunirán por vez primera, desde 5

países de Europa, al igual que desde Norteamérica, Brasil, Australia, en el Ashram de Québec, donde participarán en más formación y desarrollo, satsang y desarrollo de proyectos en el décimo aniversario del establecimiento de la Orden de Acharyas del Kriya Yoga de Babaji. Consulta www.babaji.ca para aprender más sobre las actividades presentes y futuras de la Orden.

Nuevo libro: “La sabiduría de Jesús y los Yoga Siddhas”, por M. Govindan, ahora disponible en inglés, francés y español. ¿Quién era Jesús? ¿Uno de los seres humanos más influyentes de todos los tiempos?

¿El fundador del Cristianismo? ¿Un mesías o salvador enviado por Dios para redimir a la humanidad de sus pecados? ¿Cuáles fueron sus enseñanzas? ¿Está nuestro conocimiento de Jesús limitado a lo que está registrado en la Biblia? ¿Qué tiene que decir la investigación histórica moderna sobre lo que dijo e hizo Jesús? ¿Cuáles fueron las enseñanzas históricas de Jesús, antes de que la religión cristiana se organizase?

Con el descubrimiento de muchos documentos nuevos en el desierto del Sinaí y cerca del Mar

Sigue en página 7

Nuevo libro: “El Yoga de Jesús”

por Nityananda

Nadie en Occidente es tan conocido y tan desconocido como Jesús, a pesar de que nuestra cultura se edificó sobre sus enseñanzas. Los Evangelios, tal como los conocemos, esconden perlas de sabiduría, muchas veces ignoradas por falta de un entendimiento sobre su verdadera dimensión espiritual.

“El Yoga de Jesús” es una exposición directa de las enseñanzas místicas de Jesús, comparándolas con textos esenciales de la tradición yóguica de los Siddhas de la India, lo que nos permite vislumbrar sus significados más profundos. Ofrece, además, una clara explicación sobre el Yoga, que resultará reveladora tanto para practicantes como para los no iniciados.

A través de “El Yoga de Jesús” el lector puede salir al encuentro del Amado maestro, redescubriendo la frescura de sus palabras, las “aguas vivas” de la Verdad, más allá de interpretaciones distorsionadas y doctrinarias.

Esta obra establece un puente entre Oriente y Occidente que nos permite descubrir la profundidad del Yoga y la verdadera espiritualidad de nuestros orígenes cristianos. La sabiduría de los Siddhas, los maestros del Yoga, nos hace posible reencontrar el mensaje directo y radical de Jesús. Un mensaje que nos sigue conmoviendo, dos mil años después.

Fragmento de la introducción: “Respecto al Jesús histórico real, se han dicho todo tipo de cosas, ante la falta de unos datos reales. Frente a todo este tipo de especulaciones, hay dos hechos incuestionables:

- Las enseñanzas de Jesús han moldeado la sociedad occidental.

- Las enseñanzas de Jesús han generado el surgimiento de diversos santos, hombres de realización espiritual, que manifestaron esta realización no sólo con su sabiduría,

sino con sus milagros: San Francisco de Asís, San Juan de la Cruz, Santa Teresa de Jesús...

Estas enseñanzas están recogidas principalmente en los cuatro evangelios canónicos, responsables en gran medida de estos dos hechos incuestionables. Así que a través del estudio de estas enseñanzas podemos reencontrar la fuerza espiritual detrás del Cristianismo.

Este libro propone una meditación sobre diferentes palabras de Jesús. Para ello se presentan algunas citas esenciales de sus dichos o de sus parábolas, y a continuación se incluyen textos de la tradición yóguica que expresan una sabiduría similar. Así se descubren las verdades esenciales de las palabras de Jesús y de las enseñanzas tradicionales del Yoga. Y también se desea inspirar al lector en su propia búsqueda de la Verdad, para que a partir de la piedra de su propia experiencia, entendimiento e intuición construya la “iglesia” de su realización personal, lo cual es una de las metas del Yoga y de las verdaderas tradiciones espirituales, incluyendo, la enseñanza de Jesús.

Se ofrece al lector no un análisis académico de las verdades expuestas, sino más bien un enfoque intuitivo y directo; se ha simplificado al máximo la exposición de las ideas, especialmente las del Yoga; se ha evitado incluir citas innumerables y abstracciones metafísicas y filosóficas, buscando por encima de todo “las aguas vivas” de la verdad, intentando seguir el estilo del Maestro, Jesús.”

Este libro propone un viaje que, a través de Oriente, acaba en el propio corazón, lugar donde, según el Maestro, reside el Reino de los Cielos.

120 páginas. Precio: 10 euros + 3 euros de gastos de envío. **Para pedidos: con tarjeta de crédito, usa nuestra sección de comercio electrónico en www.babaji.ca, o mediante cheque.** □



Notas y noticias (continuación)

Muerto, y con el surgimiento de métodos modernos de análisis de textos por parte de eruditos libres de prejuicios institucionales, hoy la mayoría de los estudiosos bíblicos coincidirán en que los libros del Nuevo Testamento están escritos con diversos niveles de autenticidad:

1. Lo que fueron probablemente las palabras reales de Jesús, citadas en los evangelios de Mateo, Marcos y Lucas, pero anotadas décadas después.

2. Lo que fueron probablemente interpolaciones - palabras atribuidas a Jesús por fuentes desconocidas.

3. Lo que fue dicho sobre Jesús o sobre Sus enseñanzas por otros, por ejemplo, Pablo en sus "cartas", que compusieron la mayoría del resto del Nuevo Testamento, y que sirvieron como base para los dogmas de la Iglesia primitiva.

Dentro del Cristianismo y de la comprensión popular de Jesús y de sus enseñanzas, ¿en qué medida estas interpolaciones y el dogma de la Iglesia primitiva distorsionaron u oscurecieron las palabras y enseñanzas reales de Jesús? ¿Qué dicen las palabras reales de Jesús acerca de quién era Jesús y cuáles eran Sus enseñanzas? ¿Qué no dicen las palabras reales de Jesús? ¿Sustituyeron Pablo y Juan las enseñanzas de Jesús por el Cristianismo, las enseñanzas sobre Jesús el Cristo? Yogananda interpretó quién era Jesús al distinguir entre "Jesús" la persona del "Cristo", el estado de "consciencia" que Él había logrado. La mayoría de su interpretación se basa en afirma-

ciones presuntamente hechas por Jesús, por ejemplo, las afirmaciones de "Yo soy", en el Evangelio de Juan, que la mayoría de los eruditos sospechan ahora que son interpolaciones, unas palabras que no dijo Jesús. Esta obra presenta una comparación entre las enseñanzas de los Yoga Siddhas y las enseñanzas que son hoy consideradas como las enseñanzas más auténticas de Jesús, según los resultados de la investigación histórica crítica moderna y el análisis de textos. 145 páginas. Bibliografía. Tapa blanda. 15 x 22 centímetros. Venta pre-publicación. Será publicado en marzo del 2007 (la edición en inglés). Encarga tu copia ahora por sólo USD\$12 ó CA\$14 más impuestos y gastos de envío, un 205 % de ahorro respecto al precio de venta. ISBN 978-1-895383-43-0. **Para pedidos: con tarjeta de crédito, usa nuestra sección de comercio electrónico en www.babaji.ca, o mediante cheque.**

Envía tus preguntas y comentarios al nuevo blog (en inglés): www.wisdomofjesus.net. Diseñado para promover el debat sobre el nuevo libro "La sabiduría de Jesús y los Yoga Siddhas". También lee el capítulo de introducción, la tabla de contenidos y las reseñas de esta importante reciente publicación.

Iniciaciones de segundo nivel serán impartidas por M.G. Satchidananda en los meses siguientes en Redlands, S. California junio 15-17, en el Ashram de Québec, junio 22-24, y octubre 19-21, 2007; en, Bangalore, India

octubre 12-14, cerca de Frankfort, Alemania, agosto 3-5, in Blois, Francia, noviembre 2-4, 2007. También por Rudra Shivananda en Brasil, en Johor Bahru. Malasia a comienzos de noviembre del 2007.

Iniciaciones de tercer nivel se ofrecerán en Québec en julio 20-29; Frankfort, Alemania: agosto 5-12, en Blois, Francia: agosto 12-19, 2007. Logra la meta de la Auto-realización con poderosas kriyas para despertar los chakras y entrar en el estado sin aliento de samadhi.

Una formación de 200 horas de profesor de Kriya Hatha Yoga será ofrecida en Frankfurt, Alemania, del 19-30 agosto, y en Bangalore, India, 12-17 octubre y 24-28 enero del 2008. Para más información, el calendario y programa del curso contacta con Durga en durga@babaji.ca.

Curso por correspondencia de "La gracia del Kriya Yoga de Babaji": puedes ahora apuntarte al segundo año de este curso (en inglés). El primer año del curso está ahora disponible en inglés, español, portugués y francés. Mira en www.babaji.ca o contacta con info@babaji.ca ó 1-888-252-9642. Para la versión en español escribe a nacho-ae@ono.com para recibir una hoja del curso. Éste es un curso especial de auto-estudio que no sólo ampliará tu comprensión del Yoga, sino tu comprensión de ti mismo, y te abrirá a la inspiración y a una nueva comprensión de tu destino kármico personal. Suscríbete hoy al Curso de la Gracia en www.babaji.ca

¿Por qué practicamos Yoga? (continuación)

El orgullo confina al amor.

5. Envidia, malicia y celos: es la amargura que es experimentada al ver a los demás felices o teniendo algo que uno no tiene. También oscurece la fuente interna verdadera de gozo. La amargura restringe el amor de modo que uno no es capaz de experimentarlos ni siquiera para sí misma.

El sabio ve estas manifestaciones del ego como oportunidades para la propia purificación: dejando partir lo que uno no es, de modo que uno puede disfrutar de la fuente interna de bienestar y de amor. □

(Continuará)



Kriya Yoga de Babaji

Peregrinación de Kriya Yoga al sur de la India con M. G. Satchidananda y Durga: **4-21 de enero del 2008.** Experimenta la Presencia Divina en los siguientes lugares sagrados: templo Ramakrishna en Chennai, Ashram de Sri Aurobindo Ashram en Pondicherry, templo Chidambaram Nataraja, Ashram de Ramana

Sigue en página 8

Maharshi en Tiruvannamalai, templo Tanjore Britheswar, templo Palani y Samadhi de Boganathar, Ashram de Isha Yoga cerca de Coimbatore, 3 días de tratamiento en el Indus Valley Ayurvedic Spa en Mysore, Bangalore, Kriya Yoga ashram. Iniciación de segundo nivel cerca de Bangalore, enero 25-27. Clases diarias de asanas. Meditación de grupo en todos estos lugares. US\$1,850 ó 1,550 euros más billete de avión.

Pedimos a todos nuestros

suscriptores en la zona del nuevo Euro que nos envíen una suscripción anual de 12 Euros para la cuenta de banco de "Marshall Govindan", envíala a Jean Pierre Hesse, 60, route d'Aix les Bains, Rumilly, 74150 Francia, (email: email:rudra@tiscali.fr). Al mismo tiempo, por favor informa a nuestra oficina de suscripciones en Canadá, o enviando un email a babaji@generation.net o escribiendo a Babaji's Kriya Yoga, 196 Mountain Road, P.O. Box 90, Eastman, Québec, Canadá J0E 1P0.

La mayoría de artículos del periódico de Kriya Yoga han sido ahora añadidos a nuestra web: www.babaji.ca ¡Échale un vistazo!

Visita nuestra web con comercio electrónico www.babaji.ca para adquirir mediante Visa o Mastercard todos los libros y otros productos vendidos por Babaji's Kriya Yoga Publications, o para donaciones para la Orden de Acharyas. La información de tu tarjeta de crédito será encriptada y mantenida segura.

2007 calendario de actividades de Kriya Yoga

Iniciación en Kriya Yoga en el Ashram de Québec (los ya iniciados pueden asistir y pagar sólo por la comida y el alojamiento) Intensivo de fin de semana en el Kriya Yoga Ashram, St Etienne de Bolton, Québec: Julio 8-10; Septiembre 14-16; Noviembre 16-18. A una hora al este de Montreal. Contribución sugerida: \$290 incluyendo alojamiento y comidas.

Iniciación en Kriya Yoga fuera de Québec (los ya iniciado pueden asistir gratis):

con Durga

(888) 252-9642 durga@babaji.ca
en Québec, Canadá

con Rudra Sivananda

(510) 489-2966 runbir@earthlink.net
en California Norte, EEUU

con Ananda

(888) 252-9642 info@babaji.ca
en Atlanta, EEUU

con Shantiananda

(480) 838-4075 shantiananda@babaji.ca o visita la web
www.azkriyayoga.com
en Phoenix, EEUU

con Rohini

(011)+61(0)401.369.743 rohini@babaji.ca
en Australia y Nueva Zelanda

con Sharana Devi

(011)+55.11.9133.9397 sharanadevi@babaji.ca
en Brasil

con Saraswati Karuna Devi

(011)+55.11.3813.4967 saraswatarunadevi@babaji.ca
en Brasil

con Arjuna

(00)+39.335.523.9459 arjuna@babaji.ca o visita la web:
www.simontacchi.org/yoga.htm
en Italia

con Nityananda

(011)+34.96.332.4686 nityananda@babaji.ca o visita la web:
www.kriyayogadebabaji.net
en Valencia, España

con Ramana

(011)+44.2.08.44.54.934 manish_uk@hotmail.com
en Londres y Birmingham, GB

con Satyananda

Babaji's Kriya Yoga Deutschland
Iniciaciones en varias ciudades de países de habla alemana

con Vyasa

(416) 850-1160 douglaslawson@rogers.com
en Toronto

Iniciación de Segundo nivel y retiro de fin de semana

(con M. Govindan Satchidananda):

Pre-requisite: First Level Initiation. Quebec Ashram: June 22-24 & Oct 19-21; Valls, Tarragona, Spain: May 11-13; Estonia: May 25-27; Redlands, South California: June 15-17; Frankfurt, Germany: Aug 3-5; Bangalore, India: Oct 12-14; Mur en Sologne, France: Nov 2-4.

Formación avanzada (3er nivel):

Québec Ashram: julio 20-29; Mur en Sologne, Francia: agos 12-19.

Peregrinaje a los Himalayas: Sept 21-Oct 8



Más información: llamar al 1-888-252-9642 (desde Norteamérica) o al 001-450-297-0258 (fuera de Norteamérica); Fax 001-450-297-3957, o escribe a: Québec Ashram: P.O. Box 90, Eastman, Québec J0E 1P0; o envía un email: babaji@generation.net comercio electrónico: www.babaji.ca.

Noticia a los suscriptores

Las tarifas postales han aumentado un 50%. Así, con el fin de continuar produciendo el periódico sin un gran aumento de la tasa de suscripción, el periódico será enviado por email a todos los que tengan una dirección de email, a menos que nos digas que no puedes recibirlos por email. Pedimos que todos nos informéis de la dirección de email a la que os gustaría que os enviásemos el periódico, y si estáis usando un programa bloqueador de correo basura, permitáis que os lleguen los mensajes de este email: info@babaji.ca. El periódico será enviado como fichero adjunto en formato PDF. Éste puede ser leído usando Adobe Acrobat Reader, que puede ser descargado gratuitamente siguiendo el aviso que te aparecerá cuando intentes abrir el fichero adjunto (lo podéis descargar de esta web: <http://www.adobe.es/products/acrobat/readstep2.html>). De otro modo se os puede enviar en formato Word (previa petición), sin las imágenes. Si no la renováis antes de finales de junio del 2007, podéis no recibir el siguiente número.

Solicitud de Inscripción

Deseo subscribirme durante un año al "Periódico de Kriya Yoga de Babaji"

Nombre _____

Dirección _____

Teléfono _____ email _____

Adjunto un cheque de 11 dólares EEUU o 13.91 dólares Canadá pagaderos a "Babaji's Kriya Yoga and Publications, Inc." 196 Mountain Road, P.O. Box 90, Eastman, Québec, Canadá J0E 1P0. En Europa enviar esta suscripción a la dirección anterior de Canadá, pero enviar un cheque de 12 euros, pagaderos a "Marshall Govindan", Jean Pierre Hesse, 60 route d'Aix les Bains, Rumilly, 74150, Francia email: rudran@tiscali.fr.

