

Kriya Yoga

d e B a b a j i

Editorial

El resultado del sacrificio es el gozo

por M. G. Satchidananda

Conforme celebraba mi 65 cumpleaños esta semana, he estado reflexionando sobre mi vida y sobre cuán lejos he progresado hacia mis metas. Aunque ahora me he convertido oficialmente en un jubilado ante los ojos del gobierno canadiense, de Québec y de Estados Unidos, y comenzaré a recibir sus pensiones y sus beneficios, la “jubi-

lación” nunca ha sido una de mis metas. Sólo ha habido realmente una meta desde que conocí a mi profesor, Yogui Ramaiah, en 1970, y ésta ha sido la “entrega completa”. Mi comprensión de esta meta, sin embargo, ha evolucionado enormemente a lo largo de los años. Durante los dieciocho años que estuve con Yogui Ramaiah, la “entrega

completa” implicaba entregar mi ego a la disciplina de la sadhana y cumplir los deberes y tareas dados por él. Mi amor por la práctica de Kriya Yoga era la parte fácil, y me ayudó a actuar con espíritu de “servicio desinteresado”, o karma yoga. El ser enviado a vivir y trabajar a muchos sitios, incluyendo Chicago, Washington D.C., India, Sri Lanka, Australia y Montreal, cambiando de carrera y de trabajo, aprendiendo nuevos lenguajes, organizando centros y actividades de Kriya Yoga era a menudo muy desafiante. El enfoque preferido por Yogui Ramaiah de la “entrega completa”, que él llamaba “aplastamiento del ego”, implicaba también sus esfuerzos intencionales de crear situaciones a menudo dolorosas en las que sus estudiantes cercanos, incluyendo yo mismo, tenían que confrontar las preferencias de sus egos e intentar suavizar sus bordes rugosos.

Tras abandonar la organización de Yogui Ramiah, “entrega completa” significó hacer lo que hacía falta para cumplir la guía de Babaji en una miríada de tareas asignadas, desde escribir libros, organizar su publicación y distribución, dar conferencias públicas y clases de Yoga, seminarios de iniciación y apoyar a

Contenidos

1. Editorial: “El resultado del sacrificio es el gozo”
por M. G. Satchidananda
2. ““El Kriya Yoga de Babaji es un regalo y una bendición”
por Durga Ahlund
5. “Tantra: el sendero de los 18 Siddhas”, Parte 2, por Nityananda
7. “Las fases en el camino de la realización del Ser en el Tirumandiram”
por Shivam S. Christiansen
8. Reseña: Acharya Shivadas
10. Notas y noticias



El Kriya Yoga de Babaji es un regalo y una bendición

por Durga Ahlund

El Kriya Yoga de Babaji es el Yoga de la consciencia

Desde que era una niña he estado preguntando las cuestiones “¿quién soy yo?”... y “¿en qué parte de mi cuerpo existo yo?”. Los Siddhas de esta tradición de Kriya Yoga respondieron a estas cuestiones. Ellos nos dicen que el cuerpo es un vehículo que trae la energía consciente divina a la tierra; dentro del cuerpo hay un centro místico, un pasaje sagrado de vuelta al infinito, y que la liberación de todos los ciclos de sufrimiento está disponible sólo internamente. De modo que es un gran regalo nacer en un cuerpo humano. El Kriya Yoga de Babaji nos anima a todos a cuestionar nuestro ser y el propósito de nuestra existencia. Nos da métodos efectivos para descubrir quiénes somos y dónde existimos en el cuerpo.

El Kriya Yoga de Babaji es un auténtico linaje de una síntesis moderna del Yoga Clásico y del Tantra,

que nos ofrece los medios de desarrollar nuestro potencial de poder y de consciencia. Mediante las técnicas de asanas, pranayama, dhyana, mantra y bhakti podemos experimentar momentos de “ser”. La práctica nos ayuda a fortalecer el cuerpo físico y la mente, mientras distinguimos claramente nuestro Ser verdadero de nuestro cuerpo vital, el asiento de nuestros deseos y emociones. Aprendemos a comprender que el libre albedrío nos da la elección de o bien expresar e identificarnos con nuestro estado normal, inquieto, juicioso y fluctuante de la consciencia del ego o bien con la consciencia calmada, silenciosa, reflexiva de nuestro Ser verdadero. Es por ello que si queremos expresar quiénes somos en verdad, debemos desarrollar gradualmente el estilo de vida cor-

Sigue en página 3

Editorial (continuación)

muchos estudiantes, mientras seguía ganándome la vida con mi carrera. Tras retirarme de una compañía de Canadá hace casi 20 años, la “entrega completa” ha incluido los desafíos de desarrollar un ashram en Québec, y dar más de 1.500 seminarios de iniciación en más de 20 países, y volver repetidamente cada año a la mayoría de estos lugares para apoyar a los iniciados.

Tras dejar la organización de Yogui Ramaiah, en un momento dado comprendí que el “aplastamiento del ego” de Yogui Ramaiah no era tan efectivo como lo que llamo “entregar la perspectiva del ego” (yo soy el cuerpo, yo soy mis emociones, yo soy mis recuerdos, pensamientos y experiencias) a la perspectiva del alma, la pura Consciencia del Testigo. Mientras traducía los Yoga-Sutras de Patanjali y escribía un comentario sobre ellos, y mientras editaba la traducción de los poemas de los 18 Siddhas de nuestro equipo de eruditos de la Orden, noté que en ninguna parte de los textos clásicos de Yoga y Tantra se indicaba el “aplastamiento de ego” como un enfoque recomendado.

Ofrenda de uno al Divino

El otro enfoque a la “entrega completa” que enfatizaba Yogui Ramiah, la “ofrenda de uno al Divino”, se ha mostrado como esencial para cualquier progreso que he hecho. “Hágase Tu voluntad, no la mía” resume este enfoque, y ha sido mi oración diaria desde que emprendí el sendero del Yoga. He aprendido a expresarla de formas diferentes. También como oración: “Permíteme hablar y actuar sólo como Tú quisieras que hablase y actuase”. Y “Concédeme que puede hacer tan bien como pueda lo mejor que se pueda hacer”. Sé que el Señor me ama, y como Él me ama, a pesar de mis limitaciones, cuando Le escucho, escucho Su sabiduría y Su guía. He aprendido que cuanto más me entrego al Divino, más está Él conmigo, total y constantemente, a cada minuto, en todas mis situaciones, todas mis necesidades, y que no hay

ninguna aspiración que no reciba una respuesta inmediata, con una sensación de completa y constante intimidad. Yogui Ramiah a menudo expresaba esto con las palabras “da un paso hacia Babaji, y Él dará diez pasos hacia ti”. Él camina conmigo, duerme conmigo, piensa conmigo, y cuando amo Él es el amor que tengo. Cuando Lo olvido, cuando me olvido de entregarle algo, siento como si hubiese permitido que alguna barrera u obstáculo se interponga entre nosotros, y así desperdicio la oportunidad de compartir Su gozo incondicional. La aspiración por el Divino es mi único interés.

Om Namah Shivayah

Los Siddhas han expresado la “entrega completa” como “Om Namah Shivayah”, que significa “el resultado del sacrificio es el gozo”. Comprendo lo que esto significa: cuando uno deja partir la perspectiva del ego, con sus deseos, preferencias y aversiones, gustos y disgustos, y simplemente se convierte en el Testigo, aparece la alegría incondicional. Estar presente, sat, produce Atención, chit, que produce gozo, ananda. Durante los pasados doce años de matrimonio con Durga, que es verdaderamente una compañera divina, la “entrega completa” se ha convertido en una alegría, ya que ¡he aprendido de ella cuán fácil es vivir sin preferencias! A veces es incluso divertido cuando intentamos decidir qué hacer juntos, y ¡ninguno de los dos tiene una preferencia! En alguna parte de nuestros caminos aprendimos que es sólo el ego el que tiene preferencias, y que cuando no hay preferencias, la puerta de las posibilidades divinas está completamente abierta.

He aprendido en varias fases de mi vida que el quintuplo camino del Kriya Yoga de Babaji, cuando se practica con karma yoga y con jnana yoga (sabiduría), en un espíritu de servicio y de auto-ofrenda, le lleva a uno más cerca de la meta de la “entrega completa”, y el resultado es la alegría incondicional. □



Regalo y bendición (continuación)

recto, el equilibrio emocional y la fuerte concentración.

La disciplina, la práctica o sadhana del Kriya Yoga de Babaji implica no sólo descubrir “¿Quién soy yo?”, sino que también nos lleva en el difícil viaje de descubrir “lo que no somos”. Obtener una verdadera indicación de lo que no somos, es decir, nuestros hábitos y tendencias, emociones, deseos y pensamientos limitadores, es desafiante para nuestro ego, el pequeño “yo”. El primer paso es presenciar con calmado desapego todas las cosas con las que se identifica nuestro ego. Normalmente las ignoramos o las justificamos. Intentamos esconder algunas partes, los pedazos oscuros. Incluso proyectamos algunas de ellas en los demás, con juicios. Las técnicas de Kriya Yoga de Babaji nos ayudan a, lentamente, reconocer, comprender, eliminar o perdonar el condicionamiento y la influencia de nuestras experiencias pasadas que nos hacen seguir sufriendo. Luego, conforme profundizamos en nuestra práctica, nos ayudan a “ver” claramente... a presenciar armoniosamente y a experimentar con nuevos ojos cada uno de los momentos que componen nuestra vida. A través de su práctica, debemos escoger permanecer despiertos, presenciando las influencias de nuestro condicionamiento pasado, y ejercitando nuestra voluntad para transformarlas.

El Kriya Yoga tiene el potencial para la realización del Ser. Hace falta una naturaleza humilde y devocional para mantener la persistencia, el poder y la firmeza necesarios para seguir una sadhana profunda y diaria de asanas, pranayama, meditación y mantras. Cuando la devoción, la humildad y la compasión son fuertes, las prácticas producen los beneficios espirituales más grandes de consciencia elevada, paz y gozo. Solas, estas cualidades espirituales pueden abrir el canal sutil y espiritual que es de lo más importante, el nadi sushumna. Para abrir de forma segura este canal central, deben ser liberados los nudos del corazón. Uno debe “dejar partir” los miedos profundamente arraigados, los deseos, la ira, las preferencias y los apegos. Si el origen de la propia motivación es egoísta, por ejemplo, ser admirado por los demás, o desarrollar algún poder o habilidad en realizar alguna asana compleja, sólo se fortalece el poder personal; la consciencia permanecerá estrecha, y uno permanecerá sujeto al condicionamiento pasado. La fuerza de energía y de consciencia potenciales, Kundalini shakti, no es el ego; es una fuerza de no-ego, y cuando el ego la manipula, sólo se hace más grande.

Todo el sistema del Kriya Yoga de Babaji es una higiene total para el bienestar del practicante, y lleva al aspirante sincero hacia un estado de consciencia continua y transformación de su naturaleza humana. ¿Por qué limitarte con expectativas de resultados a corto plazo? El rejuvenecimiento del cuerpo físico, especialmente el cerebro y el sistema nervioso lleva tiempo, pero el proceso energiza también el cuerpo sutil. Cuando el prana es incrementado y equilibrado y los sentidos son revitalizados a través del pranayama y las meditaciones, el cuerpo físico se rejuvenece, también más energizado. Pero al aspirante sincero se le requiere

más.

No sólo se nos pide que practiquemos las diferentes técnicas, sino que también hagamos los cambios correspondientes en nuestro estilo de vida y en nuestros cuerpos mentales y emocionales. Las enseñanzas yóguicas de auto-disciplina, los yamas y los niyamas, son de importancia crítica, y debemos comprender, contemplar, meditar y vivir según ellos a lo largo de nuestra vida: no dañar, compasión, veracidad, no robar, modestia, moderación, desapego, simplicidad, ausencia de codicia, caridad y amabilidad, pureza, contentamiento, auto-estudio, práctica intensa y una voluntad de celebrar lo sagrado.

Comenzamos nuestra práctica con **Kriya Hatha Yoga**. Además de los efectos beneficiosos de las prácticas de las posturas en general sobre nuestra salud física, la práctica correcta del Kriya Hatha Yoga, las 18 posturas, tiene muchos importantes efectos sobre nuestro desarrollo emocional, mental y espiritual. Su práctica elimina bloqueos en los canales sutiles y despierta facultades psíquicas y espirituales dormidas. Las tensiones en el cuerpo contraen y bloquean los canales sutiles, y crean directamente inquietud e inercia en la energía de la fuerza vital (prana) y su contraparte, la mente. A la inversa, conforme el cuerpo se relaja mediante la alineación de huesos y de musculatura en asanas escogidas, y mediante movimientos coordinados con la respiración, se libera la tensión en el cuerpo denso, el prana fluye libremente a través de los canales sutiles, y la mente comienza a vaciarse. Los bandhas (cierres musculares) y los mudras (gestos que hacen circular la energía) juegan un rol importante en centralizar, estimular y equilibrar la energía incrementada de fuerza vital. La relajación que sigue a cada asana afecta a la curación y a la expansión de la consciencia.

Si practicamos regularmente las asanas como un medio de nutrir a todo nuestro ser, con nuestra mente pasiva, el ego sometido y larga concentración en la postura para hacerla verdaderamente efectiva, ocurrirán cambios en la consciencia. Llegaremos a experimentar la energía de nuestro cuerpo. Explorando el cuerpo, encontraremos sensaciones táctiles, minúsculos tintineos de energía u olas de energía, fluctuando y fluyendo a través de líneas del cuerpo desde el ombligo abajo por las piernas, y arriba y hacia fuera por los brazos y hasta la corona de la cabeza, todos respondiendo a la energía de la fuerza vital (prana) que los anima. Conforme sintonizamos con el prana, nuestra mente se vuelve calmada y centrada en un punto, y luego experimentamos el silencio – una expresión de nuestra consciencia superior. Se nos enseña a observar y a dirigir el prana fluyendo en nuestra práctica de asanas y en nuestros pranayamas, y aprendemos a concentrarnos en él y a contemplarlo en una de nuestras meditaciones. A través de estas prácticas, aprendemos cómo “conocer y comprender” a través de la sensación y a través de la es-

Sigue en página 4



Regalo y bendición (continuación)

encia del sentimiento.

Kriya Kundalini Pranayama es un regalo y una verdadera bendición. Podemos sentir los efectos del pranayama casi inmediatamente, conforme la mente está calmada. Conforme la inhalación y la exhalación se regulan, el prana denso comienza a afectar a los pranas sutiles. El resultado es una calmada sensación de desapego. Cada kriya de pranayama es practicada con consciencia. Con cada respiración dirigimos el prana sutil a través de los canales sutiles, llevando la mente hacia un estado de equilibrio. Este estado descansado de equilibrio y de claridad nos lleva a potentes meditaciones. Y comenzamos también a llevar a nuestras actividades de la vida una perspectiva más calmada y más consciente. Kriya Kundalini Pranayama equilibra las dos mayores influencias de la naturaleza de la mente, los nadis ida (femenino) y pingala (masculino), y en consecuencia, abre sushumna. El patrón particular de respiración incrementa la energía, una sensación de juventud, la claridad mental y el contentamiento. Cuanto más practicas, más refinadas se vuelven las energías y más comprendes, conforme tu respiración te lleva a un estado unitario de consciencia y de prana.

Las meditaciones (dhyana) se construyen una sobre la otra, a lo largo de la semana. Comenzamos con una técnica para descubrir lo que está perturbando a la mente, y creamos una apertura para que surjan los patrones del subconsciente y salga claramente a la vista. Llevar la consciencia a lo que hay en el subconsciente es el primer paso para curar y “dejar partir” las influencias negativas. Las dhyanas nos ofrecen un medio para trabajar sobre el auto-control, para promover nuestra salud y bienestar, al igual que el bienestar de los demás. Una vez hemos calmado la mente, las otras técnicas de meditación comienzan a desarrollar una fuerte concentración y a utilizar la visualización para abrir y ampliar el canal entre el ser que percibe y los objetos de percepción.

Dentro de cada uno de nosotros hay un espacio vacío, ilimitado lleno de consciencia, libre del lio del pensamiento, donde sólo mora el sentido de Yo Soy. Es desde la perspectiva de este espacio que nos concentramos, vemos, visualizamos y meditamos. Los ojos actúan como contraventanas, permitiéndonos interactuar con el mundo afuera, a través de un campo de consciencia. Conforme desarrollamos las técnicas de visualización, entramos en contacto directo con ese campo de consciencia. Hay una conexión directa entre vista, visión y nuestra luz interna, Yo Soy.

La visión pura es como un espejo; refleja, sin color, sin la sombra de la memoria, juicio o preferencia. Siempre que vemos puramente, sentimos una conexión íntima con aquello que miramos. Pero es muy difícil vivir en este estado de consciencia, porque los pensamientos, los recuerdos, las preferencias, las aversiones surgen invariablemente en la consciencia. Los pensamientos, tanto conscientes como subconscientes, distorsionan la consciencia.

El elevado texto de Vedanta y pensamiento monista,

el Yoga Vashista, dice: “La consciencia más los pensamientos es la mente. La consciencia menos los pensamientos es el Ser”. Cuando la mente está vacía de pensamientos, un flujo palpable de consciencia puede sentirse fluyendo a través de los ojos, conectando el lugar desde donde “ves” con el objeto al que estás mirando. Es como ver desde el espacio de “quién eres”.

Las técnicas de meditación or Dhyana Kriyas del Kriya Yoga de Babaji generan un flujo energético que se expresa a sí mismo a lo largo de un conducto de percepción que enlaza la mente perceptiva con el mundo, que es a la vez visualizado con los ojos cerrados y visto con los ojos abiertos. Concentrar la propia mirada y visualizar activamente fortalece las ondas cerebrales y eleva la consciencia, y puede revelar la conexión íntima de uno con el alma.

Aprendemos a experimentar la conexión con el alma a través de los sentidos: vista, sonido, gusto, tacto y olfato. Concentramos los ojos y nuestra atención, concentramos la mente y visualizamos a través de los sentidos, no para fantasear o ensoñar, sino para alinear todas las partes de nuestro ser hacia el alma, de modo que salimos de la ficción y de la fantasía del pasado y del futuro. Aprendemos a experimentar directamente el momento presente. Experimentamos que la visión misma está directamente conectada con nuestro Ser más profundo, e íntimamente relacionada con él. Comenzamos a “ver” diferentemente con más claridad, inspiración, discernimiento y desapego en todas las actividades de la vida.

La práctica de los mantras bija que se enseñan en la segunda iniciación nos ayuda a desarrollar nuevas inspiraciones y comprensiones. La repetición regular de los mantras se llama japa. Esta práctica es muy calmante para la mente. Produce calma y curación. Conforme dirigimos nuestra energía mental a los mantras, los movimientos del vital llenos de deseo y emociones se disuelven fácilmente. La mente se vuelve calmada y purificada. En consecuencia, la voz de nuestra alma, el ser psíquico, nuestra intuición, alimenta nuestro intelecto con sabiduría y comprensión. Nos volvemos hacia ella para que nos guíe. La escuchamos y la oímos. Los mantras pueden ser extremadamente energetizantes. En vez de disipar nuestra energía mental en preocupaciones y miles de pensamientos triviales, nos ayudan a conservarla, y luego, en el momento adecuado, a aplicarla a los problemas diarios de nuestra vida con una guía intuitiva. Ellos producen el sentimiento de estar apoyado por la Energía Universal, por la Madre Naturaleza misma.

Conforme avanzamos en nuestras prácticas con devoción a nuestro propi Ser Superior y desarrollamos fe y confianza en las técnicas, nos sentimos conectados, inspirados e intuitivamente guiados. Comenzamos a curar los conflictos o divisiones entre nuestro ser interno y externo. Experimentamos su integración, su unión, su yoga, uniéndose en este viaje, inseparables, interdependientes, avanzando juntos con todo en nuestra vida.

Benditos son aquellos que estudian el Kriya Yoga de Babaji y lo llevan a su corazón. □



Tantra: el sendero de los 18 Siddhas (Parte 2)

por Nityananda

Una definición práctica y breve de lo que es el Tantra sería: el esfuerzo de concentrar en los chakras superiores la energía vital que está acumulada en los chakras inferiores. De este modo, es la energía misma la que se encarga de activar los estados de consciencia más elevados, asociados con los chakras superiores.

La transmutación de la energía sexual en energía espiritual es, por ello, uno de los puntos clave enfatizados por los Siddhas en sus textos. Entre ellos destacan los escritos del Siddha Boganathar, de quien se dice que fue el fundador del Taoísmo, disciplina especializada en la transmutación de esta energía.

Para poder realizar este trabajo debemos tener en cuenta estos diferentes componentes de la anatomía sutil, presentes en el llamado cuerpo vital o emocional, el cuerpo energético que sostienen el cuerpo físico. Estos componentes son los nadis o canales de energía y los chakras o centros de energía y de consciencia. Ambos deben ser purificados y activados.

El sistema energético del cuerpo vital es comparable a un circuito eléctrico, con sus diferentes cables (los nadis) y baterías (chakras) por los que circula la electricidad. Cuanto menos purificados estén los cables y las baterías, más resistencia ofrecerán al paso de la energía, con lo que el circuito se recalentará a su paso, y sólo tolerará voltajes muy reducidos; no podrá tolerar niveles elevados de energía.

Una experiencia interna inusual, motivada por una transmisión de energía (lo que llaman “shaktipat”) o por una práctica intensiva no equilibrada, puede suponer una gran descarga de electricidad en el circuito. Pero si éste no está preparado para soportar este voltaje, se producirá una chispa, un cortocircuito que estropeará algunos de sus componentes. Algunas personas denominan a esto “experiencias espirituales”. Pero tales experiencias no pueden durar. Así que, nuestro trabajo como practicantes de Yoga, es acondicionar un circuito eléctrico interno que pueda tolerar, de forma progresiva y constante, niveles más y más altos de energía – niveles más y más elevados de consciencia. Esto supone un trabajo constante y sostenido, y a largo plazo, no un chispazo temporal.

Los Siddhas del sur de la India enfatizan en sus poemas el trabajo espiritual con los chakras, con los nadis y con la energía Kundalini, presente de forma potencial en el primer chakra.

Kriyas (técnicas) de Yoga

En el Kriya Yoga de Babaji tenemos, en primer lugar, la práctica de las 18 asanas para limpiar los nadis y activar progresivamente los chakras. Yoguis como Satyananda Saraswati señalan la importancia de activarlos de una forma progresiva, ya que su apertura total repentina puede abrumar al practicante con contenidos almacenados en ellos, provenientes de otras vidas.

Para evitar este problema tenemos la primera técnica de meditación, Shuddhi, para limpiar el subconsciente, donde se almacenan estos contenidos. También se enseñan en la Tercera Iniciación algunas meditaciones avanzadas para efectuar esta purificación, como las de las meditaciones de las Aperturas Divinas y otras. La repetición de mantras también resulta efectiva para esta purificación del subconsciente.

Otras técnicas imprescindibles para activar los chakras y transmutar la energía vital/sexual son:

- Los bandahs o cierres musculares – Tirumular dedica capítulos a esta práctica en su obra “Tirumandiram”; diversos textos de Yoga como el “Hatha Yoga Pradipika” también enfatizan estas técnicas.
- Los pranayamas Brahmacharya Ojas Matreika Pranayama y Kriya Kundalini Pranayama.

En la Tercera Iniciación se enseñan además kriyas o técnicas específicas para activar los chakras y purificar sus contenidos, mediante meditaciones, mantras y asanas.

La Luz y la Gracia divinas

El concepto de “Gracia”, el descenso de la energía y de la consciencia divinas, está muy presente en la tradición de los Siddhas (llamada Saiva Siddhantam del sur de la India). Shiva, la divinidad misma, el Absoluto, es un término que significa “lo auspicioso”. En el Tirumandiram se mencionan las cinco acciones de la Divinidad: creación, preservación, destrucción, oscurecimiento y gracia, y todas ellas son consideradas actos de gracia de la Divinidad hacia el alma.

Tras los esfuerzos del yogui por prepararse y purificarse para el Divino, y por la llamada incesante y la entrega a Él, se produce finalmente el descenso de la Gracia.

Este esfuerzo yóguico equivale a la acumulación

Sigue en página 6



Tantra (continuación)

de la energía vital en los centros superiores de consciencia o chakras. Esto se consigue no sólo con técnicas yóguicas, sino también con devoción y aspiración sostenidas, y con un comportamiento recto y ético. Esta acumulación de energía permite la visión de la Luz divina. Esta Luz es mencionada constantemente en el Tirumandiram y en otros poemas de los Siddhas:

“Si uno se concentra en la forma de la luz, hay iluminación;
si uno se funde en la luz, Él se volverá uno contigo”
(*Tirumandiram*, verso 2681).

“Como las gotas de agua que no se adherirán a la hoja del loto

tal es el deseo del mundo.

Empújalo lejos

y reverencia, y adora, adora oh serpiente danzante
los pies de la resplandeciente
deslumbrante y brillante luz blanca,
brillando en todas partes.”

- *Siddha Pambatti*

“¡Oh alaba la Luz de la Lámpara, la joya de los cielos,
la gran Luz de reflexión, la joya en el ojo!

¡Oh alaba la Luz con rayos que han transgredido la
Trinidad del tiempo

y mantenla firme dentro de tu corazón y de tu mente!”

- *Siddha Idai Kadar*

“Para aquellos que han conocido
que la Verdad es Luz Clara,
¿Qué sentido tienen los favores reales?”

- *Siddha Kudambai*

El Siddha Tirumular menciona también la aparición de Nada, el sonido divino Om, como resultado de esta concentración de energía vital en los chakras superiores. La sadhana o disciplina yóguica permite la unión de Bindu y Nada – la unión de la energía vital/sexual con el Om, la unión del individuo con la vibración del cosmos.

En el Yoga tradicional se apuntaría entonces hacia la meta del Nirvikalpa Samadhi, la extinción de la individualidad en la consciencia pura absoluta, con el resultado de Moksha o la liberación del individuo del ciclo forzoso de las reencarnaciones.

El Saiva Siddhantam de los Siddhas, con su meta del Soruba Samadhi, enfatiza no obstante el logro del cielo en la tierra, la unión perfecta de Shiva y Shakti en el ser humano, la transmutación de la materia (que es energía, al fin y al cabo) en la perfecta expresión de la consciencia

divina.

Para este fin, la Luz divina es, en este momento, el principio divino intermedio entre el Absoluto y la creación, participando de ambos. Este principio sería el agente transmutador de este proceso, pudiendo actuar incluso sobre el cuerpo físico:

“Si te concentras en la luz y cantas claramente
con una mente que se derrite, Él hará tu cuerpo
de oro mediante la píldora alquímica de Sivaya Nama”
(*Tirumandiram*, verso 2709).

Un Siddha del siglo XIX como Ramalinga habló de todo ello en sus innumerables poemas, en los que invoca a la Divinidad en su aspecto de “Luz divina de Gracia” (Arul Perun Yoti), para que descienda y transmute el cuerpo físico en un cuerpo inmortal de luz. Él mismo obtuvo esta realización yóguica final, aunque su mensaje tuvo escasa repercusión en sus contemporáneos.

Pero este descenso de la Gracia divina en forma de luz pertenecería a fases muy avanzadas de la sadhana, habiéndose cumplido previamente todos los requisitos de los que hemos hablado antes.

Y a estos requisitos habría que añadir la necesidad de la entrega total al Divino. Un aspecto enfatizado totalmente por los Siddhas modernos Sri Aurobindo y la Madre. Su Yoga Integral, que apunta también a la transformación total, incluso de lo físico, empieza y termina con esta entrega total al Divino, en su aspecto dinámico y energético: la Madre divina.

El papel del gurú

Los Siddhas destacan también el papel del gurú o maestro. Éste prescribe la sadhana, la práctica espiritual concreta que debe seguir el discípulo, y es finalmente quien le otorga la realización espiritual, la unión con el

Divino, cuando el discípulo la hace posible mediante su preparación y su entrega. El gurú es, entonces, la puerta hacia el Divino, el Absoluto, cuya gracia se manifiesta de forma personal en el gurú.

El enfoque de los Siddhas es directo, práctico y realista, más allá de la especulación teológica. El aspirante espiritual avanzará en el sendero en la medida en que se entregue a él, con su práctica yóguica y con su devoción al gurú y al Divino. El esfuerzo del aspirante es proporcional a la felicidad que obtendrá.

También afirman que la Gracia del Divino siempre se está derramando sobre todos, pero mediante la sadhana yóguica aprendemos a convertirnos en recipientes capaces de recoger, sin fisuras, la lluvia de la Gracia. Shiva, el Divino, es la quintaesencia, la fuente sin fin de esta Gracia. □



Foto del Ashram de Kriya Yoga
de Kanadukathan © M. Govindan



Las fases en la realización del Ser en el Tirumandiram

por Shivam S. Christiansen

Todo buscador serio se ha preguntado a sí mismo en un momento dado si alcanzará alguna vez la realización del Ser – las dudas son compañeros familiares y necesarios en el viaje espiritual. Hay muchas de ellas: ¿Soy digno? ¿Qué pasa con las cosas que hice en el pasado? ¿Practico las técnicas correctas? ¿Las practico de la forma correcta? ¿Y si estas preguntas no se dan? Esto significaría quizás simplemente que al ego no le gustan estas cuestiones.

La buena noticia es que seres perfectos y compasivos como los Siddhas nos han dado directrices y consejo. Uno de los más grandes de ellos es Tirumular, el autor del

Tirumandiram, (en tamil: திருமந்திரம்), una obra poética y científica en tamil que se dice fue escrita alrededor del 200 d.C., que consiste en unos 3.000 versos en 9 Tandirams (partes).

Como el santo dice en el Mandiram 47, la actitud interna es lo más importante para una persona en el sendero espiritual, no es necesario vivir como un monje o como una monja.

Contemplando al Señor, el hombre de hogar no es menos que el asceta;

Él compartirá Su conocimiento con aquellos que lo guardan en su corazón;

Para aquellos que no saben esto, no puede haber gozo;
Como el milano que no conoce el fruto del árbol donde vive.

- Mandiram 47

El cómo la sexualidad puede ser transformada de un obstáculo a una herramienta para la realización del Ser al transmutar la energía sexual se explica en el 3er tandiram en una sección llamada pariyanga-yoga (Mandirams 825 a 844).

En el Mandiram 2807 Tirumular, según el comentario de T.N. Ganapathy, dice que “en cualquier forma en la que el jiva disfruta del placer (incluyendo el disfrute con una mujer), ahí reside la luz brillante primordial en ese disfrute”:

En el disfrute sexual con la dulce doncella
Está la placentera y brillante luz primordial;
Él está más allá de la comprensión de Brahma y Visnú;
La luz se fundió con sendero más elevado.

- Mandiram 2807

El mandiram 895 en el cuarto tandiram habla de algunos temas importantes del Tirumandiram:

Los Agamas de Amalan [Shiva]hablan de pati, paśu y paśam;

Tirodayi es amalan (dios); Ella confiere gozo;
Las palabras de Amalan son āṇava, māyā y karma;
En el reino de Amalan tiene lugar la danza divina.

- Mandiram 895

uras que “tratan sobre la filosofía y el conocimiento espiritual tras la adoración de la deidad, el yoga y la disciplina mental requeridas para esta adoración, y los tipos de adoración ofrecidos a la deidad” (Wikipedia). Tirodayi es una forma de *śakti* que representa el oscurecimiento, una de las cinco funciones del Señor. Pati es *Śiva y paśu* el alma. *Pāśam o pāśa* representa aquello que mantiene al alma separada de Dios, los malas o manchas *āṇava, māyā y karma*, que mantienen al alma en el círculo del nacimiento y la muerte. *Āṇava* es el sentido del ego que causa la ignorancia sobre quién es uno, el sentido de individualidad y de separación de Dios. También se llama *mūla mala* (mala raíz). *Māyā* es el engaño que lleva al alma a acumular karma, las consecuencias de pensamientos, palabras y actos pasados. Según el mandiram 90 hay dos tipos de *māyā*: *shuddha-māyā*, que el puro y *ashuddha-māyā* que es el impuro. Otor mala que es mencionado en el verso anterior es la energía ocultadora del Señor, *tirodhāna-śakti*, que sólo es eliminada por la gracia de Dios (*anugraha śakti*). Según S.N. Kandaswamy, en su comentario sobre el mandiram 2160, estimula a los otros malas a que maduren. El karma consiste en las consecuencias de los propios pensamientos, palabras y actos: *prarabdha karma* el que se experimenta en la vida actual, *āgāmya karma* el que está siendo acumulado ahora y *sanchita karma*, la cantidad total de karma (el “balance” de la “cuenta” del karma). El quinto mala es *māyēya*, los productos de *māyā*. En el proceso del Yoga los malas son quemados en el fuego de tapas a través del desapego constante (*vairāgya*).

El nivel de consciencia del alma depende de si está totalmente sometida al *āṇava* (estado kevala), implicada con el mundo (estado sakala) o plenamente liberada de los malas (estado shuddha). En el segundo tandiram Tirumular explica los diferentes tipos de almas según los malas que ya han dominado. Cuando el alma está atada por los tres malas se llama sakala. Cuando está atada por *āṇava y karma* se llama *pralayākala*, y cuando está atada sólo por *āṇava* se llama *vijñānakala*. Una categoría especial de sakalas son los *sāḍkakas*, que al contrario de los sakalas plenamente ahogados en la vida diaria, se están esforzando fuertemente para liberarse de los malas y convertirse en *jīvan-muktas*.

Bendecidos por estado de Śiva, ellos conquistan los cinco malas;

Meritoriamente, son almas plenamente realizadas; mukti, el fin, es su estado;

Ellos cortan el nacimiento, libres de paśu y paśa,
Después de que buscan y comprenden los interesantes tattvas

- Mandiram 497

¿Cuál es la diferencia entre el estado kevala y el estado de un *vijñānakala*, cuando en ambos estado el alma sólo

Sigue en página 8



Acharya Shivadas

Mi infancia fue parecida a la de mucha gente, de niño intentaba encontrarme a través de los ojos de otras personas y ocupado en crear una vida social interesante. Rápidamente me di cuenta de que esa no era la clase de felicidad que estaba buscando, y esta incertidumbre trajo un gran desasosiego en mí, ya que no tenía ningún lugar donde encontrar las respuestas a mis preguntas. En este tiempo me aficioné a la marihuana, y este error me llevó a varios años de experiencia nebulosa.



Acharya Shivadas

Un día, cuando tenía 15 años, durante una reunión familiar, un primo mío... más mayor, me explicó que podía sanar con sus manos... Después de varias largas conversaciones y de ir tras él durante dos años para aprender, fue una revelación que cambió mi vida de adolescente. Ahora todo era posible: el paraíso también estaba en la Tierra.

A los 19, el Yoga llega a mi vida. Me encontré con mi primera maestra, Mrs. Evelyn Cruchandeau, quien fue capaz de encender la chispa que me llevaría al Yoga. Me di cuenta de que llegar a ser libre tenía un significado totalmente diferente. Aparte de mis clases privadas dos veces a la semana, también me dedicaba a practicar solo diariamente y a enfrentarme a retos personales como hacer la postura sobre la cabeza todos los días (¡mi cuerpo

sintió el golpe de caer sobre las esquinas de mi cama varias veces!)

Como consecuencia, en 2001, a la edad de 20 años, decidí abandonarlo todo y marcharme a la Isla Reunión. Mi objetivo era aprender y practicar el Yoga más intensamente en un lugar con el que había soñado desde hacía mucho tiempo. Mi vida parecía perfecta para un hombre de 20 años de edad. Hacía surf todos los días y practicaba Yoga cuando volvía a casa. Viví de mis ahorros durante dos años.

Así descubrí el Kriya Yoga: estaba buscando algunos libros que me acompañaran en el viaje y encontré "Kriya yoga" de Paramahansa Hariharananda, sin saber que ese libro iba a ser el "verdadero viaje" de mi vida. Devoré el libro con toda mi alma y sentía que era muy coherente con lo que yo estaba enseñando, así empecé a buscar a alguien que pudiera iniciarme en Kriya Yoga y satisfacer mi anhelo, aquello que no podía explicar. Durante este periodo, empecé a estudiar en una escuela de Yoga cronobiológico y participé en la formación durante 3 años.

Un año después mi profesora de Yoga en Reunión me sugirió que fuera a India para asistir a clases. En aquel momento no me sentía atraído por India en absoluto. Sin embargo, la idea de redescubrir el Yoga me parecía algo muy esencial en mi formación. Así que fuimos a una escuela muy pequeña en India del Sur, Vijnana Kala Vedi, que ahora ya no está abierta.

Recibía clases privadas por la mañana y por la tarde iba a clase con un grupo. También fui iniciado a kalari-payattu. El modo de enseñanza Hindú era nuevo para mí,

Sigue en página 9

Tirumandiram (continuación)

está acompañada por *āṇava*? En el estado kevala el alma está en completa oscuridad, "sus poderes de volición (*iccha śakti*), acción (*kriya śakti*) y cognición (*jñana śakti*) están dormidos" (S.N. Kandaswamy p. 2445). Luedo los otros malas son añadidos como "la suciedad se usa para lavar la suciedad de la ropa". Esto significa que en un acto de gracia se le da un cuerpo y muchas oportunidades de aprender, de alcanzar el estado más elevado de un *viṇanakala* donde tiene el conocimiento de Dios y eventualmente se libra del mala raíz, *āṇava*.

Debido a los cinco malas inalterados en los avasthas

Entran las almas, dotads con cuerpos y órganos sin fin de māyā

Atrapadas en el círculo de nacimientos y de muertes y golpeadas

Por los severos hecho y experimentan sus frutos

- Mandiram 2610

La limpieza tiene lugar en el estado de samadhi cuando el *jīva*, el alma, y *Śiva* se encuentran y se vuelven

uno, simbolizado en el chin mudra, el pulgar representa a *Śiva* y el dedo índice al alma.

El samadhi se llama también el estado de turiya, el cuarto estado de consciencia. Los otros estados (*avasthas*) son *jāgrat*, el estado de vigilia, *svapna* (estado de soñar) y *suṣupti* (estado de sueño profundo). Tirumular nos habla incluso de un quinto estado llamado *turiyātīta* (el estado trascendente más allá de turiya) que no es mencionado en los Vedas.

Tirumular describe bellamente la desaparición final de *āṇava* en el mandiram 2820:

Yo "Te" buscaba como diferente a "yo" y

Descubrí que "yo" y "Tú" no son dos:

Esta sabiduría otorgada por el Jefe gnóstico;

(Y) "yo" perdí el pensamiento de "ser yo".

Nota: las citas han sido tomadas de la traducción al inglés del Tirumandiram publicada en enero del 2010 por Babaji's Kriya Yoga Publications, Inc.



Reseña (continuación)

un joven occidental. Me acuerdo en mi primera clase con un profesor de una cierta edad, pidiéndome que me sentara en siddhasana durante sus clases. Sin embargo, meses antes yo me había dislocado la rodilla por haber hecho la postura sin calentamiento previo. Era imposible para mí hacer lo que me pedía. Le explique la situación y me contesto que no iba a enseñarme nada hasta que no me sentara en siddhasana.

Así que durante esta clase sudé profusamente a la vez que me sentaba en un tembloroso medio loto. Con la ayuda de este profesor, después de 15 días ya estaba cómodo en la postura. Al final de nuestro encuentro, él me autorizo a enseñar su clase.

Como una abeja en busca de miel, participé en toda clase de formaciones que me inspiraron y me llevaron al lugar donde estoy ahora: Reiki, magnetismo, Yoga, etc. Me sentía bien pero totalmente desorientado, me faltaba la parte esencial, pero no sabía dónde estaba, hasta que me encontré con Thierry Morfin durante un seminario de yoga en Reunión. Thierry era un Kriyabán, podía sentir su presencia. Él era muy calmado y parecía observar el mundo mientras permanecía presente. Con su ayuda conseguí el contacto de la persona que iba a tener más influencia en mi vida de Yogiu. ¡Gracias de nuevo, Turyananda!

Volví a Francia y me encontré con Satchitananda para recibir la iniciación en Kriya Yoga. Tenía 23 años y estaba lleno de felicidad. Me sentí en el camino correcto porque creía en las enseñanzas. Desde ese día, nunca he dejado de practicar Kriya Kundalini Pranayama.

Durante el año siguiente, participé en la formación de profesores de la escuela de Sivananda. Esto fue una buena intuición porque ahí fue donde me encontré con mi futura esposa, Lalitha Swarupa. Esta maravillosa criatura que bailaba para Shiva, no podía pasar desapercibida en mi corazón. Ahora compartimos nuestra práctica de Kriya Yoga, y con su ayuda, me hice vegetariano.

¡Todo ocurrió tan rápido! Después de asistir a la iniciación del segundo nivel, hice un viaje a Martinica para encontrarme con Swarupa. Al año siguiente, tuvimos la oportunidad de abrir una pequeña escuela de danza Bharatanatyam y Yoga.

Recibimos nuestra tercera iniciación en Francia en el 2007, y Satchitananda me aconsejó estudiar sobre cuidado de la salud.

Recibí formación en terapia manual energética durante 4 años. El poder contribuir en el alivio del dolor de otra persona es muy satisfactorio, solo ahora puedo entender el valor de este consejo.

En 2008, Swarupa y yo decidimos viajar a Badrinath para practicar tapas durante 8 días y experimentar con

los 144 Kriyas en este lugar extraordinario. La experiencia fue sorprendente e inesperada. Más tarde también participamos en la formación de profesores con Durga en Alemania; aprendí muchísimo de su sensibilidad y experiencia.

En el 2010, durante el Maha Kumba Melha, Satchitananda me invitó a entrar en la orden de los Acharyas, y en ese momento me sentí como una fruta madura. ¡Mirando hacia atrás, me doy cuenta de que estaba bastante verde!

Durante los últimos 7 años, he dado sobre unas 350 clases todos los años. Mi objetivo es transmitir lo que a mí me hubiera gustado cuando descubrí el Yoga: la posibilidad de participar en clases continuamente a un precio mínimo. La mayor parte de la gente que practica Yoga parcialmente, buscan una “relajación parcial” que lleva a una “pseudo-consciencia” en la que los hábitos que causan el sufrimiento aún persisten.

El Yoga se ha convertido en una herramienta de bienestar, lo que le da un nivel de reconocimiento en mucha gente.

Sin embargo, yo creo que el bienestar es solo un medio para la comprensión, no es el objetivo. Solo una práctica constante puede dar la posibilidad de una transformación real, incluso para las personas que no están iniciadas.

Es mi deseo que esta experiencia ayude a más personas a mirar más allá, como exploradores de la consciencia, y recibir un día la iniciación del Kriya Yoga de Badawi. Una vez, un estudiante me preguntó: ¿Practicar únicamente Kriya Yoga no es limitador?

Cada forma de Yoga tiene sus objetivos, y los métodos enseñados en cada uno de esos Yogas sirven su propio propósito. Algunas personas practican para ser más fuertes, más flexibles o estar más relajados.

Nosotros enseñamos que Kriya Yoga es la ciencia y el arte que une el ser con la realidad absoluta.

Es el más elevado objetivo del Yoga, y de nuevo vemos que el método sirve a su propósito. Es una práctica ilimitada para unir la consciencia personal con el todo, y convertirnos en un instrumento en esta obra infinita que es la vida.

¡Soy tan solo un principiante en mi camino de Kriyaban! Kriya Yoga es un tesoro de la humanidad; un legado para los buscadores sinceros de la Divinidad. Este es un tesoro que no tiene fin, ¡me siento como si aún no hubiera abierto a envoltura de este tesoro! Cuanto más practicamos, más nos entregamos y más luminosidad y espacio interior somos capaces de crear.

Una cosa de la que estoy seguro es que la única limitación es la que le concedemos a nuestro ego. Gracias Sat Gurú Deva por expandir nuestra consciencia a pesar de nuestros vicios e imperfecciones. □



Notas y noticias

Peregrinaje al sur de la India, del 14 de febrero al 3 de marzo del 2014. Únete a nosotros en nuevo e inspirador itinerario, con prácticas diarias de yoga y de meditación en los lugares espiritualmente más poderosos del sur de la India. Visitaremos ashrams y santuarios sagrados en Bangalore, Nandi Hills (Tapaswiji), Tiruvannamalai, Pondicherry Tanjore, Palani, Coimbatore, Mysore. Todos son bienvenidos. Visita nuestra web para más detalles.

Petición de ayudas para las víctimas de las inundaciones en los Himalayas, cerca de Badrinath. El



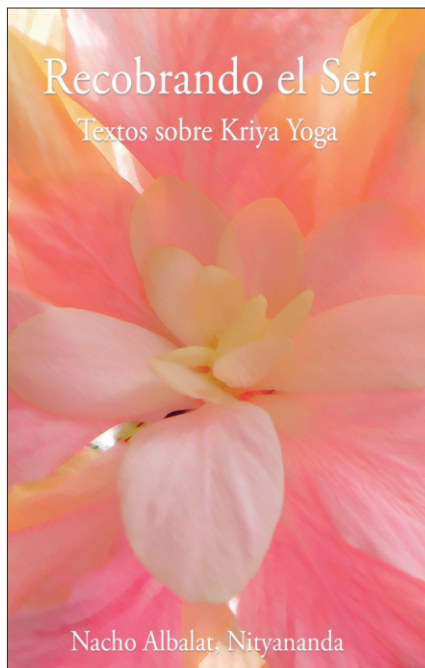
Badrinath

consejo de directores de nuestras actividades benéficas en India, Canadá y Estados Unidos han decidido organizar una campaña de recogida de fondos para las víctimas de las inundaciones cerca de Badrinath, Himalayas, donde el director de nuestro ashram (en construcción), Rohit Naithani, ha estado distribuyendo comida cada día para más de 5.000 peregrinos atrapados, usando los fondos de nuestra construcción. Durante los próximos meses seguiremos ayudando a los residentes locales, en particular a los de aldeas cercanas cuyos hogares y campos se han llevado las inundaciones. Aunque nuestro ashram en Badrinath no ha sido dañado, creemos que la prioridad ahora es

ayudar a aquellos que están sufriendo. Pedimos que durante los próximos días, semanas o meses enviéis contribuciones a través de la web:

<http://www.babajiskriyayoga.net/english/kriya-yoga-contribution.htm> o mediante transferencia bancaria a "Marshall Govindan", Deutsche Bank, International, BLZ 50070024, número de cuenta: 0723106, re. IBAN DE09500700240072310600, BIC/Swift code DEUTDEDBFRA. Menciona que es "para las víctimas de las inundaciones de los Himalayas".

Nuevo libro: "Recobrando el Ser: textos sobre Kriya Yoga", por Nityananda. Este ebook presenta una serie de textos sobre Kriya Yoga de Babaji, publicados - y revisados - por Nityananda a lo largo del tiempo. Si te estás planteando iniciarte en el Kriya Yoga estos textos te servirán de introducción, ofreciéndote una visión general sobre este sendero. Y si ya estás iniciado, te apoyarán en tu práctica, proporcionándote una mayor comprensión del sendero y de cómo avanzar en él. Puedes encargar el libro a través de la sección de Librería de nuestra web: www.babajiskriyayoga.net/spanish/bookstore.htm.



Nuevo Acharya de Austria: Brahmananda Bernd Gehringer fue iniciado en el 2001 en Viena en la tradición de Kriya Yoga de Babaji, y el 19 de mayo del 2013, en una ceremonia especial, en la Orden de Acharyas del Kriya Yoga de Babaji, cerca de Frankfurt, Alemania.



Brahmananda

Gracias a la guía llena de gracia de Babaji, las condiciones de vida de Brahmananda mejoraron durante este periodo de 12 años. Él sintió una llamada del Dharma que incluía la sadhana yóguica, convertirse en profesor de Kriya Yoga de Babaji, participar en varios peregrinajes en la India, y luego en la formación como Acharya. Se llegó a liberar de muchos obstáculos kármicos, incluyendo su negocio. Con experiencia práctica como anterior dueño de una compañía de tecnología del calzado, ha reducido su cuota de trabajo convencional a un mínimo con el fin de dedicar su vida a la práctica y a la enseñanza de Babaji y del Yoga. Brahmananda vive en Attersee, al norte de Austria, y organiza allí clases regulares de Kriya Hatha Yoga, talleres y Satsang. Al servicio de la Orden de Acharyas, organiza seminarios de iniciación en la zona de habla alemana.

Iniciaciones de segundo nivel serán ofrecidas por M.G. Satchidananda en Québec: 25-27 de octubre 2013; en Japón, 30 agosto-1 septiembre 2013.

Iniciaciones de tercer nivel serán ofrecidas por M. Govindan Satchidananda; en Québec del 12 al 21 de julio del 2013, y del 11 al 20 de julio del 2014; cerca de Dole, en Francia

Sigue en página 11

Notas y noticias (continuación)

del 25 de agosto al 1 de septiembre del 2014. Logra la meta de la Auto-realización con poderosas kriyas para despertar los chakras y entrar en el estado sin aliento del samadhi.

Retiros de silencio en el Ashram de Québec: 30 de agosto a 8 septiembre, 26-31 de diciembre 2013.

Fines de semana de Kirtan son programados en el Ashram de Québec: 3-4 agosto, 5-6 octubre, 30 de noviembre al 1 de diciembre del 2013.

Reinicio y renovación en el Ashram de Québec: vive una experiencia espiritual única en el Ashram de Québec. Puedes pasar algunos días, algunas semanas o incluso algunos meses con guía en tu sadhana (práctica espiritual) por el Acharya de Kriya Yoga que está residiendo allí todo el tiempo (Dayananda).

Programa diario:

7 am a 9 am: Sesión de práctica: asanas, pranayama, mantras, meditación caminando.

10 am: Desayuno y Karma Yoga

3 pm a 5 pm: Sesión de práctica

6 pm: Cena y Karma Yoga

8 pm a 9 pm: Comentarios sobre la práctica

Se requiere registrarse por adelantado. Mínimo dos días y dos noches. Con alojamiento y comida: \$65 por día; sin comida: \$30 por día.

Contacto:

Dayanada@babajiskriyayoga.net

Encuentro europeo de iniciados y Acharyas, 24-26 de mayo del 2013. Cincuenta y tres iniciados de Kriya Yoga, incluyendo a los 13 acharyas, asistieron al Satsang Europeo.

Tirumandiram: Una segunda edición en

cinco volúmenes está ahora disponible en nuestra sección de comercio electrónico.

Visita nuestra página venta online, se puede comprar con Visa, American Express o mastercard todos los libros y otros productos vendidos por Babaji Kriya Yoga publicaciones, o para donaciones a la orden de los Acharyas. La información de la tarjeta de crédito estará encriptada por lo tanto es una página segura. ¡Échale un vistazo!

Visita el blog de Durga www.seekingtheself.com.

Pedimos a todos los suscriptores de la zona euro, que cuando sea posible nos envíen el pago de la suscripción anual de 12 euros mediante transferencia a "Marshall Govindan", Deutsche Bank, International, BLZ 50070024, número de cuenta: 0723106, re. IBAN DE09500700240072310600, BIC/Swift code DEUTDE33 por la suscripción anual a esta publicación. En España, enviar 12 euros a Nityananda, escribe a hunben@gmail.com para más detalles.



53 personas asistieron al Encuentro Europeo, mayo 2013.



Noticia a los suscriptores

Esta publicación se envía por mail a todo el que tiene dirección de correo. Pedimos que todos vosotros nos informéis de la dirección de correo que preferís os enviemos la publicación. Si estáis usando bloqueador un anti-spam poner la dirección de info@babajiskriyayoga.net en la lista de excepciones. Se envía como un archivo adjunto en formato PDF. Se puede leer usando el Adobe Acrobat Reader, que lo podéis bajar gratuitamente de la red siguiendo las instrucciones que aparecen cuando intentas abrir el archivo. Si nos lo pedís lo podemos enviar en formato Word, sin fotografías. Si no habéis renovado antes del final de septiembre del 2013, quizás no recibáis 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@orange.fr.