



Kriya Yoga

d e B a b a j i

Editorial

No tengo tiempo de practicar Yoga o de meditar

por M. G. Satchidananda

"No tengo tiempo de practicar Yoga. No tengo tiempo para meditar". Si te has oído realizar este lamento, ahora es el momento de preguntarte "¿Por qué?". Todo el mundo tiene veinticuatro horas al día. Así, lo que realmente estás diciendo es "practicar Yoga y meditación no es mi prioridad". Esto implica a la pregunta más importante de tu vida: "¿Qué determina mis prioridades?". Para responder a esta pregunta, necesitarás reflexionar sobre la siguiente relación entre tus prioridades, valores, cultura y Yoga.

Vivimos en una cultura materialista, que valora la posesión de cosas materiales por encima de todo lo demás. La palabra "cultura" viene del latín "culte", que significa "adorar", eso que uno valora más que cualquier otra cosa. Así, en una cultura materialista las cosas se han convertido en el objeto de adoración más importante.

Para comprender cómo tu comprensión y tu práctica de Yoga está influenciada por tus valores, considera primero algunos ejemplos de "valores":

1. Valores yóguicos tradicionales: los niyamas o restricciones del ashtanga yoga de Patanjali: no dañar, veracidad, no robar, ausencia de codicia; ascetismo, liberación espiritual, iluminación, entrega, pureza, contentamiento.

2. Virtudes cristianas tradicionales: fe, esperanza, amor, caridad; salvación, perdón.

3. Valores contemporáneos de individualismo, independencia, "buen aspecto", competición, valores familiares, científico, libertad personal, patriotismo, ecología, conservación del medio ambiente, simplicidad voluntaria, feminismo, vegetarianismo, Cristianismo, ser creativo;

4. Valores promovidos desde el siglo XVIII por los filósofos de la Ilustración: virtud, honor, honestidad, paciencia, tolerancia, justicia, templanza, humildad, moderación, frugalidad.

Luego considera cómo los valores occidentales contemporáneos han afectado a cómo el Yoga es presentado hoy, en contraste de cómo fue presentado por los primeros maestros orientales que llevaron el Yoga a Occidente, incluyendo a Vivekananda y a Yogananda. Ellos presentaron el Yoga principalmente como un enfoque

Contenidos

1. Editorial : No tengo tiempo de practicar Yoga o de meditar, por M.G. Satchidananda
2. En busca del Kriya Yoga Siddhantha tamil, por M. G. Satchidananda
6. Un cambio de perspectiva produce la realización del Ser, por M.G. Satchidananda
7. Cuando la Divinidad desciende, por Rajendra Gupta
9. Publicaciones del Proyecto de Investigación de los Siddhas
10. Notas y noticias



En busca del Kriya Yoga Siddhantha tamil

por M. G. Satchidananda

Llegué al ashram junto al mar del Kriya Babaji Sangam en San Thome, Madrás, India, a comienzos de junio de 1972. Hacía calor y humedad. Estaba cansado del largo vuelo. Sentí a la vez asombro y aprensión respecto a los nuevos entornos de mi nueva asignación de mi profesor yogui S.A.A. Ramaiah. Entrando por la puerta frontal, inmediatamente me dirigí al murthi de granito de Babaji al fondo del patio, y ofrecí mis oraciones de gratitud y mi aspiración por las bendiciones de Babaji. Mi anfitrión, Swaminathan, me presentó al cuidador residente, Palaniandi, y a su familia. Deshice mi maleta y después, esa noche Swaminathan y yo fuimos en bicicleta a través de las calles estrechas de la antigua Mylapore, hacia un restaurante local donde llenamos nuestros contenedores tiffen de arroz, curry, verduras fritas, appalam y agua de pimienta rasam. Los trajimos de vuelta y tuve mi primera comida sentado en el porche del ashram, usando hojas de banano como platos, comiendo con mis dedos.

Mi ego había sufrido multitud de desafíos durante los dos años y medio pasados desde que me convertí en discípulo de este enigmático hombre de la India. Lo había conocido en Washington, D.C., cuando esperaba entrar en el cuerpo diplomático del Foreign Service de Estados Unidos, habiendo aprobado sus exámenes escritos y orales, y la graduación en School of Foreign Service de la Universidad de Georgetown. Mi primer año con él le dio la vuelta a mi vida. En vez de comenzar una carrera como diplomático me formé con él en sus ashrams y centros de Nueva York, Washington D.C. y Los Ángeles. Posteriormente, él me envió a Chicago abrir un nuevo centro de Kriya Yoga, y me indicó que trabajase y ahorrara 5.000 dólares, los fondos requeridos para financiar mi asignación en India. Trabajé en Chicago durante seis meses cargando a mano mercancías en remolques de 40 toneladas,

Sigue en página 3

Editorial (continuación)

filosófico, la “realización del Ser”. Posteriormente, durante los años 60 y a comienzos de los 70 el Yoga fue presentado en Occidente como un “contracultura” y como un enfoque psicológico de auto-descubrimiento por los numerosos gurús indios y tibetanos que llevaron el Yoga a Occidente.

Hoy, el Yoga ha sido adaptado no sólo a la cultura materialista, sino dentro de esta cultura, a los valores particulares de los individuos. Por ejemplo, aquellos que valoran la salud y el estar en forma ven la práctica del Yoga como un medio de restaurar, mantener o desarrollar su salud. Aquellos que valoran la “buena imagen” ven el Yoga como un medio de perder peso o de mantener la juventud y el atractivo sexual. Otros lo valoran como un medio de ganarse la vida, de modo que buscan convertirse en profesores de Yoga, a menudo prematuramente, o más recientemente como terapeutas de Yoga. Otros que pueden estar sufriendo estrés valoran el Yoga como un medio de relajación o de gestión del estrés. Aquellos que buscan paz mental valoran la práctica de Yoga como meditación. Aquellos que buscan la verdad metafísica o la sabiduría valoran las enseñanzas prácticas de sabiduría. Aquellos que buscan la “liberación” del ciclo de renacimiento y muerte valoran el Yoga como un vehículo para ello. Aquellos que están buscando a Dios o a la iluminación valoran las prácticas y enseñanzas como medios de llevarlos hacia estas metas.

El cómo se presente y se practique el Yoga por cada profesor depende del grado en que guarden diferentes valores, incluyendo los citados antes, y esto varía significativamente entre profesores y estudiantes.

Uno ve lo que uno desea. “Cada uno ve lo suyo”. Los deseos determinan los valores. Los deseos también están dirigidos por el hábito. Las comidas que comes, las distracciones que buscas, tus miedos y aversiones, todos están dirigidos por el hábito. Y el deseo es lo que siente el Ego: “Yo quiero, necesito, deseo”, dice el ego.

La aspiración es lo que siente el alma. El alma busca lib-

erarse a sí misma de los interminables deseos del ego dirigidos por el hábito, a través de la trascendencia de la perspectiva del ego. Lo hace al cultivar la atención, el discernimiento, el Testigo, “dejando partir” las falsas identificaciones de “yo soy el cuerpo, yo soy mis emociones, yo soy mis pensamientos”. El Yoga es una práctica interior integral que aspira a la verdad, la simplicidad, la amabilidad y la compasión.

Incluso cuando la práctica del Yoga sea similar externamente, difiere lo valoramos dentro de ella. En consecuencia, los efectos y los beneficios variarán. Los valores influyen nuestras elecciones, conductas y actos. Los valores cobran vida a través del propósito y de la intención, expresados como prioridades, manifestados al realizar elecciones conscientes. Éstas, a su vez, te dan dirección, concentración y significado. Para realizar tu propósito, comienza reflexionando sobre “¿Quién soy yo?” y “¿Quién no soy yo?”. Luego, “¿Qué es lo que más valoro?”. Finalmente, “¿Cuáles son mis prioridades?”. Por ejemplo, si haces que tu desarrollo espiritual y tu salud sean los valores más importantes, y en consecuencia tu práctica de Yoga y de meditación se convierte en tu prioridad, las haces como primera actividad cada día. Luego todo lo demás de tu vida se convertirá en tu Yoga. ¡Recibirás conscientemente todos los desafíos de la vida de forma que sirva óptimamente a tus aspiraciones más elevadas!

Prácticas holísticas como el Yoga, cuando se hacen de forma regular, prometen integridad, equilibrio y armonía en tu cuerpo, tu mente y tu espíritu. Esto a su vez te permite sumergirte más profundamente adentro, explorar y experimentar por ti mismo, y volverte consciente y libre para elegir tu propósito, tus valores y tu cultura. Al alinear tus valores con tu práctica de Yoga comenzarás a trascender la perspectiva del ego y todos sus sufrimientos, y a mantener la perspectiva de tu alma, el Testigo, lo que es el Yoga. □



En busca (continuación)

antes de conseguir un trabajo en Servicios Sociales, como trabajador social en suburbios durante el día; mientras tanto conducía un taxi por la noche y los fines de semana con el fin de adquirir los fondos necesarios.

Yogui Ramaiah me inspiró para buscar las enseñanzas de Babaji y de sus gurús, los Yoga Siddhas tameses, desde la primera charla que le oí en su centro de Kriya Yoga en 1818 Riggs Place en Washington D.C. en 1970. Colectivamente, él las llamó "Kriya Yoga Siddhantam tamil". En todas sus múltiples charlas él empezaba con una oración de homenaje a los "18 Siddhas" o maestros de Yoga, cuyos escritos en manuscritos de hojas de palma él había estado buscando, recogiendo y preservando desde 1960. Entonces él escogía y cantaba uno de los versos de los Siddhas, y daba una inspirada charla de dos horas basada en él. Ramaiah solía citar el Thirumandiram:

*"Si el cuerpo perece, el Prana parte
Ni será alcanzada la Luz de la Verdad;
Aprendí el camino de preservar mi cuerpo
Y al hacerlo así, también mi Prana.
Hubo un tiempo en el que desprecié el cuerpo;
Pero cuando vi el Dios adentro
Y el cuerpo, comprendí, es el templo del Señor
Y así comencé a preservarlo.
Con cuidado infinito"*

– Thirumandiram, versos 724 y 725, traducción de B. Natarajan

"Que el mundo entero logre el gozo que yo he logrado", verso 85

Anbe Sivam, (el amor es Dios)

El propósito de la medicina es curar las enfermedades del cuerpo;

El propósito de la medicina es curar enfermedades de la mente;

El propósito de la medicina es prevenir las enfermedades;

El propósito de la medicina es hacer el cuerpo inmortal."

y Babaji: "Busca a Babaji para convertirte en Babaji."

Babaji le había asignado la tarea de recoger y publicar todos los escritos de los Siddhas. Para hacer eso, había viajado en coche por todo el sur de India visitando coleccionistas privados, librerías de manuscritos y médicos de medicina Siddha. Él había recogido más de 1.000 de estos manuscritos de hojas de palma en su ashram de Kanadukathan. Publicó una pequeña colección de ellos en 1968, y siguió grabando todas estas charlas para la posteridad. Muy pocas de ellas han sido traducidas al inglés y publicadas. Cuando yo o alguien más lamentamos este hecho y le pedimos consejo sobre qué leer, como alternativa, él siempre decía: "si no puedes leer los versos en tamil de los Siddhas, lee las "Cartas sobre el Yoga" de Sri Aurobindo. Así que compré estas obras poco después de mi iniciación por Yogui Ramaiah, y comencé a estudiarlas. También las traje conmigo a la India. También estaba determinado a aprender lo suficientemente bien como para leer los versos.

Swaminathan, (David Mann), un amigo y compañero discípulo de yogui Ramaiah, había sido enviado a la India un año

antes. Habíamos sido iniciados juntos antes por yogui Ramaiah en junio de 1970, en Nueva York. Tras la Kumba Mela en Allahabad en 1971, yogui Ramaiah le pidió que permaneciera en su ashram recientemente establecido en la aldea ancestral de Kanadukathan, Chettinad, a casi nueve horas de coche al sur de Madrás. Las cosas no fueron fáciles para él. Poco después de llegar, mientras meditaba en el templo Meenakshi temple en la cercana Madurai, le robaron la bolsa con todo su dinero y su pasaporte. Durante su estancia sufrió ictericia y pasó en cama la mayor parte de sus seis meses en Kanadukathan. Llegué a India para aliviarle de sus tareas y para cumplir un nuevo encargo: comprar un terreno en Porto Novo, (Parangipettai), el lugar de nacimiento del gurú de yogui Ramaiah, Satgurú Babaji Nagaraj, al gobierno central de la India.

Después de mis primeros tres días en Madrás, en los que me familiaricé con mis tareas administrativas y di clases gratis de Kriya Hatha Yoga a los niños del vecindario de San Thome,

Swaminathan y yo viajamos por el sur de la India para visitar el ashram de Sri Aurobindo, los santuarios de Siddhas en Thanjavur, Madurai, y Chidambaram, el lugar de nacimiento de Babaji cerca de Porto Novo, y nuestro ashram en Kanadukathan. Una semana después Swaminathan regresó a Estados Unidos.

Estaba agradecido de que yogui Ramaiah me hubiera pedido que llevase una vida muy simple, sin ventajas materiales, durante los dos años previos a mi viaje a la India. Habría sido demasiado difícil adaptarme a las condiciones primitivas y a la dieta simple y poco limpia del ashram de Kanadukathan, mientras realizaba prácticas intensas de Yoga ocho horas al día. Lo que recuerdo ahora es la paz y la tranquilidad, que compensaban en mucho el calor y la ausencia casi total de electricidad, agua corriente y comunicación con el mundo externo. Aprendí tamil con la ayuda de un devoto local brahmín, profesor jubilado, lo suficiente como para escribir cartas a yogui Ramaiah. Una vez a la semana viajaba 17 kilómetros en autobús a la ciudad cercana de Karaikudi para comprar arroz, verduras, dal, frutas y aceite de sésamo. Lakshman, el hijo adoptivo de yogui Ramaiah me acompañaba, y me ayudaba a cargar las enormes bolsas llenas de estas provisiones. La esposa de Lakshman, Karupai, visitaba el ashram tres veces al día para preparar comidas sobre una fogata, usando de combustible estiércol de vaca desecado mezclado con paja, y cacharros de arcilla como baterías de cocina: idli y sambar por la mañana, curry, verduras fritas y arroz para comer, y dosai y chutney por la noche. Me bañaba arrojándome por encima un cubo de agua del pozo, exfoliando la piel con semillas de soja verde molidas. Cada mes tomaba el tren hacia Porto Novo, y luego un dandi, un carro tirado por un caballo, para ir al lugar donde nació Babaji, y donde acampaba por la noche, antes de seguir para Madrás, donde pagaba las facturas, daba clases, e iba en bicicleta por todas partes. Todo esto añadió las especias adecuadas a mi amor creciente por la India y a mi absorción en la cultura Siddha tamil.

Mi año inicial en India alcanzó su clímax cuando yogui Ramaiah me pidió que viajase a Nueva Delhi para obtener per-

Sigue en página 4



En busca (continuación)

miso para comprar el pequeño terreno triangular de Porto Novo donde nació Babaji. Viajé a Nueva Delhi con Edmund Ayyappa, enviado recientemente por yogui Ramaiah para ayudarme, para encontrarnos con el doctor Karan Singh, el ministro de turismo y de aviación civil. Singh había hecho amistad con yogui Ramaiah en la Kumba Mehla de Allahabad de 1971. Usó su influencia para persuadir al ministro responsable de aduanas para que vendiera el terreno a nuestro Kriya Babaji Sangah. Durante los tres años siguientes yogui Ramiah supervisó la construcción de un santuario de granito a Babaji en este terreno, con la ayuda de Ganapathy Stapathi, un afamado constructor de templos de Mahabalipuram. Veinte años después el doctor Singh, príncipe de Cachemira y descendiente de Ram, erudito literario y miembro de Sri Aurobindo Society, se convirtió en el embajador de India en Estados Unidos.

La publicación de Bogar Kanda Yogam

Ocho años después, en 1980, yogui Ramaiah me pidió que volviera a la India, con una nueva tarea: supervisar la impresión en Chidambaram del primer volumen del Bogar Kanda Yogam, una publicación en tamil que contenía los poemas importantes que yogui Ramaiah había recogido veinte años antes durante sus viajes por todo Tamil Nadu. En el intervalo, los ashrams de Kanadukathan y San Thome, en Madrás, habían experimentado grandes transformaciones. El edificio del ashram de Kanadukathan, que fue comprado en 1965 por yogui Ramaiah con su parte de la herencia de su familia, había sido construido en el estilo típico de los Chettiars, el clan mercante que había construido esta aldea durante los 150 años previos. Tenía un gran patio rodeado de barandas a los cuatro lados, con pilares que sostenían los techos de teja. Tras las barandas había pequeñas habitaciones. La cocina estaba detrás. La entrada del edificio de 464 metros cuadrados era una enorme baranda de granito e imponentes puertas de madera de teca. Cuando volví en 1980 vi que se había construido un santuario de granito al fondo del patio central, con un murthi dedicado a Avvai, la gran Siddha y laureada poetisa de Tamil Nadu. Dentro del santuario se había preservado y almacenado miles de manuscritos de hoja de palma escritos por los Yoga Siddhas. También se habían construido santuarios en el patio del ashram, dedicados a Babaji, Mataji y Amman. En una losa de 90 por 180 centímetros, bajo una baranda, se había colocado un murthi de Babaji. Destacaba que su cabeza estaba ligeramente ladeada hacia atrás y hacia abajo, como para representar su expresión de éxtasis. Un sacerdote local lo visitaba todos los días y ofrecía una guirnalda de jazmines, flores, incienso, y cantaba slokas y oraciones.

Mi siguiente tarea requirió que pasase muchos días en Porto Novo y el cercano Chidambaram.

En Porto Novo, un erudito tamil, director de la escuela local, había sido contratado por yogui Ramaiah para transcribir y anotar los poemas escritos en los manuscritos de hoja de palma por el Siddha Boganathar, y recogidos por yogui Ramaiah. La hoja de palma es extremadamente duradera. El texto se inscribe con una punta de acero. Luego se frota polvo de carbón en el grabado de la hoja, haciéndolo fácil de leer. Normalmente estos manuscritos tienen una duración de trescientos a cuatrocientos años, y fueron posteriormente vueltos a

copiar. Este manuscrito fue el primero en ser impreso usando la tecnología de impresión actual. En Chidambaram, en la calle South Car, pasé muchas horas supervisando la copia a mano de los caracteres del texto del manuscrito a marcos de madera, que luego eran colocados sobre una antigua imprenta Heidelberg alemana. ¡Era “moderna” porque funcionaba con electricidad! Desde 1952 todas las publicaciones del Kriya Babaji Sangah habían sido hasta entonces impresas en una pequeña imprenta de mano, una página cada vez.

Para 1990 todos los poemas de hoja de palma recogidos por yogui Ramaiah fueron transcritos e impresos en Chidambaram de este manera, en cuatro grandes volúmenes titulados Bogar Kanda Yogam, publicados por Kriya Babaji Sangam sólo en lenguaje tamil, con la excepción de capítulos introductorios en inglés.

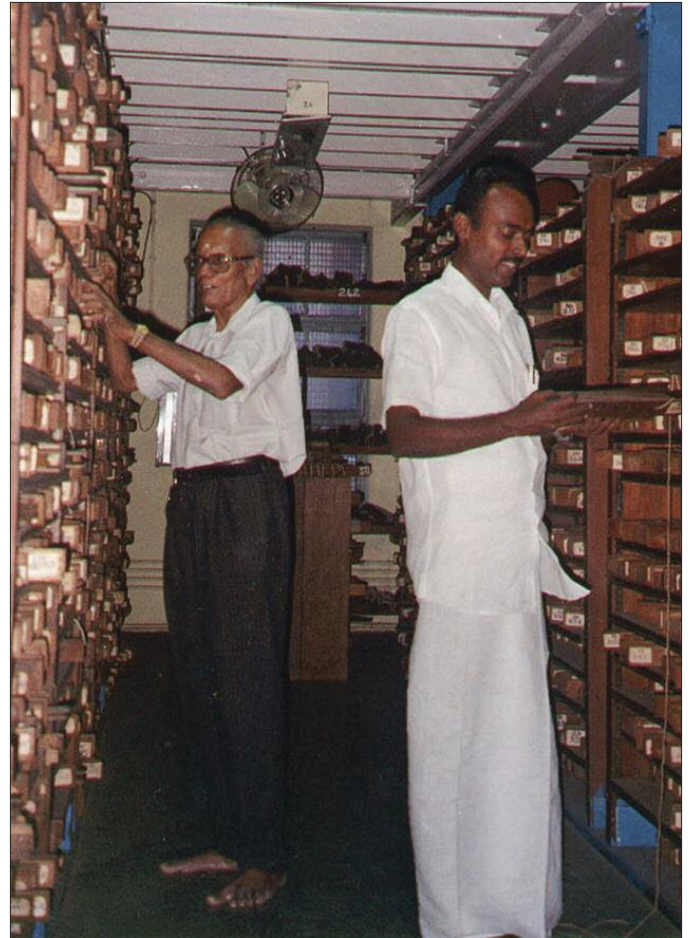
El Proyecto de Investigación Siddha

A comienzos del año 2000, con el apoyo de mi colega el doctor Georg Feuerstein diseñé cuatro estudios para recoger, preservar, transcribir y traducir los escritos sobre Yoga de los 18 Siddhas. Ese mismo año contraté a un famoso erudito, el doctor T.N. Ganapathy, su ayudante el doctor K.R. Arumugam, y posteriormente a otros cinco eruditos tameses para implementar los estudios del “Yoga Siddha Research Project” (Proyecto de Investigación Yoga Siddha). La primera publicación, en el 2003, resultante de este proyecto fue The Yoga of Boganathar, que incluía la traducción al inglés del doctor Ganapathy de poemas escogidos del Bogar Kanda Yogam. En años posteriores el proyecto produjo las siguientes publicaciones en inglés: The Yoga of Boganathar volumen 2, The Yoga of the Eighteen Siddhas: an Anthology, The Yoga of Siddha Avvai, y Yoga of Siddha Tirumular. Una publicación más, A Treasure trove of Siddha Poems, sera editada en el 2015. Contendrá un DVD con más de 700 poemas de los Siddhas, y una guía descriptiva para cada uno de ellos. Más detalles sobre los patrocinadores de estos estudios se pueden leer en la página <http://www.babajiskriyayoga.net/english/siddha-research-center.htm>

En 1982, cuando la compañía para la que trabajaba fue absorbida por otra más grande y sus directores, incluyendo yo mismo, fueron enviados a un seminario de recolocación laboral, me preguntaron “¿Cuáles son tus futuras aspiraciones laborales?”. Yo repliqué “publicar los escritos de los 18 Siddhas”. Hasta ese momento eso sólo había sido un atisbo. Estoy agradecido a Babaji y a los Siddhas por ofrecerme los medios para hacerlo desde entonces, comenzando por mi primer libro en 1991, Babaji y la tradición de Kriya Yoga de los 18 Siddhas, y el segundo, en 1993, Thirumandiram: A Classic of Yoga and Tantra. Esta semana, al preparar la cuarta impresión de éste último, el Thirumandiram, recuerdo también con gratitud a los numerosos estudiantes y donantes que me han ayudado al éxito en mi “búsqueda del Siddhantham del Kriya Yoga tamil”. Lo que empezó con unos pocos versos de los poemas de los Siddhas cantados por yogui Ramaiah en tamil en 1970 ha permanecido como una fuente diaria de inspiración y de guía durante mi estudio y meditación de los tesoros literarios antes mencionados. ¡Que la fragancia del Kriya Yoga Siddhantham tamil se difunda por todo el mundo. □



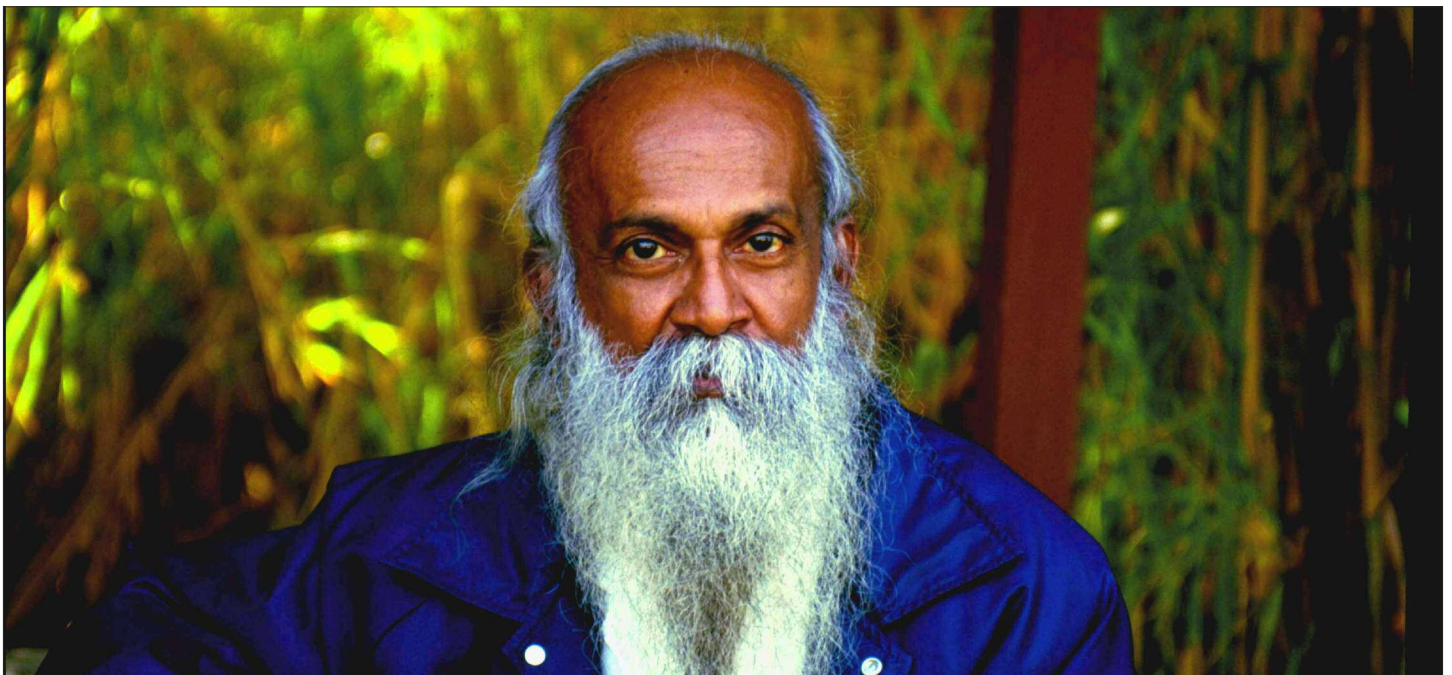
Sri Aurobindo y la Madre.



El Dr. T.N. Ganapathy el Dr. KR Arumugam en Oriental Manuscript Library, 2001.



Marshall Govindan y el Dr. Georg Feuerstein, 2001.



Yogui S.A.A. Ramaiah



Un cambio de perspectiva produce la realización del Ser

por M. G. Satchidananda

El Yoga es uno de los seis darsanas o perspectivas principales dentro de la tradición hindú. Es erróneo definir éstas como “escuela filosóficas” como hacen algunos, porque no buscan meramente comprender o crear un modelo intelectual de realidad o verdad a través del razonamiento. El Yoga enseña que sólo a través del samadhi, la absorción cognitiva, donde uno se vuelve “consciente de lo que es consciente” y permanece ahí, uno puede conocer la realidad o la verdad, mediante la identificación. Las prácticas de Yoga están diseñadas para crear las condiciones para que esa “realización del Ser” y “realización de Dios” sean accesibles.

El punto de partida es el estado ordinario de la consciencia física de vigilia, dominada por el egoísmo, que puede ser definido como el hábito de identificarnos con lo que no somos: el cuerpo, las emociones y los movimientos de la mente. Es por ello que Patanjali, cuyos Yoga-Sutras comienzan con yoga-citta-vritti-nirodha, “Yoga es el cese de (la identificación con) las fluctuaciones que surgen dentro de la consciencia” (verso I.2), en los versos siguientes define tales falsas identificaciones como percepciones a través de los cinco sentidos, imaginación, pensamientos, recuerdos y sueño. El egoísmo es, en consecuencia, la razón por la que luego prescribe su método principal: “Mediante la práctica y el desapego constante, uno deja de identificarse con estas fluctuaciones que surgen dentro de la consciencia”, verso I.12.

El Yoga comienza con el darsana o perspectiva dualista del Samkhya, que afirma los dos polos de la realidad: el sujeto, la consciencia, el Ser, Purusha, y el objeto, Prakriti o la Naturaleza, que es todo. El Ser no es un objeto, no es una cosa. No tiene forma, y no está limitado por el tiempo ni por el espacio. Sin embargo puede ser realizado dentro de cada uno de nosotros, como eso que es el Testigo de todo lo demás, incluyendo los pensamientos, las emociones, las sensaciones, todas las experiencias, incluso la más sutil. A diferencia de todas las cosas, perdura. Todas las cosas son transitorias, impermanentes, sujetas al cambio.

El Yoga es un sendero progresivo que conduce a la realización del Ser y a la realización de Dios. Prescribe varios métodos para desarrollar las condiciones y cualidades (incluyendo la concentración, la ecuanimidad, la conducta virtuosa, buena salud y energía) que serán necesarias para producir un cambio de la perspectiva egoísta ordinaria a la perspectiva del Ser, el alma, la Divinidad adentro. Según el Siddha Boganathar, este “cambio de perspectiva” sucede en diez fases:

*“Todo lo que es visto por los ojos es falso; sin discriminación (todos) son perdidos;
morando con amor, para aquellos que han experimentado y logrado los pies del gurú
no hay agotamiento;
la danza excelente será presenciada;
será sentida la intuición hacia las diez manifestaciones virtuosas de Siva;
será experimentada la terminación de los sastras agotados,*

el espacio;

es el alma pura universal de la sabiduría”

- Upadeca Jnananm, verso 90, página 210-11, The Yoga of Boganathar, volumen 2.

En este verso, el “gurú” es Siva. Uno alcanza sus “pies” morando en la perspectiva del testigo, viendo su multitudinaria danza de creación, preservación, disolución, oscurecimiento y gracia a través de “todas las cosas”. Las “diez manifestaciones” son los diez pasos, daka-kariyam, en el sendero hacia la verdad, la sabiduría y el vasto “espacio” luminoso más allá del alcance del intelecto y de los sastras. Hay tres estados al percibir cosas. En el primer estado, conocido como rupa, uno percibe la cosa sin cuestionar, sin dudas o sin discriminación. Luego, en la segunda fase, conocida como darsana, uno comienza a cuestionarla, buscando comprender su significado, su naturaleza. Esto lleva a uno a la tercera fase, suddhi, en la que a través de la contemplación y la consciencia desapegada, uno posee viveka o conocimiento discriminatorio. Cuando estas tres fases se aplican a los tres principios, tattvas (las treinta y seis categorías de la Naturaleza según el Samkhya), al atma (el alma, el Ser) y Siva (el Señor), obtenemos ocho pasos. No hay Siva-suddhi; en vez de eso hay dos pasos: Siva-yoga y su resultante, Siva-bhoga.

1. *Tattva-rupa.* Mediante la instrucción persona o a través del estudio de los libros uno obtiene conocimiento sobre la naturaleza de las 36 categorías, desde la más mundana, a la más sublime: cinco maha-bhutas (los cinco elementos de tierra, agua, fuego, aire y espacio), cinco tanmatras (los elementos sutiles de energía o patrones de ver, oír, oler, saborear y tocar), los cinco karmendriyas (sentidos cognitivos: comunicación, vac, “voz” o “habla”; manipulación, hasta o “mano”; locomoción, pada o “pies”; digestión, payu o “ano”; procreación, upastha o “genitales”); los cinco jnanendriyas (los cinco órganos de los sentidos); manas (la mente), ahankara (egoísmo), buddhi (intelecto), prakrit-maya (naturaleza primaria), purusa (consciencia, el Ser), los cinco agentes de maya: kalaa (actividad limitada o poder, una expresión limitada de kriya-shakti, que crea karma a través de la agencia del mérito y el demérito), niyati (“necesidad, destino”, lo opuesto de la libertad eterna que caracteriza a Parama-Shiva; la ley kármica; la ley de la causalidad), vidhya (“conocimiento”, aquí limitado o “impuro”), kalaa (“tiempo”; lo opuesto de la naturaleza trans-temporal de Parama-Shiva), maya misma (“el poder peculiar por el que la Realidad Única parece llegar a ser limitada y medible/cuantificable a través de la separación de sujeto y objeto), suddha-vidhya (o “conocimiento puro”, “yo soy y esto es”), isvara (“el señor”, la realización de “esto yo soy”), sadakya (“el siempre benevolente”, “yo soy esto”), bindu (el punto o semilla primordial), nada (el sonido primordial).

2. *Tattva-darsana:* sucede cuando uno cuestiona a los an-

Sigue en página 7

Cuando la Divinidad desciende

por Rajendra K. Gupta

Los Vedas dicen que si uno puede sentarse absolutamente quieto durante tres horas y media, uno alcanzará el estado de Samadhi.

¿Qué es Samadhi? Nuestros cuerpos consisten principalmente en tres koshas o cuerpos: físico (annamaya), sutil (sukshama) y causal (karan). El cuerpo sutil se divide a su vez en tres cuerpos: vital (pranayama kosha), mental (manomaya kosha) y gnosis divina (como lo llama sri Aurobindo, que significa “conocimiento divino”, vijyanmaya kosha). Uno necesita trascender todos los cuatro cuerpos con el fin de llegar al estado de Samadhi (cuerpo causal). El estado de Samadhi es logrado por aquél cuyo cuerpo entra en animación suspendida, que se vuelve sin aliento, y cuya mente se vuelve sin pensamientos. Uno puede llegar a probar los estados de gozo y de gnosis divina y mental también cuando uno está en otros estados. Su progresión no es lineal, sino que pueden ser experimentados de forma independiente unos de otros.

Antes de que alcancemos la meta del samadhi experimentamos diversos tipos de dificultades. Aquellos que han realizado el tercer nivel de iniciación del Kriya Yoga de Babaji, usualmente experimentan el estado sin aliento

durante las kriyas de samadhi, pero no es fácil obtener el estado sin pensamientos. Cuando surjan los pensamientos, no hagas nada con ellos. Sencillamente déjalos venir y marcharse. Los pensamientos no surgen de ninguna parte sino desde dentro de ti mismo. Tan pronto como uno se retira de los pensamientos del entorno, se vuelve consciente del cuerpo. Y a menos que el cuerpo esté bien preparado de antemano a través de la práctica de Hatha Yoga, nunca se calmará, y si el cuerpo no está quieto, la mente nunca se calmará.

Una mente aquietada no es una mente vacía. Tan pronto como cerramos los ojos, los pensamientos comienzan a derramarse en la mente. Con el fin de detener que los pensamientos se derramen en ella, la mente necesita un soporte, algo en lo que apoyarse, algo a lo que agarrarse, sea un objeto, un mantra o la concentración en un chakra. Eso se vuelve un ancla, al igual que un muelle, un ancla en el mar tormentoso de la meditación, y un muelle en el estado de vigilia.

Los pensamientos surgen en la mente no desde el ex-

Sigue en página 8

Un cambio de perspectiva (continuación)

teriores, buscando la comprensión;

3. *Tattva-suddhi*: sucede después de que las propias dudas son aclaradas (de ahí *suddhi* o limpieza), y a través de la contemplación de cada uno de los *tattvas* uno comprende que es diferente de ellos y se abstiene de identificarse con ellos. Uno mora en la consciencia pura, como el testigo.

4. *Atma-rupa*: saber que el Ser es diferente de los *tattvas* con la guía de libros o de un maestro.

5. *Atma-darsana*: indagar en ese conocimiento.

6. *Atma-suddhi*: contemplación del Ser; realizar que aunque el Ser es un sujeto de conocer, conoce porque la gracia del Señor opera en el Ser de tal manera para conocer. El Ser se entrega a la gracia del Señor.

7. *Siva-rupa*: conocer la naturaleza de Siva desde los libros o por la instrucción de un maestro.

8. *Siva-darsana*: indagar en este conocimiento de Siva.

9. *Siva-yoga*: contemplar a Siva.

10. *Siva-bhoga*: disfrutar de la Unidad con Siva.

(referencia: The Yoga of Boganathar, volumen 2, apéndice B)

En muchas de las *dhyanas* o *kriyas* de meditación que se enseñan durante la primera iniciación en el Kriya Yoga de Babaji, uno aprende primero a observar, luego a “contemplar” los *tattvas* con “desapego”. Por ejemplo, para volverse familiar con los “*tanmatras*” o elementos de los sentidos, y con los “*jnanendriyas*”, órganos de los sentidos, uno aprende a meditar en, y a imaginar el “sabor” de una comida particular, a imaginar el “olor” de una flor particular, a imaginar cómo se siente algo como el agua caliente sobre la propia piel. Uno imagina y observa los *rags*, “pasiones”, emociones o “deseos” moviéndose por el cuerpo vital. Al

hacerlo así uno cultiva la “perspectiva” del testigo desapegado. En otras meditaciones uno medita sobre “*kaala*”, el tiempo, sobre varios tipos de “*vidhya*”, temas de conocimiento, con descripciones intelectuales. En iniciaciones avanzadas uno aprende a ir más allá de la perspectiva egoísta, hacia el *samadhi* o absorción cognitiva, donde uno trasciende la dualidad sujeto-objeto. El campo del ser existencial, el *tattva* más sublime de todos de “yo soy esto” (*sadakhya*, el sujeto último) y “esto yo soy” (*isvara*, el Señor) y *bindu* (la semilla microcósmica) y nada (el sonido macrocósmico, *Aum*), se vuelve accesible mediante la identificación.

La experiencia de la consciencia de Siva está más allá del alcance de cualquier descripción de los libros sagrados (*sastras*); que sólo pueden apuntar en la dirección a la que avanzar, no dar la experiencia misma. Uno debe desarrollar *viveka* o discriminación con el fin de dejar partir la falsa identificación con los objetos de la experiencia. Sólo entonces puede uno contemplar el estado de realización del Ser y morar en él.

La enseñanza de los *Siddhas* de que “el Jiva se convierte en Siva” afirma tanto la realidad de la perspectiva egoísta, la condición humana con todos sus sufrimientos acompañantes, y su disolución una vez uno alcanza el final del sendero, la perspectiva última, expresada en el *Ma-hamantras*: *Aum Namah Sivaya*, que significa “Siva, el Señor Supremo, Eso que yo soy”, o alternativamente, “el resultado del sacrificio es el gozo”. Cuando uno “sacrifica” o “deja partir” las falsas identificaciones, uno se realiza a sí mismo como *Sat Chit Ananda*: Ser absoluto, Consciencia absoluta y Gozo absoluto.



La Divinidad desciende (continuación)

terior, sino porque están presentes en la mente, tanto como potencial en el material crudo de la memoria, como en las superficies conscientes y subconscientes. Hay cinco fases en el surgimiento de pensamientos en la mente durante la meditación. (Swami Veda Bharati, Superconscious Meditation). Estas fases se corresponden generalmente con las cinco koshas.

1. La primera fase es la de pensamientos aleatorios. Una persona que no haya aprendido a controlar su mente, cuando estos pensamientos se presentan en la meditación, es llevada por ellos. Comienzan a formar cadenas de pensamientos. A través de un proceso de libre asociación, se forma una imagen en la mente que conduce a otra imagen. Tan pronto como te vuelves conscientes del pensamiento indeseable, no dejes que comience una nueva cadena; corta el vínculo justo ahí y vuelve a la meditación. Durante esta fase uno comienza también a perder la consciencia del cuerpo y comienza a estar sin respiración.

2. La segunda fase es aquella en la que los pensamientos aleatorios surgen pero ya no producen cadenas de pensamientos posteriores. Las semillas brotan pero ya no producen planteas. Algo que residía reprimido o dormido surge ahora a la superficie y se evapora, agotando muy rápidamente su energía. Disipa su fuerza y entonces ya no permanece más en tu subconsciente para producir más efectos negativos. Ésta es una de las maneras como se reduce el karma escondido y como se agota el impulso de los samskaras. Durante esta fase uno puede volverse totalmente sin aliento, y la duración de la propia meditación comienza a incrementarse.

La primera y la segunda fase no tienen una línea separadora clara entre ellas. Conforme uno desarrolla la maestría en observar los pensamientos aleatorios en la meditación, se vuelve consciente de los diversos rasgos de su propio carácter y aspira a purificarlos. Uno quiere mejorar su relación con los demás; quiere practicar los yamas y los niyamas de forma mucho más intensa; quiere convertirse en una persona mejor por encima de todo, y observa sus acciones con gran cuidado.

3. Esto conduce a la tercera fase de pensamientos. Durante esta fase los pensamientos que intervienen en la meditación no serán generales y aleatorios sino muy específicos, tratando sobre problemas prácticos que esté manejando tu mente consciente o subconsciente en ese momento. Esto no es, de nuevo, un estado totalmente indeseable, porque muestra a qué nivel está uno realmente operando.

En esta fase no solo los conflictos de la vida aparecen en la mente esperando una solución interna, sino que también puede desarrollarse un conflicto entre la vida y la meditación. Cuando tales problemas de conflicto surgen hay dos formas de manejarlos. En una, el meditador debe aprender a llevar los efectos de su experiencia meditativa a la vida, como una ayuda para una paz y una tranquilidad más grande en sus relaciones. En vez de elevarse en la meditación y dejar la vida atrás, uno debe elevar la vida al nivel meditativo, de modo que el nivel entre las

dos se reduzca.

Cuando la mente es elevada y la personalidad interna es transformada, cambian también las actitudes hacia la vida. Tal cambio produce armonía en todas las acciones e interacciones. Cuando las condiciones internas son transformadas, los conflictos son eliminados de forma natural. El mundo externo ya no se convierte más en fuente de obstáculos, y el ajuste se vuelve fácilmente espontáneo. Un meditador debe trascender su personalidad interna en vez de intentar cambiar a los demás o de esperar que los demás cambien para él.

Durante esta fase uno comienza a ver colores dorados y púrpura. Gradualmente toman una forma circular, dorada en el exterior y púrpura en el interior. En el pico de esta experiencia uno puede ver un océano de color dorado brillante. Las olas en este océano dorado pueden subir o bajar. Esta vista es tan hermosa que uno se queda estremecido por ella. Esto le ofrece por primera vez la experiencia del gozo. Estos colores significan que uno está en la fase del cuerpo mental. Uno puede también escuchar música de diferentes instrumentos musicales si uno se concentra en los chakras; o uno puede escuchar el sonido de OM; uno puede ver las imágenes de ángeles o dioses; uno puede recibir olores divinos que nunca había olido. Uno debe ignorar todas estas experiencias, y seguir profundizando más y más en la meditación con el fin de avanzar hacia la propia meta de la unión con el Ser superior, la unión de Shiva con Shakti. Cuando uno alcanza esta fase de la meditación uno está casi a mitad de camino hacia el estado de Samadhi (Swami Yogananda, lecciones de la Self-Realization Fellowship).

4. En la cuarta fase, los problemas surgen muy raramente pero las respuestas, las soluciones y las directrices comienzan a aparecer. Un pequeño poema incompleto será completado; un verso olvidado recordado; el plan para un proyecto irrumpirá. De esta forma, el estado meditativo será una guía para una vida exitosa y próspera. Había olvidado una fórmula para imaginar la suma total de números del uno al diez con varillas de uno a diez. En mi meditación vi una imagen para arreglar las varillas que me ayudó a imaginar la fórmula.

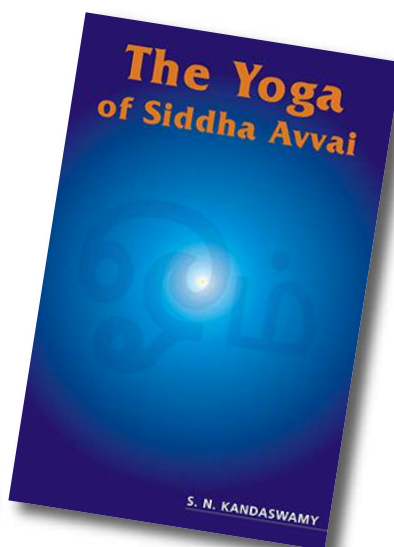
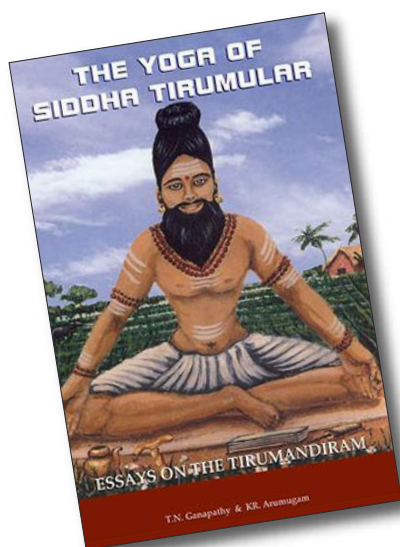
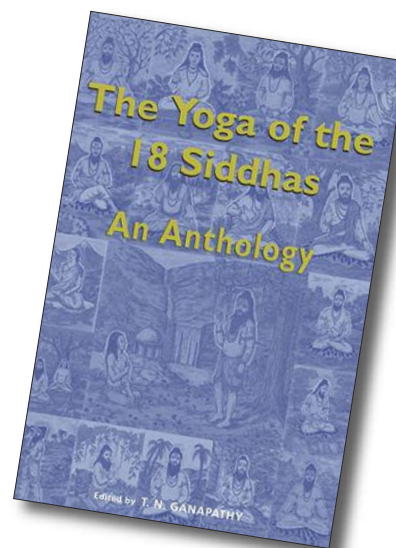
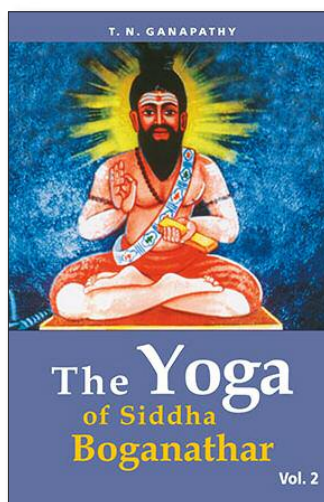
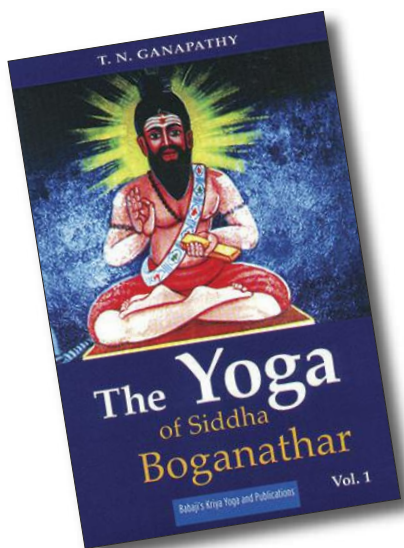
Un día durante una kriya de Samadhi en India vi una fila de casa y la calle donde estaban localizadas. Otro día vi un enorme edificio de varias plantas que estaba localizado en una intersección de caminos hacia todas las direcciones. En otra ocasión vi un templo con una gran sala y con una cocina adjunta con todo tipo de utensilios para preparar prasadam. En medio de la sala había un enorme pilar que tenía hermosas tallas. No sé si esto eran recuerdos de la vida, presente, pasadas o futuras.

Durante esta fase aumenta la temperatura del cuerpo; el mula bandha (cierre raíz) comienza a cerrarse. Uno siente un tipo de temblor en el ano, y luego el bandha se cierra permanentemente. La lengua se curva automáticamente hacia atrás y hacia arriba en dirección al paladar, formando así el sello kechari. Se experimenta un giro de

Sigue en página 11

Publicaciones del Proyecto de Investigación de los Siddhas

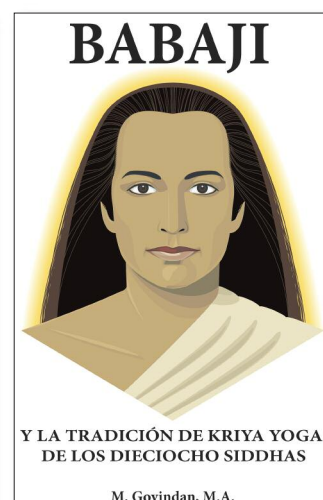
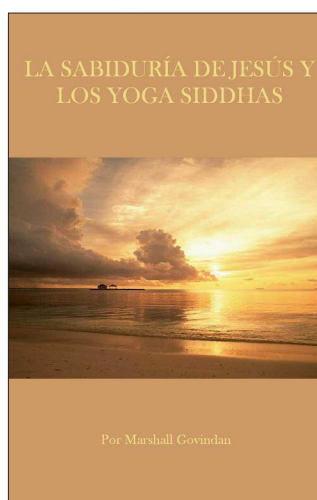
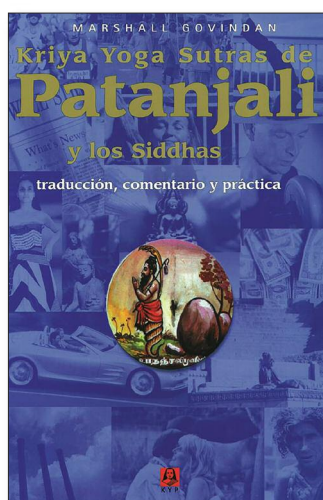
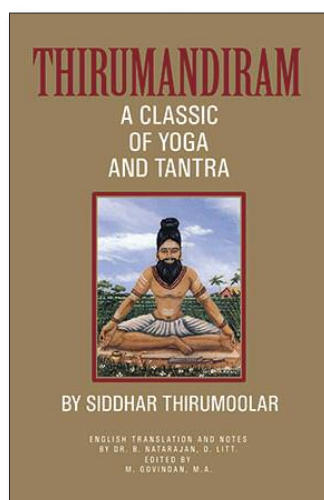
Nuestros lectores están invitados a leer capítulos de muestra de las publicaciones de nuestro Proyecto de Investigación de los Siddhas en nuestra librería online en <http://www.babajiskriyayoga.net/english/bookstore.htm>



Haz clic en las imágenes de portada para ver capítulos de muestra en nuestra web



* Muestra no disponible



Notas y noticias

M. Govindan Satchidananda ha recibido el "Premio Patanjali" honorario, por su destacado servicio al Yoga, de Swami Maitreyananda, presidente de Yoga Alliance International (también conocida como Federación Internacional de Yoga). Yoga Alliance International es la asociación más antigua y más grande de



Swami Maitreyananda y Satchidananda

Yoga, que registra a los profesores de esta disciplina. Satchidananda ha sido añadido a una larga lista de personas que han recibido este premio desde el año 1986. Puedes ver la lista de los que han recibido este galardón aquí en la web www.yogaallianceinternational.net.

Satchidananda ha sido miembro de su Concilio Mundial desde el 2008. Swami Maitreyananda escribió en su web tras su encuentro en Québec en noviembre del 2012: "Marshall Govindan Satchidananda es no sólo el maestro más famoso de Kriya Yoga en el mundo, también ha realizado un sorprendente trabajo por el Kriya Yoga, sólo comparable con el de Paramahansa Yogananda. Govindan Satchidananda es el espíritu de Babaji".

Iniciaciones de segundo nivel serán ofrecidas por M.G. Satchidananda en Québec: 19-21 de junio y 23-25 de octubre del 2015.

Iniciaciones de tercer nivel serán ofrecidas por M. Govindan Satchidananda; en Japón, 20-25 de marzo y Québec, 10-19 de julio de 2015. Logra la meta de la Auto-realización con

poderosas kriyas para despertar los chakras y entrar en el estado sin aliento del samadhi.

Formación de profesores de Kriya Hatha Yoga: del 26 de julio al 7 de julio del 2015 en francés, en el Ashram de Québec, y en España, del 3 al 12 de julio, en San Martín de Valdeiglesias, en castellano.

Una nueva Acharya: Krishnaveni Kulanthaivel, de Sri Lanka, recibió el nombre de Kriyanandamayi, y fue introducida en la Orden de Acharyas del Kriya Yoga de Babaji el 1 de febrero del 2015, en una ceremonia dirigida por el Acharya Satyananda cerca de Bangalore, India, al final del mantra yagna de una segunda iniciación, ante 50 iniciados. Ahora está plenamente entrenada y autorizada para dar seminarios de iniciación en Sri Lanka, India y Malasia, en inglés o en tamil. Durante los cinco años anteriores a dirigido los dos ashrams de la Orden en Sri Lanka, y organizado seminarios de iniciación y viajes de peregrinaje a Katirgama y a



Acharya Krishnaveni

otros lugares sagrados. También ha dirigido clases de Hatha Yoga, programas para el manejo del estrés dirigidos a estudiantes y empresas, tratamientos de acupuntura, y ejecuta ceremonias sagradas en nuestros ashrams. Tras ser introducida por sus padres a la espiritualidad desde muy joven, ella pronto exploró diferentes linajes espirituales, y ha

practicado Hatha Yoga desde el 2001, y enseñado regularmente desde el 2002. Desde su iniciación en el Kriya Yoga de Babaji en el 2006, ella dedica su vida plenamente a la sadhana intensa del Kriya Yoga de Babaji y a servir a la Sangha local y a su familia parental.

Acharya Satyananda ha completado recientemente seminarios de primera iniciación en Mumbai, Coimbatore, Chennai, Bangalore, y una segunda iniciación en Bangalore. Un total de más de 200 personas asistieron a ellas.

¡Necesitamos tu ayuda! Nuestra entidad educativa sin ánimo de lucro, la Orden de Acharyas del Kriya Yoga de Babaji, necesita tus contribuciones para completar la construcción del ashram de Badrinath. Puedes ver aquí los últimos informes y fotos de su progreso: www.babajiskriyayoga.net/english/News-Notes.htm#badrinath_construction. Necesitamos también tu contribución online; puedes ver detalles de nuestro informe anual y próximos planes aquí: www.babajiskriyayoga.net/english/kriya-yoga-contribution.htm

Visita el blog de Durga
www.seekingtheself.com.

We offer our subscribers in the Euro currency zone to send annual subscription payment of 12 Euros in a cheque payable to "Marshall Govindan in a transfer, to Deutsche Bank, International, BLZ 50070024, account no. 0723106, re. IBAN DE09500700240072310600, BIC/Swift code DEUTDEDBFRA. (Or in francophone countries of Europe, le paiement doit être fait au nom de « Marshall Govindan » dans un transfert à la Banque Crédit Lyonnais, Banque 30002, indicatif : 01853, numéro de compte 0009237P80, re. IBAN FR75 3000 2018 5300 0000 9237 P80, BIC CRLYFRPP or a cheque payable to "Marshall Govindan",

Sigue en página 11

Nota y noticias (continuación)

sent to Françoise Laumain, 50 rue Corvisart, 75013 Paris, France. In Spain, send a cheque payable to « Nacho Albalat at c/ Ruzafa 43/2, Valencia 45006, Spain and inform him at hunben@gmail.com. German speaking countries inform Prem at prem@babaji.de to renew your subscription.

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 DEUTDE33HAN por la suscripción anual a esta publicación. En España, enviar 12 euros a Nityananda, escribe a hunben@gmail.com para más detalles.

La Divinidad desciende (continuación)

los ojos hacia arriba. Conforme uno experimenta que la fuerza vital tira hacia arriba, la propia columna se endereza por sí misma. Uno experimenta también mucha más concentración en el chakra Ajna. Con cada tirón hay una relajación hacia abajo. Esto sucede muchas veces. También de vez en cuando exhalas con fuerza inusual, lo que se llama hiperventilación. Conforme sucede todo esto el propio cuerpo comienza a volverse insensible, primero los pies, luego las piernas, y luego los dedos de los pies comienzan a curvarse hacia arriba. Conforme se vuelve más profunda tu concentración, la fuerza vital es arrastrada más hacia arriba. Primero la zona del ombligo puede ser arrastrada hacia adentro, tendiendo hacia una cierre Uddiyana (cierre del ombligo) natural, luego el Jalandhara bandha (cierre de barbilla). Con esto el torso se vuelve insensible, y luego finalmente tu cabeza comienza a volverse insensible.

5. En la quinta fase no surgen pensamientos que no sean invitados. La meditación superconsciente es un viaje del ser, a través del ser, y hacia el ser. Es un proceso de atravesar las capas, eliminando los velos de la ignorancia uno tras otro, y ascendiendo la escalera de la fuerza primordial – la consciencia pura.

El primer paso hacia la meditación superconsciente es el Savikalpa samadhi. Cuando uno se vuelve sin respiración, sin pensamientos, y su cuerpo está en animación suspendida, entonces experimenta el Savikalpa samadhi. Aquí el vidente, el acto de ver y lo visto se funden en uno. Para empezar uno puede experimentar el Savikalpa samadhi durante bastante tiempo, y luego puede haber una pausa. Conforme este Samadhi es experimentado durante periodos más largos uno avanza hacia el Savikalpa samadhi completo. Al comienzo uno pasa por todos los cuerpos para llegar al estado de Savikalpa samadhi. Gradualmente este tiempo es reducido y uno puede experimentar el Savikalpa samadhi a los pocos segundos de comenzar su meditación.

Al comienzo el Savikalpa samadhi se rompe tan pronto como uno se levanta de su asiento. Cuando uno alcanza una fase donde es uno con su Ser superior todo el tiempo,

entonces logra el Nirvikalpa samadhi. Conforme uno avanza del Savikalpa samadhi hacia el Nirvikalpa samadhi, uno puede ver un ojo dorado lleno de color púrpura, y en el centro de eso habrá una estrella blanca brillante que uno necesita atravesar para llegar al Nirvikalpa samadhi. Este ojo se llama "Brahma chakshu" (chakshu significa "ojo"). Durante el Savikalpa samadhi la concentración de uno está en el Ajna chakra, pero durante la fase de Nirvikalpa samadhi la concentración de uno está en el chakra Sahasrara.

Incluso antes de lograr el Savikalpa samadhi, como se señaló antes, los ojos de uno comienzan a abrirse y los propios ojos comienzan a mirar hacia arriba. Cuando uno llega finalmente al estado de Nirvikalpa samadhi, los propios ojos permanecerán abiertos todo el tiempo. En esta fase uno permanece en unión con su propio Ser superior todo el tiempo, no importa lo que uno esté haciendo.

Después de llegar al Savikalpa samadhi, todo el cuerpo de uno es transformado, y uno necesita prepararlo para que la divinidad pueda descender a ese cuerpo. Este proceso puede llevar una vida o puede llevar muchas vidas. Si lleva más de una vida, puede ser posible recuperar el progreso previo de nuestra alma, nuestra mente, e incluso nuestro vital, lo que en la vida actual resultará en el despertar espontáneo de facultades innatas o del desarrollo ya adquirido. Sólo necesitamos revisar de nuevo nuestras lecciones durante diez o veinte años para recapturar el hilo de vidas anteriores (Sri Aurobindo, "Savitri" y "Cartas sobre el Yoga"). Una vez la transformación ha sido completada, la divinidad desciende al cuerpo, que se convierte en un cuerpo dorado. Entonces el yogui logra el Swarupa (dorado) samadhi. Cuando uno ha logrado el Samadhi Dorado uno se vuelve inmortal.

Nota del editor: el autor es miembro fundador del Babaji's Kriya Yoga Trust, Bangalore, India, y traductor al hindi de sus publicaciones. Fue formado en persona por Madame Montessori, en India, como educador, y dirigió una escuela para formar profesores del método Montessori durante más de 50 años. Vive en Tucson, Arizona, con su esposa Urmilla y su hijo.



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 marzo del 2015, 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.