ESTA PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DE SHANTI MANDIR ES UNA OFRENDA PARA TODOS

# Siddha/Marg





© Shanti Mandir Ejemplar 19 Julio de 2014

## आत्मानुरज्यः

Es una enseñanza maravillosa para todos y cada uno de nosotros que el amor es lo más importante. El amor es lo que todos y cada uno de nosotros busca, quiere y desea tener. Lo buscamos fuera de nosotros. Los sabios nos dicen que lo busquemos en el interior, está ahí.

El mensaje de Baba es "Ama a tu propio Ser". Cuando amamos a nuestro propio Ser, entonces, lo que compartimos con todos es ese amor. Mi oración y deseo es que cada momento de nuestra vida, cada uno de nuestros días, esté lleno de amor.

MAHĀMANDALESHWAR SWAMI NITYĀNANDA

El propósito de Siddha Marg es comunicar las enseñanzas de Mahāmandaleshwar Swami Nityānanda, quien comparte con nosotros el conocimiento y las prácticas del sanātan dharma (Ley universal). Este número presenta extractos de una charla que Gurudev dio en el retiro de Somers durante la gira por Australia en el 2014.

amaste. Buenos días. Con gran respeto y amor, me gustaría dar la bienvenida a todos los presentes en este satsang.

El *Bhagavad Gītā* dice: "Si has nacido, es seguro que morirás. Y si mueres, es seguro que renacerás".

No hay manera de evitar esto. Estoy seguro que a muchos de nosotros, con nuestros médicos y pólizas de seguro, nos gustaría vivir por siempre. Y hacemos todo lo posible. Sin embargo los sabios y las escrituras nos dicen que el día que esté destinado, partiremos.

En *El Juego de la Consciencia*, Baba Muktānanda dice que vio la muerte con sus propios ojos.

Sabemos que no estaba hablando de su muerte física porque él todavía estaba vivo en ese momento. Se refería a la muerte del ego.

Pensé que deberíamos empezar por este punto. Para la mayoría de los buscadores espirituales, el mayor obstáculo es su ego. A medida que uno progresa en el entendimiento, en la sabiduría, el ego se vuelve más sutil. Por lo tanto, se vuelve aún más difícil dejarlo ir. Uno piensa, "Yo no tengo ego porque he estado meditando, he estado orando, he estado realizando muchas prácticas."

## Quédate Vacío

aba solía contar una gran historia.

Nasrudín es un terapeuta. Alguien se le acerca y dice, "Tengo dolor de cabeza".

Nasrudín pregunta "¿Fuma usted?"

- \_ "No"
- \_";Usted toma?"
- "No"

Toda idea de separación, de dualidad, de lo otro, debe morir. Nasrudín pregunta, "¿Hace esto? ¿Hace aquello?" Y el hombre respondía a todo: "No, no, no, no".

Finalmente Nasrudín dice, "Creo saber la razón de sus dolores de cabeza. Es su sentido de la justicia, de ser siempre correcto, de ser apropiado mientras mira a los demás de arriba a abajo. Esa es la causa de sus dolores de cabeza."

Baba nunca nos aconsejó – y tampoco yo lo haría – fumar y beber y hacer todas esas cosas. No. Solo baja de tu gran caballo. Vuelve al planeta Tierra y vive en medio de todos los demás. Comprende y conoce tu Ser.

Toda idea de separación, de dualidad, de lo otro, debe morir. Ten en cuenta que no utilicé las palabras "deshacerse de", "erradicar" o "perder". Debe morir.

Para comprender a cualquier gran santo, debemos darnos cuenta que su identificación con "Yo" y "mío" se ha ido.

Bhagavān Nityānanda siempre se refería a su cuerpo como "éste".

Sería un desafío para todos nosotros en la sociedad decir, "Éste quiere chai". "A éste le gustaría almorzar". "Éste quiere ir a dar un paseo." Incluso al hablar con amigos que están en el camino con nosotros, no sale con la misma facilidad y naturalidad como "¡Quiero un poco de chai!".

Tendrías que entrenarte a ti mismo para decir "Éste". Si lo hicieras, cuando estuvieras en estado de sueño profundo y alguien te despertara ni siquiera pensarías, "¿Quién me despertó?" o "¿Quién me está molestando?". Simplemente pensarías, "¿Quién ha despertado a este cuerpo?"

Hace muchos años, en un tren, encontré un acertijo en una revista. De un árbol, se ve caer un mango maduro. Uno que no vio ese mango pasa corriendo. El mango es recogido por un tercero. Luego el mango es comido por alguien más – no por el que lo vio, no por el que corrió, ni por aquel que lo recogió.

La pregunta es, "¿Quiénes son estos cuatro?"

Todas las partes de "alguien" son partes del cuerpo: los ojos ven el mango, las piernas corren, las manos lo recogen, la boca lo come. A pesar de que todas ellas viven dentro del cuerpo, actúan independientemente. Podríamos incluso ir un paso más allá y decir, "¿Quién es en realidad el disfrutador?"

#### Quédate Vacío (continúa)

La muerte del ego es un gran tema. Hay una canción que dice: "Oh, Señor, que mi mente, que está llena de orgullo, toque el polvo de Tus pies. Que mi mente, que está llena de ego y fluctuaciones, repita el nombre del Ser." Es un poema que escuchábamos a menudo en torno a Baba. Dice, "He venido ante el inmaculado, en busca de refugio. Mi plegaria es esta: permíteme quedarme vacío y deja que la llama del amor se encienda dentro de mí."

"Permíteme quedarme vacío y deja que la llama del amor se encienda dentro de mí". Quedarse vacío. Aquí hay un ejemplo muy simple. Un estudiante va a un maestro zen y quiere recibir conocimiento.

El maestro zen le ofrece té y comienza a verter el té en su taza. Cuando la taza está llena, el té baja al platillo. El maestro zen continúa vertiendo y el té se desborda sobre la mesa.

Cuando el té comienza a derramarse sobre el suelo, el profesor dice, "¡Espera! ¡Detente! Mira que la taza ya está colmada".

El maestro zen dice, "Ah, su taza también está llena. Así como el té se desborda sobre el plato, la mesa y el suelo, el conocimiento que te será otorgado se derramará. No se quedará en ti".



## La Ciudad de las Nueve Puertas

i alguna vez has caminado hacia un árbol de frutas y colocaste tu mano en una fruta que está madura, ésta cae en tu mano. No la has torcido, ni girado, no has hecho otra cosa más que colocar tu mano en ella. Me encanta cuando eso sucede porque significa que la fruta está perfectamente madura. Se puede comer en ese mismo momento.

Así es cuan preparado debe estar uno para la muerte.

Esperamos no morir nunca. ¿Cierto? Si le pregunto a alguien en esta habitación "¿Quieres partir ya?" – el "ya" no es necesario, pero siempre añadimos ese "ya" – diría, "No, todavía tengo algunas cosas que me gustaría lograr, algunas cosas más por hacer." Y el miedo surge. Por supuesto, quizás aquí se respondería de manera diferente porque quieren levantar la mano y mostrar "Soy un erudito espiritual." Pero piensa en ello y hazte esta pregunta cuando estés solo.

Todo nuestro estudio es preparación. Toda esta conversación en satsang es preparación. Nos preguntamos, "¿Cómo se aplica esto en mi?"

También nos damos cuenta de que gran parte de lo que hacemos en el exterior es realmente inútil. Lo que importa es lo que hacemos en nuestro interior.

Un hombre está muriendo y se presenta el mensajero de la muerte. Él ve que el hombre tiene una maleta y entonces pregunta qué es lo que el hombre va a llevarse. El mensajero menciona una larga lista de artículos probables: ropa, artículos de aseo, etc.

A todo, el hombre respondía no.

Finalmente el mensajero dice, "Bueno, dígame qué hay en la maleta.

El hombre dice, "Momentos". En otras palabras, recuerdos.

Lo que va contigo al morir es solo lo que llevas dentro del cuerpo sutil. Si has mostrado bondad, si has sido amoroso, si has sido amigable, si has sido dadivoso, si has sido compasivo – eso se va contigo; no tu caballo, tu automóvil ni cualquiera de los apegos normales que tenemos en la vida.

A veces oímos que alguien está en coma y que se aferra. Yo diría que eso muestra la cantidad de apego que ese individuo tiene por el cuerpo. Solo el apego puede mantener a una persona en ese estado.

Un yogui es exactamente lo opuesto. Dice, "Estoy listo" y cuando el momento llega, se ha ido. Un yogui simplemente suelta su cuerpo al momento de la muerte.

Los sabios nos enseñan, "No llores, no estés triste. Es solo la cubierta externa la que se pierde. El núcleo interno todavía está vivo y bien. Está buscando el siguiente cuerpo para entrar."

En el octavo capítulo del Bhagavad Gītā, Krishna explica que el cuerpo es conocido como la ciudad de las nueve puertas. En el momento de la muerte, el yogui retira todos sus sentidos. Cierra todas sus puertas y trae su prāna, la

Un yogui simplemente suelta su cuerpo al momento de la muerte.

#### La Ciudad de las Nueve Puertas (continúa)

fuerza vital, a la región del corazón. Aquí es donde las escrituras yóguicas dicen que la mente mora en este cuerpo.

Acorde a la tradición hindú, el alma abandona este cuerpo en una de cuatro maneras principales. Una de ellas es a través de la abertura anal.

Cuando la gente excreta mientras dejan su cuerpo, tienes que asumir que el puerto que utilizaron fue el ano. Se dice que es la peor forma de pasar. Tal persona necesita hacer más el bien, vivir una mejor vida. El alma tiene que elevarse a sí misma.

Otro puerto es a través de la boca. La boca de tal persona está abierta al momento de morir. El siguiente puerto es a través de los ojos.

El puerto que el yogui usa es la parte superior de la cabeza, lo que llamamos el sahasrāra. A medida que su fuerza vital se eleva hasta el sahasrāra, el yogui repite *Om*.

Ahora bien, debes darte cuenta que en este momento de la muerte, solo puedes repetir Om si has estado repitiendo Om a lo largo de tu vida. Esto no sucede accidentalmente. Incluso si un CD o iPod está reproduciendo el Om – lo que mucha gente hace para un miembro de la familia – no importa. Cada célula, cada molécula en tu cuerpo necesita estar repitiendo Om. Si el yogui se ha preparado a sí mismo, su alma, el ātman, saldrá a través del sahasrāra mientras repite Om.

Krishna dice que ese individuo ha alcanzado lo más elevado. Se ha liberado del ciclo del nacimiento y la muerte.

Nos decimos a nosotros mismos, "Hoy voy a ir al retiro de Somers". El domingo vamos a decir, "Volveré a Melbourne". Si vas en automóvil o con un amigo, todos saben a dónde has ido. De la misma manera el yogui le dice a su ātman que su destino está siendo expresado a través de Om.

Los Upánishads describen Om como el sonido primordial desde el cual la creación ha llegado a ser. Todo está contenido dentro de Om. Cuando escuchas un sonido puro y dejas de lado todas las otras vibraciones, los yoguis dicen que entonces escucharás Om.

La enseñanza de Baba era, "Recuerda a Dios y recuerda tu propia muerte." Él decía que nunca sabes cuándo vendrá la muerte, así que si recuerdas a Dios todo el tiempo, entonces recordarás a Dios en el momento de la muerte. Esta es la misma enseñanza que Krishna dio, "Recuerda Om mientras estés dejando el cuerpo".

Solo recordaras Om si has estado cantando Om todo el tiempo. Lo hacemos tres veces antes de comenzar un canto y algunas veces pienso, "Tal vez, después de hacer esto por tantos años, es momento de incrementar la cantidad a cinco. U once".

Cuando escuchas un sonido puro y dejas de lado todas las otras vibraciones, los yoguis dicen que entonces escucharás Om.

## Baba Sabía



lo largo de los años he conocido personas que me han preguntado, "¿Tú crees que Baba sabía?"

La respuesta entonces y ahora es sí. Y no me lo digo porque me nombró sucesor, y por lo tanto está claro que sabía. Si nos fijamos en todas las cosas que él hizo y creó físicamente para ese día, 2 de octubre de 1982, dirías que él sabía que había llegado su hora de partir.

Es seguro que en mayo de 1977, en su cumpleaños, Baba tenía una buena idea de cuantos años más viviría en este planeta. Después de ese día, la velocidad con la que trabajó fue increíble.

Yo estaba allí ese día, esa mañana. Baba le dijo a su asistente que les pidiera al doctor y a su enfermera que estuvieran en su habitación después del almuerzo porque iba a tener un gran ataque al corazón.

Por supuesto, no almorzamos.

Mi trabajo consistía en abrir y cerrar la puerta y gestionar quién entraba y quién salía. Porque, sabes, cuando se difundió la noticia a través de todo el áshram, todo el mundo quería estar junto a Baba. Sentían que podían serle de ayuda.

Así pues, Baba almorzó. Luego vino y se recostó en su cama, tocó el timbre y dijo, "Llamen al doctor."

Siendo joven, uno se pregunta, "¿Cómo puede manipular su corazón para tener un ataque ahora?" Pero nos habían enseñado a no cuestionarlo nunca, a hacer siempre lo que él decía. Así que lo hicimos.

Vinieron los doctores. Todo el mundo vino. Y entonces... se había ido.

La cama de Baba estaba contra la pared y al pie de la cama había un grupo de personas. Se supo entonces: "Se ha ido."

Alrededor de las 2.30 pm, Baba abrió sus ojos. Miró a todo el mundo y dijo, "¿Qué están haciendo? ¿Ya almorzaron?"

El médico principal lo miró y dijo, "Pero, Baba, ¡te habías ido!"

Él dijo, "Bueno, hablé con mi Guru. Él me envió de regreso".

Algunos meses más tarde, explicó con lujo de detalles en una charla, cómo es que había dejado su cuerpo y su Guru le había dicho, "Muktānanda, tienes trabajo qué hacer. No puedes irte todavía."

Mi propia creencia – la cual nunca he confirmado ni compartido con nadie – es que su prārabdha karma como Swami Muktānanda finalizó ese día de mayo de 1977. Puedes comparar cómo se veía antes y como se veía después. Si estudias sus imágenes con una mente abierta, puedes ver el cambio. Se volvió más joven.

Mientras viajábamos en la tercera gira, Baba estaba en contacto con Venkappa, el administrador del áshram. Baba ordenó que quitaran una de las habitaciones donde había vivido y cavaran un pozo allí. Se colocaron tablones de madera en la parte superior. Cuando volvió de la gira mundial, esa noche, cuando no había nadie alrededor, fue con Venkappa y comprobaron que el trabajo había sido realizado. Vio que el lugar para enterrarlo estaba listo. Y el bailó sobre esos tablones de madera.

La gente buena infunde bondad sobre esta tierra y luego esa bondad permanece durante mucho tiempo.

#### Baba Sabía (continúa)

Fuimos a Cachemira en septiembre. Después de volver, Baba les dijo a todas las personas que se encontraba, "Ven el próximo sábado, ven el próximo sábado, ven el próximo sábado".

Algunas personas lo tomaron con seriedad y vinieron. Otras pensaron, "Baba solo quiere que pase el fin de semana con él. Iré como siempre, el domingo". Y por supuesto le dijeron, "Sí, Baba, vendré".

La vida transcurría normal en el áshram. En un momento el swami a cargo de la cocina fue con Baba y preguntó, "¿Cuantos laddus debemos preparar para el domingo?

El 3 de octubre iba a haber una *bhandārā*, y Baba dijo, "Cinco mil".

El Swami dijo, "Pero solo somos mil".

Baba dijo, "Cinco mil".

Por supuesto, Baba dejó su cuerpo el día 2, y los siguientes tres días el áshram estuvo abierto las 24 horas del día. Se difundió la noticia y gente de todo el mundo vino en busca del darsan final de Baba.

Se cree que cuando un gran santo se ha convertido en uno con la Consciencia, con la Verdad, lleva esa vibración con él. Por lo tanto, al lugar donde estos grandes seres están enterrados se le llama santuario del *samādhi*. Su consciencia irradia desde ese lugar y continúa bendiciendo a quienes lo visitan.

Enterramos a Baba el 5 de octubre. El 6 de octubre fue mi vigésimo cumpleaños. Tuvimos un canto de treinta días

de *Om Namo Bhagavāte Muktānandāya*. Se podía sentir la presencia de Baba allí tanto como había sido siempre. Incluso hoy, escuchar ese canto me lleva de vuelta al sentimiento de octubre de 1982.

Una noche tuve un sueño. En el sueño eran alrededor de las diez de la mañana. Estaba caminando en el pasillo afuera lo que conocíamos como la oficina de Bagve. Yo había salido del templo, di vuelta la esquina, y Baba venía caminando hacia mí. Éramos solo nosotros dos.

Yo dije, "Pero, Baba, te enterramos hace unos días. Se supone que estás dentro de ese samādhi".

Se rió. Dijo, "Ahora estoy libre de ese cuerpo. Puedo ir a donde quiera. Nadie puede decirme dónde puedo o no ir".

Las escrituras dicen que seres como Bhagavān o Baba tienen una opción. Tienen la libertad de nacer o no nacer. Mientras estás ligado al ciclo del karma, vendrás, te irás, vendrás, te irás. Sin embargo, un ser libre apenas viene, realiza lo que necesita hacerse, y se va.

Ādi Śankarācārya solo vivió en este planeta hasta los treinta y dos años. Swami Vivekānanda tenía solo treinta y nueve años cuando partió.

Algunas personas dicen, "¿Por qué las personas buenas viven solo por poco tiempo?" Creo que la gente buena infunde bondad sobre esta tierra y luego esa bondad permanece durante mucho tiempo.

Un gran santo que se ha vuelto uno con la Consciencia, con la Verdad, lleva esa vibración en su interior.

#### GLOSARIO

### Ādi Śankarācārya

[788-820] sabio, que dio origen al Advaita Vedanta.

Ātman

el alma, el Ser.

Bhandārā

banquete.

Bhagavad Gītā

escritura hindú.

#### Darśan

la visión de lo divino, experimentada en la presencia de un ser santo.

Guru Gītā

comentario sobre el Guru.

Krishna

deidad hindú, Guru de Arjuna en el Bhagavad Gītā.

#### Laddu

dulce hindú en forma de bola.

Om

sonido primordial.

#### Prārabdha

karma de una vida anterior que se manifiesta en esta vida.

#### Sahasrāra

el chakra de la coronilla (centro energético).

Śakti

la energía creativa del universo; la energía espiritual despierta.

Satsang

: en compañía de la verdad.

Upánishads

antiguas escrituras hindúes.

Vivekānanda, Swami

[1863-1902] discípulo de Rāmakrishna.

