



गुरुरूपायः

Podemos intentar comprender las escrituras; podemos, incluso, obtener un grado universitario; pero el problema persiste: ¿cómo lograr la experiencia directa de la Verdad? Es por eso que los Śiva Sūtras dicen gurur upāyah, el Guru es el medio”.

Tomamos refugio a los pies de un Sadguru, y a través de esto, alcanzamos el conocimiento verdadero. Esta tradición nos ha llegado a través de los tiempos. Dios mismo fue el primer Guru que transmitió este conocimiento. La tradición de los Sadgurus ha continuado, así como también lo ha hecho la tradición de los discípulos.

MAHĀMANDALESHWAR SWAMI NITYĀNANDA

El propósito de Siddha Marg es compartir las enseñanzas eternas, sanātan dharma. Las charlas formales, el estudio las conversaciones, las preguntas y respuestas, el kirtan, la meditación y el silencio son algunos de los métodos usados por Gurudev, Mahāmandaleshwar Swami Nityānanda Saraswatī, para compartir sus reflexiones y expresiones de la filosofía universal. Esta edición presenta preguntas y respuestas seleccionadas de satsaṅgs celebrados durante las últimas dos décadas.

De la Oscuridad a la Luz

PREGUNTA:

Usted ha dicho que todo lo que se encuentra allí afuera es un reflejo de la luz interior. Si es así, ¿aquellos de nosotros que nos sentimos más a gusto en el estado del sueño podemos quedarnos en ese estado la mitad del día y progresar? Si nunca nos levantamos temprano, ¿no podemos aun así alcanzar esta luz interior?

GURUDEV:

Me has puesto en un dilema ahora. Soy una persona que siempre se ha levantado temprano. Aun de niño, amaba levantarme temprano. Ya he compartido que, siendo un niño, me gustaba ir al āratī de la mañana, que comenzaba un poco antes de las 4:00 AM y tocar el gong. Todos los llamados peces gordos estaban en el āratī de la tarde, así que en ese momento había menos oportunidades de poder tocar el gong. La oportunidad era mayor en la mañana porque los peces gordos estaban supuestamente meditando.

Pienso que la facilidad para poder levantarse temprano en la mañana es una cuestión de práctica y hábito. Si practicas irte a la cama temprano, automáticamente tu cuerpo se despierta temprano. Por mucho que la gente se queje de esto, pienso que el cuerpo es tu mejor amigo. Cuando lo entrenas de la manera adecuada, colaborará contigo.

La ciencia afirma que uno puede restablecer el reloj circadiano dentro del cuerpo. Y nosotros, los humanos, lo embrollamos mucho. Viajo con frecuencia, y mis patrones de sueño ciertamente se perturban. He descubierto que sin importar cuánto duerma durante el día, nunca estoy tan descansado como cuando duermo por la noche. Por eso,

De la Oscuridad a la Luz (continuación)

dondequiera que vayamos, trato de estar despierto a lo largo del día e intento irme a la cama temprano.

Cuando nos quedamos despiertos hasta tarde, despistamos a nuestro reloj interno. Entonces, pensamos: “Simplemente me levantaré más tarde y estaré más relajado”. Pero en todos mis años de experiencia, he encontrado que si me levanto más tarde, no estoy más descansado que lo que lo estaría de haberme ido a la cama más temprano y levantarme después de seis horas.

Por supuesto, aconsejo a la gente que se está enfermando o cuyo cuerpo está físicamente cansado, que un buen período de veinticuatro horas de reposo es excelente. Cuando el cuerpo físico descansa, se recupera.

El mejor ejemplo es un perro. Cuando está enfermo, no come. Solo se echa ahí. No importa cuánto tú, como su dueño, le digas: “Tenemos que dar un paseo. Tenemos que salir. Quiero que comas”, el perro no responderá.

Piensa de qué, realmente, te escondes cuando solo quieres dormir. Te estás escapando del mundo que no quieres enfrentar. En días buenos, piensas: “Estoy entusiasmado por enfrentar el mundo. Estoy entusiasmado por ver lo que el mundo va a ofrecerme”. Pero en días no tan buenos, piensas: “No quiero enfrentar al mundo, no quiero lidiar con el mundo. Quiero escapar del mundo”.

Pero entonces, te das cuenta de que no hay nada de qué escapar. En última instancia, sea lo que sea deberá ser enfrentado, deberá lidiarse con eso de todos modos. Así que, mejor hacerlo ahora y atravesarlo para que puedas seguir adelante.

No necesitamos cerrar los ojos para sentir la unicidad, la inmensidad. Podemos tener los ojos abiertos y también sentir la inmensidad. Todo esto es simplemente cuestión de entrenar a nuestra mente. A medida que cada uno de nosotros entrena su mente, ella verá de la manera en que la entrenamos para ver.

A medida que cada uno de nosotros entrena su mente, ella verá del modo en que la entrenamos para ver.

Platón dice: “Un hombre sensato recordará que los ojos pueden confundirse de dos maneras: a través de un cambio de la luz a la oscuridad o de la oscuridad a la luz. Y reconocerá que lo mismo le ocurre al alma”.

Cuando vienes desde la otra sala y entras al templo que está a oscuras, tienes que detenerte por un momento para asegurarte de poner los pies en los escalones correctos. Y lo mismo ocurre si vas desde la oscuridad de aquí dentro del templo, al mundo exterior.

Si observas a la gente bajo las luces de Broadway en la Ciudad de Nueva York —o en cualquier ciudad del mundo— te das cuenta de que están corriendo de un lado para el otro buscando una felicidad reflejada. Piensan que encontrarán felicidad en las luces a su alrededor.

Hay una historia sobre un hombre que intenta esquivar a su propia sombra. La luz detrás de él está creando esa sombra, pero él piensa que la sombra lo está persiguiendo. El sabio dice: “Todo lo que tenía que hacer era mover la luz para que quedara frente a él, y la sombra cayera detrás. Así, no habría tenido que huir de su sombra”.

Del mismo modo, comienzas a darte cuenta de que estás corriendo de un lado para otro en busca de la luz en el mundo exterior, y por lo tanto, se proyecta una sombra. Todo lo que tienes que hacer es tomar consciencia de tu luz interior. Entonces, esa sombra dejará de existir. Y podrás sentarte.

Recientemente leí que cuando una persona está satisfecha, contenta en su interior, entonces se sienta. Pero si no está satisfecha o contenta, está continuamente corriendo, buscando satisfacción.

De modo que cambia la manera en que percibes tu situación. No se trata de que debas cerrar los ojos o dormir hasta tarde o de que tengas que hacer ninguna de estas

De la Oscuridad a la Luz (continuación)

cosas en pos de la felicidad. En cambio, simplemente trae dicha a tu vida, hazla patente.

Un proverbio chino dice: “Es mejor encender una vela que maldecir la oscuridad”.

Anoche hablábamos sobre esto. Le dije a alguien: “Ve a encender las luces”.

Él dijo: “La mayoría de los días de la semana no tenemos esas luces prendidas”.

Yo dije: “La gente que viene de la ciudad está tan acostumbrada a las luces que cuando viene al campo, piensa: ‘Ay, Dios mío, está oscuro’”.

En realidad, no está oscuro, es solo que no tenemos tantas luces. En la mayoría de los casos, le decimos a la gente que traiga su propia linterna cuando viene al áshram. Es más simple. Algunas personas se aseguran de que una linterna viaje con ellos. Otras piensan: “Es tu obligación darme una linterna”. Durante un tiempo, solíamos tener una cesta con linternas. Creo que hasta tenían una etiqueta: *Propiedad de Shanti Mandir*, ¿se entiende?

Así es como entrenamos a nuestros ojos, a nuestra mente, a nosotros mismos. Estas cosas ocurren en fases y, llegado cierto punto, te das cuenta de que sabes y entiendes. A medida que oyes más y más, te das cuenta de que lo importante es que crees disciplina en tu vida. La disciplina es lo que nos trae el fruto de la *sādhanā*.

Cuando hablas con un granjero o con gente que cuida animales o con cualquiera que ha establecido horarios, te dirá que ama eso. Por supuesto, estoy seguro de que hay días en los que la mente piensa: “Ojalá el despertador no sonara hoy. Tal vez debería conseguir a otra persona para que hiciera mi trabajo”.

Justo ahora estás sentado junto a una madre de dos hijas que, probablemente, algunas mañanas, piense: “Las niñas deberían levantarse y hacer todo para estar listas, y yo reunirme con ellas para el desayuno”. Por supuesto, las niñas probablemente están pensando lo mismo: “Nos reuniremos contigo para el desayuno”. Pero se reunirán a la mesa para el desayuno si cada una ha hecho lo que se necesita hacer.

En el áshram en Magod, hay una ceremonia que tiene lugar cada mañana. Les digo a los estudiantes que si una persona se retrasa unos pocos minutos, entonces todo lo demás a lo largo del día se retrasará. Si esa persona comienza el día puntualmente, todo lo demás ocurrirá a tiempo.

Si buscas en la web, puedes encontrar la hora exacta en que el sol saldrá. Y el sol va a salir a esa hora. Incluso si hay nubes, también saldrá; solo que no lo verás. Pienso que todos deberíamos volvernos así de predecibles. De hecho, ya somos predecibles. Tal vez pensamos que no, pero lo somos.



La disciplina es lo que nos trae el fruto de la *sādhanā*.

Amor Inquebrantable

PREGUNTA:

¿Habría sobre el *darśan*, en particular, qué es lo que realmente sucede en el encuentro del *darśan* y cómo es diferente de la meditación?

GURUDEV:

Yo encuentro que, cuando voy por *darśan*, acá o en Ganeshpuri o donde sea, es emocionante. Aunque ahora Bhagavān y Baba estén en la forma de una estatua o de una foto, el sentimiento es que me voy a encontrar con alguien.

Cuando creíamos, la tradición era que dondequiera que viéramos a Baba por primera vez cuando íbamos al áshram —aun si estuviera a treinta metros y medio— nosotros hacíamos *praṇām*. Que nos viera o no, no lo sé. Pero siempre creí que él me veía. Eso es *darśan*.

Recientemente, leí una cita: “Santo es el hombre que camina a través de senderos oscuros siendo él mismo una luz”. Cuando ofrecemos nuestras saluciones a un santo, no se las ofrecemos al individuo; nuestras saluciones son para la luz.

En el *Devī Stotram*, cantamos *Namas-tasyai namo namaḥ*: “Ofrezco saluciones una y otra vez”.

Puedes pensar en el *darśan* como una meditación en movimiento. En la meditación formal, te encuentras físicamente sentado y quieto y en silencio. Sientes la inmensidad, la expansión y la luz interior; y te estableces en eso. Lo mismo es el *darśan*. Pero debes prepararte de la manera correcta.

Cuando estás en la fila para el *darśan*, en el momento que lo precede, y también luego de que ha ocurrido, pienso que tu foco debe estar en el mismo sentimiento que existe durante el momento real del *darśan*.

Darśan significa “ver”. De modo que la pregunta es: “¿Qué estoy viendo?” No se trata solo de ver un cuerpo que está físicamente presente; se trata de ver la luz, o el Ser o la divinidad en tu interior.

En el *darśan* tradicional de la India, los hombres devotos realizan un *praṇām* completo que es completamente horizontal. Las mujeres tienen su propio modo, que no es totalmente horizontal. Algunas personas hablan del *praṇām* como una entrega total—no se quedan con ninguna parte de sí mismos.

Al haber observado *darśan* a lo largo de los años, puedes ver a aquellos que atraviesan el proceso completo de entrega humilde, y la dulzura y ternura que vienen con ella. Otros lo hacen porque sienten que es parte de un ritual. Y hay otros que solo lo hacen porque debe hacerse. Es interesante ver todas las variaciones individuales que ocurren.

No creo que realmente puedas hacer que el *darśan* suceda, solamente puedes estar en ese espacio y permitir que ocurra. Y cuando sucede, es maravilloso. Es conmovedor y altamente sublime.

Si te encuentras en el espacio correcto durante el *darśan*, pienso que puedes enamorarte. No quiero decir enamorarte de una persona o individuo, sino del sentimiento que está presente en tu interior.

Puedes pensar en el *darśan* como una meditación en movimiento.

Amor Inquebrantable (continuación)

Al final del Haripāṭha, cantamos: “Otórgame la compañía de aquellos que tienen un amor inquebrantable por Tī”.

Eso significa que la mayoría de nosotros tiene amor, pero está quebrado. Después de experimentar las luces de Broadway y los reflejos de amor del mundo externo, sentimos “Yo amo”. Pero ese amor es transitorio.

Tukārām Mahārāj dice: “Quiero la compañía de aquellos que —sin importar si voy a ellos por la mañana, al mediodía o por la noche; o mientras están durmiendo, comiendo o bebiendo— se encuentran en ese estado de amor”. Y dice: “Yo nunca te aburriré, Oh Señor, porque ahora me encuentro en esa experiencia de amor”.

Podemos imaginarnos que cuando una persona así viene por *darśan*, es una experiencia muy diferente.

Recuerdo, cuando estábamos en Haridwar en 1983, que había un anciano santo, tal vez de 60 o 70 años. Lo llamaban Nārada. Solía pasear por los alrededores entonando canciones de Tukārām y Mirābāi y otros. Por supuesto, la mayoría de la gente pensaba que estaba loco porque comenzaba a cantar o expresaba su devoción en cualquier momento y en cualquier lugar. Pienso que dependía de la persona que estuviera frente a él, de si él pensaba que esa persona era receptiva a su estallido de amor. Desafortunadamente, la gente no lo entendía, y por eso lo dejaban solo. Cuando murió, nadie se enteró durante tres días. Al tercer día, entraron en su cuarto porque él no había salido.

A veces, ves a una persona que va por ahí diciendo: “Amo a Dios, amo a la vida, amo...”. Sin embargo, si realmente miras la cara de esa persona, uno tendría que preguntarse qué tan cierto es lo que dice.

Pienso que debemos colocarnos en la experiencia del amor inquebrantable. Entonces, cada acción que realizamos —ya

sea en el *darśan* o simplemente en la vida— puede ser hecha con ese sentimiento de amor.

En los *Bhakti Sūtras*, el sabio dice que cuando un santo va a un lugar sagrado, un lugar de peregrinaje, ese lugar se bendice. Entonces, todos los demás que vayan allí se sienten elevados. Mientras aquellas personas van a ese lugar a descargar su oscuridad y atrapar algo de luz, el santo va simplemente para estar.

Por ejemplo, puedes pensarlo de este modo. Tienes diferentes clases de amigos. Un amigo viene y tú piensas: “¡Oh-oh!”. Te das cuenta de que ha venido a decir algo que tú realmente no quieres escuchar. Otro tipo de amigo viene y tú piensas: “Vaya, estuve esperando verte”. Ambos son amigos. No tienes antagonismo con respecto a ninguno, pero conoces la diferencia: uno viene con oscuridad y deseos para tomar luz y dicha; el otro viene a compartir la luz y la dicha.

A lo largo del tiempo, debes preguntarte: “¿Soy aquel que, cuando viene, hace pensar a la gente ‘¡Oh-oh!’?”. Es posible. “¿O soy de la clase que es bienvenida con dicha, bienvenida por gente a la que, sin saber ellos exactamente por qué, le da gusto recibirme?”.

A menudo, la gente dice que no sabe se le percibe. Pero pienso que cada uno de nosotros sí lo sabe. Porque las escrituras nos dicen que la luz del conocimiento está presente en todos y cada uno de nosotros.

Por eso, pienso que el *darśan* puede ser enfocado del mismo modo. Tu experiencia puede ser la de “Oh, mi Dios...” y entonces rápidamente entras en meditación. O puedes estar entusiasmado y traer ese amor inquebrantable.



Debemos colocarnos en la experiencia del amor inquebrantable.

Pertenecer a un Linaje

PREGUNTA:

Mi pregunta es acerca de la diferencia entre un guru *dīkṣā* y un guru *śīkṣā*. ¿Puede hablarnos sobre la naturaleza de un guru *śīkṣā* y sobre cómo es la relación con él?

GURUDEV:

En India, creemos que tu conexión con un linaje o una tradición no proviene de esta vida, sino que es una relación que ha venido dándose continuamente a lo largo de vidas.

Podrías ir a India y conocer a alguien como Bhagavān Nityānanda, por ejemplo, que no habla, y sin embargo, sientes una conexión con el linaje. Recibes iniciación *dīkṣā* porque tu relación con ese linaje ha sido continua. Siempre te va a hacer aterrizar en el lugar correcto. Experimentarás un sentido de unicidad, un sentido de pertenencia, aunque nada se diga, aunque nada suceda físicamente. Aun así, el anhelo de conocer, de entender, de aprender está allí.

Alguien le preguntó a Baba: “Que una persona sea capaz de explicar algo muy bien, ¿eso significa que es un *siddha*, un maestro perfeccionado?” Baba dijo: “Un maestro perfeccionado no tiene tiempo de explicar: simplemente vive en esa experiencia. Una persona que tiene tiempo puede estudiar, puede aprender y puede expresar”.

Swami Chinmāyānanda, por ejemplo, era un erudito. Eligió viajar por el mundo durante treinta o cuarenta años para compartir las enseñanzas tanto como pudiera. Por supuesto, para muchas personas fue su Guru y aquel de quien recibieron iniciación. Pero luego, él mismo señalaba

a su Guru, Swami Tapovanji Mahārāj o a Bhagavān Nityānanda y decía: “Son grandes seres”. Entendía que, mientras los gurus *śīkṣā* son capaces de expresar la Verdad, estos grandes gurus *dīkṣā* en realidad viven inmersos en aquello de lo que los gurus *śīkṣā* hablan.

Si viajas a Benares, a Haridwar o a Rishikesh, te encontrarás con muchos swamis quienes, al ser consultados sobre una cita de los *Upaniṣads*, no solo sabrán en qué *Upaniṣad* se encuentra y en qué capítulo, sino que también sabrán la sección exacta y el verso. Así de eruditos son. Porque ese es su trabajo. Pero si les pides que te den el tipo de iniciación que recibes sentado frente a un gran sabio —uno que camina como una luz— te dirán: “Ya llegaré a eso”. Reconocerán que tienen la iluminación que viene a través de las palabras, a través del conocimiento; pero cuando se trata de la habilidad de transmitirla en un instante, aun no llegan a ese nivel.

La gente no habla mucho al respecto. En India, es común que se tome iniciación de *sannyāsa* en un lugar y que se estudie en otro. Pienso que hay un conocimiento profundo y a menudo tácito sobre quién es un guru *dīkṣā* y adónde se necesita ir para iniciación. Pero, al mismo tiempo, reconocen que el método o tradición de ese Guru puede no resultar atractivo o funcionar de la mejor manera para el desarrollo de sus mentes.

Como dije antes, debes sentirlo en tu interior. Y entonces, si sientes que algo está desajustado por unos pocos milímetros, vas a otra parte donde sientas que las cosas pueden ajustarse.

Mientras los gurus *śīkṣā* son capaces de expresar la Verdad, estos grandes gurus *dīkṣā* en realidad viven inmersos en aquello de lo que los gurus *śīkṣā* hablan.



G L O S A R I O

ārati

ondeo de luces para adorar a una deidad

Bhakti Sūtras

escritura sobre el amor divino

Chinmāyānanda, Swami

[1916–1993] escribió el comentario sobre el
Bhagavad Gītā

darśan

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

Devī Stotram

Himno a la Diosa

dīkṣā

iniciación

Haripāṭha

poema extenso de Jñāneśvar

Mīrābāī

[1498-1547] poetisa-santa y reina

Nārada

sabio divino

praṇām

prosternación

sādhana

prácticas espirituales

sannyāsa

renunciación

satsaṅg

en compañía de la Verdad

siddha

maestro perfeccionado

śikṣā

enseñanza

Tapovan Mahārāj, Swami

[1889-1957] santo hindú, Guru de Swami
Chinmāyānanda

Tukārām Mahārāj

[1608-1650] santo

Upaniṣads

antiguas escrituras hindúes