

Siddha Marg



आत्मानुरज्यः

Es una enseñanza maravillosa para todos y cada uno de nosotros recordar 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 sanātana dharma (Ley universal). Una de las maneras en que Gurudev comparte el conocimiento es contestando las preguntas de los buscadores. Esta edición incluye preguntas y respuestas seleccionadas de satsaṅgs celebrados en las últimas dos décadas.

El elixir del amor puro

Hoy en día, en el mundo del deporte tienen lugar diferentes tipos de competencias. Un fanático ávido se sienta frente al televisor o va al estadio a ver el juego; se emociona y se deja llevar. De la misma manera, según viajamos por el mundo, celebramos Navrātra dos veces al año. Nos reunimos para experimentar la divinidad, la verdad que mora dentro de nosotros.

Al sentarnos aquí cada día, nos permitimos sumergirnos a una mayor profundidad en nuestro propio Ser.

Algunas personas temen ir hacia adentro. No saben qué encontrarán, qué podrían experimentar. Pero la filosofía del yoga dice que sólo yendo al interior de nuestro propio Ser vamos a encontrar las respuestas que estamos buscando en la vida.

Siempre pensamos "¡afuera, afuera!" Pero el yoga nos dice: "no, búscalo en el interior."

A través de los siglos, muchos grandes seres han expresado la dicha del amor divino en forma de poemas e himnos de alabanza. Lo hicieron para que otras personas se dieran cuenta que a menos que su amor por Dios esté vivo, la vida será insípida, la vida estará seca.

Los sabios dicen que la mejor manera de sentir devoción es cantar.

Cada vez que alguien cantaba o decía algo lleno de divinidad, Srī Rāmakrishna entraba automáticamente en un estado de trance. Incluso cuando estaba de pie, experimentaba

El elixir del amor puro (continúa)

inmediatamente su unidad con la divinidad. Si estaba sentado, quedaba absorto en esa experiencia durante más tiempo.

Podemos imaginar cuáles serían las enseñanzas de un ser que es capaz de fundirse instantáneamente con la experiencia de la divinidad. Sin embargo, Rāmakrishna nos dice que es inútil intentar comprender a Dios a través de la mente. Él dice que eso equivale a ser como un loco que busca riquezas en un cuarto oscuro, vacío. La única manera de comprender a Dios es a través del amor extático, permitiéndonos sumergirnos en la dicha y el amor que surgen a medida que realizas las prácticas espirituales.

La mayoría de nosotros hemos ido a la escuela y asistido a clases de ciencia. Especialmente en la química, la teoría y la aplicación práctica se enseñan juntas. Si hoy tienes teoría, mañana tienes la aplicación práctica. Por lo menos en nuestra escuela eso es lo que hacíamos, porque la maestra quería que entiéramos lo que ella había enseñado. No quería que simplemente pensáramos que podría funcionar.

Por supuesto, siempre intentábamos hacer algo más de lo que nos había pedido hacer. Estoy seguro que uno también hace eso en el camino del yoga: un poquito más de práctica solo para ver qué sucede.

Rāmakrishna dice que la práctica es la única manera de experimentar la realidad divina que buscamos. A menos que nos zambullamos en el amor, dice, no vamos a descubrir el elixir del amor puro que mora secretamente dentro de nosotros.

Un médico dice que para curar una enfermedad necesitas medicina. En general, uno confía en que lo que dice el

La mejor manera de sentir devoción es cantando.



The Elixir of Pure Love (continued)

doctor es verdad. Él te da una receta médica, tomas el medicamento y tal vez éste elimine la enfermedad.

La receta del sabio es el amor puro. Los yoguis meditan durante siglos solo para obtener una gota de este amor puro. Un yogui busca que su mente se quede inmóvil para poder experimentar la divinidad.

¿Cómo sabes que estás experimentando este amor del que hablan los sabios? Una de las primeras cosas que suceden es que te encuentras en un estado de felicidad sin que haya razón alguna. No se ha dicho nada. No se ha hecho nada. Nadie te ha dado nada, y sin embargo te encuentras feliz. Percibes una sensación de contentamiento y piensas: ¿por qué?

Los sabios dicen que este contentamiento es uno de los efectos secundarios de la devoción, de la *bhakti*.

Siempre pensamos que si estamos felices tiene que haber una razón. El cómo nos sentimos siempre tiene relación con una acción. Pensamos, por ejemplo, “Si vendí algo, debo haber ganado dinero”, lo cual nos hace felices. Sin embargo, en la experiencia de la *bhakti*, en realidad no se ha hecho nada, sólo te sumerges en tu propio Ser, y con esto surge la dicha.

Otro efecto que muchas personas experimentan son lágrimas de alegría. A menudo, cuando la gente viene al *satsaṅg* por primera vez, se preguntan por qué comienzan a llorar. Siempre pensamos que lloramos cuando estamos tristes, cuando estamos angustiados, cuando hay un problema. Sin embargo, a medida que nos sumergimos en la dicha del canto, encuentras lágrimas de amor, de alegría, rodando de tus ojos.

Otra cosa que sucede es la sudoración. Podrías pensar, devoción y... ¿sudoración? Pero los sabios dicen que esto sucede porque hay una gran cantidad de energía fluyendo a través del cuerpo. Puedes sentarte en un lugar fresco, pero el calor irradia desde el interior.

A veces tiemblas. Pienso que la razón es que el ego tiene miedo que el amor divino aniquile la existencia individual a medida que envuelve al cuerpo humano y a la mente. El ego tiembla de temor ante su propia disolución.

Estos son algunos de los signos y hay muchos más. Uno de los que la gente siempre se ríe es el de erizarse la piel. Se paran los pelos de punta. Cuando hay tanta energía corriendo a través del cuerpo hay una sensación de agitación y a uno se le pone la piel de gallina.

En los *Bhakti Sūtras*, el sabio Nārada nos ofrece ochenta y cuatro aforismos sobre la experiencia del amor divino. Describe lo que sucede, lo que sientes y las etapas que atraviesas para experimentar este amor.

Nuestra celebración de la devoción, del amor, continúa a medida que viajamos alrededor del mundo. Algunas personas viajan con nosotros y otras se nos unen en diferentes ciudades para participar. Comencé mencionando a los ávidos fans de los deportes. Así como ellos siguen a las estrellas del deporte nosotros seguimos a la Diosa. Seguimos a Dios. De manera consciente buscamos su gracia y bendiciones para nuestras vidas y oramos para que todo fluya siempre sin obstáculos.



Los yoguis meditan durante siglos para obtener una sola gota de este amor puro.

Eso que ya tienes

Hoy cuando tomé mis libros pensé: “Voy a decir, ‘Vamos a divertirnos en serio.’” Y luego pensé: “¿Por qué ‘divertirnos en serio’? ¿Por qué no simplemente ‘vamos a divertirnos’?”

Nunca decimos simplemente “el estado de dicha”. Escuchamos “el estado de la dicha suprema”. Eso significa que hay un estado de dicha ordinaria que te lleva eventualmente a un estado de dicha suprema. Estos son los juegos de palabras que jugamos.

En última instancia, en la experiencia del amor no hay nada que decir. No hay nada que hacer. Nada sucede en realidad, al menos no externamente.

Pensamos que *darśan* significa traer nuestra fruta, nuestras flores, dinero, nuestras ofrendas y colocarlas delante de la deidad o del Guru. Hacemos una salutación, decimos unas palabras y creemos que eso es *darśan*.

Cuando dices: “Quiero tener *darśan*” tienes que recordar que lo que quieres ver y experimentar en tu interior es el estado del ser que está ahí presenciando, observando y viendo, sentado frente a ti.

Esto es difícil para un individuo normal que piensa: “¿Cómo puedo simplemente sentarme a observar? Yo no puedo hacer eso.”

Inténtalo. Siéntate en Manhattan por un día, en algún lugar en medio de la nada, donde nadie te conozca – tal vez en Union Square – y observa a la gente.

En cuanto te sientes allí tendrás dos opciones: puedes estar molesto por todas las cosas que no puedes hacer para componer a esas personas o puedes darte cuenta de cuán tonto te ves si alguien más te está mirando.

Por supuesto que nosotros no pensamos así. Pensamos en qué tonta se ve la gente, cuán graciosos son. Lo mismo sucede cuando se trata de nosotros.

A veces me encanta – no debería decir esto, es mi secreto – mirar desde el balcón cómo la gente va de Vishvakarmā a la cocina, del estacionamiento hasta aquí. Algunas personas están tratando de estar serias. Algunas están mirando: “¿Quién está ahí? ¿Con quién puedo hablar? ¿Con quién puedo estar? ¿Con quién puedo disfrutar?”

Es lo mismo en Magod. Me encanta sentarme en mi columpio en la mañana después del canto, después del desayuno, cuando la gente está yendo a sus diversas actividades. Alguien va a la escuela. Alguien va a la clínica. Alguien va a la oficina. Alguien va a la cocina. Los trabajadores llegan de afuera. Cuando pasan, las personas deciden si quieren verme o no, reconocermé o no. Algunas personas piensan: “oh, aquél de naranja está el columpio... no voy a verlo en este momento”.

En ese momento existen muchas opciones. Dependiendo de dónde esté la mente, incluso aquello que no existe puede manifestarse como algo real. Entonces, realmente, lo único que puedes hacer en ese momento es ser un testigo y soltar.

Muchos de los grandes santos poetas, como Rumi y Kabīr, compartieron su experiencia del amor. Intentamos leer y

En última instancia, en la experiencia del amor no hay nada que decir, no hay nada que hacer.

Eso que ya tienes (continúa)

comprender su poesía desde una perspectiva lógica, porque así es como nos relacionamos con las cosas en general.

Mira si puedes permitirte salir de tu mente lógica por un momento e ir al lugar donde simplemente está el conocimiento de la Consciencia, y leer desde ese lugar. Apuesto a que cada poema que leas será difícil de terminar en una sola sesión. Leerás una línea o dos y luego te encontraras en un lugar donde no puedes hacer nada sino sentir lo que Rumi está compartiendo. El poeta nos está permitiendo tener darsán a través de sus palabras.

La experiencia directa que queremos recibir de las enseñanzas, del yoga, no es simplemente creer en algo que alguien dice, sino más bien sentarnos todos los días y experimentar lo que está sucediendo en el interior. Sin embargo, a la mente le encanta la confusión. Decimos que queremos que todo sea claro, pero cuando la escritura nos habla de experimentar “Yo soy Eso”, no sabemos si podremos ponernos de acuerdo en qué es “Eso”.

Cuando la gente viene a adorar, a encender incienso, si les preguntas por qué lo están haciendo dicen “Mi padre me dijo que lo hiciera”, “Mi madre me dijo”, “Baba me dijo”, “éste o aquél me dijo.”

Y si les preguntas: “pero, ¿tú qué piensas?”, van a decir: “Bueno, ahí la llevo”.

Suenan como si llevaran una gran carga. A veces las personas vienen al *satsaṅg* porque sienten culpa.

A veces una persona se me acerca y dice: “He hecho un millón de rondas de yapa”. Quiero que haya un sentir, una variación, un movimiento, un cambio; que exista una comprensión más profunda pero, ¿está sucediendo?”

Nuestra computadora se enciende cada mañana a las 5:30 y reproduce el Guru Gītā. Se enciende cada mañana sin falta. ¿Se dio cuenta mi computadora? ¿Se dio cuenta el iPod? ¿Se da cuenta de que se ha liberado de la idea de la realización? Nos hemos convertido en una máquina. Nos sentamos allí cada mañana y nos decimos: “Tengo que hacer esto porque...” o nos sentamos a meditar y pensamos: “¿Cuándo va a terminar esto?”

Baba solía decir: “Han venido al Intensivo pensando que Muktānanda les dará algo”. Él se reía y decía: “No van a conseguir nada. Simplemente les mostraré aquello que ya tienen”.

El entendimiento que queremos alcanzar es comprender que lo que estamos adorando en el exterior no es diferente de nosotros mismos, del que está adorando, del que está orando. Por lo tanto, siempre digo que nunca ores por miedo. Reza porque hay alegría en la oración.



Siempre digo que nunca ores por miedo. Reza porque hay alegría en la oración.

Solo bucea dentro

“El sendero de la bhakti serpentea de una manera delicada”

Los poemas de Kabīr revelan los secretos de la *bhakti*. Son el tipo de poemas que debes sentarte a contemplar. Kabīr dice: “El sendero de la *bhakti* serpentea de una manera delicada”.

Estoy seguro que cada individuo aquí presente explicaría eso a su manera. Algunos dirán: “No sé a qué se refiere con ‘serpentea de una manera delicada’”. Tenemos que estar conscientes de lo que está sucediendo. Tenemos que sentirlo y conocerlo.

Kabīr también dice: “La dicha es tan inmensa que simplemente buceas en ella”. Cuando solo buceamos, nos convertimos en observadores, nos convertimos en testigos.

Algunas personas vienen al *satsaṅg* y dicen: “Voy a mirar que está haciendo esta gente. Voy a ver qué sucede aquí”.

Cuando lo haces de esa manera no funciona.

Imagina que alguien te pone una trufa de chocolate en la mano y piensas: “Nada más voy a mirarla. Se me hará agua la boca, mi mente tendrá algunos pensamientos, pero no me la voy a comer”.

Y cuando la persona pregunta: “¿Qué tal está?”, tú contestas: “La estoy mirando”. No puedes describir el sabor ni el placer que degustas porque, como dice Kabīr, no has buceado dentro”.

En tantos años de hacer *sādhana*, de cantar, meditar y contemplar, a veces nos quedamos atrapados en las prácticas externas.



Solo bucea dentro (continúa)

Por supuesto que las prácticas son importantes, hasta cierto punto. Pero llega un momento en la vida en que tenemos que darnos cuenta de que todo eso es un vehículo. Te lleva hasta allí. Pero cuando llegas, como dice Kabīr, lo único que queda es simplemente bucear dentro.

Decimos: “Quiero experimentar el amor Divino” pero, ¿cómo queremos hacerlo?

Como Śrī Kṛṣṇa le dice a Arjuna: “Así como la tortuga retrae sus miembros dentro de su caparazón, así debe retraerse el buscador dentro de sí mismo”.

En la tradición de la India, cuando vas a un templo, entras al *sanctum sanctorum* y recibes *darśan*. Luego sales al patio.

Si estás allí con alguien de la vieja generación te dirá: “Siéntate un minuto”.

Si estás con un ánimo ansioso e inquieto le dices: “El *darśan* terminó. Debo irme ahora. Tengo que recoger mis zapatos. Voy a buscar algo que comer”, te insistirá: “No, no, siéntate un momento”.

Fíjate, el *darśan* continúa. Eso que has experimentado por un momento frente a la deidad tiene que ser asimilado. El *prasād* que recibiste debe saturar tu cuerpo antes que los sentidos se aventuren a salir nuevamente. En este momento eres una tortuga dentro de un templo, que acaba de retraerse por un momento. Permite que ese estado de recogimiento permanezca antes de que vuelvas a salir.

Hemos añadido muchos adjetivos a la palabra amor – amor divino, amor integral, amor orgánico, amor puro. Pero cuando el sabio habla acerca del amor, se refiere a un estado que es todo-abarcante. Es un estado, dice, en el cual incluso los pájaros vienen y beben las lágrimas de sus mejillas. Él no se perturba, ni los pájaros le temen, porque sus lágrimas son de alegría.

En las películas, los actores y las actrices piensan en una situación triste para poder derramar lágrimas. Las lágrimas de la *bhakti* no son de esas. Si alguna vez has experimentado lágrimas de *bhakti*, sabes que contienen una emoción con la que nada se puede comparar, una vez que la has probado y experimentado verdaderamente.

Nada externo satisface de la manera en que el amor interior satisface.



**Nada externo
satisface de la manera
en que el amor interior
satisface.**

G L O S A R I O

Arjuna

Guerrero, héroe del *Bhagavad Gītā*.

bhakti

devoción.

Bhakti Sūtras

escrituras sobre el amor divino.

darśan

visión de lo divino, experimentada en la presencia de una imagen sagrada o de un ser santo.

Guru Gītā

comentario acerca del Guru.

yapa

repetición de un mantra.

Kabīr

[1440-1518] santo poeta y tejedor.

Kṛṣṇa

deidad Hindú, Guru de Arjuna en el *Bhagavad Gītā*.

Magod

pueblo en Gujarat, India, donde está el áshram de Shanti Mandir.

Nārada

sabio divino.

Navrātra

celebración de las nueve noches de la Diosa.

prasād

regalo bendecido.

Rāmakrishna

[1836-1886] santo devocional Bengalí.

Rumi, Jalalu'd-Din

[1139-1173] santo poeta Sufí.

sādhana

prácticas espirituales.

satsaṅg

en compañía de la verdad.