



Kriya Yoga

d e B a b a j i

Editorial

¿Conducen todos los caminos a Dios? (parte 2)

por M. G. Satchidananda

Explorando otros senderos religiosos y espirituales

Sri Ramakrishna buscó conocer a Dios explorando muchos caminos espirituales y religiosos. De forma sin precedentes hasta el momento, tuvo éxito en encontrar a Dios en todos los caminos que exploró.

Tras adorar a Kali como se describió en el pasado número del periódico de Kriya Yoga (verano 2008), comenzó a adorar a Dios

tomando la perspectiva de un sirviente hacia su señor. Fue inspirado a imitar a Hanumán, el rey de los monos en el poema épico Ramayana, que ha sido un modelo arquetípico de devoción para cientos de generaciones de hindús. El señor de Hanumán era Rama, el héroe del Ramayana. Al meditar en Hanumán, su forma de moverse, su dieta y otras acciones comenzaron a parecerse a las de un mono. Llevaba una faja de

modo que colgaba y dejaba un rastro. Vivía de frutas y nueces. Tuvo una visión de la mujer de Rama, Sita, que entró en su cuerpo con las palabras "te doy mi sonrisa".

Cuando una monja brahmín, adepta tántrica, conocida como "Brahmani" vino a Dakshineswar, Ramakrishna la siguió como su gurú a través de una serie de profundas y delicadas ceremonias y disciplinas. Hay sesenta y cuatro de estas disciplinas en las escrituras tántricas, y no le llevó más de tres días lograr los resultados prometidos en cualquiera de ellas. Al hacerlo así podía entrar en estados exaltados de samadhi, en los que su respiración y su corazón podían parar durante largos periodos. Él percibió que todo en el mundo era la manifestación de la Madre Divina, impregnado con el ser, la consciencia y el gozo absolutos. En un momento de su visión, vio que la Causa Última del universo era un enorme triángulo luminoso que da nacimiento a innumerables mundos en cada momento. Escuchó el sonido "Om" impregnando todos los sonidos. Experimentó los ocho poderes supernaturales, incluyendo la omnipresencia, la omnipotencia,

Contenidos

1. Editorial: ¿Conducen todos los caminos a Dios (parte 2), por M.G. Satchidananda
5. ¿Es momento de un chequeo a la Consciencia? por Durga Ahlund
7. Ayúdanos a llevar el Kriya Yoga de Babaji a personas como tú de todo el mundo
8. Notas y noticias



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: www.babajiskriyayoga.net

Sigue en página 2

la levitación, la materialización, pero los desechó como carentes de valor. Tuvo una visión de “Maya”, el poder por el cual el uno parece ser muchos, como una hermosa mujer saliendo del Ganges como una mujer embarazada. Experimentó el despertar de la “Kundalini Shakti” o “Poder Serpentino” en la base de su columna, y elevándose a través de los seis chakras, y en cada fase disfrutó de diversos estados extáticos y trances. Cuando ella alcanzó la corona de su cabeza, él entró en samadhi, el estado sin aliento de comunión con Dios-la Verdad.

Después, bajo la guía de Brahmani, se comprometió en el camino devocional o bhakti, con la adoración de las diversas formas de Vishnu, en particular, Krishna y su consorte, Radha. Para desarrollar la devoción por Dios, la tradición Vaishnava humaniza a Dios. Dios es considerado pariente, amigo, niño, maestro, marido o bienamado. Hay ceremonias prescritas, himnos, oraciones, para cultivar la devoción por Dios en cada una de estas formas. Sin embargo, en el estado más elevado, conocido como “prema”, el amor se convierte en fin en sí mismo, y uno desea conocer a Dios en todas las condiciones, incluyendo el placer y el dolor, la dificultad y la facilidad. A diferencia del Vedantista, que busca trascender todas las variedades de la relación sujeto-objeto, el bhakta supremo retiene tanto su propia limitada personalidad como la personalidad de Dios. Para él Dios es la Persona Suprema. En una fase de esta disciplina hay una práctica llamada madhura bhava, en la que él imitaba el “dulce estado de ánimo” de la diosa Radha esperando a su amante Krishna. Con el fin de tener la forma más intensa de amor por el Bienamado, Ramakrishna se identificó con su lado femenino, renunció a las limitaciones psicológicas de la masculinidad, con sus deseos peculiares, y luego trascendió tanto la masculinidad como la feminidad, y realizó al Espíritu Impersonal trascendiendo todo.

Brahmani llegó a la conclusión de que ninguna persona ordinaria podría experimentar la profundidad y el alcance de lo que Ramakrishna estaba experimentando. Ella proclamó que él, como Krishna y Sri Chaitanya (un santo bengalí del siglo XV) era una encarnación de la Consciencia Divina. Convocó una conferencia en la que dos pundits o renombradas autoridades de las escrituras vinieron a Dakshineswar a examinarle, con referencia a las escrituras. Ellos estuvieron de acuerdo con su conclusión. Uno de ellos, de nombre Gauri, proclamó: “Lo siento en mi corazón y tenga a las escrituras de mi lado. Estoy dispuesto a demostrarlo a quienquiera que me desafíe”. Sri Ramakrishna dijo: “eres tú quien lo dice, pero, créeme, yo no sé nada de eso”. Él se sentó en medio de la conferencia, perfectamente indiferente a todo lo que sucedía a su alrededor, como un niño inmerso en sus propios pensamientos, sonriendo a veces, masticando especias en otro momento, y ocasionalmente concurrendo con frases hechas por los eruditos pundits. Así, el “insano sacerdote” era realmente una encarnación divina, y sus experiencias tenían precedentes en la historia espiritual. A Ramakrishna no le afectaba su procla-

mación.

El monje asceta Totapuri y el Vedanta

En 1864 Ramakrishna fue iniciado en el sendero del Advaita Vedanta o el absoluto puro no-dualismo por un monje errante llamado Totapuri.

Este monje alto y desnudo, de fuerte psique, había sido un asceta desde joven. Él veía el mundo como completamente ilusorio, la adoración de deidades como mera fantasía, y las ceremonias como teniendo nada que ver con la verdadera religión. Mediante años de austera disciplina y un fuerte poder de voluntad, en las orillas del río Narmada, finalmente se liberó a sí mismo de los apegos hacia los objetos de este mundo material, y realizó su identidad con el Absoluto. Desde entonces vagaba por el mundo como un alma libre, como un león liberado de su jaula. Por casualidad, mientras caminaba por el río Ganges, llegó al templo de Dakshineswar y descubrió que Ramakrishna estaba preparado para convertirse en estudiante de Vedanta, la suprema enseñanza de sabiduría de la religión hindú.

Como requisito previo, Ramakrishna fue obligado a renunciar al mundo, y lo hizo en una ceremonia especial. Totapuri comenzó entonces a iniciarlo en los misterios del Vedanta. “Brahmán”, explicó, “es la única Realidad, siempre pura, siempre iluminada, siempre libre, más allá de los límites del tiempo, el espacio y la causación. Aunque aparentemente dividido por nombres y formas mediante el poder inescrutable de maya... Brahmán es realmente Uno e indiviso... sumérgete profundamente en busca del Ser y realízalo a través del samadhi. Encontrarás que el mundo del nombre y la forma se desvanece en el vacío, y el endeble ego se disuelve en la consciencia de Brahmán. Realizarás tu identidad con Brahmán, Existencia-Conocimiento-Gozo absolutos”. Él citó a los Upanishads (parte de los Vedas, de las escrituras hindús y del corazón del Vedanta), y luego le pidió a Ramakrishna que retirase su mente de todos los objetos del mundo relativo, incluyendo los dioses y las diosas, y que se concentrase en el Absoluto. Pero



Ramakrishna (1881, Calcuta)

Sigue en página 3



Ramakrishna encontró esto dificultoso. No podía llevar su mente más allá de Kali, la Madre Divina del universo. Luego, como describió Ramakrishna: “Le dije a Totapuri desesperado: “Eso no es bueno. Nunca seré capaz de elevar mi espíritu hasta el estado incondicionado y encontrarme cara a cara con el Atman”. Totapuri replicó severamente: “¿Qué quieres decir con que no puedes? ¡Debes hacerlo!”. Mirando a su alrededor, encontró un pedazo de cristal y lo puso entre mis ojos, diciendo: “Concentra tu mente en este punto”. La última barrera se desvaneció y mi espíritu se precipitó más allá del plano de lo condicionado. Me perdí en el samadhi”.

Ramakrishna permaneció absorto en el estado sin aliento del samadhi durante tres días. Totapuri estaba asombrado porque en un día Ramakrishna había obtenido lo que a él le había llevado décadas de intenso esfuerzo. Así, tan impresionado estaba que en vez de quedarse sólo tres días, como requiere su disciplina ascéticas, permaneció allí durante once meses, y finalmente él mismo fue de lo impersonal a lo personal, convirtiéndose en devoto de Kali.

Ramakrishna no tenía conflicto con maya. Aunque consciente de que el mundo es de una apariencia ilusoria, en vez de despreciarlo, como Totapuri, lo amaba y lo reverenciaba. Para él, maya era Dios, porque todo era Dios. Era una de las caras de Brahmán. Él veía a Dios no sólo en las alturas de los trances extáticos del samadhi, sino en medio de la vida mundana, vestido en formas y nombres. Así, tras el nirvikalpa (sin forma, monístico) samadhi, Ramakrishna realizó maya de una nueva manera. Ella ya no se escondió más de él. El mundo mismo era su vestido transparente, y su inmanencia brillaba alegremente a través de todo. Él vio que ella operaba en dos niveles. En el nivel inferior, que él llamó “avidyamaya “ o “ignorancia ilusoria “, las fuerzas oscuras de la creación, el deseo, las pasiones malvadas, la codicia, la lujuria, la crueldad, dominaban a la mente humana. En un nivel superior, sin embargo, “vidyamaya “ o “apariciencia de sabiduría “, la consciencia del hombre es elevada con virtudes espirituales, amabilidad, pureza, amor y devoción. Entonces él está libre de apariencias ilusorias. Estas dos fuerzas de la creación, comprendió, son ambas los poderes de Kali, pero ella permanecía más allá, como el sol permanece tras las nubes.

Tras la partida de Totapuri, se cuenta que Ramakrishna permaneció seis meses en un estado de absoluta contemplación. Él dijo: “Durante seis meses seguidos, permanecí en ese estado del que los hombres ordinarios nunca pueden regresar; generalmente el cuerpo cae, tras tres semanas, como una mera hoja. No era consciente del día o de la noche. Las moscas podían entrar en mi boca y mi nariz como lo hacen en el cuerpo de un muerto, pero no las sentía. Mi cabello se volvió mate con el polvo “.

Pero la Madre Divina le pidió a Ramakrishna que no se perdiera en el Absoluto sin rasgos, sino que permaneciera en el borde entre el Absoluto y lo Relativo, en el sexto chakra, donde podría ser testigo no sólo de la glo-

ria del séptimo chakra, en la corona de la cabeza, en la Unidad divina, sino también de las manifestaciones divinas de Kundalini en todos los planos y chakras inferiores. Desde entonces se movía suavemente entre la devoción extática a la Madre Divina y la absorción serena en el océano de la Unidad Absoluta.

Matrimonio

Durante su primer año como sacerdote, llegaron rumores a la madre de Ramakrishna, en su pueblo ancestral de Kamarpukur, de que Ramakrishna se había vuelto loco como resultado de sus excesivos ejercicios espirituales en Dakshineswar. Alarmados, los vecinos aconsejaron a la madre de Ramakrishna de que le persuadiera para que se casara, así podría ser más consciente de sus responsabilidades con la familia. Lejos de poner objeciones al matrimonio, él, de hecho, dijo que en la villa de Jayrambati, a tres millas de Kamarpukur, podrían encontrar a su novia en la casa de un tal Ramchandra Mukherjee. Su hija de cinco años, Sarada, fue encontrada, y el matrimonio fue debidamente solemnizado en 1859.

Ramakrishna tenía veintitrés años entonces, pero esta diferencia de edad era típica en la Bengala rural del siglo XIX. Ramakrishna dejó a Sarada en diciembre de 1860 y no regresó hasta mayo de 1867, cuando vislumbró el gozo de su compañía en Dakshineswar. Él le enseñó todo a ella, desde mantener la casa, las ceremonias, y el conocimiento de Brahmán. Unos pocos meses tras su llegada, él realizó una ceremonia en la que en vez de poner una imagen de la Madre Divina en el altar, puso a su mujer, Sarada. Ambos entraron en samadhi profundo que duró muchas horas. Tras ello se postró antes sus pies, ofreciendo su rosario, simbolizando el fruto de una disciplina espiritual de toda una vida. Él realizó la declaración de los Upanishad: “Oh Señor, Tú eres la mujer, Tú eres el hombre, Tú eres el muchacho, Tú eres el anciano, tambaleándose en sus muletas, Tú inundas el universo en sus múltiples formas “. Como monje renunciante, Ramakrishna mantuvo la continencia sexual y nunca consumó su matrimonio con Sarada. Pero mediante su matrimonio reconoció el gran valor del matrimonio en la evolución espiritual de una persona. Al adherirse a sus votos monásticos, demostró la necesidad de auto-control, pureza y continencia en la realización de Dios. Mediante su extraordinaria relación con su mujer, demostró que marido y mujer pueden vivir juntos como compañeros espirituales.

Islam y Cristianismo

En 1866, Govindan Roy, un gurú hindú que practicaba el Sufismo, inició a Ramakrishna en el Islam. Ramakrishna llevó el vestido de un musulmán, repitió oraciones musulmanes, y se olvidó de los dioses y las diosas, incluyendo a Kali, y dejó de visitar templos. Cambió su residencia, fuera de los terrenos del templo.

Sigue en página 4



Tras tres días tuvo una visión de un radiante Mahoma, el Profeta, acercándose a él, y los dos se fundieron juntos.

Ocho días después, en 1874, se quedó fascinado con la vida y las enseñanzas de Jesús. Comenzó a asistir a lecturas de la Biblia. Un día, conforme contemplaba una imagen de la Virgen y el niño Jesús, en casa de un devoto, aquella cobró vida, emanando una luz y el espíritu de Cristo, que continuaron llenando su alma con éxtasis. Durante tres días no entró en el templo de Kali. Al cuarto día, en el jardín, vio a una persona radiante, con grandes ojos, hermosa piel, y un comportamiento sereno, acercarse a él. Escuchó una voz dentro de sí mismo que proclamaba: “Mira, el Cristo, quien derramó la sangre de su corazón por la redención del mundo, quien sufría un mar de angustia por amor a los hombres. Es él, el maestro yogui que está en unión eterna con Dios. Es Jesús, el Amor encarnado “. El Hijo del Hombre abrazó al Hijo de la Madre Divina y se fundió con él. Ramakrishna realizó su identidad con Cristo, como ya había realizado su identidad con Kali, Rama, Hanumán, Sita, Radha, Krishna, Brahmán y Mahoma. Entró en samadhi, comulgando con Brahmán en la forma, y comprendió que el Cristianismo era también un camino que conduce a la realización de Dios.

Su actitud hacia otras religiones

Ramakrishna creía que Cristo era una encarnación de Dios - igual que Buda y Krishna. Ha menudo mencionaba las similitudes entre sus respectivas enseñanzas. Mostró un gran respecto por los maestros del Jainismo y el Sikhismo. Sin estar formalmente iniciado en sus doctrinas, realizó sus ideales. Debido a su aplastante amor por Dios, las doctrinas eran innecesarias para él. Era capaz de hablar con autoridad de las ideas y de los ideales de estas religiones que había experimentado.

Más aún, no podía soportar la compañía de gente mundana, sino que buscaba la compañía de devotos y de hombres santos de muchas tradiciones religiosas. Él tenía ahora una calma interna que le hacía parecer una persona normal. La atmósfera santa de Dakshineswar atraía a monjes, eruditos y personas santas de todas partes de la India. Aunque él no leía libros, desarrolló un conocimiento enciclopédico de las religiones y las filosofías a partir de sus intercambios con ellas. Cuando se le preguntó sobre su vasto conocimiento, él replicó: “No he leído, pero he escuchado a los cultos. He hecho una guirnalda con su conocimiento, llevándola alrededor de mi cuello, y la he entregado como una ofrenda a los pies de la Madre”.

Vida posterior

En 1870 la reputación de Ramakrishna había crecido, y era conocido como un gran místico. Atrajo a muchos. Uno de los muchos hombres jóvenes de la emergente clase burguesa de Calcuta, de nombre Narendranath Dutta, se convirtió en su discípulo principal. El padre de Narendranath le había criado como un pulcro caballero inglés. Tras quince años de enseñanzas, en abril de 1885,

Ramakrishna comenzó a experimentar los primeros síntomas de un cáncer de garganta. Ramakrishna dejó conscientemente el plano físico el 16 de agosto de 1886, en el estado de consciencia conocido como mahasamadhi. Dejó detrás una devota banda de dieciséis jóvenes discípulos encabezados por Narendranath, quien asumió el nombre monástico de Swami Vivekananda. Como el discípulo más ilustre de Ramakrishna, él es considerado por algunos como uno de sus legados más importantes. Vivekananda difundió el mensaje de Ramakrishna por todo el mundo. También ayudó a introducir el Hinduismo en Occidente. Fundó dos organizaciones basadas en las enseñanzas de Ramakrishna. Una fue Ramakrishna Mission, que está diseñada para difundir la palabra de Ramakrishna. Ramakrishna Math fue creada como una orden monástica basada en la enseñanza de Ramakrishna. Sólo en Estados Unidos hay actualmente 17 sucursales de Ramakrishna Mission/Vedanta Society.

Enseñanzas

Las enseñanzas más importantes de Ramakrishna fueron:

1. Todo es uno. La apariencia de la división entre objetos y formas es sólo aparente, debido al poder ilusorio de maya.

2. Todos los seres vivos son divinos, y deben por tanto ser amados como a la divinidad misma. Él enseñó: “Jive daya noy, Shiv gyane jiv seba “ (no amabilidad hacia los seres vivos, sino servir a los seres vivos como a Shiva mismo).

3. La realización de Dios es la meta suprema de todos los seres vivos, y las religiones son sólo medios para realizar esa meta. Sus estados místicos de consciencias, clasificados por la tradición hindú como nirvikalpa samadhi, o absorción cognitiva sin acompañamiento ni distinciones, le condujeron a saber que las diferentes religiones son formas diferentes de alcanzar el Ser-Consciencia-Gozo absolutos, y que esa Realidad Última nunca puede ser expresada en términos humanos, sino sólo ser experimentada mediante la identidad.

4. Ramakrishna reconoció diferencias entre las religiones pero comprendió que a pesar de estas diferencias, todas las religiones conducían a la misma meta final, y por tanto, todas ellas son válidas y verdaderas. No hay justificación, por tanto, para cualquier desharmonía entre ellas.

Aspiración y gracia

¿Qué podemos aprender o apreciar del ejemplo de Ramakrishna? Primero que la aspiración de uno por Dios, por conocerle o realizarle, es un arco ascendente, una llamada que en cualquier forma que tome, o en cualquier camino o religión que uno siga, no es desatendida. Segundo, el hecho de que Ramakrishna fuera capaz de comulgar con Dios con tal variedad de formas, y tan profundamente, indica que Dios nos ama profundamente, que Su gracia es derramada sobre aquellos que lo buscan sincera e intensamente. □



¿Es momento para un chequeo de Consciencia?

por Durga Ahlund

¡Cuanto mas alto vayas en la práctica del Kriya Yoga de Babaji tanto más bajo también debes ir!

¿Que significa esto? A menudo asociamos el progreso espiritual con la experiencia del gozo, visiones, inspiración. Pero la espiritualidad incrementa la consciencia, y cuando la consciencia es expandida, ésta debe abarcar nuestro lado de sombra: aquello que nos produce ira, impaciencia, miedo, lujuria, orgullo, o nos llena de deseos, engaño o traición. El vehículo y la meta del Kriya Yoga es “la acción con consciencia “. ¡Es importante que constante y vigilantemente “cavemos profundo “ para comprobar la consciencia en nosotros mismos! Y luego debemos llevar esa consciencia para que soporte cada parte de nuestra naturaleza humana.

No engañes a ti mismo sobre cuán espiritual te has vuelto, si todavía puedes ser cegado por tus pensamientos, tus emociones o tu conducta.

Consciencia definida

¿Que es la consciencia? Es la presencia del Testigo Silencioso, que observa nuestros pensamientos y acciones. Antes de que la consciencia se haya establecido, nosotros continuamos involucrados e identificados con la corriente de nuestros movimientos psicológicos. Conforme profundizamos en nuestras prácticas, comenzamos a identificarnos más con la parte silenciosa de nuestra consciencia, la cual permanece apartada y siendo testigo lo que la parte operativa de la misma está involucrada en hacer, sentir o pensar.

Las técnicas de Kriya Yoga nos enseñan cómo separar nuestro funcionamiento subjetivo en dos partes, la parte operante y el observador silencioso desapegado. Es con nuestro Observador Silencioso con el que meditamos. Es a través de la apertura hacia la parte de ese Observador Silencioso de nosotros mismos como la inspiración nos es disponible. Es en contemplación silenciosa como las ideas brillantes descienden o las respuestas emergen. Es mediante esa comfortable consciencia concentrada, llena de potencial, que nuestros proyectos son completados. Es sólo también a través de esa parte consciente que podemos conocernos. Esa consciencia conoce y nos guía hacia eso a lo que nuestra alma aspira. También ve cuándo el ego se extravía y traiciona la verdad de nuestra alma. Si no continuamos practicando y entrenando la consciencia, la confusión mental nos mantendrá flotando en el nivel superficial de nuestra consciencia y minará nuestro trabajo espiritual y la naturaleza y cualidad de nuestra vida.

Los Siddhas nos dicen que cuando estamos despiertos al mundo no estamos despiertos a quienes somos, que es la Consciencia misma. Estar “despierto al mundo “, significa ser inconsciente del movimiento de nuestros pensamientos a través de la consciencia. Estar despiertos al mundo implica estar simplemente dominados de esta manera, y por pensamientos pasajeros, emociones pasajeras, deseos pasajeros, y que aceptamos igualmente el dolor o placer

que nos traen.

Estar despiertos a nuestro ser es crecer en consciencia espiritual. Tal consciencia significa la atención hacia quién somos realmente. Para vivir en la verdad debemos mantener la consciencia continua de las actividades y acciones del cuerpo, mente y emociones. Para este propósito, debemos transferir el centro y fuente de nuestro dinamismo del ego al alma. La consciencia solo puede ser mantenida sólo si el Testigo Silencioso es mantenido en primer plano, para guiar todos nuestros pensamientos y acciones.

Manteniendo la consciencia

Mantener la consciencia interna regula la respiración, calma la mente y las emociones, y crea una consciencia concentrada. Mantener una parte de nuestra consciencia interna, nos permite fijar fácilmente nuestra consciencia normalmente dispersa. La consciencia interna es mantenida de una forma similar a como las mujeres en India llevan vasijas llenas de agua sobre la alto de sus cabezas. Ellas pueden caminar, reclinarse o levantarse, hablar de esto y lo otro, pero una parte de su consciencia siempre esta fija en la vasija sobre sus cabezas. Con esa misma concentración, nosotros, como kriya yoguis, debemos atravesar nuestra rutina diaria, siempre con una parte de la mente fija en la parte del Testigo Silencioso de nuestro ser. Podemos fijar la mente en la consciencia mediante el uso del mantra, o manteniendo alguna atención en el espacio del corazón, o entre las respiraciones, o en el espacio entre las cejas o en la corona de la cabeza. Con nuestra mente fija en mantener la consciencia, nuestras acciones se vuelven sagradas.

Como kriya yoguis experimentamos lo sagrado de la vida, pero debemos elegir mantener esa visión en nuestra propia vida. La sacralidad “saca jugo “ a nuestro yoga. La sacralidad nos lleva más allá del ego, la voluntad personal y el deseo. Un sentido de lo sagrado crea la resolución y el terreno firme que necesitamos para disciplinar los sentidos, controlando así los deseos y aversiones que emergen a través de ellos. La sacralidad nos asegura un lugar donde no hay necesidad de pasión, miedo, ira, celos o traición. Sólo hay espacio para el amor y la compasión. En tal estado sagrado hay una oportunidad para el progreso verdadero. Fortaleciendo nuestra vida y relaciones con sacralidad, creamos una hermosa existencia diaria para nosotros y los demás. Llegamos a liberarnos, libres para ser honestos y para confiar. Nada que esconder, somos libres para ser nosotros mismos. El valor y el desinterés que descubrimos dándonos a los demás nos trae gozo. Entendemos que el respeto es tan indispensable como el amor en una relación sagrada con nosotros mismos y con los demás. Somos fieles y comprometidos con nuestra vida tal se nos presenta por sí misma. Llegamos a aceptar lo que tenemos con agradecimiento y con gratitud. La vida se vuelve

Sigue en página 6



Un chequeo a la Consciencia (continuación)

menos complicada y pesada.

El Testigo Silencioso ve con claridad. La consciencia es discernimiento y discriminación y nos ayuda a desatarnos de las cosas que nos causan confusión mental y emocional. Y aunque la consciencia no nos puede garantizar una vida llena de rosas, nos ayudara a apreciar su fragancia en cualquier cosa que la vida nos traiga.

Consciencia en nuestras relaciones

Debido a nuestra consciencia incrementada, ya no vamos y venimos más en nuestras relaciones: queriendo estar ahí, no queriendo estar ahí. La consciencia, como el amor, persevera. Es constante y amplia y auto-existente. La consciencia, como el amor, es desapasionada, ni caliente ni fría. Es una llama fría, pura, fija y constante. La consciencia sustituye a la pasión por el Amor. El amor enciende la compasión. Conforme avanzamos como yoguis nos volvemos más felices, mas contentos con lo que somos. Al nutrir nuestro propio ser interno con nuestra sadhana queremos nutrir a todos los que comparten la vida con nosotros.

La consciencia nos lleva a comprender el karma y que nosotros realmente cosechamos lo que sembramos. Nos trae un nuevo sentido de la moralidad, el deber o el dharma a nuestra vida. Mientras la consciencia se eleva dentro de nosotros, una nueva y luminosa luz-guía del dharma empieza a tomar forma. El dharma que surge de la consciencia nos guía para que veamos y respondamos de verdad ante todas y cada una de las situaciones. Cualquier cosa que hagamos será buena, no solo para nosotros, sino también para los demás en nuestra vida. Porque la "bondad" siempre emerge de la consciencia.

Atención y consciencia

Esta consciencia surge de nuestra sadhana para traer simplicidad a nuestra vida. La consciencia es luz que nos permite ver la verdad de todas las cosas. No somos capaces por mucho tiempo de hacer cualquier cosa en la oscuridad o las sombras de nuestra consciencia. La consciencia inmediatamente nos muestra todo lo que es falso y dañino para nosotros y los demás. La consciencia nos ilumina frente a cada error, fallo, obstáculo, con el fin de que lo corrijamos. La consciencia es persistente. Nos ofrece una oportunidad para aprender de las situaciones de nuestra vida. No nos obliga a ver la verdad, pero si no aprendemos la lección, una nueva y más difícil experiencia volverá para darnos otra oportunidad.

Somos libres para elegir. Tendemos a responder y reaccionar a la vida desde donde estamos en ese momento, desde aquello con lo cual estemos identificados en ese momento. Cuando de alguna manera somos falsos somos expuestos, y la vida es complicada. Si vivimos en la verdad, estaremos expresando la esencia de nuestro ser y la vida resultará más fácil. La consciencia nos muestra que nuestra más grande posesión es ser el testigo de todo.

Aprendiendo de los errores

Podemos estar creciendo espiritualmente aun cuando

sigamos cometiendo errores, pasos en falso. Sin embargo, debemos estar en armonía con la vida si queremos aprender de ella. Para estar en armonía con la vida y aprender de nuestros fallos, debemos permanecer vigilantes y conscientes y reconociendo cada fallo que cometamos, sin intentar justificarlo. Sólo si estamos en armonía con nuestra vida tal y como es, seremos capaces de realizar su propósito y aprender a vivir una vida divina y dhármica.

¿Cuan consciente tu eres?

¿Ves la consciencia crecer en tu vida diaria? ¿Sientes que eres mas consciente que hace un año? Contempla tu consciencia o falta de consciencia durante los últimos meses...lee la siguiente lista. Selecciona una o dos cosas que pueden ser especialmente relevantes. No te juzgues, solo reflexiona y haz voto de cambiar y vivir una vida mas inspirada y divina.

1. ¿Has experimentado irritación o ira?

¿Consideras esta irritación/ira como una debilidad dentro de ti mismo o una reacción a las acciones de otros? ¿Has manifestado esa irritación/ira sobre otros cercanos a ti? ¿Quien? ¿Por que? ¿No has sido amable con alguien cercano a ti? ¿Como hace la irritación/ira/falta de amabilidad en los demás que te sientas en tu propio cuerpo?, ¿Estas trabajando en corregir esta debilidad dentro de ti?

2. ¿Todavía experimentas placer y dolor por tus propios pensamientos?

Enumera los pensamientos que te producen placer y dolor.

¿Puedes dejarlos ir ahora? ¿Porque o porque no?

3. ¿Has sentido la necesidad de mentir a alguien sobre algo?

¿A quien? ¿Por qué? ¿Cómo te hizo esto sentir? ¿Eres capaz de contar la verdad a esa persona ahora? ¿Quieres? ¿Si no, por qué?

4. ¿Sientes cambios en el fluir de tu prana cuanto te sientes emocionalmente alterado o confundido o deshonesto?

La próxima vez que sientas una emoción que refleje confusión o tu propia deshonestidad, concéntrate en ello como una sensación y rastréala en tu cuerpo y date cuenta de lo que ocurre tanto en la sensación como en la emoción.

5. ¿Has intentado controlar a alguien o intentado manipular una situación en tu propio beneficio durante los pasados tres meses?

¿A quién? ¿Cuál era la situación? ¿Por qué? ¿Reconociste tu comportamiento en esa ocasión? ¿Pediste disculpas por tu comportamiento una vez te hiciste consciente del mismo? ¿Todavía continúas esperando resultados de ello o lo mantienes controlado?

Sigue en página 7



Ayúdanos a llevar el Kriya Yoga de Babaji a personas como tú de todo el mundo

Éste es un buen momento para considerar hacer una donación a la Orden de Acharyas del Kriya Yoga de Babaji, para permitirnos seguir llevando el Kriya Yoga de Babaji a personas que de otro modo no serían capaces de recibirlo.

En los pasados doce meses, desde septiembre del 2007, la Orden de Acharyas hizo lo siguiente:

- Llevó 105 seminarios de iniciación a unas 1000 personas viviendo en Argentina, Japón, Estonia, los países del Golfo, Bulgaria, España, Brasil, Inglaterra, Australia, Alemania, Francia, Sri Lanka, Suiza, Italia, Singapur, Malasia, Isla Martinica, Estados Unidos y Canadá.

- Patrocinó y organizó un programa de formación de profesores de Kriya Hatha Yoga para 18 personas en nuestro ashram de India, y a para 22 personas en Québec.

- Mantuvo un ashram y oficina de publicaciones en Bangalore, India. Vinod Kumar, el director del ashram, dirigió ahí las clases públicas de asanas y de meditación, con dos clases semanales gratis en escuelas públicas locales. Publicó y distribuyó la mayoría de nuestros libros y cintas por toda la India, y organizó una peregrinación a Badrinath.

- Completó la formación de tres nuevos acharyas, Premananda (Joseba Imanol Idoyaga Vizcaya), Valmiki (Mikel Agirreazkuenaga Zigorraga), ambos de Bilbao, España, y Skandavel (Ed Nichols) de Colorado, EEUU, ahora autorizados para dar la iniciación de primer nivel.

- Compró un terreno de 464 metros cuadrados en Badrinath, acabó los planos de arquitectura para un ashram allí, y completó muchos de los cimientos de la construcción antes de que el monzón comenzase en agosto del 2008.

- Patrocinó un Encuentro Europeo de Iniciados en el Kriya Yoga de Babaji en Francia en verano del 2008.

- Patrocinó el trabajo de seis eruditos que están completando la traducción y comentario de una nueva traducción al inglés del “Thirumandiram”, en 10 volúmenes. La traducción y el comentario están acabados. Ahora lo estamos editando.

- Publicó el primer año de “El curso de la gracia” en japonés, y los libros “Babaji y la tradición de Kriya Yoga de los 18 Siddhas” y “Kriya Hatha Yoga” en búlgaro. “Los Kriya Yoga Sutras de Patanjali” están siendo publicados ahora en portugués.

El próximo año

En el año 2008 - 2009 la Orden planea hacer lo siguiente:

- Llevar seminarios de iniciación a la mayoría de los países antes citados.

- Trasladar nuestro ashram y oficina de publicaciones de Bangalore, India, a una nueva localización permanente. Dirigir ahí clases gratuitas públicas de asanas y de meditación.

- Publicar y distribuir la nueva traducción del “Thirumandiram” con comentarios, en 10 volúmenes, incluyendo un índice, de unas 4000 páginas, como libro electrónico en CD.

- Completar la formación de más Acharyas. Apoyar los encuentros regionales de iniciados.

- Continuar la construcción del ashram de Badrinath, que se espera acabado para el 2010.

Necesitamos tu apoyo para cumplir este programa para el año 2008-09.

Nuestro trabajo es financiado enteramente por tus contribuciones. Hay muchas personas por todo el mundo esperando recibir la iniciación. Enviaremos acharyas conforme recibamos los fondos necesarios para pagar los gastos de viaje. Puedes indicar a cuál de los proyectos mencionados quieres contribuir.

Haz tu donación a través de nuestra web o mediante cheque pagadero a “Babaji's Kriya Yoga Order of Acharyas”. Por cada donación de US\$70 o de 52 euros o más recibirás una copia gratis del nuevo libro “Kriya Yoga Insights Along the Path”, en inglés, o de “La sabiduría de Jesús y los Yoga Siddhas” en inglés, francés, alemán o español.

Si vives en Europa puedes hacer una transferencia a la siguiente cuenta: pagadera a “Marshall Govindan”, Deutsch Bank International, BLZ 50070024, número de cuenta: 0723106, re. IBAN DE09500700240072310600, código BIC/Swift: DEUTDE33HAN. Por favor escribe a info@babaji.ca cuando la transferencia esté hecha.

Un chequeo a la Consciencia (continuación)

6. ¿Has experimentado celos o envidia?

¿Con quién? ¿Por qué? ¿Cómo te hizo sentir? ¿Has sido capaz de dejar partir esos sentimientos? ¿Si no, qué es lo que te impide dejarlos ir?

7. ¿Sientes que eres la persona mas importante en tu vida? ¿Por qué? ¿Por qué no?

8. ¿Has sentido que reprimes las emociones en lugar de desprenderte de ellas?

¿Te has sentido agotado y frío emocionalmente? ¿Has sentido querer escapar de tu vida en lugar de querer intentar hacerla divina

9. ¿Cuál es tu imagen perfecta de la Vida Divina de un Kriya Yogui?

¿Cuál es el mayor obstáculo que tienes frente a ti, que te aparta de vivir esta vida divina? ¿Culpas a los demás de este obstáculo? ¿Qué estás haciendo tú para superar este obstáculo? □



Notas y noticias

Nueva galería de fotos y vídeos de M. G. Satchidananda en nuestra web. Una serie de video conferencias han sido grabadas recientemente por G. Satchidananda. Puedes verlas y las fotos dedicadas a "Eventos", "El ashrama de Québec", "Peregrinación al sur de India", y "Peregrinaje a los Himalayas", en nuestra web www.babajiskriyayoga.net. Los vídeos pueden ser visto también en las siguientes direcciones: www.video.google.com, www.dailymotion.com, www.espace.canoe.com, www.youtube.com. Busca los términos "Babaji's Kriya Yoga" y "Marshall Govindan".

Los vídeos duran entre cinco y 18 minutos, y son sobre los siguientes temas: "El eterno testigo y cómo encontrarlo mediante la práctica del Kriya Yoga de Babaji", "¿Qué es el Kriya Yoga de Babaji?", "¿Quién es Babaji?", "¿Cuál es la meta final del Kriya Yoga Kriya Yoga?", "¿En qué consiste la iniciación en Kriya Yoga?", y "¿Cómo puede el Kriya Yoga ayudar a alguien a manejar sus emociones y su sexualidad de una forma sana?". También hay una hora y media de una conferencia de Yogi S.A.A. Ramaiah dada en 1987, con traducción al francés, presentadas en nueve segmentos cortos. Hay versiones en inglés y francés de todas las conferencias. Más se añadirán en una fecha futura. Las de menos de diez minutos se añadirán pronto al directorio de YouTube.

Iniciaciones de segundo nivel serán dadas por M.G. Satchidananda en los próximos meses en Québec en: octubre 24-26, 2008, febrero 20-22, 2009, y en Francia en noviembre 2-9, 2008, y cerca de Zurich, Suiza, mayo 15-17, y Frankfurt, mayo 22-24, 2009. También por Rudra Shivananda en Union City, Calif. julio 11-13, y en Sao Paulo, Brasil, diciembre 5-7.

Iniciaciones de tercer nivel serán ofrecidas por M. G. Satchidananda cerca de Bangalore enero 22-30, 2009, Barcelona mayo 1 -8;

Frankfurt mayo 24-31, y Québec en julio 17-26, 2009. También por Rudra Shivananda en Estonia septiembre 19-27, y en Sao Paulo, Brasil, diciembre 7-14. Logra la meta de la auto-realización con poderosas kriyas para despertar los chakras y entrar en el estado sin aliento de samadhi.

Formación de profesores de Kriya Hatha Yoga: agosto 4-14, 2009 en Frankfurt, Alemania, y agosto 16-26, 2009 en Barcelona, España, con Durga Ahlund y M. G. Satchidananda. Comenzando con un currículum de 250 horas que cumple los requisitos de Yoga Alliance para obtener un título. Profundiza tu comprensión de Yoga a todos los niveles, y aprende a compartir tu amor por el Yoga con los demás. Consulta el programa en www.babajiskriyayoga.net.

Informe del Ashram de Badrinath: Visita www.babajiskriyayoga.net para ver los planes y bocetos estructurales preparados según el Vastu, el Yoga de la arquitectura. La construcción comenzó en mayo, y se ha completado mucho trabajo en limpiar el terreno y construir los cimientos antes de que vinieran los monzones en julio y agosto. Desafortunadamente, el gobierno local ha prohibido temporalmente toda construcción en el pueblo. Las razones de esta suspensión no están claras, esperamos que con la presión legal de los constructores locales la prohibición será levantada a finales de septiembre. La temporada de construir finalizada a comienzos de noviembre, con la llegada del invierno. Ahora es un buen momento para ser parte de este gran proyecto. Cualquier cantidad que se done será enormemente apreciada. Cheques pagaderos a Kriya Yoga Order of Acharyas, o mediante tarjeta de crédito a través de la web.

M. G Satchidananda completó su tapas del 28 de julio al 13 de septiembre del 2008. En

reconocimiento de su 60 aniversario, el 11 de junio del 2008, M. G. Satchidananda se dedicó durante 48 días a la práctica continua del Kriya Yoga de Babaji en el sadhan kutir (cabaña de meditación) del lago del ashram. Tradicionalmente, el 60 aniversario marca el punto donde los hombres adoptan sannyas, la renunciación, y las mujeres se liberan de todas las responsabilidades familiares. Habiéndose dedicado durante 18 años, desde los 22 a los 40 años, a la práctica intensiva de Kriya Yoga, ocho horas al día, continuamente, y durante los últimos 20 años a su diseminación por todo el mundo, él siente ahora la necesidad de entregarse a la voluntad de Babaji en una nueva fase de su vida, donde a menudo se retirará de las actividades. El tapas le dio mucha inspiración, en particular respecto a los requisitos para la transformación interna de su cuerpo vital. Ha escrito un artículo, "Anatomía del deseo", sobre este tema, que aparecerá en una edición posterior del periódico.

Peregrinación de Kriya Yoga Pilgrimage al Sur de la India, 2-19 de enero del 2009. Experimenta la presencia divina en los siguientes lugares sagrados: Templo de Ramakrishna temple en Chennai, Sri Aurobindo Ashram en Pondicherry, templo Chidambaram Nataraja, Ramana Maharshi Ashram en Tiruvannamalai, templo Tanjore Britheeswar, templo Palani y Samadhi de Boganathar, Isha Yoga Ashram near Coimbatore, Mysore ashram, Bangalore Kriya Yoga ashram. Clases diarias de asanas. Meditación en grupo en todos estos lugares. US\$2,250 or 1,500 euros más billete de avión.

Segundo año de lecciones - "La gracia del Kriya Yoga de Babaji": puedes ahora apuntarte al segundo año de este curso (sólo en inglés y en francés). El primer año del curso está ahora disponible en inglés,

Sigue en página 9

Notas y noticias (continuación)

español, portugués y francés. Mira en www.babaji.ca o contacta con info@babaji.ca. 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.babajiskriyayoga.net.

Pedimos a todos nuestros suscriptores en la zona del nuevo Euro que nos envíen una suscripción anual de 12 Euros a la cuenta de banco de "Marshall Govindan", envíala a Jean Pierre Hesse, 60, route d'Aix les Bains, Rumilly, 74150 Francia, (email: rudran@tiscali.fr). Al mismo tiempo, por favor informa

a nuestra oficina de suscripciones en Canadá enviando un email a info@@babajiskriyayoga.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.babajiskriyayoga.net. ¡Échale un vistazo!

Visita nuestra web con comercio electrónico www.babajiskriyayoga.net 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. ¡Échale un vistazo!

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, comenzando a finales de enero, 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@babajiskriyayoga.net. El periódico será enviado como fichero adjunto en formato PDF. De otro modo se os puede enviar en formato Word (previa petición), sin las imágenes. Si no la renováis antes de finales de diciembre del 2008, 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.

