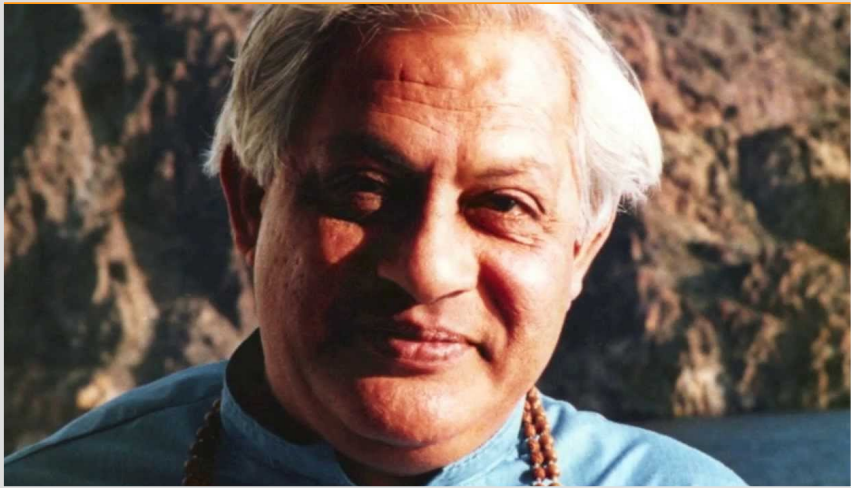


# 1001

## Respuestas al Corazón



*Selección de las Enseñanzas de*  
**GURURAJ ANANDA YOGI**

# Preatam

---

## **1001** *Respuestas al Corazón*

Selección de las Enseñanzas de  
GURURAJ ANANDA YOGI  
Recopiladas por  
Vidya Anderson y Roopa Morosani

SEM

Sociedad Española de Meditación

La Peral 32, 33414 ILLAS (ASTURIAS)

Tel. 985 506 048

Depósito Legal: M-15890-1994

*Primera edición: Septiembre de 1994*

*Tercera Edición: Mayo 2016*

1001 RESPUESTAS AL CORAZÓN

Preatam

Basada en la selección de las Enseñanzas de GURURAJ ANANDA YOGUI recopiladas por Vidya Anderson y Roopa Morosani bajo el nombre "The Master Reflects" cuyos derechos son de la American Meditation Society.

© Sociedad Española de Meditación – International  
Foundation for Spiritual Unfoldment, 1994.

Ninguna parte de este libro puede ser reproducido sin la previa autorización del editor.

Editorial de la Fundación IFSU.

Impreso en España. Printed in Spain.

Nuestro agradecimiento a:

*Vidya Anderson, Roopa Morosani, Sujay Anderson, Cansita Fernandez, Manena Juan, Fernando Pérez Picazo , Fernando Maseda, Mario Arregui, Margarita Cuesta, Pilar García Romeu, Firo Martinez, Carlos Eguizabal, Chanu Arregui, Ramón Carballo, Raman Leonato, Danusba, y Rosa Calvo, por su colaboración y ayuda en la recopilación de los textos, la traducción, el mecanografiado, las correcciones, las fotografías y la selección de las oraciones, la redacción del prólogo y la introducción, así como por las introducciones de cada capítulo.*

Todos ellos han hecho posible esta edición con su esfuerzo, su inspiración y la gracia de los acontecimientos que nos rodearon a todos.

Esta nueva edición del año 2016 ha sido corregida y aumentada por Raman Leonato y Luis Salamero.

La portada ha sido creada por Cristina, Crisna Leonato.

A Preatam  
Que ofreció sus vidas por nosotros  
entregándonos el fruto de su enseñanza  
Y la respuesta de su corazón.  
Que es el tuyo y el mío.



# Contenido

PRÓLOGO .....	7
INTRODUCCIÓN .....	9
EL EGO .....	13
Oración .....	13
Introducción .....	13
Ego .....	14
Sufrimiento .....	21
Apegos .....	27
Samskharas .....	32
Karma .....	44
EL AMOR .....	52
Oración .....	52
Introducción .....	52
Servicio .....	54
Amistad .....	60
Amor .....	63
Relaciones .....	72
LA MEDITACIÓN .....	79
Oración .....	79
Introducción .....	79
Discernimiento .....	81
Meditación .....	86
Aceptación .....	96
Liberación .....	100
Seamos prácticos .....	107
LA MENTE .....	113
Oración .....	113

Introducción .....	114
La mente .....	115
Integración.....	127
Energía, Prana.....	132
Unidad .....	136
EL BUSCADOR Y EL CAMINO .....	139
Oración .....	140
Introducción .....	140
El buscador y el camino.....	142
Voluntad divina y voluntad individual.....	150
Misterios internos .....	156
Divinidad impersonal y personal.....	162
MAYA E ILUSIÓN.....	168
Oración .....	168
Introducción .....	168
El aquí y el ahora.....	170
Ilusión y Maya.....	174
Miedo.....	179
Existencia y muerte.....	183
EL MAESTRO Y EL DISCÍPULO.....	190
Oración .....	190
Introducción .....	191
Encarnaciones y avatares.....	193
El maestro y el discípulo .....	197
Evolución .....	211
Gracia.....	220
GLOSARIO .....	226

# PRÓLOGO

## *QUÉ SENCILLO ES AMAR, QUÉ DIFÍCIL ES SER SENCILLO*

Este libro es el mejor regalo que te puedes hacer a ti mismo y a tus amados. Ábrelo por cualquiera de sus páginas, en cualquier momento; cada una de sus enseñanzas se desvela en respuestas a tu corazón.

Vidya Anderson y Roopa Morosani recopilaron durante años las enseñanzas de Gururaj Ananda Yogui, llamado por sus discípulos, Preatam (El Amado). Sus enseñanzas, recogidas en este libro nos traen respuestas al corazón, iluminando nuestro camino por la vida.

Aunque la filosofía que guía la estructura de los capítulos pertenece a la tradición oriental del Vedanta y el Raja Yoga, su contenido es válido para todos los hombres. Este libro no transmite ninguna ideología, sino agua balsámica para el corazón y luz para nuestras mentes.

Ninguna introducción puede presentar palabras que van más allá de ellas mismas, que son poesía; palabras de amor que son el agua fresca que tu corazón reclama, y la sabiduría de las respuestas que buscamos.

Las enseñanzas contenidas en estas respuestas al corazón son muy simples, dirigidas a la espontaneidad de la persona. De Preatam se decía que era un hombre tan ordinario, tan ordinario, que se podía decir de él que era un hombre extraordinario. Así sus enseñanzas están dirigidas al hombre corriente, de cualquier edad y entorno cultural, pero al mismo tiempo, su profundidad las convierte en la luz que guía a los hombres



en su camino espiritual, en la luz que nos guía en nuestras vidas y en nuestro profundo anhelo místico de unión con la Divinidad, de Consciencia de Unidad, de Consciencia Cósmica, de Nirvana o Satori. Lo llamamos de muy distintas maneras, pero todos sabemos que es Amor, y que son palabras para nuestro corazón.

Gururaj Ananda Yogui (1932-1988) empleó los últimos diez años de su vida en enseñar el Camino de la Apertura Espiritual, el Camino Real, el Raja Yoga. Desde la International Foundation for Spiritual Unfoldment, fundó sociedades de Meditación en muchos países, hoy reunidas en la Gururaj Ananda Foundation. Sus profesores de meditación mantienen viva esta enseñanza transmitiéndola de forma individualizada y a través de sus publicaciones a todo el mundo.

Este es un libro mágico. Celebra que haya caído en tus manos pues su luz, manifestada a través de las respuestas a los anhelos de tu corazón, cambiará tu vida, llevándote hasta las frescas aguas de la dulzura y el amor que eternamente residen en tu interior.

Sin ninguna duda, tu mejor libro. Guárdalo cerca de tu corazón y tenlo siempre a mano. Ábrelo ahora mismo, por cualquier página y deja que tu corazón experimente su eterna respuesta en la poesía de esta Enseñanza.

Este libro contiene la sabiduría más profunda expuesta de una forma simple. Al hombre y la mujer corrientes. Al hombre y la mujer enamorados. Al buscador sincero de su verdadera realidad. Ábrelo por cualquier página y léelo como si fuera un espejo en el que te miras. Léelo despacio, y la magia de sus palabras iluminará tu corazón.

*Raman Leonato*, Editor

# INTRODUCCIÓN

Cuando somos suficientemente mayores para reconocer el mundo a nuestro alrededor, comenzamos a hacer preguntas. Aunque las preguntas sean simples al principio, expresan una cualidad interior compleja y profunda. Esa cualidad es la necesidad de conocer y entendernos a nosotros mismos en relación con nuestro ambiente. “¿Papá, por qué hay nubes? ¿Mamá, cómo crece la hierba? ¿Maestro, qué hace que los planetas den vueltas alrededor del sol?”.

Según se acumulan las experiencias y se expanden las posibilidades mentales, las preguntas sencillas dan paso a otras más complejas y abstractas. ¿Quién soy yo? ¿De dónde vengo y a dónde voy? ¿Existe algo que una vez conocido se conoce todo? Estas, o preguntas similares han sido parte de la vida humana desde el nacimiento de la historia.

Todos, a nuestra manera, buscamos la verdad, con una necesidad inherente a nosotros mismos de reunir un mundo aparentemente fragmentado en una razón verdadera que armonice todas las aparentes contradicciones, un darnos cuenta que ponga la mente y el corazón en paz.

A lo largo de la historia, la humanidad, como una familia, no ha encontrado esa razón pura. Sin embargo, este fracaso colectivo no ha acabado con la necesidad del espíritu humano de buscar la verdad. Sin la dificultad de la pregunta, ni lo incompleto de la respuesta, ese espíritu de verdadero buscador siempre continúa en la humanidad.

En el arte de buscar la verdad, hay quienes a través de rigurosos esfuerzos, aplicación práctica y paciencia han quitado el polvo que oscurece la luz de la sabiduría interna y accedido al

campo donde la pregunta, la respuesta y la verdad se hacen una. Esto implica que, aunque de forma colectiva no seamos capaces de escalar el pináculo de la verdad, individualmente podemos hacerlo.

Este libro presenta la sabiduría de una de estas personas: Gururaj Ananda Yogi. Nació en la provincia de Gujarat, en la India. Ya de niño mostró una avanzada consciencia marcadamente espiritual. A los cuatro años preguntaba acerca del propósito y significado de la vida y la posibilidad de conocer verdaderamente o experimentar la Divinidad. Según maduró, sus lecturas y su intuición altamente desarrollada le hicieron consciente de que lo que buscaba estaba en su interior y en el de todos los seres humanos.

Habiendo alcanzado permanentemente el estado de autorrealización, Gururaj percibió con perfecta claridad y simplicidad una verdad que había encontrado frecuentemente en sus lecturas filosóficas. Con sus propias palabras: “Era obvio para mí que, habiendo alcanzado la forma de llegar a ese estado, no importaba el modo de haberlo conseguido, siempre que el camino escogido fuese el adecuado para cada persona. Se puede ser Cristiano o Judío, Hindú o Musulmán, Budista o Taoísta, estudiante de la filosofía del Este o del Oeste”.

El trabajo de la Gururaj Ananda Foundation es dar instrucción y guía, a través de la meditación y programas de ayuda, a mucha gente en el mundo. Pone énfasis en la importancia de adaptar las técnicas adecuadas de meditación a cada individuo y ha desarrollado un método de seleccionar las prácticas de meditación para satisfacer las necesidades mentales, emocionales y espirituales propias de cada persona. A lo largo de los años ha instruido en meditación a miles de personas de muchas razas, religiones y culturas.

Debemos dejar muy claro algo acerca de Gururaj y su trabajo: “El propósito del gurú externo es ayudar a despertar el gurú interno de cada persona. Por lo tanto, mi trabajo es conducir a las personas para que aprendan a experimentar su propio guía interior, despertar a una consciencia interior de su propio mayor ser. Cuando esto se consigue, mi guía no es ya necesaria, porque cada persona se convierte en el gurú de sí misma”.

La esencia del pensamiento contenido en páginas es universal, sin considerar culturas, doctrinas o dogmas. No pretende ser la expresión de un solo punto de vista que se deba creer a pies juntillas, sino el combustible que añadir a tu propio fuego para preguntas y conocimientos ulteriores. Toma esta información y pruébala en el laboratorio de tu propia vida. Si te beneficia, agárrala con fuerza, si no lo hace, deshazte de ella.

Estos párrafos reflejan una consciencia magistral de las verdades que expresan. Como la verdad misma, pueden ser tan simples que parezcan obvias, o tan paradójicas que puedan considerarse imposibles. Son inevitables contradicciones aparentes cuando se habla desde muchos niveles de entendimiento. Las paradojas y contradicciones hay que disfrutarlas por lo que son: reflexiones multidimensionales de la existencia humana. Gururaj fue un ejemplo vivo de la manifestación de todos estos niveles en un ser humano.

Este libro no está pensado para ser leído necesariamente de cabo a rabo, como una novela. Al editarlo y tener que releer sus pasajes, varias veces nos hemos dado cuenta que pueden conducir a significados distintos. Aquellos que podrían tener más importancia para nosotros cambiaban a diario. Los ya familiares pueden llegar a adquirir una nueva profundidad al reflejar nuestras necesidades cambiantes o una nueva zona donde nuestra consciencia esté creciendo.

Mucho tiempo después de que la mente crea que conoce todo el contenido de este pequeño libro, el corazón continuará encontrando vida fresca en estos pasajes.

Sujay Anderson  
Noviembre 1983

# EL EGO

## *Oración*

Tú solo gobiernas a aquellos que moran en altas regiones,  
Supremo sobre lo supremo, Protector de los protectores.  
Señor Todopoderoso, que Te has manifestado  
como la forma de todo,  
y sin embargo Tú Mismo eres inmanifestado  
e indestructible;  
Tú que eres imperceptible para los sentidos,  
no obstante eres la Verdad misma;  
Incomprensible, Imperecedero, que todo lo penetra,  
oculto y sin forma;  
¡Oh Señor! ¡Oh Luz del Universo! Protégenos de todo daño.  
Solo en ese Uno meditamos. Ese uno es el único  
objeto de nuestra adoración:  
Solo ante Aquello nos inclinamos, el no-dual Testigo  
del Universo.  
En ese Uno que solo existe y es nuestro  
único sostén eterno, nos refugiamos,  
El Señor que depende de sí mismo,  
Barco de seguridad en el océano de la existencia.

≈≈≈

## *Introducción*

*Y aquí llegamos a la piedra en la que todos chocamos. Las nubes que nos ocultan el sol. Y sin embargo, es sorprendente conocer, que es el mismo sol él que produce las nubes que lo ocultan, y a*

*través de este eterno ciclo, una y otra vez la lluvia hace germinar la tierra. Cuando lloramos y cuando reímos, las mismas lágrimas hacen que la semilla que llevamos, germine, despejándose las nubes y dejando que el sol brille en toda su plenitud, para que hora la semilla crezca.*

*En la búsqueda de la felicidad, nos tropezamos con aquello que llamamos ego, una forma individualizada a la que nos apegamos y a través de la cual se manifiesta El Amor, desde nuestro centro que es el corazón.*

*Deja que el corazón te guíe en este bello juego, en el cual expandiendo el ego, disipamos las nubes del yo que nos impiden sol. Solo hay que regar el jardín, la semilla crece sola; no tienes que preocuparte por ello.*

≈≈≈

## **Ego**

El ego comenzó en esa fina corriente a nivel supraconsciente, y según se hizo más y más denso, se hizo más y más individualizado, constituyendo lo que llamamos personalidad humana: eso lo que llamamos el ego humano.

≈≈≈

El hombre no posee un ego, es el ego.

≈≈≈

Cuando quedamos inmersos en el ego, nos centramos en nosotros mismos y comenzamos a creer que todo el mundo gira a nuestro alrededor. Creemos que somos el centro del universo y que todo el mundo nos debe prestar atención.

≈≈≈

Dejad de estar centrados en vosotros mismos, centraos en el Ser.

≈≈≈

Cuando una persona dice que no necesita ayuda externa, no es el verdadero yo quien lo dice, sino el ego. El ego asume la importancia de: "Yo soy todo y no hay nada más grande que yo", y cuando el ego piensa que es autosuficiente, no se hace ningún progreso.

≈≈≈

Lo verdadero, lo cierto, es que lo que asumimos como real es falso. Aceptando el principio de "mi mente condicionada es pequeña e insignificante", según ese darse cuenta se hace realidad desarrollamos humildad y nos entregamos a un poder mayor. Dejamos de alardear de que "yo" puedo hacerlo todo y empezamos a preguntar: "¿Quién es el verdadero Hacedor?". Aquí es donde empieza la búsqueda y a tener realmente importancia la pregunta: "¿Quién soy yo?"

≈≈≈

El ego es algo muy engañoso.

≈≈≈



Un ego centrado en sí mismo, o el ego que se vuelve hacia sí mismo pero que no va más allá de sí mismo, queda atrapado en la red de su propio deshacer. Es como un gusano de seda que hila hasta quedar envuelto en su propia seda no puede escapar. ¿Cuál es la solución? Todas las impresiones adquiridas por lo que llamamos ego producen ataduras, lo atan a uno a un modelo de acción específica. La mente es ego y el ego está modelado. Tenemos que deshacer el modelo de la mente o deshacer el modelo del ego; no destruirlo. Si se destruye el ego, no se puede existir.

≈≈≈

Lo que requerimos es la expansión del ego. Cuando se expande en la forma adecuada, el ego se vuelve completamente transparente y toda la fuerza de la realidad, toda la fuerza de la luz, brilla a su través.

≈≈≈

Hay una cualidad en nuestro interior invariable y eterna. En la preservación de nuestro pequeño ego estamos aniquilando la Divinidad. ¡Eso es lo que hacemos! Llegamos a olvidarnos de la Divinidad, pero sin esa Divinidad ni siquiera podemos mover un dedo.

≈≈≈

El ego no es nada más que la totalidad de las impresiones que se han juntado, no solo en esta vida, sino a través de muchas vidas.

Recordad que el ego, en sí mismo, no es malo. El ego tiene un aspecto denso, pero tiene también un aspecto más fino. Así, aceptar el ego por él mismo, para él mismo, con él mismo, significa que utilizáis el aspecto más sutil para superar los aspec-

tos densos del ego. El aspecto sutil del ego se puede comparar con fina tela de seda, mientras que los más densos son como la tela arpillera.

≈≈≈

El ego no puede existir por sí mismo, no tiene luz propia; el ego toma la luz prestada, vive de gloria prestada y, por lo tanto, se engaña a sí mismo pensando que puede encontrar permanencia en el tiempo y el espacio. Entonces, ¿qué hacemos con el ego? Os voy presentar una proposición completamente nueva: muchas filosofías os dicen: “Aniquilad el ego y cuando esté destruido brillará vuestro yo real. Destruid el pequeño yo y el grande se presentará”. Esto es una falsedad. Yo digo: no destruyáis el ego, preservarlo, y aun así encontrad aquello que carece de ego.

≈≈≈

No podemos aniquilar el ego, es indestructible. Sin embargo, lo podemos extender como un pedazo de goma, podemos estirarlo hasta hacerlo transparente. Cuando está contraído, es opaco y no podemos ver la luz a su través, pero cuando está suficientemente extendido, adquiere una transparencia por la que toda la luz del Reino de los Cielos interior brilla a través del yo individual. La ventana no tiene manchas y la luz brilla a través de ella con toda su fuerza. La luz es tan potente que el cristal no se nota aunque todavía existe. Viviendo como un ser individual, uno puede encontrar en su interior el Yo real, el auténtico Reino de los Cielos y, aun con las limitaciones individuales, vivir en el silencio, la paz y la felicidad del Universo.

≈≈≈

Todos somos pequeños egos, todos somos manojos de impresiones creadas durante muchas vidas. Tales impresiones están ahí y no pueden ser aniquiladas, son eternas, tienen que existir. Cada pensamiento es eterno y no puede destruirse, porque las vibraciones iniciadas por un pensamiento prosiguen por toda la eternidad. Por lo tanto, lo que uno debe hacer es expandir ego.

≈≈≈

Es la conservación del sentido del ego lo que causa toda infelicidad.

≈≈≈

El elemento básico de consciencia es bondad; pero esa bondad tiene factor superpuesto del ego del hombre. Cuando el ego del hombre entra, la consciencia se cubre de polvo. Las prácticas espirituales quitan polvo.

≈≈≈

¿Estamos preparados para arriesgar nuestro pequeño ego que quiere que nos aferremos a vida? No hay nada malo en aferrarse a vida, porque todo es vida. ¿Pero cuál es nuestra comprensión la vida?... Esta es la pregunta. ¿Significa vida los condicionamientos de los cuales nuestra mente es el producto? ¿Significa vida las cosas mundanas a las que damos tanta importancia? ¿Es esto realmente vida? ¿Es eso vivir realmente?

≈≈≈

Lo que nos ata no es otra cosa que nuestro ego. Es el ego el que tiene percepción del tiempo y el espacio, es el ego el que tiene la percepción de todos los sufrimientos. Todas nuestras

acciones están dirigidas a alimentar el ego para su conservación. El ego quiere aferrarse a la vida porque piensa que este tiempo y este espacio son permanentes. Esta es la ilusión: pensar que, al conservar el ego, uno ha encontrado el secreto de conservar el tiempo y el espacio según la propia necesidad egoísta.

≈≈≈

Cuando uno decide ante sí mismo: yo no necesito conservar la idea de mí mismo, entonces encuentra la libertad.

≈≈≈

Este universo no puede existir sin el ego, porque el universo mismo es un ego. Según progresas, el ego se vuelve solo una idea, una forma de pensamiento en su estado más fino. Entonces uno trasciende esa forma de pensamiento y en el estado impersonal se da cuenta: ¡oh! Solo era un pensamiento”. Todo desaparece, porque entonces tú, individuo, te has fundido con lo impersonal y no queda nada del ego; porque, en primer lugar, el ego era solo un pensamiento, solo un sueño. Pero en lo relativo, tenemos una batalla con el ego y no podemos negarlo. Por lo tanto, tenemos que aceptarlo: lo que nos puede llevar más lejos en la expansión del ego es su misma aceptación.

≈≈≈

La palabra “Idea” contiene el “yo” (“I” en inglés), ese yo pequeño, insignificante, como un sueño, que piensa que todo es real.

¡Ah, si el ser humano pudiese darse cuenta de que los pensamientos de su mente son solo condicionamientos de su mente!

≈≈≈

Para reconocer el ego, uno tiene que ir más allá de él y ser capaz de observarlo.

≈≈≈

El ego es la suma total de la personalidad del individuo tal y como se expresa aquí y ahora.

≈≈≈

Cuando nos olvidamos de nosotros mismos, no nos olvidamos del ego. Sabemos que mientras una persona tenga un cuerpo, siempre quedará un resto del ego. Pero nos damos cuenta de que “aunque tengamos este ego, estamos ocupados refinándolo”.

≈≈≈

No necesitas reconocer el ego para ir más allá de él. Eso sería un proceso mental y la mente misma es ego, así el ego estaría tratando de encontrar el ego. Es como decir que verás tus propios ojos: no puedes; necesitas un espejo.

≈≈≈

Tratamos de subyugar al pequeño “yo” de muchas maneras, en función de nuestro propio temperamento. Con la mente utilizamos la devoción y el buen proceder, esto nos ayudará hasta cierto punto. Pero si lo respaldamos con las prácticas espirituales y la meditación, el pensamiento se hará más poderoso y la devoción más fuerte y sincera.

La meditación nos enseña a separarnos del ego y a visualizarlo de forma objetiva. El fluir del mundo también es algo objetivo.

Depende de nosotros, de nuestra perspectiva y de cómo lo vemos. Cuando tenemos la fuerza interior creada a través de las prácticas espirituales, vemos primero el verdadero valor del ego. Y entonces vamos más allá de las alabanzas o las condenas, del placer y el dolor.

≈≈≈

Un individuo refleja el universo entero en su interior, pues el alma individual forma parte del alma universal. Y sin embargo, a pesar de estar hecha de consciencia, el alma individual se confunde y considera que ella misma es la totalidad de la existencia. Se crea el "yo": he aquí el origen del ego. El ego es el mal uso de la consciencia pura y su limitación a una consciencia pequeña. Aun así, esta pequeña consciencia, como un holograma, puede experimentar toda la imagen.

≈≈≈

## *Sufrimiento*

Aquello a lo que das importancia, te gobierna.

≈≈≈

Cuando comprendes algo, automáticamente adquieres control sobre ello y entonces no te controla, sino que lo controlas tú. Cuando adquirimos una gran medida de auto-integración, gradualmente producimos una fuerza que nos hace capaces de controlar, y esa es la única manera de ir más allá de los sufrimientos que padecemos.

≈≈≈

No puedes escapar de las emociones, pero puedes ir más allá de ellas.

≈≈≈

El hombre no está hecho para sufrir, el hombre es un producto de la alegría y aun así entra en el mundo llorando. Venimos de la alegría y vamos a la alegría; el hombre está hecho de luz. A pesar de que el cristal de la lámpara esté a veces sucio, la verdadera luz debe brillar a su través. Por lo tanto, hay mucha esperanza, mucho amor y no hay realmente problemas o sufrimiento. Pensamos que sufrimos. Nos engañamos a nosotros mismos pensando que sufrimos, y esto es un producto del pensamiento. Cuando a través de la meditación transcendáis el nivel del pensamiento, sabréis que no hay sufrimiento, que todo es alegría.

≈≈≈

La persona crea en ella misma ideas conflictivas y es este conflicto el que crea la enfermedad. De hecho conflicto es una enfermedad en sí misma.

≈≈≈

¿Para qué sirve analizar la oscuridad? Esto no resuelve el problema. Analizando la oscuridad solo encontramos oscuridad. El elemento que falta es la luz del supraconsciente. Toma la vía directa al supraconsciente: el ser humano tiene esa posibilidad.

≈≈≈

Todo sufrimiento puede ser visto como una ofrenda.

≈≈≈

El objeto, el propósito de la vida es encontrar el Yo real que reside en tu interior. Cuando se encuentra, la misión en la vida se completa, pero esto no significa que tus problemas se vayan a acabar.

Habrás problemas mientras vivamos en el mundo relativo gobernado por los diversos gunas, habrá subidas y bajadas. No puedes tener un mar siempre inmóvil. Algunos días el mar estará en calma, otros días las olas serán grandes, pero por encima de todo ello, tú estás basado en el silencio, y no en la turbulencia.

≈≈≈

Antes, preocupados por valores superficiales, solo nos dábamos cuenta de la turbulencia. En la turbulencia las olas nos empujan de acá para allá, de un sitio a otro, pero al darnos cuenta de la calma que hay en la profundidad, nos anclamos en el silencio; entonces disfrutamos de la turbulencia. Es bella. Mientras exista este universo, existirá la turbulencia.

≈≈≈

Tu problema es que la mente está centrada en el sufrimiento en vez de estar centrada en la alegría. Tu actitud debería ser: "Si tengo que pagar (karma de acciones pasadas) pues bien, ¿y qué?"

≈≈≈

Cuando atravesamos sufrimientos y turbulencias, estamos únicamente experimentando cambios en las formas. Ahora bien, esto es lo que tratamos de evitar con nuestras prácticas



de meditación. Estableceros en el interior del Yo del espíritu mientras veis los nombres y las formas cambiar continuamente. Entonces no os afectarán porque os habréis elevado por encima de ellos, entonces seréis los perfectos observadores y el pequeño yo podrá decir: “Yo soy el Hacedor, el Hacedor es el espíritu. Es esa energía, esa fuerza, es la Divinidad la que lo manipula todo, yo soy solo el instrumento”.

≈≈≈

La insatisfacción es una necesidad en el proceso de la vida. El individuo, cuando está satisfecho, deja de progresar. La insatisfacción es un proceso para estimular al individuo hacia un mayor crecimiento.

≈≈≈

El ser humano es el mayor imán que existe en el mundo: atrae lo que merece. Una persona diría: ¿por qué me ha pasado esto a mí? ¿Por qué se me han pinchado las cuatro ruedas hoy? Vale, pero ¿cuándo revisaste es las ruedas por última vez? Por favor, recordad que nosotros y nadie más que nosotros somos los responsables de todo lo que nos acontece. Cuando tenemos problemas, siempre le echamos la culpa a alguien: a nuestros maridos, a nuestras esposas, a los niños, a nuestros jefes, a nuestros amigos, al Gurú, y si no podemos encontrar a alguien le echamos la culpa a Dios. Pero el hombre no se da cuenta de que es él mismo quien atrae hacia sí toda fortuna o infortunio.

≈≈≈

Casi todos los problemas son por cosas pequeñas. Observadlos. No permitid que os bloqueen.

≈≈≈

Incluso para comer pan os hace falta ayuda externa: un cuchillo para cortarlo en rebanadas. Todo requiere de una fuerza externa. Aun así, en algún momento tendréis que daros cuenta de que la fuerza externa y la fuerza interna son la misma. Cuando llega esa consciencia desaparece toda fricción, porque la causa de todos los problemas es la dualidad.

≈≈≈

Cuando pienses que estás atravesando un momento placentero, ten la certeza de que vas a tener algún momento doloroso también.

≈≈≈

Debemos ir más allá de los niveles conscientes y subconscientes de la mente, en los que están contenidas todas las combinaciones kármicas de las impresiones que hacen que una persona se sienta infeliz o superficialmente alegre.

≈≈≈

Los sufrimientos padecidos por las personas pueden vencerse. Cuando se pone en movimiento una tendencia, esta tiene que alcanzar su culminación. Pero si tenemos la actitud de aceptación, reforzada por las capas más sutiles de la mente supraconsciente, entonces nada duele y todo se acepta. Incluso si duele, conocemos el valor del dolor, porque también este es pasajero. “Esto no es la totalidad de mi pequeña existencia”. Es cuestión de dar importancia a las cosas adecuadas.

≈≈≈

Todos los sufrimientos son prestados, no son tuyos. Los tomas prestados de las circunstancias que te rodean, porque el dolor y el sufrimiento no son tu verdadera naturaleza: tú no eres tú mismo. Esa es la falsedad de la vida. No te valoras en tu justa medida. ¿Y por qué no?: porque no te conoces a ti mismo.

≈≈≈

No confundáis los rayos del sol con los de la luna. Los rayos de luna son blandos y los del sol son duros. No rechacéis ninguno. El aspecto lunar no es otra cosa que un reflejo de la emanación del sol. La luna y el sol se combinan en la vida diaria sin causar eclipses. Todo esto solo significa una cosa: la clave es la armonía.

≈≈≈

Pronunciando palabras agresivas podemos hacer mucho daño a una persona para toda la vida. Si herimos a alguien con un palo, esa herida curará en unas semanas o en un mes, pero si dejamos una cicatriz en la mente de una persona, su cicatriz puede permanecer durante toda la vida.

≈≈≈

La mente es la que inventa los diablos y los dioses. Todo universo no es otra cosa que mente y los problemas de la vida son creados por la mente. Cultivando la mente a través de las prácticas de meditación aprendemos a vencerla y a ir más allá de ella. Allí se encuentra la verdad.

≈≈≈

Nunca encontraremos en la Tierra a una persona feliz que tenga pensamientos negativos o malos. Son dos cosas incompatibles.

≈≈≈

La fuerza Divina, el Reino de los Cielos, está en nuestro interior: esa es la única fuerza que nos puede liberar de todos los males.

≈≈≈

## *Apegos*

Cuando somos capaces de observar cualquier situación sin que nos afecte, esto implicaría un “no-apego”. Y ese es el verdadero significado de la renunciación. Renunciación no significa dejar a tu familia y al mundo e ir a alguna cueva de los Himalayas. Eso es escapar.

≈≈≈

Muchas cosas de la vida son paradójicas. Uno puede estar completamente dedicado a alguien y a pesar de ello “no-apegado”. Ahora bien, hay una diferencia entre “no-apego” y desapego: desapego es excluirse uno mismo de todas las actividades de la vida y estar simplemente lejos, recluírse, mientras que el “no-apegarse” es ser capaz de participar en cada actividad de la mente, del cuerpo y del espíritu y, a pesar de ello, estar por encima de todo ello. Cuando uno se desapega podría estar practicando una forma de escape para no enfrentarse a las responsabilidades que tiene.

≈≈≈

El Yo real en nuestro interior está siempre abierto y comprende todo lo existente, tangible o intangible, animado o inanimado. Cuando hablamos de la apertura espiritual, nos estamos refiriendo a quitar el velo de los apegos a valores transitorios, reconociéndolos en su justo valor. Gradualmente vamos más allá de las esposas que nos sujetan a la relatividad. No hay nada malo en el estar en la relatividad, pero si en el estar atado y sometido por ella; de esta condición es de la que estamos tratando de huir.

≈≈≈

El apego siempre es producido por la necesidad.

≈≈≈

Si dirigimos nuestra creencia y nuestra fe hacia cosas mundanas, conseguiremos cosas mundanas, conseguiremos cosas transitorias que nunca nos podrán satisfacer. La necesidad siempre estará ahí, y al satisfacer una necesidad mundana, esa necesidad generará otras dos, y estas dos crearán cuatro.

≈≈≈

La causa de toda la infelicidad y miseria en este mundo es nuestro apego al nombre y a la forma.

≈≈≈

El hombre tiene que aspirar a esa tranquilidad donde todas las alabanzas del mundo no le elevan ni tampoco le hundan

todas las culpas que le puedan echar. Esta tranquilidad te trae un cierto tipo de “no-apego”.

≈≈≈

No miramos de forma suficientemente profunda. No hay nada en este mundo que sea feo, todo es bello porque es creado y es producto de la Divinidad. Una vez que vamos más allá del valor superficial de cualquier cosa, vemos la belleza dentro de todas las cosas.

≈≈≈

Al realizar cualquier acción hay cierta cantidad de deseo. El deseo produce apego, pero hay distintos tipos de deseos: el deseo de ganancia, nombre, fama o poder, incita a uno a actuar de cierta forma para alcanzar ciertos objetivos; el otro tipo de deseo es el deseo de servir, que produce “no-apego”.

≈≈≈

Toda la infelicidad es producida por nuestro inútil sentido del apego, porque nos apegamos a diversos aspectos y facetas de la vida que son transitorios. A medida que el hombre se abre espiritualmente, no solo buscará verdaderos valores en su interior y en el entorno, sino que los encontrará en sí mismo. Esa es una señal segura de apertura espiritual.

≈≈≈

Ser capaz de amar sin apego es el mayor logro el hombre puede alcanzar.

≈≈≈

Desapego significa que tú quieres voluntariamente estar aparte, que te haces indiferente. Como dice el viejo proverbio, puedes tener una multitud a tu alrededor y estar solo. Te retiras a tu interior, no debido a tu fuerza, sino por el desequilibrio entre la introversión y la extraversion.

≈≈≈

El “no-apego” es algo totalmente distinto, es algo donde eres parte de todo tu entorno, donde participas de todas las cosas que hay en él, donde puedes amar, donde uno puede volverse uno con el otro, donde la individualidad cesa del todo, donde no hay “tú” ni “yo”, solo hay un “nosotros”. Todo esto lo produce el “no-apego”. Como dice la Biblia: “Estar en el mundo y no ser del mundo”. Esto es el “no-apego”.

≈≈≈

El “no-apego” llega cuando encuentras unidad en la diversidad y a pesar de ello eres consciente de toda la diversidad existente a tu alrededor. A pesar de toda la diversidad que tu mente consciente ve, hay ese Yo interior dentro de ti que brilla en toda su gloria y comprende todo el universo en unidad. Entonces dices “Tat Tuamasi”, que significa “Tú eres Eso”. Progresas aún más lejos al decir “Brahmasmi”, “Yo soy Brahma”, soy el universo entero; nada me separa de nada”, y ese es el estado de Cristiandad, ese es el estado que el hombre Jesús, alcanzó cuando podía decir: “Mi Padre y yo somos uno”, porque el Padre es omnipresente. El hombre Jesús alcanzó el estado en el que podía hacerse uno con la Omnipresencia. Esto es lo que quiere decir “Mi Padre y yo somos uno”.

≈≈≈

En el estado de “no-apego” nos enfrentamos a nuestros problemas. Los vemos y tratamos de encontrar soluciones y, si somos suficientemente sinceros, las encontraremos porque no hay ningún problema que no contenga la solución en su interior.

≈≈≈

Buscamos la felicidad en el exterior, pero la felicidad externa es temporal. Solo encontrando la felicidad interna podríamos poner alguna permanencia en aquello que es temporal, porque entonces vamos más allá del nombre y de la forma para vivir la esencia, que es eterna.

≈≈≈

¿Puedes realmente poseer algo alguna vez? Especialmente un ser humano, que es una entidad pensante individual.

≈≈≈

Estás buscando la libertad en tu interior. Allí es donde está la libertad, en ningún otro sitio. No podemos liberar a nadie de sus ataduras ni crear la libertad para otra persona en ninguna ocasión. Ataduras o libertad solo pueden ser creadas por uno mismo. Cuando ves el mundo o a tu amado a través del aspecto de las ataduras, no los estás atando, sino que te estás atando tu mismo a una forma de pensar.

≈≈≈

Ved todo apego como libertad, porque puedes encontrar la libertad, puedes, incluso estando apegado; solo hace falta tener una actitud de mente especial, fuerza espiritual y solidez.



≈≈≈

Mi amor por ella es importante, no ella. Yo estoy apegado a ese amor por ella, y en ese apego al amor por ella encuentro la libertad, porque el poder de la gracia me ha dado la libertad de amar.

≈≈≈

Con la aceptación viene la entrega. Aunque estemos apegados, no se debe poner énfasis en el apego. El énfasis se puede colocar en la entrega sin motivo... entrega no egoísta, el darse generoso uno mismo al amado tanto como sea posible.

≈≈≈

El pequeño “yo” no es el Hacedor, el Hacedor es Él. Cuando tienes esa idea, te vuelves no apegado a tus acciones, y entonces ninguna acción que realices añadirá samskaras a tu mente, sino gradualmente te librarás de las impresiones que te encierran. Cuando tus acciones y tus pensamientos no atan, entonces entras en el reino de la libertad.

≈≈≈

## *Samskharas*

Hoy somos el resultado, la suma total de las acciones y pensamientos del pasado. Nunca se destruye nada, todo permanece eternamente, todas tus acciones y pensamientos están presentes, están presentes dentro del baúl de los recuerdos, todas las acciones que has realizado y los pensamientos que has tenido alguna vez. Eso es lo que llamamos samskaras. No so-

mos más que un puñado de samskaras que ha encontrado su expresión en una forma mental y física.

≈≈≈

Los samskaras son un conglomerado de las acciones que hemos realizado a lo largo de las eras; son las diversas impresiones que se han reunido en lo que llamamos mente. La mente esta moldeada y ese mismo molde es lo que forma los velos que ocultan el Yo real. El proceso es encontrar el Yo real de uno mismo, y para encontrarlo, tenemos que deshacernos de los samskaras.

≈≈≈

La extensión de la mente es tan vasta como el universo entero. Abarca cada experiencia adquirida desde el átomo primordial, desde el tiempo de la gran explosión, cuando fuisteis propulsados hacia adelante como un átomo minúsculo. Todas las experiencias adquiridas desde ese estado a través de los reinos mineral, vegetal, animal y finalmente, humano, están en la mente. Todas esas experiencias permanecen en ella y son indestructibles.

≈≈≈

No somos otra cosa que un manojó de acciones y pensamientos pasados que han sido pesadamente impresos en nuestra psique.

≈≈≈

No importa que una persona tenga, en la meditación, una experiencia o una visión horrorosa. La experiencia fea es tan

válida como la hermosa. Lo que tienes delante es solo la impresión.

≈≈≈

Los samskaras no son forzosamente solo malos, también pueden ser buenos, depende de cómo y dónde fueron formulados y expresados. Si fueron formulados por una mayor cantidad de tamas, que es inercia u oscuridad, entonces aparecerá una mayor negatividad; si los samskaras que constituyen la mente individual son dominados por sattva o las fuerzas de la luz, entonces naturalmente la vida será más placentera. Estos dos gunas, tamas y sattva, tienen que ser activados por un tercer elemento que es rajas (la acción). Por lo tanto, hay una interacción continua entre tamas, sattva y rajas.

≈≈≈

Todos los samskaras creados en las mentes individuales de los hombres están interconectados. Una persona buena esparce, sin esfuerzo, bondad a todo su alrededor. La naturaleza de la flor es ser bella, pero esto no es lo único que hace, también aumenta la belleza del jardín. Por eso cada persona es responsable de la otra.

≈≈≈

Los samskaras no pueden ser destruidos. Esos samskaras (formas o fuerzas de pensamiento) que limpiamos irán donde sean atraídos con más fuerza. Por eso, mientras más pensamientos negativos tengas, más pensamientos negativos atraerás hacia ti. Si piensas positivamente, más pensamientos positivos vendrán a ti. ¿De dónde vienen? Atraes aquellos que han sido descartados por otras mentes individuales; de hecho te conviertes en un imán que los atrae. Así es como aumentas la

negatividad, porque todo existe por siempre, nada puede ser destruido jamás, ni un solo pensamiento, ni un solo samskara.

≈≈≈

¿Qué significan las experiencias que tienen las personas durante la meditación? Significan simplemente que, al bucear profundamente en los niveles más sutiles de la mente, traemos a la mente consciente experiencias que ya existían.

≈≈≈

Lo que produce los samskaras es el motivo o la motivación que hay detrás de cada acto. Uno puede ser totalmente devoto de lo que está haciendo, y aun así no estar apegado a la acción, porque la acción es realizada por sí misma, y no por los frutos que trae. La causa es activada, pero la causa se vuelve una causa sin causa, por lo que no tendrá efecto.

≈≈≈

La materia no puede ser destruida. El pensamiento que formula los samskaras también está compuesto de materia.

≈≈≈

Todo el mundo, de forma consciente o inconsciente, desea la paz. Aun así, el factor subyacente que bloquea esta paz, el obstáculo en el camino a la felicidad, son los samskaras.

≈≈≈

Cuanto más intentas deshacerte de los samskaras, más samskaras formas. Cada pensamiento que tienes, bueno o malo, forma una impresión y la impresión es un samskara.

≈≈≈

Puedes tener samskaras buenos o puedes tenerlos malos. Siendo de una naturaleza relativa estarán dentro de los confines de la ley de los opuestos. No podemos escapar o deshacernos de los samskaras, pero nos podemos elevar por encima de ellos. Los Samskaras son como una carga que el hombre lleva a la espalda. Disminuyendo la carga no destruimos su contenido: lo dejamos al borde del camino.

≈≈≈

Para elevarse por encima de la ley de los opuestos hay un cierto proceso: el de refinarse. Los samskaras no se pueden destruir, pero se pueden llevar a un nivel mucho más puro, mucho más sutil, y eso viene a través de la acción. Toda acción que se realiza está gobernada por el pensamiento. Si los pensamientos pueden formularse de forma bondadosa, las acciones también serán buenas.

Los pensamientos son algo muy persistente. Continúan y continúan. Cuanto más luchas contra ellos y cuanto más los expulsas, más te meten profundamente en el remolino de los samskaras.

≈≈≈

Si no es posible disciplinar la mente, es posible disciplinar el cuerpo. El cuerpo se disciplina por la acción adecuada, y según lo disciplinamos, la mente también se hace disciplinada. El efecto de esta disciplina es el refinamiento de los samskaras y que la mente llegue a un nivel mucho más sutil. Y cuando la mente alcanza un nivel más sutil, las acciones del hombre se vuelven más puras.

≈≈≈

Cuando la mente, el cuerpo y los procesos del pensamiento del hombre se hacen más refinados, este comienza a explorar los niveles más profundos de su mente. Según la mente desciende a sus niveles más profundos y se encuentra con su yo más sutil, penetra más luz. Al penetrar más luz, los samskaras más densos que nos constituyen se hacen más ligeros y la carga también se aligera. A la vez que la carga se hace más ligera, y el yo más grosero del hombre adquiere una cualidad más sutil, cada acción que se realiza no deja esa impresión profunda, o esa cicatriz que constituyen los samskaras.

≈≈≈

Según infundimos el yo interior, el Reino de los Cielos que está en nuestro interior, en nuestra vida diaria; las impresiones del pasado pierden su poder.

≈≈≈

Esta vida se produce por el impulso comenzado en vidas previas. Hoy somos la suma total de lo que hemos sido y todo lo que nos sucede lo hemos creado nosotros. Cuando el hombre empieza a aceptar el hecho de que “Yo soy lo que soy porque me he hecho lo que soy”, se hace un hombre responsable. Y cualquier hombre que se vuelve responsable puede ver todos los sucesos de la vida de forma objetiva dejando de echar la culpa a los demás.

≈≈≈

Sin destruir nuestros samskaras previos les superponemos una forma de vida que nos puede llevar a su refinamiento. Los samskaras se refinan y los tres gunas en el interior del hom-

bre se tranquilizan sin destruirse. Cuando se adquiere esa tranquilidad, entonces esos mismos samskaras desaparecen de nuestras vidas y se hacen uno con sus elementos originales.

≈≈≈

Al intentar destruir los samskaras, estás añadiendo más samskaras. Lo que hay que hacer es refinarlos. Al alcanzar un determinado punto de refinamiento, se produce una gran tranquilidad y los samskaras se desprenden y se vuelven uno con sus elementos originales, que son indestructibles. Esto es lo que hace que el universo continúe, por eso es eterno. Esos samskaras, esos valores de vida tamásicos, rayásicos o sátvicos, no tienen comienzo y, por lo tanto, no tendrán fin. Pero al refinarlos completamente, se desprenden de nosotros y solo permanece la luz pura.

≈≈≈

El hombre se ha vuelto débil por su propio hacer, por su propio karma, por su propia mente, por sus propios modelos de pensamiento y por las impresiones que ha creado sobre su existencia. Y en realidad, esta debilidad es solo un reflejo, una superposición de la mente, del pensamiento. Hablando de forma relativa hay debilidades, pero desde los valores absolutos no hay ninguna debilidad.

≈≈≈

¿De dónde viene la fealdad? No viene del objeto, la fealdad viene de tus impresiones o samskaras presentes en tu mente subconsciente. De eso es lo que tenemos que librarnos. A través de la meditación puedes quemar las semillas del karma para que no crezcan.

≈≈≈

Aprender lecciones no significa adquirir conocimientos. Lo que nosotros llamamos aprender significa limpiar... y así es como alcanzamos un estado de pureza. Toda la suciedad tiene que limpiarse, la suciedad de los samskaras, que es la combinación y permutación de las diversas impresiones.

≈≈≈

La mente supraconsciente está en el nivel más fino de la relatividad y representa la cualidad de la "luz". Nuestro condicionamiento depende completamente de cuánta luz de la mente supraconsciente se filtra. Cuanto más claro está el paso para esa luz, la experiencia es más genuina, porque en el poder de la luz los condicionamientos desaparecen, son superados y siente la pureza de la experiencia. Por lo tanto, para adquirir la verdadera experiencia, uno tiene que clarificar la mente.

≈≈≈

Si la mente se hace más clara, la experiencia se hace más válida y verdadera. Y eso es lo que queremos, la experiencia de nosotros mismos.

≈≈≈

Si tenemos estabilidad en nuestro interior, podemos acoger nuestro enfado por sí mismo y considerarlo como una experiencia en sí misma, sin proyectarla sobre ese pobre compañero que tenemos delante. Este conocer viene por su cuenta si permitimos que la luz interior se filtre a través de nosotros. Entonces el enfado pierde su aguijón y no deja ningún samskara, no deja una impresión duradera que tengas que resolver de alguna otra forma.



≈≈≈

Los esqueletos que tienes colgados en el armario de la mente se liberan con las pesadillas. Es una experiencia que resuelves durante el sueño, lo que habría sido mucho más difícil si la experiencia hubiese ocurrido mientras estabas despierto.

≈≈≈

Las experiencias de los sueños son incluso más válidas que las experiencias de la vigilia, porque cuando estamos despiertos, tenemos ciertos prejuicios, condicionamos nuestras experiencias por nuestros procesos de pensamiento. Pero cuando soñamos, no tenemos el poder de ordenar nuestros pensamientos y vienen según su propia necesidad de expresarse a sí mismos y encontrar su liberación.

≈≈≈

La única persona que no sueña, es el hombre que ha adquirido equilibrio perfecto entre el consciente, el subconsciente y el supraconsciente. Para él la unidad y el equilibrio total existen. Este hombre nunca sueña, no tiene samskaras que expresar o liberar.

≈≈≈

Siempre estamos creando a Dios. Estamos siempre tirando de esa energía pura, esa experiencia pura que se experimenta a sí misma. Estamos tirando de esa energía pura a través de las sucias capas de nuestra mente e intentamos interpretar esa pureza a través de nuestra suciedad (samskaras). Por ello, algunos filósofos dicen que el hombre crea a Dios de acuerdo con sus propias concepciones.

≈≈≈

¿Cómo puede comprender el que está atado por los lazos de los gunas y samskaras al que vive en la libertad total del libre albedrío (el hombre auto-realizado)?

≈≈≈

Un sueño es una historia compuesta de diversos elementos extraídos de varias experiencias de esta vida o de muchas otras vidas. Se juntan muchas experiencias, se meten en el puchero, y la sopa que resulta es el sueño.

≈≈≈

Cuando el sueño parece muy vivido, significa que ciertas experiencias del día o de la semana han dejado una profunda impresión en tu mente. Esa impresión, a su vez, ha agitado un samskara que estaba profundamente oculto.

≈≈≈

Estás evolucionando incluso cuando duermes. Sin querer, los samskaras están liberándose y, al ser liberados, salen de sus agujeros. Es más fácil liberar un samskara cuando se está soñando que cuando se está despierto.

≈≈≈

Cada sueño que tienes es totalmente necesario para tu evolución, porque la mente interna (las capas más profundas de la mente) sabe que tiene que liberarlo y no hay interferencia de la mente consciente.

≈≈≈

¡Tened más pesadillas... liberad esos miedos! Un mal sueño ayuda más que uno bueno. Un mal sueño agita tu interior des-haciendo ese samskara.

≈≈≈

Una impresión muy profunda no solo permanece en el sub-consciente, sino que se traduce a través de la mente conscien-te en la vida diaria.

≈≈≈

En el sueño profundo, el hombre está más cerca de la Divini-dad porque la mente consciente está en calma.

≈≈≈

La mente consciente puede actuar como un estímulo para que se produzcan ciertos sueños. Este mecanismo libera varias impresiones de la mente y aligera su carga. Si esto no sucedie-se, el hombre se volvería loco... por lo tanto es una válvula de escape muy necesaria.

≈≈≈

Lo que separa al individuo de lo universal son esas finas co-rrientes de samskaras.

≈≈≈

Los elementos de los samskaras, que son de una materia muy fina, se desintegran más allá de las partículas subatómicas y fluyen a las áreas donde son más necesitados. Así, estas finas corrientes permanecen durante la fusión final entre el indivi-

duo y lo universal, entre el hombre y Dios. Aquí ocurre un proceso distinto. El árbol entero existe en la semilla y la semilla existe en el árbol. Estas finas corrientes no tienen un homólogo, a su nivel, en el que desintegrarse. Por lo tanto, estas finas corrientes revierten al estado de semilla, y el individuo es finalmente liberado y tú te haces uno con Dios. Esa es la unidad de conciencia. Esa es la unificación entre el hombre y Dios.

≈≈≈

Estamos tratando de deshacernos de ideas preconcebidas, doctrinas y creencias ciegas de las que no sabemos nada para apuntar al valor experimental real de la vida, donde lo más puro de lo puro, el yo espiritual, se experimenta en su inocencia total.

El alma individual viene de lo no modelado y se modela al combinarse con todos los diversos elementos del Universo. Para que el alma encuentre la paz total, tiene que desmodelarse.

≈≈≈

Debido a asociaciones y experiencias pasadas nuestro razonamiento se tuerce.

≈≈≈

Cuando utilizamos métodos para intentar desmodelarnos a nosotros mismos, lo que sucede es que, en el intento de desmodelar la mente con la mente, la remodelamos en un molde distinto. De lo que se trata realmente es de escapar de los moldes. El objetivo es sobrepasar los moldes del alma yendo

profundamente al interior a las bases de la pura inocencia. Este es el propósito de la vida.

≈≈≈

## *Karma*

La ley de la causa y el efecto, o ley kármica, es el principio de “lo que siembres recogerás”.

≈≈≈

El karma forma una parte integral del cuerpo sutil y existe en él como una forma impresa. Por lo tanto, el karma, que es acción, se transforma en impresiones que llamamos samskaras. Es decir, por el pensamiento producimos acción y, a través de la acción, volvemos al pensamiento.

No hay atajo para salir del karma.

≈≈≈

Solo la persona integrada puede desarrollar fuerza. Cuando tenemos que pagar nuestro karma es mucho más fácil si tenemos esta fuerza.

≈≈≈

Al karma lo controla el hombre mismo. Si tus tendencias tienen una cierta dirección, puedes cambiarla con tu propio pensamiento o con la acción adecuada y la devoción.

≈≈≈

No es solo el karma malo el que te ha colocado en una situación difícil, el buen karma también puede ponerte en una situación análoga. ¿Por qué estás en una situación difícil? Para evolucionar más, para llevarte a un estado de mayor paz a largo plazo.

≈≈≈

Incluso la situación más extraña o difícil tiene un mensaje para ti. Medita y hazte más integrado para que puedas descubrir y comprender este mensaje. Si podemos dejar de estar involucrados con nuestro pequeño yo “TODO EL TIEMPO”, entonces se abrirá un vasto panorama.

Se pueden realizar muchos actos que de ninguna manera dejan una impresión en la mente y, cuando un acto no deja impresión en la mente entonces ese karma no ata. Esto es lo que buscamos, desatarnos de todas las deudas kármicas, y es desatándonos a nosotros mismos como nos hacemos ilimitados.

≈≈≈

Cuando alcanzas el estadio de humanidad en tu primera reencarnación, no estás libre de karma. Aun así, el karma contenido en ti no ata. No ata porque todavía no has desarrollado el poder de pensar. Solo cuando la mente comienza a desarrollar ese poder, ata.

≈≈≈

Las impresiones de millones y millones de años no necesitan ser re-experimentadas. Y este es el mayor regalo que nos ha hecho la Divinidad, el regalo del olvido.

≈≈≈

Nosotros no elegimos a nuestros hijos, nuestros hijos nos eligen a nosotros. Cada uno de nosotros elige a sus padres. Cuando encontramos a las personas con la combinación genética adecuada y el nivel de evolución más compatible con las lecciones que tenemos que aprender, esos son los padres a través de los cuales elegimos nacer. A causa de ello, una persona nace en la felicidad y otra en la infelicidad o en circunstancias diferentes. Esto está gobernado por el karma.

≈≈≈

El karma es una ley que opera individualmente, y como cualquier colectivo está compuesto de unidades, habrá también, naturalmente, un karma colectivo.

≈≈≈

La forma de mejorar el karma colectivo y de mejorar la sociedad es mejorándose uno mismo.

≈≈≈

Las acciones no se pueden juzgar en sus valores superficiales.

≈≈≈

En el Karma trabajas por el hecho de trabajar y las recompensas vienen por sí mismas. Cuando llegan estas recompensas, se aceptan para las necesidades en la vida diaria, pero cuando

se hace el trabajo, se hace con un sentido de ofrecimiento. Todo lo que se hace es una ofrenda a la Divinidad.

≈≈≈

Hay una forma muy simple de autoanálisis. Si una persona atraviesa cinco segundos de negatividad, que los seis siguientes sean de positividad, y así acumulará un segundo de crédito positivo. Si luego pasan diez segundos de negatividad, que pasen once de positividad para obtener dos segundos positivos de crédito. Si vivimos nuestras vidas conscientemente, con la práctica del Yama y el Niyama, por la noche tendremos el mejor sueño: No habrá insomnio. Dormiremos contentos porque a lo largo del día habremos acumulado los minutos de crédito necesarios. Si el total ha subido, el año ha ido bien. Multiplícalo por sesenta o setenta, los años que esperes vivir, y esto es lo que habrás evolucionado. Por lo tanto, dejarás este mundo como un lugar mucho mejor que al que viniste, porque te irás de él como una persona mejor. Este es el resultado de la autoevaluación, del autoestudio.

≈≈≈

Viviendo en familia procuramos hacer las cosas lo mejor posible. No pasa nada malo por cometer faltas. Intentar vivir al máximo de nuestra capacidad es algo grande.

≈≈≈

No hay atajo para deshacerte de tu karma, pero la meditación te ayudará a adquirir fuerza para enfrentarte a los frutos de lo que has sembrado, y el sufrimiento se hará menor.

≈≈≈



Con la ley del karma también la ley de la Gracia opera, pero para invocar la ley de la Gracia tenemos que mejorar nuestro karma.

≈≈≈

Si has hecho 10 cosas malas, no significa necesariamente que tengas que pagar directamente por ellas, sino que si haces 11 buenas, te queda una de crédito. Karma no significa que tienes que pagar por cada acción que realizas. En un sentido, tienes que pagar si no haces nada sobre ello; en otro sentido, puedes vencer los efectos de un karma particularmente equivocado al hacer buen karma. Mientras estés en el lado del crédito en la vida, puedes invocar la ley de la Gracia.

≈≈≈

Cuando se combina la meditación y una forma correcta de vida, la ley de la Gracia está siempre presente y acude a ti a través de distintos canales y caminos para que puedas obtener al fin lo que mereces.

≈≈≈

En cada adversidad hay una oportunidad. El hombre fracasa porque solo ve la adversidad, debido a que su mente fragmentada no reconoce la oportunidad.

≈≈≈

El karma no es solo la acción del cuerpo físico, sino también la acción de la mente, y esta se hace a un nivel más sutil, pero también es acción. Si se regula la mente y se pone en el canal adecuado con la ayuda de la meditación, automáticamente se obtiene la Gracia. Funciona en un ciclo. Cuanta más Gracia

obtenemos, nuestras acciones se hacen mejores y más Gracia viene. Así es como evoluciona el hombre, así encuentra mayor y mayor felicidad hasta que adquiere la totalidad, la auto-realización.

≈≈≈

Cuando el hombre se auto-realiza, se hace una ley en sí mismo, porque no le toca ninguna forma del karma. Las cosas que le ocurren no le afectan porque ha desarrollado la integración que lleva al “no-apego”. El apego es el que trae el sufrimiento. El apego produce expectativas y cuando estas no se cumplen, se produce sufrimiento: eso es lo que llamamos karma.

≈≈≈

Karma no significa solo dolor, también significa placer. El buen karma te traerá, dentro de sus límites, buenos resultados; el mal karma te los traerá, dentro de los mismos límites, malos. Cuando el hombre se hace no-apegado, se eleva por encima de ambos, se eleva al nivel donde no hay polaridad y todo es unidad; y ese es el estadio donde todo es simplemente aceptado. Allí el hombre no ve el mal, no oye el mal, no habla del mal, porque está aparte de él y aun así es parte de él. Esto puede parecer muy paradójico, pero las verdades más grandes son paradójicas, porque una verdad es una totalidad.

≈≈≈

La verdad es esa área que está más allá de lo bueno y de lo malo. Este modo de vida momentáneo, transitorio y siempre cambiante pierde su importancia, no porque en sí mismo no sea importante, sino por el efecto que tiene en ti. Eso es lo importante.

≈≈≈

Mientras uno sea un ser encarnado, no-realizado, el karma siempre tendrá sus subidas y bajadas. Pero podemos, con esfuerzo, tener más subidas que bajadas. Cuando esto sucede, ten por cierto que hay una fuerza empujándote, y esa fuerza es la Gracia.

≈≈≈

Si decides hacerte a la idea y no tener un motivo egoísta en NINGUNA circunstancia, todas las circunstancias cambiarán para ti: vivirás la Gracia.

≈≈≈

Siempre que hay acción, sea física o mental, hay reacción, lo cual significa que donde hay causa hay efecto. Esto se debe recordar solo en el contexto de la vida relativa. Cuando se trata del aspecto absoluto del hombre, no hay karma. El espíritu está libre de karma.

≈≈≈

La armonía te lleva al “no-apego” donde el karma se convierte en algo que no te ata. Tú PUEDES existir sin karma.

≈≈≈

Uno puede liberarse a sí mismo de ataduras kármicas. Primero utiliza la objetividad para llegar al “no-apego”. El “no-apego” te lleva a la felicidad, porque nada te afecta, y cuando nada te afecta no creas ninguna causa. Cuando no se crea una causa, no se puede producir el efecto y, si no se produce efecto, no se puede crear otra causa de nuevo. Este es el propósito de la vida. Venimos de la calma y volvemos a la calma.

≈≈≈

Debemos ir más allá del lodo de nuestros karmas, porque ambos karmas, bueno y malo, producen ataduras.

≈≈≈

Utiliza esta fuerza universal de forma que puedas ir más allá de la ley pequeña y relativa que dice que lo que siembras has de recoger; es verdad, pero de una forma limitada. El ser humano tiene la posibilidad de ir más allá de ella. Este es el mensaje para este siglo y los siglos venideros: No sintáis remordimientos por las cosas que habéis hecho, o las que habéis dado lugar a que se produzcan, porque podéis ir más allá de todas ellas. Se pueden tirar como una prenda sucia.

≈≈≈

# EL AMOR

## *Oración*

Señor, Tú eres la energía vital  
Quien lleva mi carga  
Quien me da la felicidad  
Al que todos adoramos  
El creador y el mantenedor  
El destructor de todas mis negatividades  
La eterna verdad.

¡Oh Señor! Tú distribuyes el néctar de la vida.  
¡Oh Señor Todopoderoso! Tú contiene el néctar.  
¡Oh Padre Todopoderoso! Tú eres la verdad, el amor,  
el éxito y la belleza de la vida...  
Tú eres mi Vida.

≈≈≈

## *Introducción*

*El Amor no tiene dueño. Nadie puede poseerlo. No podemos retenerlo. La única manera de experimentar el Amor de forma verdadera es sentirlo fluir a través de nosotros. Amor, Divinidad, la energía sutil que compone todo el Universo (y aún más allá), es una energía en constante movimiento. Es el movimiento de partículas subatómicas y del paso de los planetas. Es el*

*movimiento que conforma nuestra mente, cuerpo y Espíritu. Nosotros, como las estrellas, estamos literalmente hechos de Amor. Amor con mayúscula, la Divinidad misma.*

*Para existir en su más puro estado, esta energía debe de estar en movimiento. No puede permanecer quieta, a riesgo de dejar de existir. Por lo tanto ¿cómo puede alguien guardarse el amor para sí mismo, o esperar que el amor vaya o venga por una dirección escogida? Este Amor para ser verdaderamente libre o puro debe de moverse, como la fuerza energética que es.*

*Cuando el Amor fluye a través nuestro hacia otros, o cuando el Amor fluye de ellos hacia nosotros, ¿cómo podemos quedarnos con él, atraparlo, cuando está pasando?*

*Al intentar apropiarnos de él, tenemos que construir un muro, una habitación dentro de nuestro corazón, y etiquetarla como “el amor de fulanito”. ¡Qué tontería! Al construir esos muros para intentar quedarnos con ese amor hemos acabado con su movimiento. Se para y deja de existir.*

*Nada es nuestro. Solo somos bendecidos con su experiencia de variedad infinita, pero compuesta de la misma energía divina, cuando pasa a través de nosotros.*

*Cuando experimentamos el Amor de forma libre, fluyendo, este se extiende a todo lo que nos rodea. Cuando dejamos que la corriente se mueva a través de nosotros, nos convertimos en una parte del Todo. Nos convertimos en ese mismo Amor fluyendo y cambiando, y sin embargo eternamente igual.*

*Con la experiencia del fluir del Amor, podemos finalmente decir ¡Yo Soy!*

## *Servicio*

Una pequeña tarea realizada con sinceridad vale mucho más que una gran tarea realizada con motivos egoístas.

≈≈≈

La vida está hecha para dar, no para tomar, porque es al dar cuando realmente recibimos. A la vez que recibimos el verdadero conocimiento, que es inherente a nosotros mismos, utilizamos sabiamente este conocimiento en servir.

≈≈≈

En la vida todo es servicio, todo excepto la astuta mente que prepara las cosas para su gloria personal. ¿Qué gloria se pone a sí misma la flor cuando da aroma y belleza al mundo? El viento silba a través de los árboles sus hermosas canciones, el sol brilla, la luna refleja su luz. ¡Qué servicio! Las mareas del océano refluyen, las lluvias vienen y crece el alimento. Mira el servicio que nos da siempre la naturaleza.

≈≈≈

Cuando dedicas la vida a una causa que se adapta a un plan no ideado por ti, sino por un poder superior a ti, entonces puedes decir con seguridad: “Tengo fe en ese Poder y cumpliré la misión que tengo que cumplir”.

≈≈≈

Cuando sirves a la humanidad, lo que sucede es que te sirves a ti mismo. Este servicio, o deseo de servir que existe en tu inte-

rior, no está siendo objetivizado para ganancia personal o para adular al ego.

Todo servicio realizado con humildad total volverá a ti multiplicado por diez, porque hay sinceridad en el propósito.

≈≈≈

La Divinidad está presente, como te dicen todas las escrituras, está más cerca de lo que crees. Está más cerca de ti que tu propio aliento, está ahí. Ábrete y déjala fluir. Enseñar y servir son dos de los caminos que aceleran la apertura, y cuando la sangre corre y el corazón se acelera, el amor se vierte en nosotros y a través de nosotros. Recuerda: cuando riegas el jardín, antes de llegar el agua a la tierra, limpia primero la manguera. Cuando enseñamos o servimos con pureza, la energía divina fluye en nosotros antes de llegar al alumno.

≈≈≈

A la persona verdaderamente humilde no le afecta la alabanza ni la condena: cumple exactamente su trabajo. Nada la puede hinchar o deshinchar. Se eleva por encima de todo y nadie la puede distraer del camino del servicio.

≈≈≈

¿Cuál es la motivación? Se sirve por el engrandecimiento de uno mismo, o es la expresión del ego (“Deben ponerme en un pedestal porque estoy haciendo esto”). Esta clase de servicio no tiene valor para la persona. Veréis siempre que las personas que tratan de servir a otros de esta forma tienen sufrimiento y desequilibrios de todo género. La razón es que no están pensando en los otros, sino en sí mismos. Esta clase de servicio no es humildad, es vanidad.



≈≈≈

Si realizas el servicio como ofrenda, la alabanza o la condena no te afectarán. Porque, una vez encontrada la felicidad interna de servir, te vuelves como una flor de loto, creciendo entre el barro sin mancharte, permaneciendo siempre puro. Tu misma ofrenda es alegría, y la alegría es la esencia de la pureza.

≈≈≈

Cuando la gente fracasa en el servir, es porque el servicio no es algo natural en ella. Debido a valores kármicos, pensamientos erróneos o acciones equivocadas, se ha olvidado el arte de servir. El servicio no tiene ninguna mecánica, se lo debe dejar fluir. Si aplicamos un mecanismo o un modelo, servir se transforma en una carga y deja de ser servicio. Porque servir es un arte, toda ofrenda es un arte.

≈≈≈

La ofrenda de servicio no significa martirio. El martirio es una especie de desequilibrio. Generalmente el martirio lo origina el fanatismo, un propósito formulado por la mente, y esto no es servicio u ofrenda. El martirio de los grandes Santos tuvo un motivo totalmente distinto, ya que a través del sacrificio de una vida se beneficiaban muchos miles de ellas. Para los mártires, el sacrificio de su vida, o su martirio, tenía un propósito altruista y, por lo tanto, era una ofrenda. En la vida diaria algunas personas tratan de convertirse en mártires, y esto no es necesario en absoluto.

≈≈≈

Servir es un arte, y el arte es libertad. Por lo tanto, cuando servimos con espíritu de ofrenda, lo que expresamos es libertad desde nuestro fuero interno. El servir no ata, libera a la persona. Esa libertad tiene su propia recompensa, no necesita pago, puesto que lo tiene en la satisfacción obtenida al remodelar y cambiar el estilo de nuestras vidas. Este es el gran beneficio. Tal remodelación y tal cambio de estilo solo puede llevarnos a una mayor felicidad.

≈≈≈

Todas las cosas de la naturaleza realizan un servicio. Observad una flor, lo bien que nos sirve con su belleza su fragancia; observad lo bien que nos sirve la lluvia al darnos el agua para que crezcan las cosas; observad lo bellamente que nos sirve el sol dándonos luz y calor. Así todo lo que constituye un servicio es la expresión de nuestra naturaleza real, y nuestra naturaleza real no es otra cosa que una ofrenda. Esta misma ofrenda es la base real del servicio.

≈≈≈

Cuando servimos por servir, cuando el servicio se hace sin segundas intenciones ni egoísmo, entonces el servir tiene entonces valor y es evolutivo. Nunca se estanca, ya que si deja de crecer muere.

El servicio genuino, como la vida de una flor, consiste en su florecer, porque este florecer es la vida, y la vida nunca se paraliza, fluye siempre, todo el tiempo, porque la vida es servir sin ningún motivo.

≈≈≈

Olvidarse de sí mismo no significa ser inconsciente de uno mismo, porque solo al desarrollar una mayor conciencia de

uno mismo realmente se olvida uno de sí mismo. Lo que queremos decir con olvidarse de uno mismo es que, olvidándonos de nuestras necesidades personales, de nuestros propios deseos y de nuestro egoísmo, llegamos a pensar no solo en nosotros, sino también en los demás. Solo cuando nos conocemos a nosotros mismos podemos ser conscientes de las necesidades de los demás, y de dicha consciencia surge una determinada clase de olvido. Esta es la clase de olvido que provoca la verdadera consciencia de uno mismo. La verdadera consciencia de nosotros mismos significa aceptar y reconocer el verdadero Yo en nuestro interior.

≈≈≈

El deseo de servir a la humanidad no crea apegos ni, por lo tanto, impresiones o samskaras en la mente, porque ese deseo no tiene motivación. Todo deseo de servir no tiene ego.

≈≈≈

Al servir a la humanidad fluimos con las leyes de la naturaleza. Cuando fluimos con las leyes de la naturaleza todas nuestras necesidades se cubren de forma automática y espontánea, sin que nosotros lleguemos a saber.

≈≈≈

El secreto reside en intentar lograr integrarse con uno mismo, entonces el servicio a la humanidad se vuelve automático y espontáneo, no programado.

≈≈≈

Cuando uno se acepta a sí mismo en su verdadero valor, entonces el servir se hace por el gusto de servir, y ese servicio es solamente otro nombre de la devoción.

≈≈≈

El servicio a la humanidad es el servicio a Dios. Es el Dios interno que se externaliza en sus variadas formas y nombres.

≈≈≈

El “no-apego” lo lleva a uno a hacer un mayor servicio, porque se da cuenta de: “Que Yo no soy el que hace, sino el instrumento”. No es la pluma la que escribe, es el escritor el que escribe con la pluma.

≈≈≈

Si recordamos que nosotros estamos siempre inclinándonos ante la Divinidad que hay en otro, entonces el servicio asume su forma más verdadera. El servicio es la ofrenda. ¡Qué bello es ser capaz de ofrecernos nosotros mismos inclinándonos ante el otro y convirtiéndonos en Él!

≈≈≈

El verdadero servicio siempre es ofrecer sin un motivo. El que sabe verdaderamente cómo servir, trabaja por trabajar, sin pensar o anticipar el resultado. Ese es el Karma yogui.

≈≈≈

Servir es una ofrenda espontánea a la Divinidad, y todo lo demás se cuida a sí mismo.

El servicio a la Divinidad es el servicio a la humanidad en su forma física. En su forma mental, en su forma espiritual; ver esa Divinidad incluso en el leproso, incluso en el paralítico, incluso en el ciego. Es más fácil verla en las personas que amáis: ¡Comenzad por ahí!

## *Amistad*

La verdadera amistad es hallar la Divinidad en el amigo. Y al encontrar la Divinidad en el amigo, te darás cuenta de que también ocurre en él una sutil transformación. Verás que está siendo elevado y no sabrás por qué; te responderá solamente amándote más pero no sabrás por qué crece su amor. Mientras tanto tú estarás creando en su corazón ese amor hacia ti, porque estarás comenzando a amarlo. Esta es la verdadera amistad.

≈≈≈

Solo puedes conocer a una persona en su totalidad si conoces tu propia totalidad.

≈≈≈

Dar no significa solo hacer un regalo u ofrecer algo mundano o monetario. Es darse uno mismo: es darse uno completamente.

≈≈≈

Que tú eres yo y yo soy tú, esa es la verdadera amistad. Esta unión entre dos personas es la misma que la de un hombre con Dios, porque no es la del cuerpo o la mente sino la del

verdadero espíritu que está en el interior; porque el cielo de tu interior es el mismo que el del mío.

≈≈≈

Para servir a un amigo es necesario un sacrificio. ¿Qué es lo que realmente sacrificas? Sacrificas los sentimientos que hay en ti, los pones a sus pies. En otras palabras, estás sacrificando tu personalidad. Todo lo que te compone a ti lo estás sacrificando a los pies de tu amigo; y esto puede ser amor y enfado, o cualquier cosa conectada contigo, cualquier clase de emoción, positiva o negativa. Estás sacrificando todo esto a los pies de tu amigo.

≈≈≈

Cuando nos hacemos destructivamente críticos, de nuestros corazones surge odio en vez de amor. Por esto decimos en una verdadera amistad: yo te acepto por lo que eres, no por lo que pienso que deberías ser.

≈≈≈

Se desborda el vaso... ¿por qué desperdiciarlo? Si estás suficientemente sediento, toma todo el vaso. ¿Por qué solo lo que se desborda? Toma todo el vaso, yo sé que puedo rellenarlo, hay mucho más de donde viene. El manantial eterno, inmortal, eternamente produce esa fuerza de vida, el agua que da la vida, el prana que da la vida, el aliento que da la vida. Eso es amistad.

≈≈≈

Tú compartes conmigo tu plato de comida, y esta tarde volveré a estar de nuevo hambriento. Tú compartes conmigo los

100 euros que tienes, y al final de la semana volveré a carecer de dinero. Pero si compartes conmigo tu corazón, eso permanecerá eternamente. Porque el corazón humano es infinito en sí mismo, va más allá de los sentimientos, de cualquier emoción. Ese es el verdadero corazón.

≈≈≈

Los actos más verdaderos hechos por amistad nunca se conocen, ni siquiera se piensa en ellos, y nunca son susurrados ni siquiera a uno mismo. La mano izquierda no sabe lo que está haciendo la mano derecha. Porque si lo que buscas es gratitud, o si piensas en lo que has hecho por un amigo, entonces no has hecho nada en absoluto.

≈≈≈

La verdadera amistad está en dar, y no en dar porque él sea un amigo, sino al dar por dar. Cuando esta cualidad de dar se desarrolla en una persona, potencia la amistad sin esfuerzo.

≈≈≈

La verdadera amistad, como el amor, no debe necesitar nada. Donde no hay necesidad hay una total aceptación de un amigo.

≈≈≈

No solo es cuestión de dar amor a un amigo, sino también enfado. Porque entonces eres un verdadero amigo.

≈≈≈

El hombre sabe que no puede existir sin la amistad, y a pesar de ello, abusa de la amistad, porque en la amistad se involucra el yo en vez del no-yo.

≈≈≈

Es tan fácil amar a un amigo; cualquiera puede hacerlo. Pero ama a un enemigo: entonces eres un hombre. En palabras de Shakespeare en Julio César "... los elementos estaban tan mezclados en él, que la naturaleza misma podría haberse puesto en pie y haber gritado al mundo: ¡He aquí un hombre!". Ese fue Jesús.

≈≈≈

La verdadera amistad extendida a otro es un camino que lo lleva a uno a la verdadera amistad con Dios. ¿Qué mejor amigo quieres?

≈≈≈

Si no puedes ser amigo de Dios, sé amigo del hombre, porque si eres amigo del hombre en la forma en que he dicho automáticamente te haces amigo de lo que se conoce como Dios. ¿Ves qué simple es?

≈≈≈

## *Amor*

Realmente no es que el amor haga girar al mundo: el amor hace el viaje interesante.



≈≈≈

¿Qué es amor? En una sola frase, amor es la Divinidad en tu interior.

≈≈≈

Cuando una persona realmente se conoce a sí misma, cuando puede bucear y descubrir el amor en su interior, solo entonces puede proyectar ese amor a otra persona.

≈≈≈

Atravesamos diversas facetas del amor hasta alcanzar el amor Divino, que es nuestro. Nacemos con él, pero debido a las limitaciones de nuestra mente y nuestro corazón, no podemos expresarlo. Cuando se limpian las telarañas de la mente, según se abre el corazón cerrado, la divinidad del amor empezará a brillar a su través y continuará hasta que pueda brillar completamente.

≈≈≈

El amor ni nace ni es creado. Es un mundo de existencia en sí mismo. Para conocer esta existencia hace falta un sacrificio total y la entrega de uno mismo al gran Yo que está en nuestro interior. La belleza está en que, mientras probamos la interioridad, también apreciamos la exterioridad.

≈≈≈

Para ser capaz de amar verdaderamente, para ser capaz de amar totalmente, tienes que encontrar primero la totalidad en tu interior, porque el amor es una expresión de lo que uno es.

≈≈≈

¿Qué es el verdadero amor? ¿Se puede cultivar el amor? No, nunca. El amor es un acontecimiento, el amor es como la fragancia de una flor. La flor no transmite la fragancia de forma consciente. Es la naturaleza de la flor dar fragancia, y esa fragancia es amor, la naturaleza del fuego es dar calor y el calor, dado espontáneamente por el fuego, es amor. No cultivamos el amor, cultivamos las cualidades de nuestro interior que hacen que venga el amor. En otras palabras, todo es una preparación para la venida del amor.

≈≈≈

Una persona buena tiene amor de forma natural; tiene compasión y solidaridad en su corazón. Tiene el ímpetu de querer ser siempre buena.

≈≈≈

El amor puede quedar atrapado entre murallas. ¡Derribad las murallas! La meditación y las prácticas espirituales son los medios más seguros para derrumbar las murallas y abrir el corazón de forma que pueda fluir en su propia gloria divina. ¡Cada uno de nosotros puede hacerlo!

≈≈≈

Estudiando las diversas religiones y extrayendo su esencia, encontramos personas dedicadas a Krishna, Cristo, Buda o a otro maestro. Esta devoción sirve únicamente al devoto, no al maestro. A través de la devoción, el devoto se hace uno con el ideal de la devoción. Entonces el amante, el amado y el amor se vuelven uno, entonces nada es necesario. Tienes que reco-

rrer el camino, pero una vez que has llegado a tu objetivo no es necesario caminar.

≈≈≈

Amar real y sinceramente a un enemigo cambiará a ese enemigo.

≈≈≈

Yo prefiero que alguien me ame a que me racionalice. ¿Cuál es mejor? ¿Cuál está más lleno de alegría?

≈≈≈

Cuando hacemos todo lo posible por vivir una vida buena, muchas cosas suceden. Cuando realizamos la acción correcta, se generan Bhakti y amor. En la acción correcta hay tanto amor, que nuestra acción se vuelve dedicación, y esa dedicación se vuelve ofrenda, y esa ofrenda no es otra cosa que devoción y amor.

≈≈≈

Hay cierta verdad en el dicho de que el amor es ciego, porque el verdadero amor no conoce el análisis.

≈≈≈

El amor no sabe nada ni de la química física ni de la química mental, sino que es una cualidad interna que brilla.

≈≈≈

Cuando alguien dice “yo no amo a tal o cual persona”, la falta no está en el objeto. La falta está en el sujeto, porque el sujeto no ha conseguido reconocer lo que es amor.

≈≈≈

Comprender no requiere análisis. El análisis solo puede traer conocimiento adquirido, que es muy diferente del conocimiento interior: el conocimiento interior es sabiduría. El amor siempre se expresa en la sabiduría que florece del interior, por sí misma, para su propia gloria. Eso es amor.

≈≈≈

El secreto de ser capaz de amar está en perderse a uno mismo totalmente. Dejamos de pensar: “Yo soy el centro del universo”. No yo, sino Tú: eso es saber lo que es el amor. Cuando llega esa paz que sobrepasa toda comprensión, todo análisis y toda racionalización, entonces comienzas a saber lo que es el amor. Por tanto, el pre-requisito del amor es ser capaz de abandonarse.

≈≈≈

El secreto de la felicidad no está en tener pertenencias, sino en pertenecer.

≈≈≈

Hay varios niveles de amor, desde el más denso al nivel espiritual más alto. Uno puede amar de una forma muy limitada por medios puramente físicos y uno puede amar de forma superior, aun cuando están involucrados la mente y el cuerpo, pero el nivel más alto es aquél en el que participan la mente, el cuerpo y el espíritu. Esto forma la totalidad del amor.

La raíz de la devoción está en el sujeto, no en el objeto.

≈≈≈

Solo se puede expresar la totalidad del amor si somos totales. Al conseguir la totalidad del amor, uno ha descubierto el secreto del universo, uno se ha hecho Uno, en unidad con el Universo. Ahí yace la totalidad del amor.

≈≈≈

El tipo de amor más frecuente en un 99,9% de las personas es una especie de negocio: "Yo te doy esto y tú me devuelves eso". El amor puro no requiere devolución. Cuando un hombre Santo dice que ama al mundo, a la humanidad y a cada criatura, no espera por esto ninguna recompensa, porque, ama por amar, porque el amor en su interior es tan poderoso que se expresa a sí mismo. En otras palabras: no puede evitar amar porque él es amor.

≈≈≈

Recordad esto: en el momento en que comienzo analizar mi amor, el amor cesa, porque he llevado el amor al nivel mental y la mente no puede amar, solo puede apreciar la mecánica del amor. El amor es el borboteo del corazón. El corazón siente la cercanía y la unidad donde los latidos de tu corazón sienten espontáneamente los latidos de tu amado. Pero cuando la mente entra y analiza incluso un latido, el corazón deja de palpar en el fluir del amor. El amor no sabe de análisis.

≈≈≈

Es muy fácil decir: "no juzguéis y no seréis juzgados", es tan fácil decirlo y tan difícil hacerlo, porque solo puedes dejar de juzgar si puedes amar realmente. El amor nunca juzga, solo ama, solo es.

≈≈≈

La mente es limitada, mientras que el amor es ilimitado. Cuando combinamos un mayor desarrollo de la mente con la apertura del corazón, los pocos días que pasamos en este planeta se hacen más alegres y suaves.

≈≈≈

Cuando el amor florece en nuestros corazones y nuestra alma comienza a florecer ante el mundo, cumplimos con nuestro destino como seres humanos y el propósito por el cual hemos recibido esta vida. ¡Qué valiosa es esta vida y qué bien puede ser utilizada! Un día, cuando dejemos este mundo, queremos ser capaces de decir: "¡bien vivida esta vida, bien vivida!".

≈≈≈

¿Qué es lo que enseñamos básicamente? Enseñamos la esencia del ser humano y a eso lo llamamos amor. Esa cualidad es la que mejor expresa la Divinidad.

≈≈≈

¿Qué es lo que sucede en la mecánica del amor? Que la mente y el corazón se cogen de la mano.

≈≈≈

Cuando una persona puede realmente experimentar, realmente apreciar el amor, entonces su vida merece la pena.

≈≈≈

La esencia de nuestra enseñanza es el desarrollo de este amor: cómo desplegar el núcleo central de tu ser de forma que no solo expresas, sino que también vivas el amor. El amor está para vivirlo.

≈≈≈

Las religiones difieren en sus niveles inferiores, pero el punto de encuentro de todas las religiones, en su nivel más alto, es que Dios es amor y el amor es Dios.

≈≈≈

El amor es celebración. Todo está celebrando siempre. La flor está celebrando, el árbol está celebrando, la hierba está celebrando. Todo está celebrando, celebrando la gloria de su creación, de su propia manifestación.

≈≈≈

El hombre no ha nacido para sufrir. El ser humano ha nacido para disfrutar. Es nuestro derecho innato, porque la alegría está nuestro interior. Somos los hijos de la luz, somos la manifestación de esa esencia eterna que solo se puede llamar amor.

≈≈≈

Ten por cierto que si hoy eres feliz (o infeliz) mañana serás infeliz (o feliz), o al día siguiente o al otro. El amor está más

allá de toda felicidad y de todo dolor, porque la felicidad y el dolor son transitorios.

≈≈≈

Si quieres que te amen comienza amando, porque si amas, automáticamente te amarán. Tendrás una fuerza magnética, tu misma presencia creará una atmósfera de amor.

≈≈≈

Te puedes deshacer de toda la Biblia si puedes recordar una sola cosa: Ama a tu prójimo como a ti mismo. Esa es la enseñanza más importante, es la nata o la mantequilla que se extrae de esa inmensa vasija de leche. Pero para amar verdaderamente a tu prójimo como a ti mismo, debes reconocer la unidad entre tú y yo: no hay tú ni yo.

≈≈≈

La apertura del espíritu se expresa como el desplegar del amor.

≈≈≈

Si te quiero hacer feliz, solo puedo hacer una cosa, amarte. Puedo apelar a tu mente lógica, pero eso no es lo que queremos. Nuestra mente se complace en cualquier tipo de cosas. Tu mente estará de acuerdo con una cierta teoría o una proposición filosófica, pero según pasa el tiempo, encontrarás que esa teoría no tiene ningún valor para ti y la cambiarás, porque la mente cambia. El contacto mental tiene un valor muy limitado, el contacto más grande que se puede hacer no es de mente a mente, sino de corazón a corazón.



A medida que profundizamos en nuestras meditaciones y prácticas espirituales, los movimientos del amor se hacen cada vez menores. Entonces conocemos la realidad del amor... la calma.

≈≈≈

En cualquier situación tiene que haber “no apego”. Por ejemplo a todos vosotros sentados ahí os amo apasionadamente, profundamente, no podéis medirlo. A pesar de ello no estoy apegado a vosotros, porque no soy yo quien os está amando, es la Divinidad en mi interior, que es una con la Divinidad en vuestro interior. Esa unidad, esa fusión, es amor.

≈≈≈

La percepción del hombre autorrealizado es de una escala tan vasta que la mente ordinaria no puede comprenderla. Si quieres ver la cima de un árbol debes subirte a la cima de otro árbol, pues desde abajo no tienes la visión adecuada. Para entender realmente a un hombre tal, tenemos que ser totales nosotros mismos. El hombre total tiene tal abundancia de amor y compasión que se extiende a toda la Tierra, se extiende hasta el infinito. Nada puede debilitar ese amor ni esa compasión.

≈≈≈

## *Relaciones*

Las demás personas no tienen que cambiar para que nosotros experimentemos paz mental.

≈≈≈

Si una persona os dice una palabra mala o torpe, entended que la mente de la persona no está en el nivel adecuado. No debemos permitir nunca que nos afecte. Cuando podemos ver las cosas de forma objetiva, el enojo desaparece; a medida que se expanden nuestros corazones, viene el amor. Entonces, naturalmente, no habrá lugar para el enfado y vuestra reacción será de compasión.

≈≈≈

Una vez que se elimina la necesidad en una relación, el factor subyacente del amor puro brilla a su través.

≈≈≈

El apego puede existir en la forma de un sentimiento sincero. En esta compañía caminamos hacia la unidad. ¿Cómo podemos ser uno en cuerpos separados? Es solo cuando el corazón se funde completamente. Es solamente a través de las prácticas espirituales que el corazón se abre totalmente. Cuando dos corazones totalmente abiertos se funden uno en el otro, la fusión toma un hermoso brillo, igual que, en una función de teatro, dos focos a los lados del escenario. Estos focos no dan tanto brillo cuando lucen solos como cuando unen sus luces. Esto es unidad. Desgraciadamente a la humanidad, tal y como está, le queda mucho para encontrar esa unidad.

≈≈≈

Si yo pienso cualquier cosa de otra persona, ciertamente tengo que saber que son pensamientos míos y que lo que puede parecer aflicción puede que sea una gran alegría. ¿Cómo podemos juzgar como miseria lo que está atravesando una perso-

na? ¿No es eso lo que ha atraído sobre sí misma? Puede que sea beneficioso para ella, para que pueda aprender la clase de lecciones que necesita.

≈≈≈

Cuando tu corazón se abra, serás incapaz de proyectar negatividad. Proyectarás solo amor.

≈≈≈

Cuando reaccionamos, estamos actuando desde la periferia, pero cuando respondemos, estamos respondiendo desde el centro. Ahí está la diferencia. Al ser la mente periférica, actúa desde la periferia, mientras que la respuesta viene del centro: y es ahí donde queremos estar, en el centro. Al ser tú el centro del universo, no hay ninguna limitación alguna para ti.

≈≈≈

Yo no aconsejo el celibato para los que viven en familia. El celibato practicado por los que viven en familia en el mundo tal como lo conocemos puede ser muy peligroso. Puede ser represivo y tales represiones e inhibiciones se pueden manifestar psicosomáticamente.

≈≈≈

Cuando nos casamos, al principio hay una atracción mutua. Uno tiene que mejorar esta atracción para que el amor dure. La razón de los divorcios que vemos es que la gente es solo romántica: ven una cara bella y se sienten atraídos. Piensan de forma parecida y tienen gustos similares; los dos juegan al tenis, al golf o escuchan la misma música.

≈≈≈

Pero los gustos cambian cada día, un año puede que te guste mucho jugar al tenis y otro te puede gustar otra cosa. Esos gustos no son del corazón, son de la mente, y la mente, al ser tan cambiante, está sujeta al cambio. Cada mente es una mente individual y, cuando cambian tus gustos, no significa que también cambien los de tu esposa. Cuando la mente cambia y desarrolla otros gustos, nuestra esposa se vuelve incompatible. Sin embargo, este proceso puede modificarse si hay entrega, auto-sacrificio y servicio.

≈≈≈

No te entregas a tu amado, sino que te entregas tú a ti mismo. Aun así, tu amado siente que te has entregado a él o a ella.

≈≈≈

Es la falta de entrega lo que crea incompatibilidad.

≈≈≈

Al encontrar una falta, no es de la otra persona, es tuya. Tú eres la falta y por eso la ves. Nos proyectamos en otros porque no podemos manejar a nosotros mismos.

≈≈≈

Sería bueno ver nuestras faltas en otros y entonces mejorar-nos a nosotros mismos, pero no lo hacemos.

≈≈≈

El amor tiene sus varios niveles, desde la mayor simplicidad hasta el nivel más elevado. Como personas que vivimos en familia es parte de nuestro dharma el elevar la atracción inicial física, mental y mundana y dirigirla suavemente hacia una atracción espiritual.

≈≈≈

Se tiene que trabajar en el amor durante un período de años para que dos personas empiecen, despacio, a comprenderse. Comienzan a comprender las faltas y debilidades del otro y, al comprenderlas, las aceptan. Cuando uno acepta las faltas y las debilidades del otro, nace una hermosa amistad. Esa amistad, ese compañerismo, es uno de los constituyentes del amor.

≈≈≈

La mayor causa del problema sociológico del divorcio es que la mayoría de los matrimonios se contraen o se abordan desde un nivel superficial. En vez de llevarlo a un nivel superior, las dos personas permanecen en ese nivel superficial, y ninguna cosa superficial puede durar.

≈≈≈

Cuando encuentres la unidad con tu amado, automáticamente encontrarás la unidad con la divinidad, porque tu amado no es otro que la divinidad misma. En cualquier forma, figura o tamaño, la Divinidad no es otra cosa que una unidad total. Pero solo podemos hablar de la unidad cuando hemos llegado a ella.

≈≈≈

El impulso sexual es uno de los impulsos más fuertes y hay que darle salida. La experiencia adquirida en la entrega total entre marido y mujer puede llevaros a la entrega total a Dios. Al ser humano se le ha dado el equipo necesario, desde el nivel físico al nivel más alto de la mente. En cada estadio se le han dado las herramientas para obtener niveles más y más altos.

≈≈≈

La devoción no debe tener necesidad.

≈≈≈

Cuando la esposa o el marido se hacen exigentes tratando de obtener la atención para alimentar su ego o importancia, comienza la fricción. Para evitar esta fricción, uno tiene que aprender a entregarse, pues cuando uno aprende a entregarse completamente al amado siente el amor, y ese amor es similar a la Divinidad.

≈≈≈

El amor no es algo que te cae en el regazo; tienes que trabajar por él. Y esto ha sido probado una y otra vez. Si fracasa mi matrimonio, tengo que aceptar el hecho. Si hacemos algo constructivo para vencer esas debilidades, entonces el matrimonio no fracasará, porque incluso la debilidad del marido o de la esposa será aceptada con amor, por amor, en el amor ¿por qué? Para preservar este amor.

≈≈≈

Sé libre para aceptar. Ahí está tu libertad.

≈≈≈

Según progresamos en el camino de la vida de casados, hay un montón de subidas y bajadas. Aunque dos personas estén muy cercanas y comprendan y sientan internamente “Esta persona es la persona adecuada para mí”, hay subidas y bajadas. Estas subidas y bajadas son el sentido del ego: “Yo soy mejor que ella, ella es mejor que yo, yo soy mejor que él”. El pequeño ego se interpone, bloquea el camino del fluir natural del amor y la comunicación de corazón a corazón.

≈≈≈

Cuando somos injustos con alguien, estamos siendo violentos con él. Al ser violentos, le estamos robando la paz. ¿Qué mayor robo puede haber que robarle a alguien la paz?

≈≈≈

Para ser realmente capaz de amar debes empezar conociéndote a ti mismo. Si no te conoces a ti mismo, ¿cómo esperas conocer el objeto de tu amor?

≈≈≈

Amar al marido o a la esposa es servir. Cuando este servicio existe, se desarrolla automáticamente la bella cualidad de la devoción, y esa devoción puede llevarte a la oración. Podemos adorar lo abstracto a través del medio concreto de amar a quienes están más cerca de nosotros.

≈≈≈

La devoción es la expresión del amor, amor desprendido. La devoción es el deseo de hacerse uno con el otro.

# LA MEDITACIÓN

## *Oración*

Hay paz en las Regiones Celestes.  
Hay paz en la Atmósfera.  
Paz en los Reinos de la Tierra.  
Hay frescor en el agua y  
las hierbas medicinales curan,  
las plantas dan paz.  
Hay armonía en los Cuerpos Celestiales.  
Hay perfección en la Eterna Sabiduría.  
Todo el universo es pacífico.  
La paz permea todos los lugares;  
que la paz sea conmigo.

≈≈≈

## *Introducción*

*¿Cómo podemos discernir la Realidad de la irrealidad? ¿Cómo podemos navegar por entre todas las voces surgidas en la mente, aún cuando hemos sido alertados de que el corazón está más allá de mente y pensamiento?*

*En el viaje a la no-mente, no podemos borrar la mente de un plumazo. Solo aquellos navegantes más experimentados tienen*



*acceso directo a la paz y al amor que reside en el centro del corazón humano.*

*Primero adquirimos la “creencia” que se va transformando por la experiencia en el calor de la fe. Más tarde surge el anhelo de experimentar el objeto de nuestra fe y devoción. Este salto experimental se hace presente en nuestra vida cotidiana.*

*La técnica de meditación preparatoria crea la base del objetivo más directo: la observación de nosotros mismos, de lo que pensamos, de lo que creemos ser.*

*En una segunda etapa aprendemos a concentrar la mente en un punto, invirtiendo los sentidos hacia nuestro interior.*

*Cuando escuchamos nuestro sonido primordial (mantra individual), localizado en nuestra luz interior, damos un salto sobre las distintas conchas que han crecido superpuestas alrededor de nuestra verdadera personalidad, recordando quienes somos en realidad.*

*En este arduo camino los acontecimientos del exterior se convierten en la pantalla de nuestro propio viaje por el Raja Yoga o Camino Real.*

*Si Dios es Amor y el Amor es Dios, todo lo que nos lleve en esa dirección es el Raja Yoga. Y cuando decides ser un “mecánico” del Raja Yoga, los engranajes que lubricas son sencillos y naturales: dejas de mirar y escuchar la negatividad, aquietas tus pasiones y diriges tu mente a palabras que se escriben con mayúscula: Paz, Amor, Humildad, Devoción; convirtiéndolas en algo vivo.*

*Y todo ello ocurre por la gracia de la Fuerza Espiritual que solo un Maestro es capaz de transmitir.*

## *Discernimiento*

El poder de discernir (en sánscrito “viveka”) tiene un objetivo: ser capaz de distinguir entre lo mutable y lo inmutable, diferenciar lo relativo de lo absoluto. El absoluto es nuestra esencia real, no cambia: el cambio no es más que una manifestación de lo que no cambia. Cuando combinas en tu vida los valores de lo mutable y lo inmutable, entonces vives una vida plena.

Ahora no vivís una vida plena, pero aquellos de vosotros que hayáis comenzado el camino de la autointegración haciendo un esfuerzo consciente en la vida diaria, llegaréis al punto donde la vida es alegría. Entonces, incluso si sentís dolor, veréis que estáis envueltos en un universo compuesto de parejas antagónicas: placer y dolor, calor y frío, sol y nieve. Siempre tendremos estas parejas; pero una vez que nos demos cuenta del valor del dolor y del placer, ninguno de los dos nos afectará.

≈≈≈

El verdadero discernimiento solo llega cuando uno puede estar realmente en silencio consigo mismo.

≈≈≈

Compete a tu libre albedrío, a tu elección, el decidir qué es lo que aceptas y qué es lo que rechazas.

≈≈≈

Adquiere conocimiento por todos los medios, pero fíltralo: desecha lo que no es necesario y coge la esencia.

≈≈≈

Cuanto más sensible seas en la percepción de cosas buenas, serás más capaz de percibir cosas malas.

≈≈≈

Es inútil intentar analizar la mente para encontrar discernimiento. Análisis no es lo mismo que discernimiento, porque todas las formas de análisis siguen siendo un modelo prefijado y son parciales.

≈≈≈

¡Conocimiento es una palabra que ha sido tan malinterpretada! Conocimiento es la acumulación de diversos hechos que se pueden encontrar en una buena enciclopedia. Queremos ir más allá del conocimiento y entrar en el dominio de sabiduría. Esto es algo diferente al conocimiento.

≈≈≈

El propósito al que debe servir realmente el intelecto no es hacer diversas deducciones, sino discernir de forma muy simple entre lo que es correcto y lo que es equivocado. Si has despertado tu parte supraconsciente, encontrarás que todas las decisiones que tomas son automáticamente correctas.

≈≈≈

El ser humano debe experimentar de qué va la vida y qué es la Divinidad. La filosofía y el discernimiento no pueden alcanzar esta experiencia: es como explicar el color a una persona que ha nacido ciega. No puedes explicárselo.

Puedes tratar de explicar a qué se parecen la belleza y la fragancia de una flor, pero para saber, la persona tiene que ver y oler la flor. Puedes analizar en un laboratorio todos los componentes químicos del azúcar, pero ¿qué sabemos del azúcar si no probamos su dulzura? El azúcar está ahí por su dulzura, no para examinarla en un laboratorio.

≈≈≈

Discernir desempeña su papel en nuestra vida, pero el discernimiento también debe ser desechado en el momento en que el amor y la devoción crecen.

≈≈≈

No es necesario aceptar todo lo que yo digo sin criticar. ¡Sed críticos!, pero críticos con una mente abierta.

Habéis sido criados en un cierto estilo de vida y algunas enseñanzas pueden pareceros extrañas. Si algo os suena extraño, sed críticos con ello. Pero la crítica nunca debe ser destructiva ni ridiculizar: ese “algo” debe de aceptarse con mente abierta y evaluarse con una crítica constructiva al aplicarlo a nuestro yo individual.

Esto se refiere, no solo a las charlas que os doy, sino a todos los libros que leéis. Puede que no estéis necesariamente de acuerdo con el autor. A menudo, cuando leo ciertos pasajes, me digo, por ejemplo: “Esto no es del todo así” o “Esto no es así”, pero respeto la comprensión adquirida por el autor. Cualquier autor siempre encontrará a alguien que no esté de acuerdo con sus pensamientos.

Por eso dijo Cristo de una forma tan bella: “Hay muchas ovejas, pero no todas son de mi rebaño”.

≈≈≈

Había un pueblecito al lado de un río y al otro lado del río había una ciudad. Cada día la gente tenía que cruzar el río en barca para ir a trabajar.

En una barca había un campesino y un pandit; un pandit es un hombre que ha aprendido las escrituras, y este era un hombre vanidoso pues conocía todas las escrituras y esto le producía vanidad. Estaba orgulloso de todos los libros que había leído y de todos los estudios que había hecho. Así, en la barca, el pandit preguntó a los campesinos:

-¿Habéis estudiado el Vedanta?

-Ellos respondieron: No, reverendo señor.

-¿Habéis estudiado Sankya Yoga?

-No, señor.

-¿Los Upanishads?

-No, reverendo señor.

Y él se ufanaba: “Yo soy un hombre de conocimiento”, y todo el mundo lo llamaba “señor”.

Un día estalló una tormenta, y como la barca se estaba hundiendo, los campesinos comenzaron a tirarse de la barca. Cuando uno se iba a tirar, le preguntó al pandit:

-¿Sabes nadar?

Cada día, los habitantes del pueblo tenían que cruzar el río dos veces, al ir y al volver de la ciudad. El campesino era un hombre práctico, y considerando la posibilidad de una tormenta que volcase la barca, pensó en aprender a nadar, y aprendió a nadar. El pandit, sabiendo todas sus escrituras y sus libros, se ahogó.

Este es el valor de ser un hombre práctico. Todas las escrituras, todas las enseñanzas y todos los gurus se pueden meter en un paquete y arrojarlo al río.

≈≈≈

En la progresión del alma alcanzamos la fase humana, y para deshacer todos los modelos de la mente, el ser humano tiene que utilizar el poder del discernimiento. Por eso se le ha dado el regalo del razonamiento.



Debido a los moldes producidos por experiencias y asociaciones pasadas, nuestro razonamiento se distorsiona y la persona se siente insegura e inadecuada en su interior. Por eso la mente tiene que ser remodelada.

Ahora bien, todos tratamos de desmoldearnos, pero lo que sucede cuando intentamos remodelar la mente utilizando la mente, es que la remodelamos en un modelo diferente. Lo que tenemos que hacer realmente es dejar todos los modelos. Esto es lo que hacen las practicas espirituales. Dejan de lado la modelación del alma y van profundamente al interior, a las bases de pura inocencia. Este es el propósito de la meditación, este es el propósito de la vida.



La madurez mental la consigues cuando has desarrollado el discernimiento, cuando puedes ver algo como un todo, en su valor total. La persona mentalmente madura apreciará algo del valor total del objeto, pero la persona autorrealizada no solo verá el valor total del objeto, sino que también se unificará con él y experimentará su totalidad en esa unidad.



El ser humano tiene la consciencia para apreciar que está creado a la imagen de Dios, porque el ser humano tiene la capacidad de pensar. Los estadios previos de existencia no pueden discernir. Nosotros, como seres humanos, podemos dis-

cernir y, por lo tanto, es tontería nuestra el no diferenciar entre lo que siempre cambia y lo que nunca cambia.

≈≈≈

## *Meditación*

La expansión de la consciencia se consigue a través de la meditación. Es a través de la expansión de la consciencia como encontramos la belleza, incluso en las espinas que contribuyen a la totalidad de la rosa.

≈≈≈

La meditación cambia la personalidad. Quita la dureza existente y aporta la dulzura que inspira el amor: enseña cómo amar, el significado del amor e incluso cómo llegar a ser amor. Este es el cambio básico que el ser humano necesita hoy.

≈≈≈

Si tienes un jarrón de agua sucia, ponlo debajo del grifo y abre el grifo. Al caer el agua limpia en el jarrón, la sucia se irá limpiando poco a poco, dejando solo la limpia. Al hacer constantemente nuestras meditaciones, hacemos lo mismo, estamos añadiendo poder divino a la mente y al cuerpo. Las energías positivas, al ser más poderosas, expulsan a las negativas.

≈≈≈

Es solamente cuando buceamos en nuestro interior y encontramos la realidad que hay en él que cesa el universo del exterior. No cesa con respecto a los componentes materiales que

lo componen, sino que cesa en nuestra concepción.

≈≈≈

Meditamos sin hacer esfuerzo, pero nuestra vida diaria debe estar llena de esfuerzo.

≈≈≈

A través de la meditación, o de cualquier otra práctica espiritual que se te haya dado, vas más allá del reino de la mente, más allá del reino del cuerpo, vas más allá del reino de la relatividad más fina y te fundes con el absoluto, donde la experiencia no necesita un factor externo, donde la experiencia no necesita al experimentador, donde la experiencia se experimenta a sí misma. Eso es la bendición, eso es el amor que habla Cristo, y no es difícil llegar hasta él.

≈≈≈

El valor de la meditación está en que no solo mejora la calidad de la vida de uno, sino que también mejora la calidad del entorno.

≈≈≈

Estamos intentando abrir la consciencia de una forma más directa, más rápida. Queremos encontrar la fuente de toda felicidad.

≈≈≈

La meditación no es, y nunca puede ser, una forma de escapar de la realidad. Drogarse es escapar de la realidad, mientras que la meditación es una forma de hacer que te enfrentes con



ella. Los esfuerzos de tomar drogas y de meditar son directamente opuestos: uno crea dependencia y el otro independencia.

≈≈≈

Si eres cristiano, hazte un cristiano mejor; si eres budista, hazte un budista mejor; si eres judío, hazte un mejor judío. Las prácticas de meditación no tienen nada que ver con la religión.

≈≈≈

Nuestras prácticas de meditación están diseñadas para integrar la mente, el cuerpo y el espíritu de modo que podamos funcionar como seres totales. Entonces, incluso el acto sexual puede ser elevado de tal forma que se vuelve una meditación, una fusión completa.

≈≈≈

Una experiencia bella y placentera que tengas en la meditación es producida solamente por bucear en un cierto nivel de la mente donde se almacenan las impresiones de las experiencias placenteras. Eso se proyecta en el nivel consciente y te sientes muy a gusto.

≈≈≈

La meditación y las prácticas espirituales son una prevención, no una cura.

≈≈≈

Cuando una persona entra en samadhi, si es una meditación

real, no será consciente de su mente ni de su cuerpo. En ese momento el espíritu existe en sí mismo: el cuerpo respira y la mente se queda vacía; como uno ha trascendido la mente y el cuerpo, hay un bache. Solo cuando sales del samadhi te das cuenta: "He estado en samadhi". La experiencia de ese samadhi es de alegría, de felicidad, es la percepción de ti mismo sin necesidad de reflexionar.... Pura luz.

≈≈≈

El propósito de la meditación es experimentar la verdad, no saber acerca de la verdad: para eso vas a la universidad. Las universidades solo os dirán de lo que trata una cosa, lo que una cosa es. Lo que aprendemos a través de la meditación es a experimentar lo que la verdad es.

≈≈≈

En una habitación a oscuras, no necesitamos analizar la mecánica de la oscuridad, encendemos la luz. Esto lo hacemos a través de la meditación, en donde llegamos a las capas más profundas de la mente, la fuente de la luz, y traemos la luz para desvanecer toda la oscuridad que existe en nuestras vidas.

≈≈≈

Cuando es elegido adecuadamente por un Maestro espiritual, el mantra de una persona incorpora el momento en el que el alma individual salió del alma universal individualizándose. Esa misma acción, ese mismo movimiento, creó un sonido. Así el mantra que se da a una persona incorpora el primer impulso de un ser individual desde que se individualizó, su estado presente de evolución, y todo el rango de aquello que puede conseguir.

≈≈≈

La meditación da a la mente la quietud para apartar ese universo completo que es la mente y permitir que la atraviese una fuerza más grande. Debido a esto, el corazón, núcleo de la personalidad, es el vehículo o la entrada. Este proceso empieza a nivel de la mente, que hace conscientemente el esfuerzo inicial, que requiere disciplina, hasta que la mente llega a un nivel más profundo. La mente consciente debe ignorar los depósitos de todos los samskaras presentes en el subconsciente para crear una vía directa al supraconsciente, el más fino nivel de relatividad, que es el reflejo más verdadero de la luz. Cuando se alcanza este nivel, el reflejo brilla a través de la mente consciente y la llena de vida. Cuando la mente consciente se llena de vida por ese reflejo, extrae gradualmente de él la luz del espíritu. Entonces también la mente consciente puede experimentar el espíritu revelado, que siempre es revelado en el nivel más fino del supraconsciente.

≈≈≈

Las cosas en su nivel sutil son infinitamente más poderosas. Según vamos a la parte más profunda de la mente y reunimos mayor fuerza y poder, utilizamos esta fuerza para vencer los condicionamientos de la mente.

≈≈≈

Cuando estás a la orilla del mar, el mar parece agitado, con las olas altas y turbulentas. Pero desde un avión a uno o dos kilómetros de altura, el mar parece tranquilo. De la misma manera, cuando comenzamos a expandir nuestra consciencia a través de las prácticas de meditación, nuestros problemas diarios adquieren perspectiva.

≈≈≈

Cuando una persona no tiene ninguna experiencia durante la meditación, nunca debe sentir que no hace progresos... el progreso está presente.

≈≈≈

Las visiones espectaculares en la meditación no son una señal. Estás simplemente despertando ciertas capas de la mente que producen todo tipo de estrellas y colores. Se puede lograr muy fácilmente con un mazazo en la cabeza.

≈≈≈

La meditación es el camino fácil para limpiarse uno de samskaras, las impresiones que se han juntado en tu propio ego.

≈≈≈

La meditación es como hacer una operación utilizando un anestésico de manera que no duela el limpiarse uno mismo. Pero si la operación se hiciese sin anestesia, el corte sería muy, muy doloroso.

≈≈≈

Es bueno que experimentes todo un abanico de pensamientos y emociones durante la meditación. Es bueno en el sentido de que, sin sufrir, estás disolviendo las impresiones en vez de vivir esas experiencias en la vida diaria, donde podrían ser tan, tan dolorosas.

≈≈≈

Mira ahora esta flor. Después de algunos meses de meditación adecuada, si ves la misma flor, tendrá cualidades distintas para ti. Será un medio de hacerte sentir una mayor alegría, y aprecio de la belleza que los sentidos anteriormente. De aquí el dicho: “La belleza está en el ojo del que mira”. Oímos muchas frases o dichos sencillos sin entender su verdadera profundidad, su verdadero valor.

≈≈≈

La meditación adecuada crea esa apertura del corazón a través de la que buceas profundamente en tu interior, y buceando profundamente en tu interior desarrollas y expresas olas de amor más y más grandes en tu entorno y en tu hogar. La meditación hace la vida bella.

≈≈≈

Son tales las fuerzas divinas que funcionan en estas prácticas, que despiertas lo dormido en tu interior: tú despiertas la belleza. La mayor parte de la gente vive la vida como un bello capullo, pero ese capullo tiene que ser nutrido y cuidado para que se abra y cumpla su dharma.

≈≈≈

La meditación despierta virtudes y cualidades positivas en ti que necesitas hacer realidad.

≈≈≈

El propósito de la meditación es crear armonía entre la mente, el cuerpo y el espíritu. La armonía ya existe, pero requiere el reconocimiento consciente y la experiencia. ¿Qué queremos

decir con experimentar armonía? La respuesta es simple: sentir paz contigo mismo, tanta que puedan venir todos los problemas y tú permanecer tranquilo. Es como el poema de Kipling "Si" (If): todo puede volverse loco y girar a tu alrededor, y a pesar de ello tú conservar la paz y la tranquilidad.

Esto es lo que la meditación trata de conseguir por medio del proceso sistemático de conducir a tu mente a capas más profundas de tu interior. Extraes automáticamente paz de tu calma interior.

Aunque esto solo requiere aquietar la mente, no es todo lo que sucede. Al activar esa fuente interior en tu vida cotidiana empiezas a vivir adaptado a las armoniosas leyes de la naturaleza, que son el más verdadero reflejo del Dios indescriptible. Porque estás trayendo ese recurso interno, la energía interior a tu estado de vigilia, esta se convierte entonces en un proceso espontáneo: ¡Vives a Dios!

≈≈≈

Cuando una persona puede ejercitar su totalidad en cualquier acción, entonces estad seguros de que ésa es una forma de meditación.

≈≈≈

La mayor parte de las personas no consiguen respuestas porque no se calman lo suficiente para que la respuesta venga. Cada uno de nosotros es responsable de esto. Si yo no obtengo la respuesta a un problema, soy yo, o algo en mi interior, lo que la bloquea y por eso no la obtengo.

≈≈≈

Cada acción en la vida, cada pensamiento y cada palabra no es otra cosa que un mantra.

≈≈≈

Si, a través de la meditación, tenemos una forma de ponernos en contacto con la Divinidad, ¿por qué, entonces ponernos en contacto con seres sin cuerpo? Los seres sin cuerpo, “en el otro lado” como dirían los médiums, no son seres realizados.

≈≈≈

Todo mundo tiene la oportunidad, a través de las prácticas espirituales, de llegar a ser el Rey. Este es el verdadero significado de la oración diaria: “Venga a nosotros tu reino”. ¿A dónde debe venir el reino? Olvidaos de lo que hay a nuestro alrededor, que venga el reino aquí dentro y todo lo que está a nuestro alrededor se cuidará de sí mismo. Encontrad el Reino en el interior, y el Reino exterior lo encontraréis automáticamente.

≈≈≈

Durante el estado de vigilia, la meditación nos hace mirarnos al espejo sin tapujos y ver las faltas de nuestra vida. No solo nos hace ver nuestras faltas, sino que la meditación también nos da la fuerza para superar esas faltas.

≈≈≈

Hay una vía directa que va desde la pequeña mente consciente por las diversas capas del subconsciente, y yendo más allá incluso del supraconsciente, entra en el área donde existe todo el conocimiento. Con la meditación adquirimos el acceso a este camino.

≈≈≈

A medida que uno gana más y mayor energía del interior con la meditación, la vida se hace más alegre y pacífica porque la suciedad que hay en el interior de uno mismo se lava y se disuelve.

≈≈≈

Con la meditación desarrollamos una apertura del corazón. También desarrollamos la expansión de la mente. De esta forma estamos más alerta de las cosas que elevan nuestras vidas trayéndonos la Gracia y una mayor felicidad.

≈≈≈

Encontrar la felicidad real no es una búsqueda externa: es una búsqueda interna. Por eso meditamos.

≈≈≈

La psicología moderna trata de investigar y de encontrar causas, nosotros no. ¿Por qué analizar las causas? Hay una forma a través de la cual traemos esas energías que limpian la suciedad.

≈≈≈

Si en esta habitación hay un montón de suciedad, ¿vas a analizar la suciedad o vas a traer la escoba? ¿Qué es mejor? ¿Qué sentido tiene decir que esto es polvo y que lo trajo el viento o que el bebé ensució aquello? Simplemente trae la escoba y bájrela. Toma la vía directa. Tienes esa posibilidad.

≈≈≈



A través de las prácticas espirituales estamos trabajando con energías. Estamos activando energías, pero activando energías densas para, de una forma muy sistemática, dirigirlas a alcanzar energías más y más sutiles que están en la mente. Porque la mente tiene varios estratos: el nivel consciente, el nivel subconsciente y el nivel supraconsciente.

≈≈≈

La meditación no solo te da consciencia... también te da sabiduría.

≈≈≈

## *Aceptación*

No hay adversidad en la vida. ¡Solo hay oportunidades! Aquello que consideramos adversidad puede que sea la lección que necesitamos aprender.

≈≈≈

Cada persona es una entidad única, una totalidad en sí misma; cada una tiene que aceptar la responsabilidad de sí mismo y sus debilidades. El día que se acepta esto, comienza el progreso.

≈≈≈

Las personas no se aceptan por lo que son: esta es la raíz de todos los problemas y de todo el sufrimiento superficial que atraviesa la gente. Una vez que aprenden a aceptarse a sí mismos, a alcanzar las capas más profundas de la mente, todas

las cosas que suceden en el nivel relativo consciente se aceptan de forma automática.

≈≈≈

Solo cuando aceptamos el principio “yo he condicionado mi mente y me he hecho dependiente de ese condicionamiento” haremos algo al respecto, solo entonces dejaremos de anquilosarnos. Tenemos que “desacondicionar” lo condicionado.

≈≈≈

El ser humano debe darse cuenta de que cualesquiera que sean las circunstancias en que esté colocado, estas son el resultado de sus propias acciones.

≈≈≈

El progreso puede comenzar desde la fe o desde la duda.

≈≈≈

Al aceptar las acciones de otro estás entregando tu yo a ti mismo, no al otro. ¿Quiénes somos nosotros para exigir: “yo necesito esto” o “yo necesito aquello”? Mucho mejor: “Señor, Tú conoces mis necesidades y sé que las satisfacerás. Creo que tienes tus razones para hacer esto, quizás estás tratando de enseñarme algo. ¿Quién soy yo para enseñarte y exigirte? ¿Soy capaz de mandarte? Mejor mándame Tú a mí. No mí voluntad... sino la Tuya”.

≈≈≈

Cuando te esfuerzas por cambiar eso que está cambiando siempre, produces conflictos y esos conflictos te atan más y

más.

≈≈≈

La persona más cualificada para aceptar lo que dice el profesor es aquella que tiene devoción en su corazón. Cuando hay devoción, hay aceptación. Si uno carece de devoción, entonces la evaluación no vendrá del corazón, vendrá de la mente. Pero no se pierde la esperanza porque nuestras prácticas están diseñadas para expandir el corazón. Con la apreciación y la expansión de la mente se da la expansión del corazón de forma natural, entonces desarrollamos las cualidades de aceptación, creencia y fe.

Ahora bien, nosotros no decimos que tengas fe ciega, eso es lo que enseñan algunas religiones. Nosotros somos buscadores de la verdad, buscadores de la esencia de la verdad y por lo tanto, utilizamos nuestras facultades intelectuales. Evaluamos la verdad hasta el punto en que podemos comprenderla. Si se presenta una proposición, puede que muchas mentes no la comprendan porque no han alcanzado el nivel de comprensión, y no hay nada de malo en esto. Todos deben trabajar dentro de su propia capacidad.

≈≈≈

Somos responsables de todo lo que nos ha sucedido. Este principio debe ser aceptado, no solo como un concepto mental, sino sentirlo realmente en la profundidad de nuestro interior. “Lo que me ha sucedido es debido a mí y no debido a ti...” Habiéndome responsabilizado y una vez aceptado este hecho, entonces hacemos la segunda pregunta importante: ¿Qué voy a hacer al respecto? Y cuando hago esta pregunta, en la tranquilidad de mi mente el poder de la Gracia se activa y viene la respuesta.

≈≈≈

Podemos pensar, podemos aceptar, podemos rechazar. De esto se trata el progreso. Si rechazas cierto pensamiento, yo no diré: “No rechacéis”, sino “Si rechazas, rechaza hasta que alcances el estadio de aceptar”. Es igual que dos personas moviéndose en direcciones opuestas alrededor de este globo, tarde o temprano se encontrarán cara a cara en el otro lado.

≈≈≈

Hubo tiempos en el pasado, por ejemplo hace dos mil años, en los que el Maestro espiritual tenía que tratar con los campesinos, porque el Sanedrín o el clero ilustrado no le habrían escuchado. Se veía obligado a hablar a los campesinos, y no podían entrar en discusiones filosóficas con esas gentes incultas que no podían comprender verdades de tipo filosófico. Por lo tanto, dijo: “Creed, creed en el Padre que está en los Cielos”, ¿Por qué dijo “Creed”? Porque las personas eran sencillas, poco cultivadas, incapaces de comprender lo que las sofisticadas mentes de hoy en día pueden entender, por eso enseñó Bhakti Yoga. Bhakti Yoga es desarrollar la fe hasta que esa fe se hace realidad. Y esto es verdad, podéis probarlo en vuestra vida diaria: si creéis en algo con suficiente fuerza, se hace realidad, siempre.

≈≈≈

Nunca destruyáis la fe de nadie. Si tenéis fe en un cierto ideal y vuestra fe es sincera, yo os estimularía en esa fe. Si creéis en Jesús, yo no os diría: “Eso es equivocado, debéis creer en Krishna”. Eso sería un terrible crimen perpetrado contra la humanidad. No destruyáis nunca la fe de nadie, hagáis lo que hagáis. Si una persona tiene una creencia determinada, recordad que es así porque esa persona solo es capaz de esa creen-

cia en ese momento. Cuando destruyes la fe y la creencia de alguien, le estas imponiendo tus pequeñas creencias personales; destruyendo las creencias de una persona estás poniendo la mente de esa persona en un molde particular, y ese molde es tu molde, creado según tu mente, y no según el molde Divino.

≈≈≈

## *Liberación*

En esencia el yo espiritual de cada uno está liberado. El espíritu está más allá de las ataduras y tú eres el espíritu mismo.

≈≈≈

El hombre solo comienza a vivir cuando encuentra la clave de la vida que dura para siempre. Y la vida que dura para siempre es el espíritu en el interior del hombre.

≈≈≈

La consciencia, el ser universal, impregna cada célula de nuestro cuerpo. La diferencia significativa aquí, es que aunque impregna cada célula en cada uno de nosotros, en la persona común yace durmiente, mientras que en la persona realizada está despierta.

≈≈≈

La persona desarrollada es humilde. Con la humildad le llega un sentimiento total de entrega y se vuelve muy corriente,

más corriente de lo ordinario, y esto se puede considerar extraordinario. Es todo tan simple, solo necesitamos cultivar unas cuantas virtudes para llegar a ese desarrollo, pero no deben cultivarse para que sean una fachada o una escenificación ante los demás, sino como un ejemplo vivo de lo que es la humildad, de lo que es la entrega, de lo que es el amor.

≈≈≈

La consciencia cósmica llega cuando la mente, en su nivel más fino, se reconoce a sí misma como una mente, separada sin embargo del Absoluto, y reconoce la fuente de energía. Con el reconocimiento de la fuente de toda la luz y la energía empieza la apreciación. La Apreciación trae siempre consigo amor y devoción por la luz y la fuente. El reconocimiento es consciencia cósmica. La apreciación de la luz y de la fuente es consciencia de Dios. Eres consciente con la totalidad de tu mente cuyo alcance es tan vasto como el universo. Con la totalidad de la Mente Universal que está en tu interior aprecias al Manifestador, de quien el universo es la manifestación.

≈≈≈

Solo alcanzaremos nuestro objetivo cuando la consciencia se haga consciente de sí misma.

≈≈≈

Cuando alcanzas el estado de iluminación existes en soledad, pero esa soledad, esa unidad, abarca el universo entero. En el esquema de las cosas, en la unidad que experimentas, en esa soledad, no hay distancia, porque tú te has vuelto parte del universo entero.

≈≈≈

Las personas altamente realizadas son las personas que están en comunión con la Divinidad. En el mundo actual hay solo un puñado de tales personas. Lo que tienen que hacer es ser capaces de relacionar sus seres espirituales con el mundo, tienen que volverse algo terrenales para poder enseñar.

≈≈≈

El hombre desarrollado puede distanciarse del mundo y de todos los conflictos y turbulencias que quizás tenga que atravesar.

≈≈≈

De forma consciente o inconsciente el hombre busca la libertad. Quiere ser libre de todo el sufrimiento e intenta hacer esto dentro del tiempo. ¡Qué contradicción! Es una contradicción porque la libertad real puede encontrarse cuando nos damos cuenta del sentido del no-tiempo. Tenemos que ir más allá del tiempo.

≈≈≈

Volver a la esencia de uno mismo significa desacondicionar. Cuando uno cesa de ser complejo y se vuelve simple, entra entonces en el Reino de los Cielos. También dice esto la Biblia: "Sé como un niño y entrarás en el Reino de los Cielos". Esto es lo que significa.

≈≈≈

Durante el tiempo de Buda, a pesar de todas sus grandes enseñanzas, el mundo no se iluminó. Krishna tampoco podía iluminar el mundo entero, ni podía Cristo, ni ningún otro

maestro espiritual. A pesar de ello, aquellos que son atraídos hacia un maestro espiritual, que tienen el amor y sinceridad requeridos para su progreso personal, pueden moverse hacia delante para su propia mejora. En esta vida pocos lograrán la iluminación. Aun así, los que no reciban la iluminación sentirán el beneficio del progreso realizado en el camino.

≈≈≈

Si tu cristal está limpio y toda la luz brilla a su través, no te darás cuenta de que hay un cristal. El cristal existe, pero está tan infundido y lleno de luz que se vuelve como inexistente y sin propósito. Esta es la fusión que buscamos.

≈≈≈

La autorrealización está limitada a la relatividad más fina, a la que todavía eres un ser individual, pero limitado por las fronteras de la relatividad más fina. Conociendo la totalidad del pequeño yo y de sus diversas ramificaciones, de la más densa a la más sutil, te liberas de ellas, puedes distanciarte de ellas por el estado de equilibrio en el que estás.

≈≈≈

La esclavitud es una superposición a la liberación. La superposición viene de lo que llamamos la mente.

≈≈≈

Cualquier esclavitud en la que asumas estar, es creación tuya.

≈≈≈

La aspiración más alta que puede tener una persona es alcan-



zar el área de conocimiento absoluto (que significa conocimiento del todo), la dicha absoluta (que significa estar gozoso) y la existencia (reconocer que existo y que soy toda la existencia en lo que concierne al universo).

≈≈≈

Hay dos tipos de personas que se pueden sentir totalmente auto-satisfechas: la persona autorrealizada y el vago. La persona autorrealizada no tiene ningún sitio al que ir porque lo ha alcanzado todo. Se ha vuelto tan uno con toda la existencia, que no puede ir más allá de la existencia misma, ha comprendido y cubierto la existencia entera por sí mismo y no le queda ningún otro sitio al que ir. El vago se siente auto-satisfecho porque es vago.

≈≈≈

Un hombre autorrealizado es una persona que está más allá del apego a todas las cualidades de la vida diaria. Pero el hombre auto-realizado, al tener todavía un cuerpo, debe realizar sus funciones físicas y biológicas. Tiene que comer, tiene que descansar, pero su actuación tiene una cualidad sutil en ella misma, y su mismo aliento es importante para la atmósfera del mundo.

≈≈≈

La dicha existe en sí misma. Según una persona medita regularmente, alcanza más y más profundidad, y alcanza áreas de mayor y mayor dicha, hasta que se convierte, de hecho, en la dicha misma. El ego se vuelve ahora totalmente transparente y toda la suciedad desaparece a través de este simple proceso.

≈≈≈

Un médium no es necesariamente una persona autorrealizada. Una persona autorrealizada no se dedicaría a ser médium.

≈≈≈

Un hombre autorrealizado puede escoger sentarse en los Himalayas en samadhi (éxtasis divino) y esperar, que el impulso creado por sus pasados karmas se deshaga gradualmente, como el de una peonza (al hacer girar una peonza, cuando dejamos de hacerla girar, todavía tiene un impulso que debe agotarse). Cuando se acaba el impulso, se deshace del cuerpo. También hay otra clase de persona autorrealizada que se identifica a sí mismo con cada acción en el mundo y en la sociedad. Se identifica a sí mismo con cada ser humano, con cada animal, con cada criatura, con cada planta. El latir del corazón de la planta es el latir de su corazón, el latir del corazón del ser humano es también su latir del corazón. Hace esto con el propósito de enseñar. Antes de nacer, tiene la oportunidad de fundirse con la Divinidad, pero piensa: “No, déjame que no me una en Ti para que el aire de este globo se una con el aire Universal. Que permanezca como un individuo y nazca. Hay mucho trabajo que hacer.”

≈≈≈

Si estás en el punto de realización donde te has vuelto uno con la Divinidad en tu interior, entonces ¡claro que sí! desecha todos los maestros, todos los libros, desecha todas las circunstancias externas. No son necesarios para ti.

≈≈≈

Usemos la esclavitud como una palanca para encontrar la libertad. Porque el hombre que descubre la libertad en la esclavitud

vitud y la esclavitud en la libertad, es el alma realizada.

≈≈≈

Si tiramos continuamente piedras a un estanque, las ondas serán continuas. Pero si dejamos de tirar piedras al estanque, entonces el impulso de la primera piedra se disipará y el estanque se volverá más claro. Este es el camino, esa es la senda a la libertad.

≈≈≈

Tú estás iluminado. Todas las prácticas de meditación y espirituales sirven solo para quitar las nubes que oscurecen el sol de la iluminación.

≈≈≈

¿Quién quiere la iluminación? Adoptad esta actitud: “Déjame hacer lo que tengo que hacer y la iluminación vendrá por sí misma.”

≈≈≈

Cuando tenemos este sentimiento de liberación en nuestro interior, aunque estemos involucrados en todas las cosas, encontramos la paz que sobrepasa toda comprensión. La comprensión viene de la mente, la paz viene del corazón, y el corazón es tan poderoso que sobrepasa todas las ondas de la mente y aquieta el estanque. Cuando el estanque de la mente se calma, la luz interior brilla a través de él en su plena gloria. Y de esto es de lo que trata la vida.

≈≈≈

## *Seamos prácticos*

Si en la vida no perseguimos las cosas de las que tenemos necesidad real, entonces estamos malgastando una vida muy valiosa.

≈≈≈

Cuando estás inmerso en ambiciones mundanas, en las cosas mundanas materiales de la vida, nunca abogaré para que las abandones. No, consérvalas pero permite que tu actitud mental de un giro de 180 grados, que todo esto sea posible gracias a la Divinidad.

≈≈≈

Yo no digo “cree”. Cree si debes, si tienes un temperamento devocional. Si tienes un temperamento intelectual, pregunta. Y si no tienes ni un temperamento intelectual, ni un temperamento devocional, entonces simplemente vive... en el sentido de “Haz el bien, sé bueno”.

≈≈≈

No existen personas vagas, existen solo personas que no están en el lugar adecuado.

≈≈≈

Cuando un hombre se cierra al conocimiento o a la sabiduría del mundo, se anquilosa, lo que significa que no progresa.

≈≈≈

No podemos vivir solo de creencias... ¿Qué tal si nos volvemos más prácticos?

≈≈≈

La naturaleza es perfecta. Es solo el hombre (que también es perfecto) quien ha traído la imperfección hacia sí mismo. Ha superpuesto esta imperfección sobre sí mismo, y al ser algo solo superpuesto puede eliminarse fácilmente.

≈≈≈

¡Austeridad, como un brahmacharya, es una palabra tan mal interpretada! Austeridad no quiere decir que te impongas privaciones. Si tienes una cómoda cama en casa, no es necesario dormir en el suelo. Disfruta de la vida, pero disfruta de la forma correcta. Disfrutar de la vida de la forma correcta es austeridad.

≈≈≈

Para hacer a otros lo que esperas que te hagan a ti, tienes primero que conocerte a ti mismo.

≈≈≈

No solo somos el producto de nosotros mismos, somos el producto del universo, somos hijos de la luz, producidos por esa luz, y todo lo que nos rodea, incluso lo mundano, contiene esa luz.

≈≈≈

La mayor maldición que pende sobre la cabeza de la humanidad es el “mí y mí”. Decimos “esto es mí... esto es mí... esto

es mío”, como si fuese realmente nuestro. Estamos aquí de prestado. No nos pertenecemos ni siquiera a nosotros mismos, pertenecemos al Todopoderoso.

≈≈≈

Todo está siempre en actividad, no hay nada no activo. Si pudiéramos encontrar un solo milímetro cúbico del espacio en el universo no-activo, el universo entero se colapsaría en ese momento.

≈≈≈

Hemos nacido para esparcir alegría; ésa debería ser la ambición de la vida y eso es ambición espiritual.

≈≈≈

Todos los deseos atan. Te llevan a la rueda del nacimiento y la muerte, todo el tiempo, una y otra vez. Pero cuando un deseo se refina y llega a ser un no-deseo, cuando el deseo no es para uno mismo, sino para los demás, entonces este deseo se sublima.

≈≈≈

Al hacerte una persona mejor, has hecho de la sociedad en la que vives una sociedad mejor, porque son las unidades las que componen la sociedad y no la sociedad la que compone las unidades.

≈≈≈

No hay este ni oeste, ni norte, ni sur, hay un mundo, una humanidad. La diferencia aparente está en las diversas formas

de cultura que dan lugar a que las personas tengan maneras diferentes de hacer las cosas.

≈≈≈

Ninguna filosofía tiene valor en la vida si no se hace práctica. Si la filosofía no se hace práctica no es nada más que gimnasia mental.

≈≈≈

El mundo que nos rodea está gobernado por nuestras concepciones y nuestras percepciones. El mundo que nos rodea lo crean nuestros miedos y esperanzas.

≈≈≈

Cuando estás representando un papel, tan pronto como dejas el escenario deberías olvidarlo, porque era solo un papel. Estamos representando en la vida, estamos representando, representando, representando... es solo un papel que hemos asumido.

≈≈≈

No hay nada equivocado en preguntar, no hay nada equivocado en examinar la materia más grosera ni en investigar el átomo más pequeño. Pero el asunto es el uso, el abuso y el mal uso.

El hombre tiene la posibilidad de preguntar, tienen una sofisticada mente pensante que puede ver profundamente en las cosas y puede mostrar sus causas. Puede ser muy útil al mundo si utiliza su mente y su corazón. La tendencia moderna es la destrucción, como se ha visto en tantos inventos mal usados. Pero si se expande el corazón y se infunde amor en el

conocimiento que la mente ha adquirido, todas estas preguntas y sus respuestas pueden utilizarse en beneficio de todos.

≈≈≈

Si deseas conocimiento adquirido, por favor, adquiérello si crees necesitarlo. Y utilízalo de tal manera que se enriquezca con esa profundidad que hay en ti.

≈≈≈

La verdadera sabiduría se obtiene cuando te deshaces del conocimiento adquirido.

≈≈≈

Una persona que ha desarrollado sensibilidad debido a la evolución espiritual es extraordinariamente sensible a todo lo que sucede, incluso al parpadeo de un párpado. Sucesos aparentemente negativos no le afectan adversamente, porque en todas esas acciones está la mano de la Divinidad.

≈≈≈

Las drogas no se pueden usar como pista de despegue, porque no estás seguro de la experiencia. Las drogas naturalmente tendrán un efecto degenerador. No hay atajos hacia Dios.

≈≈≈

Ningún tipo de droga te puede dar jamás una verdadera experiencia de la realidad.

≈≈≈



Nadie se ha iluminado nunca por medio de las drogas. Si con ellas las personas se pudiesen iluminar, yo iría ahora a comprar unos cuantos kilos y os los daría a todos vosotros. Estas sustancias químicas reaccionan en el cerebro y lo entumecen. Pueden agitar muchos samskaras profundamente implantados en vuestras mentes durante muchas vidas, y pueden tener un efecto muy involutivo en vosotros.

≈≈≈

Cuando una persona está en contacto habitualmente con la quietud de su interior, cada acción que realiza es la acción adecuada, porque esa fuerza verdaderamente poderosa le empuja al camino adecuado.

≈≈≈

Con la expansión de la consciencia, brilla más luz a través del nivel supraconsciente. Eso es felicidad.

≈≈≈

Devoción, adoración y amor son factores purificadores.

≈≈≈

Es tan sencillo ser feliz, pero tan difícil ser sencillo.

# LA MENTE

## *Oración*

*Señor danos Tu presencia  
para que nuestra mente se sienta en calma.*

*Mi corazón siempre palpita por vosotros.  
Cuando mi corazón palpita por los problemas de la vida,  
¿cómo puedo sonreír?*

*Soy un niño, mi Señor, soy tu niño pequeño.  
Señor quiero la experiencia de tu presencia,  
hazme de tal manera que siempre  
pueda participar de tus pensamientos.  
Provéeme con esa quietud dentro de mí,  
para no tener ningún deseo de nada, solo deseo de Ti.*

*Y cuando pienso en tu nombre encuentro una sonrisa  
en mi rostro, y no hay ninguna infelicidad  
porque Tú sonrías a través mío.*

*Allá donde miro te encuentro, en todas partes.  
Y en la felicidad te encuentro, vertiendo lágrimas mis ojos,  
en mi gozo interior por tener, por haber encontrado a mi Señor.*

≈≈≈

## *Introducción*

*La mente va y viene creando siempre estructuras a las que nos aferramos y resistimos a soltar.*

*Aquí y ahora tenemos la oportunidad, amparándonos en las palabras del Maestro, de adentrarnos en esta “mágica” aventura cuyo fin es alcanzar la “Única Verdad”, quietando la mente y dejando que sea “Lo Divino” lo que nos traspase.*

*Es condición humana, por falso instinto de supervivencia (-un estado obligado por la ley kármica y provocado por los pensamientos mezclados con algún tipo de emoción-) aferrarnos automáticamente a nuestra mente cuando nos proponen que la soltemos.*

*Estas páginas nos inducen a aproximarnos al pensamiento en su estado puro, con la única emoción del amor, para alcanzar la capa supraconsciente de la mente, fuente de la energía que disuelve todas las barreras creadas por la propia mente.*

*La mente consciente es limitada como lo son también los sentidos que la alimentan o la medida del tiempo en que clasifica sus experiencias, pero no por ello negativo, es el material con el que contamos y hemos de tener paciencia y sentido común al trabajar con él.*

*La práctica constante de la meditación es el pilar fundamental que nos permite obtener energía y equilibrio en nuestro mundo mental, tantas veces abrumado por la cadena de acontecimientos, los cuales, sin duda, no dejan de estar involucrados en nuestra evolución.*

*Deseo al lector que encuentre en esta obra la respuesta a sus*

*problemas, miedos o como quiera que interprete sus limitaciones mentales, justo aquellas que le impiden avanzar un poco más. Porque cuando un paso es dado se encuentra luz para el siguiente, y así sucesivamente.*

≈≈≈

## *La mente*

El universo no es otra cosa que mente. Mente no es otra cosa que materia que existe en diversas gradaciones, desde el grado totalmente sutil hasta el totalmente grosero.

≈≈≈

Nuestros temperamentos son tales que estamos buscando e investigando, pero curiosamente, nosotros hacemos la búsqueda y es la Divinidad la que nos encuentra. Esto sucede porque nuestra búsqueda se hace desde la mente.

≈≈≈

Cuando se produce la calma en la mente, la mente es subyugada. Cuando las ondas del estanque se calman, los reflejos del fondo del estanque aparecen claros ante nuestros ojos. Calmar la mente es como calmar esas ondas para tener una visión nítida del fondo.

≈≈≈

Alcanzar el nivel supraconsciente de la mente... ese es el mayor proyecto del ser.

≈≈≈

La mente es necesaria, pero precisa refinarse para experimentar la esencia real de la Divinidad.

≈≈≈

La mente solo puede aceptar un principio cuando está en un estado de calma. Solo cuando el cristal de la mente está claro, puede la luz de la Divinidad brillar a través de él.

≈≈≈

Dios más la mente hacen el hombre. El hombre menos la mente hacen a Dios.

≈≈≈

La mente tiene la capacidad de alcanzar el universo entero y el universo entero está contenido en nuestra mente. El secreto de todo el universo se puede encontrar incluso en un átomo. El secreto de todo el universo se puede encontrar en el universo mismo; y su mayor extensión es la de la mente.

≈≈≈

Cuanto mayor esfuerzo ejerces para controlar la mente, o controlar el pensamiento, más pensamientos vendrán. Los pensamientos son como monos en un árbol. Si quieres calmar a los monos, no es de ninguna ayuda agitar el árbol, saltarán incluso más. Si dejamos a los pensamientos en paz, se calmarán por sí mismos.

≈≈≈

La mente es una composición de aquello que es bueno y de aquello que no lo es. Pero en la mente humana se produce constantemente un proceso de separación, como el de centrifugar la leche para separar la crema. Así es como la mente se purifica.



La mente es un instrumento muy astuto. Dudamos de todo y de todos. De la única cosa que no dudamos es de nuestra mente y de eso es de lo que más tenemos que dudar. ¡Porque es tan astuta!· La mente es la que nos lleva por el camino equivocado.



El conocimiento puede construir una pared de acero a nuestro alrededor, de forma que pensemos que sabemos aunque no sepamos. Todo se queda en el reino de la mente. Lo que la mente piensa que sabe, está todo dentro del esquema de trabajo de la mente y ese conocimiento puede ser inútil.



Ser capaz de pensar profundamente es una espada de dos filos. Puede atarnos con más nudos o puede cortarlos y liberarnos.



Mucha gente dice: “Yo pienso”, pero no son pensamientos en estado puro. Los pensamientos siempre están mezclados con algún tipo de emoción. Cuando una emoción está involucrada con un pensamiento, la cualidad de la emoción es muy importante. Si nuestro corazón no tiene la cantidad adecuada de

purificación, decolorará la emoción. Cuando la emoción pierde su pureza se puede transformar en odio, avaricia y tacañería. La única emoción pura es la emoción del amor.

La consciencia no es otra cosa que una energía sutil que siempre quiere estar dirigida hacia nuestro propio bien y hacia el bien de los otros.



Según nos abrimos, extraemos más del nivel del supraconsciente, pura consciencia y esa fuerza es muy poderosa. Todas las cosas, en su nivel más sutil, son infinitamente más poderosas que cualquier cosa a un nivel más denso. Si dejas caer una bomba de 2000 toneladas puede que haga un gran agujero, quizás de un kilómetro cuadrado, pero desintegrando un átomo diminuto, destruirás todo un país. Cualquier cosa existente en su nivel más sutil es infinitamente más poderosa.



Cuando extraemos esas energías del ser interior, la fuerza es tan grande que la turbulencia de la mente subconsciente entra en equilibrio y se tranquiliza, de modo que las ondas empiezan a calmarse. Lo que la ciencia intenta hacer es tratar esa área de la mente con medios externos, mientras que nosotros la tratamos con medios internos. Cuando esta fuerza comienza a permearla, despertando los niveles más sutiles de la mente, toda la herrumbre y la suciedad se disuelven y se van.



Es la mente la que inventa los diablos y los dioses. El universo entero no es otra cosa que mente, y todos los problemas de la vida son creados por la mente. Tutelándola, aprendemos a través de las prácticas de meditación a superarla, a ir más allá

de ella y allí la verdad se encuentra.

≈≈≈

La mente, al ser finita, nunca podría conocerlo todo. Los científicos, por ejemplo, han estado investigando el átomo, y según han investigado en él, han llegado a varios niveles subatómicos, pero incluso al llegar ahí, sienten que hay materia todavía más fina; y la búsqueda continuará y continuará. La verdadera causa, la esencia de la materia, nunca se encontrará con la mente.

≈≈≈

La mente es susceptible a las sugerencias que se le presentan y esas sugerencias pueden trabajar de forma negativa o positiva. La mayor parte de las enfermedades de la gente son imaginarias, creadas por cada persona.

≈≈≈

La mente consciente está asociada invariablemente a sus sentidos: vista, tacto, olfato, gusto y oído. Por lo tanto, cuando una experiencia de naturaleza sutil viene al nivel consciente, también está conectada con alguno de los sentidos.

≈≈≈

Las personas dicen que piensan. Solo piensan que piensan. No piensan realmente. La parte más pequeña de experiencia en el presente dispara una memoria de experiencia del pasado a través de la ley de asociación.

≈≈≈



Uno de los medios que utiliza la mente para proyectarse en el futuro es la expectación. La expectativa de futuro se vive entonces el presente.

≈≈≈

Las expectativas son la causa raíz del sufrimiento. El pasado se puede revivir en el presente y esto es lo que hacen los seres humanos. Se hacen así mismos miserables llenando sus mentes con pensamientos circulares, la mayor parte de los cuales son del pasado.

≈≈≈

En el contexto del Absoluto, el pasado no existe y el futuro no existe. Solo la mente los reconoce.

≈≈≈

Cuando tengas un dolor de cabeza, agradéclo, porque si no se manifestase en el exterior, todavía estaría embotellado en el interior de la mente. La mente, peculiar como es, puede crear explosiones internas en vez de explosiones externas, y así es como la gente acaba en los manicomios.

≈≈≈

El miedo enfrentamos al futuro o a cambiar lo que nos familiar es un claro signo de inestabilidad. Es un claro signo de falta de fe y un signo seguro de no creer en la Divinidad. ¿Qué es lo que nos impide querer cambiar? ¿Qué nos impide salirnos del sufrimiento? Interiormente nos gustaría escapar del sufrimiento, pero estamos atados y encenagados por nuestros condicionamientos. Nuestra mente no es nada más que un producto del condicionamiento.

≈≈≈

Un pensamiento negativo es peor que un conejo, cría y cría y cría. Se duplica, se triplica, se cuadruplica y lo hace mil veces a lo largo del día.

≈≈≈

Hay religiones que nos enseñan que debemos creer, creer, creer. No están equivocadas. No es equivocado para el niño que está en el primer grado recibir lecciones del primer grado. Pero sabemos que llegará un momento, cuando el niño alcance el grado duodécimo, en el que hay diferentes lecciones que aprender. Las lecciones de primer grado son un comienzo necesario. Creer proviene de la mente, por eso, las escrituras y la mayor parte de las religiones empiezan diciéndonos que creamos, que creamos en algo abstracto que está más allá de nosotros y que no puede probarse con la mente. La creadora de la creencia es la mente.

≈≈≈

Alcanzar la intuición es alcanzar un nivel muy profundo en nuestro interior. En ese nivel, las vibraciones sutiles que existen en toda la humanidad se sintonizan con todas las vibraciones a su alrededor... ese sintonizar es la intuición.

≈≈≈

La verdadera intuición no es ni intelectual ni emocional, está más allá de ambas cualidades. Pero el intelecto y las emociones juegan su papel, son los instrumentos a través de los que se representa la intuición. Podemos utilizar la analogía de una flauta. La flauta con sus agujeros (para las variaciones) puede

considerarse como nuestra naturaleza emocional. El intelecto es el bello aliento de aire que fluye a través de ella.

≈≈≈

Luchar contra la mente con la mente no tendrá éxito nunca, porque la mente no es perfecta. El camino más fácil es bucear profundamente en el interior. A través de nuestras prácticas de meditación y prácticas espirituales nos nutrimos del almacén infinito de gloria y gracia; y los conflictos de la mente cesan, y llega la paz.

≈≈≈

Con el 10% de la mente que utilizamos, podemos concebir solo una parte del vasto continuo, que se extiende desde el átomo primordial al más alto desarrollo del intelecto, y aun más, al total desplegar del valor espiritual del hombre. Cuando con nuestras mentes limitadas pensamos en el hombre como una totalidad, o pensamos en el reino animal, el reino vegetal o el reino mineral, solo vislumbramos una pequeña porción de este vasto continuo.

≈≈≈

Ahora, a medida que la fuerza evolutiva primordial se eleva a través del reino animal, controla y propulsada por sí misma, no se pone ningún impedimento en su camino. Sin embargo, en el nivel humano está la mente.

≈≈≈

El mayor impedimento hacia la autorrealización es la mente del hombre. Pero dentro de esa misma mente están el poder de discriminar y el poder que se obtiene a través de las prácti-

cas de meditación y las prácticas espirituales. Estos poderes darán la vuelta a la mesa y utilizarán el mismo impedimento para darse cuenta de la Divinidad.

≈≈≈

La mente subconsciente está siempre agitada por las corrientes que han creado en ella todas las impresiones que contiene. Debe producirse un proceso de equilibrio. Aquí los tres gunas (tamas, rajas y sattvas) existen en su forma más poderosa porque la mente subconsciente es muy sutil y alcanza todo el universo. Habéis conocido el universo entero, está contenido en vuestra mente. Habéis recorrido un largo camino a través de las formas de existencia hasta alcanzar el estado de hombres.

≈≈≈

Todos los desequilibrios son causados por la fricción, y la fricción es causada por el conocimiento, pero conocimiento no en su verdadero sentido sino a medio cocer, donde sabes un poco de esto y un poco de aquello. Lo juntas todo y la mente crea un conflicto en su interior y se engaña pensando que no está bien. El conocimiento puede ser peligroso, pues si se dirige de forma inadecuada produce indigestión. No solo hay indigestión física, sino que también hay indigestión mental. Esa es la causa de todas las enfermedades.

≈≈≈

Al ser la mente limitada, no puedes concebir la realidad en su forma más verdadera. Uno tiene que ir más allá de los límites de la realidad relativa para conocer y experimentar la realidad. Ahí es donde la experiencia se experimenta a sí misma, el pasado no es, el presente no está ahí y no hay futuro.

≈≈≈

La naturaleza de la mente es no estar nunca satisfecha, porque la mente está siempre cambiando, cambiando, cambiando. Donde hay cambio hay movimiento. La satisfacción, la paz y la realización vienen en la calma, no en el movimiento.

≈≈≈

La mente se continúa con el cuerpo. No hay división.

≈≈≈

Un sueño es revivir o vivir en un nivel más sutil.

≈≈≈

Si te digo quién eres, solo lo apreciarás en el nivel de la mente. Toda apreciación en el nivel intelectual es necesariamente limitada, porque la mente finita no puede comprender el infinito. Pero cuando la realización amanece en ti y puedes responderte a ti mismo, por ti mismo y para ti mismo la pregunta: ¿Quién soy yo y por qué estoy aquí?, entonces te realizas, entonces operas en el campo del conocimiento.

≈≈≈

Nuestra mente está conectada al universo entero. Hay muchos cables que van de nuestra mente a todos aspectos y facetas de la vida. Cuando una creencia es suficientemente fuerte, activamos una fuerza que nos traerá la idea requerida, que es compatible con nuestra mente. Después de eso, con un poco de trabajo duro y un planteamiento adecuado, esa creencia se hace realidad.

≈≈≈

Dios existe porque tú existes, tú existes porque Dios existe. Nada en este universo se destruye nunca. Ni siquiera un solo pensamiento que tengas en la mente puede ser destruido, porque el pensamiento mismo es una forma de materia sutil.

≈≈≈

El ser humano es hoy en día una persona completamente consciente. Es, hoy, una persona completamente autorrealizada, porque es una persona Divina y la Divinidad tiene en su interior la realización completa y consciencia completa.

≈≈≈

Es un hecho que la paz, la comprensión y la realización solo pueden venir de tu interior. Ningún poder o fuerza externa pueden crearlos para ti. La creación de esa paz, autorrealización y comprensión surge de tu interior y la razón es ésta: Es inherente a ti, es tu derecho de nacimiento y está ahí. Cada ser humano nace con esa Divinidad en su interior.

≈≈≈

A través de las prácticas espirituales y de meditación, la mente, utilizándose a sí misma como instrumento, se permite a sí misma dirigirse de su nivel más denso al nivel más fino del mundo relativo, que es el supraconsciente. Cuando uno alcanza el nivel supraconsciente, alcanza el conocimiento de que todo es Uno. La mente consciente es limitada y se extiende solo hasta esa pequeña mota de polvo que llamamos Tierra. Pero la mente supraconsciente tiene dentro de su esquema de trabajo al Universo entero, es por eso que puede conocer la

totalidad del universo.

≈≈≈

Al limpiar, al quitar todas esas impresiones, buenas y malas, de la mente, estás refinando el yo individual y así es como alcanzas el Yo Universal.

≈≈≈

Cuando una persona tiene un pensamiento, un buen pensamiento o un mal pensamiento, debe afectar a su entorno. Cuanto más poderoso es el pensador, más vasto es el alcance de su pensamiento. Por eso, una persona iluminada que está siempre en el nivel sátvico puede tener un pensamiento aquí y afectar a alguien a 20.000 millas de distancia. Así es como funcionan las curaciones y como se responden las preguntas.

≈≈≈

La madurez mental es la primera condición para la autorrealización, esto no significa tener grandes capacidades intelectuales, no significa tener que volverse un Einstein. Esto no es necesario porque si la Divinidad está infundida en el interior de la mente, entonces ese intelecto limitado también se vuelve ilimitado. No es necesario expresarlo en términos verbales ni en análisis, que es lo que hace el intelecto todo el tiempo. Es un valor experimental para la mente que está completamente impregnada por el ser espiritual, por la Divinidad.

≈≈≈

## *Integración*

Toda la infelicidad y el conflicto de este mundo se producen porque las personas no funcionan como seres humanos totales. Lo que falta es la integración de cuerpo, mente y espíritu.

≈≈≈

Una vida equilibrada, una vida total, es una vida donde los aspectos físicos, mentales y espirituales conviven en armonía, y la persona vive como una unidad, como una totalidad.

≈≈≈

Una persona desarrollada espiritualmente es una persona más integrada, en proporción al grado de desarrollo que ha tenido lugar.

≈≈≈

El ser humano está siempre escapando de sí mismo por no enfrentarse a la realidad. Debido al desequilibrio en su interior, o a la fragmentación que existe entre su mente, cuerpo y espíritu, intenta encontrar algún alivio en el escapismo.

≈≈≈

Tomar drogas lleva a la fragmentación; la meditación lleva a la integración.

≈≈≈

Tu crecimiento espiritual depende de tu honestidad y sinceridad y en querer encontrar una cierta libertad interna sin dejar



de ser parte de la sociedad.

≈≈≈

El gran “Yo” impregna todos los pensamientos y todas las acciones del pequeño “yo”. El grado de impregnación del gran Yo depende enteramente de la apertura, desarrollo y despliegue del pequeño “yo”. Este es el objetivo, la finalidad y la lucha de todos los seres humanos.

≈≈≈

La madurez física no es indispensable para la autorrealización, pero la madurez mental (el equilibrio mental) sí es un requisito previo alcanzarla. Cuando la mente se hace más equilibrada, sin duda que afecta al cuerpo al aportarle una mayor calma. La mente entonces experimenta el cuerpo en sus valores más altos, debido a la infusión del ser espiritual, el Ser Divino del ser humano. Finalmente el cuerpo, la mente y el espíritu se hacen uno solo en total integración.

≈≈≈

Para que una radio esté sintonizada adecuadamente y capte la emisión, tiene que funcionar bien, los tubos y los diodos de la radio han de estar trabajando bien y en armonía. Esta armonía, en nuestra terminología, se llama integración. Por lo tanto, cuando nuestra “radio” está totalmente integrada, o trabajando en armonía, se puede sintonizar a sí misma para recibir al shakti, esa fuerza, ese poder que llamamos Gracia y así pasárselo a los demás.

≈≈≈

Lo que el ser humano intenta hacer es armonizar cuerpo,

mente y espíritu de modo que puedan funcionar como una totalidad. Cuando cesa el conflicto entre el cuerpo, la mente y el espíritu, la vida asume una cualidad diferente y esa cualidad produce la felicidad. El proceso y el propósito de unificarnos es encontrar felicidad y alegría. Esa es la naturaleza inherente al ser humano.

El conflicto se produce por esa cualidad esquivada, llamada mente, que contiene sus propios valores samskáricos y kármicos, de modo que lo que realmente tratamos de hacer es volver a nuestro Yo real, donde solo puede existir armonía.

≈≈≈

¿Por qué poner tanto énfasis en la percepción extracorpórea y los poderes místicos? El énfasis debe ponerse en la integración de la mente, el cuerpo y el espíritu. El énfasis ha de estar en alcanzar el Reino de los Cielos que reside en el interior, en alimentarnos de esa fuente infinita. Entonces nuestras vidas se vuelven más armoniosas, más suaves, más completas: llenas de amor, amabilidad, compasión y de todas las virtudes que van con ellas. Ese es el objeto de la vida, ese es el fin de la vida, no el adquirir los llamados poderes sobrenaturales.

≈≈≈

Funciona en dos direcciones: la mente empuja hacia abajo y el corazón empuja hacia arriba y se produce un encuentro. Cuando tiene lugar este encuentro entre la mente y el corazón, los dos funcionan como un todo; y eso es lo que llamamos expansión de la mente y expansión del corazón.

≈≈≈

En todo el sistema orgánico del ser humano, desde la célula primordial, encontraréis que hay siempre factores de equili-

brio. Hay billones de células en nuestro cuerpo, hay miles de millones de células en nuestra mente. En su nivel celular, debido a las leyes naturales, están siempre tratando de crear un equilibrio: las leyes de la naturaleza están justamente ahí para aportar y mantener este equilibrio. El poder del pensamiento del ser humano lo rompe y crea una separación, y esta misma separación es la causa de la enfermedad.

≈≈≈

No queremos una independencia total ni una dependencia total, lo que queremos es una interdependencia de lo relativo con lo Absoluto. A través de las prácticas espirituales y técnicas de meditación formamos una unión con una fuerza más elevada, con un ser más elevado.

≈≈≈

La verdad en sí misma no es nada más que armonía contigo mismo y con todo lo que te rodea.

≈≈≈

Cuando un ser humano alcanza el estado de consciencia pura, se siente totalmente integrado consigo mismo. Y cuando se siente totalmente integrado consigo mismo, siente que todo esto no es más que Uno y que no existe separación.

≈≈≈

Para la persona espiritualmente desarrollada no hay piedras que bloqueen el camino, solo hay caminos empedrados. Esas piedras que bloqueaban el camino se han transformado en piedras del empedrado. Saber que cada experiencia en la vida no es más que una piedra donde pisar para ir hacia arriba y

siempre hacia delante. Esta es una de las señales de la persona desarrollada.

≈≈≈

La persona que no necesita realmente más dinero, pero quiere doblarlo y triplicado, ha creado en su interior una falsa necesidad, producto de una aberración mental. Con otras palabras, la mente de la persona no ha encontrado el equilibrio, y está desequilibrada.

≈≈≈

La peor adversidad de la vida se puede transformar en una oportunidad, los odios más grandes se pueden transformar en amor. Así es como nos mejoramos a nosotros mismos y a nuestro entorno, así es como progresamos a través de la vida, así es como una mayor armonía desciende sobre nosotros y la vida se vuelve bella, buena y divina. Haced el bien, sed buenos, ¡es tan fácil!

≈≈≈

Nosotros no condenamos al pecador, condenamos el pecado y, al condenarlo, intentamos mostrar cuál es el camino correcto. El camino correcto llevará a crear un equilibrio, a crear eso que es la autorrealización, y la autorrealización es darnos cuenta de Dios.

≈≈≈

Amor es el resultado... alegría es el resultado... fe es el resultado... de buscar profundamente en el interior.

≈≈≈

Si consideramos que la Divinidad es eterna, entonces las manifestaciones de la Divinidad -rajas, tamas y sattvas- también son eternas, siendo manifestaciones de un manifestador eterno. Rajas, tamas y sattva son las cualidades que gobiernan el funcionamiento de todas las leyes naturales. En la progresión de la persona hacia la autorrealización, la persona no destruye rajas o tamas; los subyuga para que ganen terreno, y permite que el sattva domine su vida.

≈≈≈

## *Energía, Prana*

El Prana también podría llamarse Shakti. Shakti significa poder, y poder significa fuerza. Esta fuerza se manifestó al principio de la Creación porque manifestarse es la naturaleza de lo no manifestado.

≈≈≈

El Prana es la fuerza activadora existente detrás de todas las cosas. La relación que hay entre el Prana y los tres gunas es que los tres gunas se volverían inertes si el Prana no existiese.

≈≈≈

¿Qué respiro en cada aliento sino es Divinidad? Lo Absoluto y lo relativo son inseparables.

≈≈≈

Cuando una persona alcanza el nivel de la manifestación primordial, alcanza y se hace uno con el Shakti que es Prana, que es la fuerza viva.

≈≈≈

Si piensas que El está lejos de ti, ¿Qué eres tú entonces? No separes lo relativo de lo absoluto, hazte consciente de esa fuerza viva, el Prana.

≈≈≈

El Prana lo impregna todo, es omnipresente. La fuerza vital está siempre presente, estuvo presente y estará siempre presente, porque a través de esta fuerza vital se manifiesta la Divinidad.

≈≈≈

Cuando la materia se hace muy, muy fina, se puede observar como una forma de energía. La energía es la otra cara de la moneda de la materia. Materia y energía son la misma cosa. Por ser esto así, no las podemos destruir.

≈≈≈

Toda la energía del universo está contenida en tu interior.

≈≈≈

La energía sutil de nuestro interior es tan potente que sí, a través de la meditación, le diéramos la oportunidad de desplegarse, nos beneficiaría en todos los aspectos. Nos beneficiaría a nosotros en nuestro entorno. Si nos hacemos mejores a nosotros mismos, propagamos una cierta vibración a nues-

tro alrededor y el entorno también mejora. Si una flor se hace bella, embellece al jardín.

≈≈≈

No hay milagros. Todo son leyes naturales, pero como no las comprendéis, las llamáis milagros.

≈≈≈

El alma individual es como una bombilla que requiere energía o electricidad. El alma universal es la electricidad misma y no depende de nada más. Es luminosa por sí misma.

≈≈≈

Lo que sucede con los siddhis (poderes sobrenaturales) es que tú estás concentrando una fuerza de tu interior, en un área determinada, para fortalecer esa área. Pero cuando concentras fuerzas del pensamiento en un área particular, estás extrayendo fuerzas de otra área. Es como un globo; si aprietas por un extremo, el otro extremo se hinchará aumentando su presión, mientras quitas presión al lugar donde aprietas. Por lo tanto, lo que estás haciendo de hecho con esas prácticas, es crear un desequilibrio en tu interior.

≈≈≈

En cualquier acción, buena o mala, se usa la misma energía, es cuestión de dirección. Si una persona se embarca en un sentido destructivo, decimos que Satán le ha poseído, y si va en un sentido constructivo, decimos que es bueno o que es un hombre de Dios. Aquí, sin embargo, no hay bueno ni de Dios: hizo algo basado en sus propias tendencias y moldes. Esa energía es una energía neutra. La energía Divina es neutra, y el ser

humano puede usarla porque tiene libre albedrío.

≈≈≈

Ningún doctor puede curar tu enfermedad. El organismo que llamamos sistema humano está equipado con diversos factores que siempre tienden a equilibrarse para que pueda haber salud. Lo que hace el médico es darte una medicina para acelerar la restauración del equilibrio.

≈≈≈

La fuerza magnética es la emanación irradiada por el cuerpo, la mente y la mente subconsciente de cada persona. Es una emanación continua y una persona puede adquirir la habilidad de transmitir su fuerza magnética personal a otra persona. El peligro de esto está en que el sanador magnético, al no ser un canal, usa sus propias energías. Ahora bien, las energías propias del sanador pueden estar llenas de suciedad y de polvo; puede tener una mente y unos pensamientos impuros. Incluso aunque una persona no tenga pensamientos impuros, sus problemas físicos y mentales se unen y se transmiten como fuerza magnética.

Por lo tanto, hay que tener mucho cuidado al utilizar los servicios de sanadores espirituales o sanadores magnéticos, porque el sanador magnético que puede quitarte un dolor de cabeza, puede resultar más tarde en un dolor de muelas.

≈≈≈

Cuando hay una mayor armonía en nosotros, estamos llevando los tres gunas a un mayor estado de equilibrio por medio del Prana. Estamos regresando al estado primordial, fino y sutil que está en nuestro interior. A medida que se refina, todo el ego adquiere la expansión máxima.



## *Unidad*

Llamamos materiales a estas flores porque son tangibles. Decimos que el florero es material porque es tangible y perceptible por los cinco sentidos, lo podemos ver, tocar, oír y oler. Pero más allá de los cinco sentidos, que hacen que estos objetos sean materiales, hay una fuerza de unión que mantiene a dichas estructuras materiales juntas, formando una unidad. Si esa cualidad de “mantener juntas”, esa fuerza de unión, no existiese, todo se desintegraría. La fuerza de unión, aunque imperceptible e intangible, es el principal factor que está detrás de todas las formas de la materia. Cuando aprendemos a reconocer que detrás de todas las formas de la materia hay una fuerza de unión, de espiritualidad, sabremos que no hay diferencia entre materialismo y espiritualidad. Lo que tú llamas material, yo lo llamo espiritual.

≈≈≈

Un hombre que separa lo material de lo espiritual puede llegar a engañarse. Hablando realmente, no hay separación entre lo material y lo espiritual. Solo hay una actitud y nuestra comprensión de lo que es la materia.

≈≈≈

El propósito de la vida es encontrar la unidad. Al encontrar la unidad, la mente fragmentada consigue una unidad que solo puede producir felicidad. Cuando la mente de una persona se fragmenta, perdiendo toda focalización de propósito, la vida se queda sin propósito. ¿Qué haces cuando la vida no tiene propósito? Simplemente flotas a su través. No vives, solo existes. Todo existe, pero la existencia ha de ser avivada. Por eso ponemos vida en la existencia y, por consiguiente, avanzamos

en el camino hacia la totalidad.

≈≈≈

Debemos ir más allá de la ley de los opuestos o dualidad... placer y dolor, dulce y amargo. Cuando comenzamos a ir más allá de esas leyes de los opuestos, encontramos el objetivo y la finalidad de toda existencia, el punto donde todo se vuelve simplemente uno. Cuando existe esa unidad, ¿Quién puede odiar a quién? ¿Cómo te puedo odiar cuando tú eres yo? Este es un breve vislumbre del propósito de la vida.

≈≈≈

Así es como todo comienza y como todo termina... de lo Divino a la nada. Pero esa nada, es el todo de toda existencia que está más allá de la comprensión mental del hombre. Lo llamamos nada porque no lo entendemos, y aun así es todo. Es la mismísima fuerza de vida de cada átomo. El ser humano es afortunado al tener todo eso en su interior, al ser capaz de apreciarlo, hasta cierto punto, con la mente y experimentarlo con el corazón.

≈≈≈

En la calma no solo encontramos nuestro ser individual, sino que encontramos nuestro ser universal. Porque la extensión de cada hombre es tan vasta como la extensión del universo entero. El universo entero está dentro de cada uno. Solo cuando la individualidad se funde en la universalidad, cruzamos la barrera del tiempo y nos volvemos ilimitados e intemporales.

No hay nada en la Tierra que te puede dar la felicidad: solo te puede dar placer temporal.

≈≈≈

Cualquier cosa que es plena no puede ser dual. La plenitud en sí misma es unidad.

≈≈≈

Toda la existencia está compuesta de unidad y esa unidad se puede llamar Divinidad. Solo es una. Todas las diferencias que vemos son solo de nombre y de forma.

≈≈≈

No hay adversidad en la vida, solo hay oportunidad. Lo que considerarnos adversidad puede que sea la lección que necesitamos aprender.

≈≈≈

El acto de la observación depende de la comprensión del observador, porque lo que ves en el objeto es una creación de tu mente. ¿Lo ves como perfecto o imperfecto? Un hombre cojea por la carretera con una pierna y una muleta. ¿Es ese hombre imperfecto porque ha perdido una pierna en la guerra tratando de protegerte? No podemos considerarle imperfecto, olvidamos su cuerpo, le consideramos como un ser humano total. ¿Por qué no podemos hacer esto en cada aspecto de la vida?

≈≈≈

Si a las ambiciones humanas y mundanas les infundimos la cualidad espiritual, se convierten en espirituales. Así es como alcanzamos el Reino de Dios que está en el interior.

≈≈≈

Si una persona habla de: "mí" y "mío" y de "tú" y "tuyo" es porque encuentra una separación entre "tú" y "yo". Esto ocurre a un nivel muy relativo. Pero si nos desarrollamos espiritualmente, manejamos el asunto desde un nivel más profundo, más sutil y, en esa sutileza, el "tú" y el "yo" terminan. Se convierten en "nosotros".

≈≈≈

Tu mente, la mente individual, está interconectada con la mente universal, y la mente universal contiene la experiencia del universo entero.

≈≈≈

Si la Divinidad está en todas partes, ¿hacia dónde se puede proyectar? Porque la Divinidad, para proyectarse, debe tener un lugar, algún sitio donde hacerlo, y por eso decimos que el proyector y la proyección son uno. Lo no manifestado y lo manifestado son uno y todo está dentro del campo de la conciencia pura. Por lo tanto, todo es conciencia pura.

≈≈≈

Soy el dueño de mi destino porque puedo cambiarlo; sin embargo, el mayor logro llega cuando no hay separación entre el destino y yo. Yo soy el destino. Yo soy lo que soy.

≈≈≈

## EL BUSCADOR Y EL CAMINO

## *Oración*

*Al espíritu Divino del Gurú  
Y a la Fuente Eterna del Todo  
Yo doy gracias.*

*Al Espíritu Desligado y Omnipresente  
en toda la Creación  
y al Camino hacia la esencia Divina:  
yo doy gracias.*

*A la alegría de todo lo que Es  
a la belleza de la unidad de Todo  
a la Sabiduría Cósmica  
que se extiende más allá del Cielo  
al Uno, el Eterno, al Puro y por siempre sin cambio  
al que ve con la luz más clara  
yo doy gracias.*

*Aquí hay sabiduría  
para reemplazar la oscuridad del desconocimiento  
Yo estoy empezando a ver  
y por todo esto doy gracias.*

≈≈≈

## *Introducción*

*Todos somos buscadores, buscadores de la Felicidad. Todos somos caminantes, caminantes por el Camino Real. Como Gururaj*

*nos enseña, al igual que otros grandes maestros universales que le precedieron en la Historia, cuando uno se pregunta con sinceridad ¿quién soy yo? descubre con cuanta insistencia, y tantas veces desatino, está buscando eso que podemos llamar nuestro "Yo Real".*

*Vivimos todo el tiempo enredados en deseos. Pasamos la vida buscando la realización de deseos que siempre cambian. Pocas veces nos damos cuenta de que en cada uno de nuestros deseos, por banal que parezca, se refleja un profundo y vital anhelo de Plenitud, de Felicidad, de Ser siempre el mismo. Pero una y otra vez comprobamos como ese Único Deseo se ve enmascarado por muchos otros deseos más superficiales, y sin embargo, en el fondo, Siempre somos buscadores de la Felicidad.*

*A lo largo de la historia, la humanidad ha desarrollado diferentes disciplinas de búsqueda. El científico busca ese mínimo irreductible a partir del cual todo se forma y todo se explica. El místico busca ese poder vivificante en el Amor que le redima de su condición humana, la presencia no diferenciada de la vida, la belleza, la gracia o Dios, haciéndose uno con Él.*

*Este último es el camino que Gururaj muestra a personas que buscan experiencias directas y reales.*

*Simplemente mediante la decidida apertura hacia nuestra propia capacidad de integración. Sin requisitos previos o credos, válido para cualquier convicción o duda en la que cada uno habite. Mostrándonos como lo buscado no es diferente a nosotros mismos. Con el humor y la gracia del que sabe que en cada uno de nuestros problemas solo existe un chistoso equívoco. Pero sobre todo con Amor; esa energía curativa que todo lo penetra.*

*Quizás pueda parecernos un largo camino el que debemos reco-*

*rrer, pero en cada palmo, sea difícil o liviano, reside la Divinidad. Así que, siguiendo el consejo del Maestro, no nos ofusquemos demasiado ansiando la llegada, porque esta está hecha de la misma sustancia que nosotros y que el camino y podemos olvidarnos de disfrutar del viaje.*

≈≈≈

## *El buscador y el camino*

El hombre siempre quiere saber. Incluso si la mente no lo pregunta, hay un impulso interno que grita todo el tiempo haciendo solo una pregunta: ¿Quién soy yo?

≈≈≈

La Divinidad está ahí. La única cualificación que necesita una persona para encontrar su yo interno es la búsqueda sincera.

≈≈≈

Volver a nuestra inocencia primordial es el deber y el propósito de la vida.

≈≈≈

Siendo de naturaleza inquisitiva, una persona tiene que investigar, investigar e investigar. Quiere saber la causa de todas las cosas, quiere saber por qué crece esa flor, por qué esa pared permanece derecha y un millón de cosas de esta naturaleza. Piensa que, conociendo las causas de las cosas externas, de

alguna manera llegará a encontrar la causa de su existencia. De nuevo su pregunta es solo una pregunta: ¿Quién soy yo?

≈≈≈

Entendemos por conocimiento un cúmulo de datos con los que cargamos nuestro pequeño cerebro. Pero sabiduría es conocer, y este conocer, que surge de nuestro interior, no puede adquirirse con media docena de doctorados. Si ello fuese posible, cada catedrático de filosofía sería un hombre realizado, y no lo es. Después de haber estudiado todas las filosofías posibles, un profesor de filosofía está con frecuencia más confundido que antes y es menos capaz de responder la pregunta crucial: ¿Quién soy yo?

≈≈≈

La pregunta principal inherente a todos los seres humanos es: ¿Quién soy yo? Esta pregunta puede tener muchas capas superpuestas y nuestra búsqueda comienza al preguntar acerca de los diversos aspectos de la vida, tales como ciencia y arte. Para encontrar la respuesta a la pregunta ¿Quién soy yo?, la persona comienza a buscar fuera de sí misma.

Sin embargo, el científico moderno no es mejor que el hombre primitivo; la única diferencia es que ahora pregunta de una forma más sofisticada. El hombre primitivo, buscando fuera de él, creó los dioses del río, los dioses de la montaña, los dioses de las nubes, los dioses de la lluvia y otros que podían responder a sus preguntas. La mente del hombre primitivo se involucró en supersticiones, mientras que las mentes de los científicos modernos se involucran en sueños diversos. La diferencia entre sueño y superstición es muy fina: una superstición es una proyección, un sueño también es una proyección. La diferencia está en que el hombre primitivo supersticioso creía lo que pensaba, mientras que el sueño del científico no



es creído hasta que puede verificarlo.

≈≈≈

El propósito de la adquisición de conocimiento es encontrarse a uno mismo; todo lo demás es secundario.

≈≈≈

Ni siquiera en el camino espiritual puede haber satisfacción con uno mismo, porque las fuerzas en nuestro interior, las mismas fuerzas que constituyen el ego, los tres gunas, son siempre turbulentos, y es esta turbulencia la que lo empuja a uno hacia adelante. No hay descanso para el hombre hasta que alcanza la autorrealización.

≈≈≈

Hoy en día, la gente opera más en el nivel de la mente y menos en el nivel del corazón. Ahí es donde nuestras enseñanzas difieren de la mayor parte de los sistemas existentes en el mundo: con nuestras prácticas hay un desarrollo simultáneo de la mente y el corazón; el corazón siente la alegría y la mente la aprecia. Este es el mensaje de hoy, ancestral, pero presentado en su contexto moderno.

≈≈≈

Brahmacharya es la palabra peor interpretada que se ha dado al mundo. Muchas personas sienten que la palabra Brahmacharya significa celibato, continencia completa, no-complacencia en el sexo; pero Brahmacharya no significa tal cosa: Brahma significa divinidad y Achar significa camino, sendero. Por lo tanto, ser un Brahmacharya, practicar Brahmacharya, significa caminar en el sendero de la Divinidad.

Este es el verdadero significado de Brahmacharya.

≈≈≈

Como antes dijimos, como es arriba es abajo; lo que está debajo, está arriba. Solo es un nivel distinto de existencia, y el hombre puede vivir en un nivel más elevado de consciencia. La gente llama a esto un estado alterado de consciencia, pero no hay tal cosa. No puedes alterar La Consciencia, solo puedes vivir en un nivel más elevado de consciencia, La Consciencia permanece la misma, lo que cambia eres tú, tú mismo.

≈≈≈

El camino del Yoga no es tan simple como parece. El camino del Yoga, como dijo Vivekananda, es el camino de los héroes, de los guerreros: debe haber determinación. Krishna dijo: “Hay diversos tipos de personas que quieren llegar a mí: el que quiere ganancias terrenas, el que está desesperado, el que busca y el último, pero no el menos importante, el que tiene verdadero conocimiento espiritual y quiere permanecer para siempre en contacto con su Hacedor. Quiere estar en el hogar todo el tiempo y no andar por ahí”. El Raja Yoga es el camino hacia esa unión.

≈≈≈

Nosotros no predicamos ninguna religión, pero tratamos de movernos en la profundidad de toda religión. Yo he encontrado, como diría Ramakrishna, que aunque difieran los caminos, todos son como ríos que vienen de diferentes direcciones y al final se hacen uno en el mismo océano; por lo tanto, la base de todas las religiones es Una.

≈≈≈

Si eres cristiano, hazte mejor cristiano; si eres budista hazte mejor budista; si eres hindú, hazte mejor hindú. Porque en todas las religiones subyace el mismo principio básico, la misma pregunta básica: ¿Quién soy yo?

≈≈≈

Es posible que el valor espiritual del ser humano no pueda comprobarse en un tubo de ensayo; ¡pero puede experimentarse!

≈≈≈

Cuando nos planteamos la pregunta del esfuerzo, lo más importante no es el esfuerzo físico o mental que se necesita, sino la actitud que uno desarrolla al hacer las cosas.

≈≈≈

Si tienes un temperamento inclinado al amor, a la acción adecuada y a las prácticas espirituales, encontrarás el camino directo al yo interior, donde reside toda la paz.

≈≈≈

Algunas veces los analfabetos son más sinceros en su búsqueda. Son más honestos consigo mismos y están más inclinados hacia el corazón, porque la mente no se interpone en su camino.

≈≈≈

Dudar es bueno. Las dudas surgen de la mente, y recuerda que no tienen nada que ver con el profesor. Si superas las dudas,

estás superando las discrepancias de la mente. Por lo tanto, la duda es buena porque es un trampolín hacia preguntas ulteriores. Según preguntas y preguntas y preguntas, encontrarás que tienes que llamar a la puerta para que se abra. Para encontrar tienes que buscar.

≈≈≈

¿Qué necesidad hay de que nazcan en esta tierra grandes personajes como Jesús y Krishna para enseñar principios más elevados? ¿Qué propósito hay en ello? ¿Por qué debe suceder esto? ¿Por qué debéis sufrir vosotros? ¿Por qué no estáis totalmente integrados? ¿Estamos buscando algo que se ha perdido en nuestras vidas? ¿Por qué estamos aquí? Estamos buscando algo, estamos buscando un propósito. Ese propósito puede que no sea una búsqueda consciente, porque la mente es un animal muy gracioso, la mente te puede confundir para que digas que no hay propósito, pero si nos preguntamos profundamente en nuestro interior, sentimos que hay algo y estamos intentando encontrar qué es ese algo. Entonces la pregunta surge de nuevo: ¿Quién soy yo?

≈≈≈

Una persona que duda realmente debe ser un buscador. La duda no debe ser engendrada por la curiosidad, sino que debería proceder de una búsqueda sincera y genuina. Cuando busques sinceramente, superarás tus dudas.

≈≈≈

La marcha no puede ser siempre suave, igual que la rosa es bella pero tiene espinas. Todo en la vida es así, todas las cosas.

≈≈≈

Incluso si una persona comienza con dudas es bueno. Al menos hay un principio y esto es importante.

≈≈≈

En el camino espiritual no se puede ser vago, no se puede ser autocomplaciente. La autocomplacencia recibe el nombre de alucinación.

≈≈≈

Cuando una persona es un verdadero buscador, el ambiente necesario para su crecimiento viene a él; todas las circunstancias lo llevan a él.

≈≈≈

Cuando dices: “Vengo de Dios y vuelvo a Dios”, lo que estás midiendo con las unidades de tu propia mente, que solo puede pensar en las unidades de tiempo y espacio. Más allá del tiempo y del espacio no se va ni se viene, estás allí.

≈≈≈

Lo que ocurre en la vida práctica es que si nuestra atención está solo en lo material olvidando lo espiritual, entonces el valor material de todas las cosas siempre estará cambiando, cambiando. Cuando cualquier cosa está cambiando todo el tiempo, rápidamente nos damos cuenta de que no es permanente... y de que no hay nada.

≈≈≈

En la vida siempre hay un propósito. Cualquier persona que

niegue que lo hay, se moverá como barca sin timón.

≈≈≈

Las preguntas en los diversos aspectos y facetas la Vida no se deben parar, porque si una persona tiene tendencia intelectual, este puede ser su punto de partida. A medida que analiza cosas diversas, sabrá por sí mismo que esto no es, que hay algo más.

≈≈≈

En la vida cotidiana, el estado de nuestro desarrollo espiritual se muestra en la forma en que nos enfrentamos a nuestros problemas. Cuando podemos transformar lo que antes era infelicidad en felicidad, hay un verdadero signo de desarrollo espiritual.

≈≈≈

Se dice en las Escrituras Orientales y Tibetanas que si eres un buscador de la verdad no te hace falta ir a ningún sitio.

≈≈≈

No persigáis la iluminación. Cuanto más la persigáis y tratéis de ir hacia ella, más la alejaréis.

≈≈≈

Hay señales en el camino espiritual que nos dirán hasta dónde hemos llegado. Pero, ¿es vuestra mente consciente lo suficientemente receptiva para darse cuenta de esas señales?

≈≈≈

El propósito de la vida, o la consecución de cualquier valor superior en ella, se obtiene por medio de la concentración focalizada.

≈≈≈

Para conocerte a ti mismo, tienes la libertad de usar cualquier cosa que se te ofrezca en tus circunstancias y aprender de ella. Esto es muy importante.

≈≈≈

¡Estad alerta!

≈≈≈

Muy raramente aquellos que tienen conocimiento y están orgullosos de ello alcanzan el Reino de los Cielos.

≈≈≈

Las señales están ahí, pero no es necesario verlas o conocerlas. Tú todavía estás en el camino, un camino sin camino. Se trata solo de limpiar toda la suciedad que se ha juntado a tu alrededor; es como bañarse. Una vez que te has lavado la suciedad, estás limpio, puro y desnudo como un niño inocente... sin gimoteos ni caprichos.

≈≈≈

## *Voluntad divina y voluntad individual*

El libre albedrío es una criatura muy extraña. Al mismo tiem-

po que es el mayor regalo que la Divinidad ha dado a la humanidad para su propio progreso y su utilización, puede conllevar un gran sufrimiento. Pero este mayor sufrimiento puede ser más evolutivo para ti. Puede que aprendas más de este sufrimiento, porque detrás del libre albedrío está la Voluntad Divina que guía el destino del individuo.

≈≈≈

Se te ha dado el regalo del libre albedrío, no lo uses de mala manera. Se te ha dado la lámpara para iluminar el camino al hogar, pero no uses la lámpara para prender fuego al bosque.

≈≈≈

Solo nosotros tenemos la culpa de utilizar mal nuestra voluntad libre. En nosotros tenemos el mecanismo y el poder de unir nuestra voluntad con la Voluntad Divina y movernos con la corriente de la naturaleza, no contra ella.

≈≈≈

El mal uso del libre albedrío produce fricción, y la fricción es sufrimiento. A pesar de ello, ese mismo sufrimiento puede llevarte a la comprensión. Pero si tienes la elección, ¿por qué no elegir el camino más fácil? Porque todos y cada uno, consciente o inconscientemente, tienen que volver al hogar como hizo el hijo pródigo. Todos y cada uno de nosotros volvemos para fundirnos en esa luz de la que hemos venido.

≈≈≈

No necesitas tirar todo e irte a una cueva para vivir la Voluntad Divina. Ten cosas materiales, pero que no sea por avaricia, o por una necesidad que engendre un mayor sentimiento del



ego, un mayor auto-engrandecimiento. Haz todo lo que puedas, incluso en las ambiciones materiales, de forma que otros puedan beneficiarse.

≈≈≈

La vida puede convertirse en ofrenda, una ofrenda a la Divinidad ¿Para qué estamos aquí? Estamos para glorificar a la Divinidad, y la expresión de la Divinidad no es otra cosa que su gloria. Debemos utilizar ese privilegio con el libre albedrío que se nos ha dado.

≈≈≈

Si tienes posibilidad para reconocer tendencias, sabrás hacia dónde te lleva algo, sabrás ejercer tu albedrío. El libre albedrío es el mayor regalo que Dios pudo hacer a la humanidad. Cuando uno tiene el donde ejercer su voluntad libre, hay elección. La palabra “elección” es sinónimo de voluntad libre.

≈≈≈

El lenguaje es tan limitado que nunca podrá expresar lo que es verdadera entrega. Para entregar nuestra voluntad a la Voluntad Divina, o Divinidad, tenemos que entender lo que queremos decir al hablar de nuestra voluntad, o de la Voluntad Divina. Sin entender esto, ¿cómo nos vamos a entregar? No se trata de fe ciega sino de una fe que razona, una fe razonable, porque solo una fe racional puedes estimular esa entrega.

≈≈≈

Cuando eres capaz de sacrificio, eres capaz de entrega. Espontáneamente la gracia del amor amanece en ti.

≈≈≈

En el camino del Bhakti Yoga, uno puede rendirse conscientemente a través del proceso del pensamiento hasta que se descarta este y todo lo demás (pensamiento, sentimiento, emociones). Cuando te deshaces de todo eso, te vuelves tú mismo Voluntad Divina. Si no te vuelves Voluntad Divina, permanece la separación y este conflicto entre el libre albedrío y Voluntad Divina.

≈≈≈

Uno debe tener ambición, pero la ambición debe estar llena de humildad. No hay nada equivocado en querer tener miles de millones dólares mientras el corazón y la mente estén trabajando con la ley Divina. La idea que hay en mente es: aquello que se reúne, se ofrece siempre a los pies del Señor.

≈≈≈

La ley de la naturaleza está siempre presente para apoyarnos y ayudarnos. La naturaleza nunca está contra el hombre, porque el hombre es un producto de la naturaleza. Al tener una voluntad libre, a veces vamos contra la naturaleza y es ahí donde comienza el problema.

≈≈≈

Una vez que reconoces que la debilidad es un obstáculo para tu felicidad en la vida, la cura ha comenzado. Una vez que admites la debilidad, te aceptas a ti mismo. Cuando te aceptas a ti mismo, te deshaces de la idea de la culpa. Dices: "Hay una fuerza en mi interior que está esperando salir, y yo he tenido las puertas cerradas". Entonces, cuando intentamos abrir las puertas, nos sorprende cómo entra la luz en nuestras vidas y

lo hace brillar todo. En el fluir torrencial de esa riada de luz, tu libre voluntad no es jamás tu libre voluntad, se unifica con la Voluntad Divina.

≈≈≈

Nuestra voluntad es voluble, pero si la entregamos a la Voluntad Divina por el proceso de la meditación, cada acción en nuestra vida se encamina automáticamente a la vía correcta. Automáticamente somos felices; florecemos en una plenitud.

≈≈≈

La flor emana toda su fragancia sin diluirse en la polución, y disfruta, y disfruta.

≈≈≈

El libre albedrío no fue creado, es una emanación o proyección de la Voluntad Divina. A través del proceso que ha atravesado esa manifestación o emanación, ha reunido polvo y porquería a su alrededor con los que ha cubierto la Voluntad Divina. Trabajar según la Voluntad Divina es vivir una vida natural: pero debido al libre albedrío hemos transformado una vida natural en una vida artificial.

≈≈≈

El cuerpo, como una bella flauta, es solo una caña hueca, un trozo de madera. Necesitamos desarrollar la actitud de que la Divinidad reside en todo, y que no es nuestra voluntad, sino la SUYA la que cuenta. Entonces la música que fluye a través de la caña hueca se hace placentera, no solo para ti, sino para los que están a tu alrededor. Ese es el propósito de la vida.

≈≈≈

Entregar el libre albedrío a la Voluntad divina es como arrojar un kilo de sal al mar, donde se disuelve y no se puede recuperar. Permites que funcione el mar, no la sal.

≈≈≈

Al sacrificar el sentido de individualidad el individuo se funde con la vida Divina.

≈≈≈

Debido a su naturaleza, las pequeñas voluntades se unen para hacerse una con la gran voluntad de la Divinidad. Es algo inherente a la voluntad de todos, porque estamos sujetos a la ley de la evolución. Lo que hace la evolución es llevarte de la calma a la calma. Vienes del hogar y tienes que volver al hogar, pero la noche puede ser oscura y quizás haga falta una linterna para alumbrar tu camino ¿Veis cómo la voluntad de uno puede armonizarse con la Voluntad Divina? No por medio del simple deseo, sino apuntando hacia ese objetivo. Así es como nuestras pequeñas voluntades se unen a la voluntad divina.

≈≈≈

Cuando una pequeña corriente llega al mar, ¡qué gran felicidad siente en él! Está más allá de los confines de las orillas que comprimen la amplitud de su expansión. Esto es similar a la unión del libre albedrío con la Voluntad Divina.

≈≈≈

Yo soy el dueño de mi destino, soy el destino.

≈≈≈

El amor es la esencia de nuestro ser. No hay que crearlo, sino meramente descubrirlo.

Nuestros corazones están llenos de amor, pero hemos construido paredes a su alrededor. Si podemos quitar esas paredes...y combinar todo lo que el corazón puede expresar y todo lo que la mente puede conocer, entonces fundiremos verdaderamente nuestra voluntad con la Voluntad Divina y fluiremos con la naturaleza en vez de contra ella.

≈≈≈

## *Misterios internos*

Todas las prácticas espirituales son para despertar la consciencia de Cristo en tu interior. No es algo que se obtenga del exterior. Está ahí, en tu interior, todo el tiempo.

≈≈≈

El espíritu eterno en el interior del hombre está más allá de toda experiencia de movimiento, solo es. Es una cuestión de superposición. El sol siempre está ahí, puede que lo cubran las nubes, pero siempre está ahí. En la meditación estamos tocando esta calma eterna y la parte en calma de nosotros mismos.

≈≈≈

El anhelo debe estar primero en nuestro interior, y el poder de esa búsqueda abrirá automáticamente todas las puertas.

≈≈≈

La verdad básica enseñada por las grandes Encarnaciones del mundo es: “Busca primero el Reino de los cielos en tu interior y todo lo demás se te dará por añadidura”. Toda la paz vendrá a tu mente; el cuerpo se curará a sí mismo por el poder del Ser interno, el Dios que está en el interior, y todo lo demás se te añadirá.

≈≈≈

La búsqueda es el proceso de la plenitud.

≈≈≈

La mente supraconsciente solo puede funcionar en su nivel más completo y más profundo cuando el cuerpo, el subconsciente y la mente consciente están en reposo.

≈≈≈

Si consideramos que el hombre es divino, ¿cuáles son los velos que ocultan la consciencia de Divinidad en el nivel mental? Los velos reconocidos por la mente los reconoce un velo, porque la mente también es un velo. De este remolino no hay escapatoria, la única forma de encontrar la solución a los misterios de toda la existencia es ir más allá de la mente.

≈≈≈

Hay una diferencia entre placer y alegría. El placer es momentáneo, la alegría es duradera.

≈≈≈

A través de nuestras prácticas de meditación y espirituales diarias nos integramos más y más y el dolor decrece. El dolor no se cambia por placer, sino por alegría. Por lo tanto, poco a poco, vamos más allá de la ley de los opuestos.

≈≈≈

¿Cuántos de nosotros dirigimos la atención al centro, donde todo está en calma? Ese es el secreto de la vida: ir más allá de las polaridades. Donde hay mente hay polaridades. Cuando vamos más allá de la mente, vamos más allá de las polaridades y nos centramos en nosotros mismos. Esa es el área de alegría y felicidad; eso es lo que buscan todos los seres humanos.

≈≈≈

A través de la meditación y de las prácticas espirituales, lo que estamos haciendo es ir profundamente al nivel supraconsciente, que es el más cercano al Manifestador. Utilizamos esas energías más sutiles para modificar los modelos de pensamiento de la mente condicionada y tenemos que utilizar una fuerza más sutil capaz de remodelar o superar sus condicionamientos.

≈≈≈

La felicidad y la alegría están siempre presentes en el corazón del ser humano. Todas las cosas que hacemos (rituales, religiones, contemplación y meditación) son preparaciones para volver al hogar, al Padre que está en nuestro interior.

≈≈≈

A través de nuestras prácticas, extraemos y nos apoyamos en

eso que está en nuestro interior. Permitimos a esa luz interior brillar en los oscuros recovecos de la mente e iluminarlos. La luz está siempre encendida, brillando, siempre ahí, resplandeciendo en toda su gloria, amor y gracia.

≈≈≈

La confusión radica en asumir que soy el que hace, cuando en realidad, yo no soy el que hace. Yo soy el instrumento.

≈≈≈

No os apeguéis a la acción, solo es experiencia.

≈≈≈

Lo que sucede a la mayoría de las personas es que se zaran-dean en el mar de la vida, en el tiempo y en el espacio, sin darse cuenta de esto: “Yo produzco el zarandeo”.

≈≈≈

¿Entonces, que es lo que hago con mi barca? Construyo un timón, y ese timón procede de la comprensión adecuada y de las apropiadas prácticas espirituales y de meditación. De modo que entonces; incluso en el movimiento del tiempo y del espacio, que solía zaran-dearme sin que yo pudiese hacer nada, dejo de ser su criado, porque puedo estar en calma. Ese es el secreto de la vida.

≈≈≈

El propósito de la meditación es encontrar la fuerza, porque en las modificaciones que el alma tiene que atravesar, uno necesita soportar las consecuencias de los cambios; y eso no



es siempre muy agradable. Pero el cambio tiene que llegar antes o después, y si uno adquiere la fuerza interior a través de la meditación, los cambios que ocurren en la vida se llevan fácilmente. Cada uno tiene que llevar su propia cruz, pero eso tiene sus propias recompensas. He aquí es una gran verdad.

≈≈≈

Cuando se da una mayor integración en el interior de una persona, esta se hace menos dependiente de las fuerzas externas. Se independiza porque la fuerza, el poder y la energía que se está utilizando no vienen del exterior, sino del interior.

≈≈≈

La luz está brillando siempre. Lo que estamos aprendiendo es a descorrer la cortina para que la luz brille en nuestra vida diaria.

≈≈≈

Reemplazar un hábito malo por uno bueno no tiene nada que ver con lo que realmente eres, el ser Divino que eres.

≈≈≈

A través de la meditación uno llega al núcleo de uno mismo: el corazón (podemos darle cualquier nombre). Esta esencia es el núcleo de la personalidad humana, de la forma corpórea en que habita el espíritu. El Reino de los Cielos está en el interior rodeado por nuestra forma corpórea.

≈≈≈

Imaginas que te engaña un poder maligno cuando tienes una

mala tendencia en tu interior por la cual solo puedes ver el mal en otros. Piensas: “Me están engañando”. Pero si las tendencias en ti son buenas y puras, tu corazón dirá: “Olvida la mente”.

≈≈≈

A medida que escalamos el pináculo a través de nuestras prácticas espirituales y meditaciones, alcanzamos el punto donde encontramos que todo es uno, porque entonces nuestra mente individual se pierde en la mente universal. A pesar de ello, retiene su individualidad por su corpórea.

≈≈≈

A través de la meditación comenzamos a dar un giro de 180 grados en nuestra interpretación de la vida, las mismas cosas suceden cada día pero se hacen más agradables. Mirad las pequeñas cosas de las que nos quejamos a diario. Si brilla el sol: “¡qué calor hace hoy!”; si hace frío: “¡qué frío! “; si llueve: “¡Oh, se me va a estropear el peinado!”.

Pero cuando nos establezcamos en el silencio, disfrutaremos del frío, de la lluvia y del brillar del sol. Lo disfrutaremos todo porque nos daremos cuenta de que todo es necesario.

≈≈≈

Ver es enfocar un objeto determinado. Cuando enfocas un objeto determinado, la mente empieza analizarlo, y estás perdido; cuando miras en la totalidad -solo mirando, sin permitir que la mente interfiera en la mirada- entonces ves la verdad.

≈≈≈

Al solamente mirar, evitas la mente consciente e inconsciente,

y miras con inocencia. Cuando no ves con inocencia, lo haces con un determinado enfoque de una mente modelada.

≈≈≈

La comunicación está en el reino de la mente, la comunión está en el reino del corazón, en el Yo interno.

≈≈≈

Vive la vida de la Divinidad que es sinceridad total... no la que te conjura la mente para hacerte pensar que tú eres tú. Porque tú no eres tú, tú eres Dios encarnado en carne humana y sangre.

≈≈≈

## *Divinidad impersonal y personal*

El Dios impersonal no crea, solo se manifiesta, y su primera manifestación es el nivel más sutil de la mente universal. Este es otro nombre del Dios personal.

≈≈≈

La creación es algo que se hace con la voluntad. La manifestación es algo espontáneo y automático. Tomad el ejemplo del fuego: su naturaleza es dar calor y en este sentido, manifiesta calor. Nosotros somos la naturaleza de Dios, como el calor es la naturaleza del fuego.

≈≈≈

Cuando vamos más allá de los límites de la mente encontramos el infinito, que es inexplicable, pero que se puede conocer y experimentar.

≈≈≈

Algunos dicen que la vida es como montar en un tren. Pero yo os digo que, en vuestro viaje en tren, no vais a ningún sitio, porque no hay tren, no hay tú y no hay ningún sitio a donde ir.

≈≈≈

Todo es simplemente la gloria de Dios reflejada en la existencia relativa.

≈≈≈

El vehículo del Absoluto es la relatividad.

≈≈≈

Inicialmente comenzamos con la actitud dualista de que lo material está separado de lo espiritual. Pensamos que el mundo está aquí y que Dios está allí. Cuando la mente llega a la comprensión, nos damos cuenta de que Dios no es solo trascendente sino también inmanente y que está en todo lo que es material.

≈≈≈

Todos vuestros males vienen de que no reconocéis vuestra verdadera valía, no reconocéis quiénes sois. A causa de la mente, no queréis aceptar el hecho: "Yo soy Divino, soy una manifestación de lo Divino". El calor nunca puede ser separa-

do del fuego. La Divinidad no se puede separar de la Divinidad.

≈≈≈

Hay una fuerza viva... consciencia pura... Divinidad existente siempre... Y depende de ti la decisión de activarla.

≈≈≈

Tienes la elección: actúa de acuerdo con tu temperamento y con sinceridad, porque el conocimiento que adquieras, te tendrás que deshacer de él un día para volverte tan inocente como un niño y entrar en el Reino de Dios.

≈≈≈

No puedes creer en la Divinidad, porque toda la creencia viene de la mente, y la mente es demasiado limitada para ser capaz de comprender esa vastedad... aun así tenemos que comenzar por alguna parte.

≈≈≈

No se te puede enseñar... el conocimiento está ahí. Lo importante es redescubrir y despertar otra vez esa fuerza. La Divinidad está ahí.

≈≈≈

Tenemos que ir más allá del Dios personal y alcanzar el reino del Dios impersonal. Si una persona cree que hay un Dios sentado en algún sitio en el cielo, le damos derecho a creer en ello. Porque solo a través de la concepción correcta podemos ir más allá en el reino de lo abstracto, donde encontramos al

Dios impersonal.

≈≈≈

Muchos dicen que la persona ignorante, al no tener conocimiento, nunca puede encontrar la Divinidad. Eso no es verdad. Puedes ser completamente ignorante y estar muy cercano a Eso que reside en ti.

≈≈≈

La fe no es una cualidad impartida. Todo lo que se habla de la fe, es solo acerca de la fe. La fe tiene que desarrollarse en uno mismo, por uno mismo.

≈≈≈

Para conseguir la fe se requiere apuntar a un solo punto.

≈≈≈

¿Quién puede concebir lo que es abstracto? Es mucho más fácil concebirlo a través de lo concreto. Es a través de lo concreto como nos hacemos uno con lo abstracto.

≈≈≈

La verdadera consciencia proviene necesariamente de la verdad que está en nuestro interior y es una cualidad de la verdad el ser absolutamente incondicionada.

≈≈≈

Cuando la mente se aquieta en meditación, las expectativas se desvanecen. Nosotros buscamos, pero la Divinidad nos en-

cuentra.

≈≈≈

Cuando te das cuenta de la verdad y la experimentas, te comprendes a ti mismo. Cuando te comprendes a ti mismo, comprendes la Divinidad.

≈≈≈

¿Cuál es el motivo del apego a un ser superior? Es el querer algo. Y aun así nos olvidamos de que la energía Divina lo impregna todo y conoce las necesidades de cada criatura.

≈≈≈

No es erróneo llevar un ideal propio, en la forma que sea, dentro del corazón. Tu ideal puede ser tu esposa, tu marido, tu gurú, Cristo, Krishna, cualquiera. Sin embargo tiene que existir el reconocimiento de que: “No es la forma externa lo que llevo en mi corazón, sino el espíritu interno el que me debe impregnar y me impregna y el que yo debo reconocer, no solo mentalmente, sino también experimentar y comprender”.

≈≈≈

De la “Iswara pranidam” es de lo que tratan todas las religiones... Entrega a la Divinidad.

Hablamos y leemos “Hágase Su voluntad”, pero es de boquilla. Mientras tengamos esos “mí” y “mío” olvidaremos siempre el “Tú” y el “Tuyo”. La entrega implica el principio de: “Hágase Su voluntad”.

Ahora bien, si no puedes entregarte al Dios Impersonal entrégate al Dios personal inmanente. ¿Quién es ese Dios personal?

Lo puedes ver en todas partes: en tu niño, en tu marido, en tu esposa, en tu amigo, en tu vecino, porque la Divinidad reside en todos ellos. Es lo abstracto haciéndose concreto. Si la mente no puede concebir lo abstracto del Dios impersonal, concibámoslo como Dios personal. Por eso creemos y amamos a Jesús, Budha y otros maestros espirituales, pues eran las Encarnaciones de lo abstracto hechos concreción para enseñarnos el camino, el camino que es vida.

≈≈≈

La mente de una persona es incapaz de percibir la realidad, que es Divina. Aun así, Dios puede experimentarse y la experiencia es tan poderosa que impregna toda tu vida y tú existes como amor.

≈≈≈

¿Por qué estar velados por los sufrimientos? Todo el tema de nuestra vida está hecho de sufrimiento. El problema es que te identificas con el papel que estás representando, estás involucrado en la representación olvidándote del principio capital de la vida: "Yo soy Divino". Te identificas con lo que estás haciendo, pero tú no eres nada de eso. Identifícate con lo que eres realmente. Aquí están el secreto y la clave de la vida. ¿Por qué la identificación? Porque estás añadiendo importancia al papel que estás interpretando, no a lo que tú eres realmente.

≈≈≈



# MAYA E ILUSIÓN

## *Oración*

*Esta es tu copa, la copa que te ha sido asignada  
desde los comienzos del tiempo.  
Bien sé, hijo Mío, hasta qué punto el oscuro brebaje que  
contiene  
ha sido fabricado por ti mismo, con sus faltas  
y pasiones, en edades remotas,  
allá en los profundos años del ayer, Lo sé.  
Este es tu camino, un camino angustioso, monótono,  
fatigante.  
Yo mismo hice las piedras que te impiden todo reposo.  
Yo preparé para tu amigo sendas agradables y luminosas  
por las cuales llegaré, lo mismo que tú, a Mi pecho.  
Más tú, hijo Mío, debes caminar por tu sendero.  
Esta es tu tarea. Carece de alegrías y privilegios,  
pero no ha sido designada para otra mano que la tuya,  
y en Mi universo tiene señalado su lugar;  
ejecútala. No te pido que comprendas.  
Te pido que cierres los ojos para ver mi faz.*

≈≈≈

## *Introducción*

*Maya es un concepto filosófico acuñado por la tradición hinduista y que tiene su igual en occidente en la secular disputa*

*entre escuelas de pensamiento nominalistas e idealistas.*

*La pregunta que intentan responder es la siguiente: “El mundo que nos rodea ¿es real (nominalistas) o es una proyección de la mente humana (idealistas)? ¿Quién es el sujeto que conoce? ¿Existe? ¿Es posible el conocimiento?”.*

*Idealistas famosos han sido Platón, Berkeley, Kant, en cierta extensión Jung, así el estructuralista Michel Foucault dice: “El hombre es un pliegue en el saber”. Nominalistas famosos fueron Aristóteles, Ockam, Hobbes, Marx y en cierta extensión Freud.*

*La Filosofía occidental es una reina destronada por sus propias hijas: Las Ciencias. Hubo un tiempo, en que conocer era sinónimo de Filosofía, y así la Química (Lavoisier), las Matemáticas (Leibniz, Descartes), la Física (Newton), eran patrimonio de los filósofos. Estas ramas crecieron impresionantemente con la llegada del positivismo y convirtieron a la filosofía en una disciplina más. Ahora nuestros filósofos se preguntan sobre su papel en la sociedad: “¿existirá la propia filosofía occidental en un futuro cercano?” (T. W. Adorno).*

*La Filosofía oriental nunca se ha separado de la vida diaria del hombre corriente, nos grita a voces que lo que es importante como concepto, como análisis profundo de la realidad vital, es importante para cada uno de nosotros. Esa es su magia, esa es la magia de mi maestro, meter en la cocina de nuestras casas, lo intangible, lo que no tiene nombre, lo que es eterno en un instante.*

*Solo un hombre completamente integrado puede hablar con tal sencillez de temas profundos, de temas perennes. ¿Existe Dios? y si existe ¿por qué permite el dolor el mundo? ¿Existe la oficina? ¿Existe el dinero? y si solo existe el dinero ¿por qué miles de personas mueren en las guerras religiosas? ¿por qué alcanzan la*

*gloria durante siglos los escritores de teatro, los poetas, los músicos? Si existe el más allá ¿por qué todo lo que veo es el más acá?*

*¿Qué sirve más, filosofar o pagar la factura del alquiler cada mes? Maya se resume en la frase del Evangelio: "Dad al Cesar lo que es del Cesar y a Dios lo que es de Dios".*

*El camino de la integración exige, primero, conocer el gran Juego en el que estamos metidos, el Juego de la Vida, el Juego de Dios, Maya. En segundo lugar, descubrir en nosotros ese centro por siempre tranquilo, por siempre feliz, "Venimos del silencio y terminamos en el silencio". En tercer lugar y como consecuencia ¿Quién recorrió ese camino? ¿Existió realmente ese camino? Porque el camino, el caminante y el final del camino no son sino una sola cosa.*

*Os invito a todos a realizar en cada uno de nosotros la presencia de lo único que es en sí mismo, la presencia de la Divinidad, de la que somos parte como lo es el calor del fuego, presencia que tan fácilmente rebosa en las palabras eternas de mi amado Gururaj Ananda.*

≈≈≈

## *El aquí y el ahora*

Si se vive bien cada momento, entonces el momento siguiente se cuidará de sí mismo.

≈≈≈

Ser capaz de disfrutar el momento en su totalidad es disfrutar de la totalidad de la creación.

≈≈≈

No hay pasado, no hay futuro, solo hay un AHORA. La eternidad solo puede ser expresada o experimentada en el Ahora de la vida.

≈≈≈

Cuando vives en el momento y no en el pasado o en el futuro, vives en ese momento toda la eternidad. Cuando vives en toda la eternidad, la totalidad de la eternidad es el momento.

≈≈≈

Cada momento es bello en sí mismo. Un momento se vuelve feo solo por asociación: o por las asociaciones con el pasado o te proyectas en el futuro y sacas el momento de su contexto; o lo engrandeces o lo haces más pequeño. Así el momento se pierde y comienza el siguiente; y lo mismo ocurre una y otra vez, siempre.

≈≈≈

Estamos interesados en el AHORA, no en lo que sucedió hace millones de años en la primera explosión, ni en lo que sucederá con la disolución de todo el universo, lo que puede suceder en billones y billones de años en el futuro. Estamos interesados en el HOY y en lo que podemos hacer en el presente para hacer nuestras vidas, y las de los de alrededor, felices.

≈≈≈

¿Por qué malgastar el tiempo en filosofía? ¿Por qué malgastar el tiempo en la idea de qué pasa cuando he abierto todos mis chakras? Primero, ábrelos. Cruzamos el puente cuando llegamos al puente. ¿Cuál es el propósito de toda esta creación? Venimos del agujero negro y volvemos a entrar en el agujero negro, pero puede que ya no sea negro cuando llegemos, ¿quién sabe?

≈≈≈

Esos agujeros negros y blancos siempre existirán. La naturaleza del universo es estar en un continuo fluir. Pero nosotros, que hemos venido del agujero negro, volveremos a entrar en el agujero negro (aunque no en el mismo). Entonces, hablando de forma filosófica, ¿de dónde vienes? ¿A dónde vas? A ninguna parte. Progresas de aquí a aquí.

≈≈≈

Lo único que no es ficticio es el aquí y ahora en la vida, y toda la alegría de la vida depende del descubrimiento del aquí y el ahora.

≈≈≈

Gracias a Dios no podéis recordar vuestras vidas pasadas. Si estáis siquiera dispuestos a perdonar y olvidar lo que el tío Enrique dijo hace tres meses, ¿qué haría es si pudiese es recordar lo que sucedió hace una o dos vidas? Vuestra mente se volvería loca.

≈≈≈

Hay muchos grupos que hablan del más allá. ¿Por qué mezclar

en el ahora con lo que sucederá después? Que venga después lo que tenga que venir. Mientras estamos aquí, durante esta breve vida, que esté “aquí”, esté realmente lleno de amor, como una flor dando su fragancia sin pedir nada a cambio.

≈≈≈

¿Por qué tengo que recordar lo que me dijo ayer Pilar? Porque estoy acostumbrado a dos cosas: dolor y placer. El hábito de estar acostumbrado a los sentimientos de dolor y placer es agua en la esponja de la mente. Entonces nos quejamos de estar afligidos. El agua que está en la esponja de la mente nunca puede permanecer fresca, se estanca, y la aflicción no es otra cosa que un gran hedor.

≈≈≈

El mayor regalo de Dios a la humanidad es la posibilidad de olvidar.

≈≈≈

Detrás de los recuerdos hay cosas negativas: miedo, inadecuación, inseguridad.

≈≈≈

No hay eternidad en el tiempo, por eso decimos que la eternidad no tiene tiempo. Y este mismo segundo es un sin tiempo donde encuentras la unidad con la Divinidad; en ese segundo te das cuenta de que mi Padre y yo somos uno. Y ese darse cuenta en ese segundo es eterno: eso es eternidad, eso es realización, eso es iluminación, eso es despertar.

≈≈≈

Hay una existencia inseparable de lo que consideráis que es el Padre. Esto puede practicarse en cada momento del día, soñando, despierto y durmiendo.

≈≈≈

## *Ilusión y Maya*

¿Puede haber ilusión sin realidad? ¿Puede haber realidad sin ilusión? Aunque hay factores de ilusión involucrados, todo esto es real. La ilusión real es nuestra comprensión y aquello en lo que ponemos el mayor énfasis. ¿Estamos poniendo el mayor énfasis en el Yo real de nuestro interior o estamos poniendo el énfasis en el ego? Nuestro énfasis está en la ilusión, no en lo que existe.

≈≈≈

Mientras estamos dentro de los límites del maya estamos limitados y tenemos que aceptarlo bueno y lo malo, la felicidad y la miseria. Están ahí, son reales para nosotros porque nosotros somos relativos. Pero a través de nuestras prácticas de meditación vamos más allá de la relatividad, somos capaces de ver la relatividad en su perspectiva adecuada. Así es como cesa maya, así es como el apego, la madre de maya, deja de existir para nosotros.

≈≈≈

El concepto de maya ha hecho mucho daño al mundo. Ha hecho a la gente muy irresponsable al decir: "Ah! Todo esto es

temporal y transitorio, ¿por qué entonces darle importancia?” y con ese sentido de irresponsabilidad ha llegado la negligencia. En vez de salirse de maya, la gente se sumerge más profundamente en él y, debido a su irresponsabilidad, crean aflicción.

≈≈≈

Cuando el hombre sabio dice que la vida no más que un juego, es verdad, pero el ignorante no debe decirlo. Debe tomársela con seriedad; aunque no pueda salir vivo.

≈≈≈

La vida solo se puede considerar un juego si comprendes lo que significa “juego” y si comprendes lo que significa “vida”.

≈≈≈

Cuando uno piensa que la vida es un juego y al mismo tiempo satisface el ego, deja de ser un juego.

≈≈≈

Una de mis comparaciones favoritas es: con un trozo de arcilla puedes hacer un ratón y con la misma arcilla puedes hacer un elefante. El ratón es real, el elefante es real, ¿cuál es lo verdadero? La arcilla.

≈≈≈

Sabemos que los sentidos están siempre cambiando. Hoy ves algo de una cierta forma y mañana verás lo mismo de forma diferente; la comida cocinada hoy te sabe rica, mañana la misma comida puede que no sepa tan rica; hoy escuchas una



bella sinfonía y la disfrutas, mañana puede que no la disfrutes, quizás has tenido una pelea con tu esposa y estás enfadado. Por lo tanto, los sentidos están cambiando siempre. Lo que sucede es que lo que cambia está percibiendo lo que cambia. Lo que cambia ahora está percibiendo el objeto que está también cambiando siempre. Ahí está el maya.

≈≈≈

Todas las formas de análisis realizadas con la mente deben ser limitadas, porque la mente es limitada. Por eso enseñamos meditación: para ir allá de la mente. Lo que sucede es que la mente, al reconocerse más y más y al ir más allá de sí misma, atrae esa luz de la que es un reflejo. (Ver qué profundo es esto; requiere una gran cantidad de comprensión.)

≈≈≈

La mente atrae hacia sí, por sí misma, eso de lo que es un reflejo. Fundirse en este estado de Divinidad, significa que el reflejo simplemente cesa. El reflejo, digamos, vuelve a reflejarse en el proyector, ahí está el secreto de la apariencia y de la realidad. Eso es todo lo que sucede, la linterna que brilla en la pared recoge toda su luz.

≈≈≈

El maya está limitado a la estructura nacida de conceptos.

≈≈≈

Cuando hemos entrado en el silencio, que es nuestra verdadera naturaleza, no hemos ido a ninguna parte, hemos estado en el silencio todo el tiempo y es este mismo silencio el que experimentamos otra vez. Al alcanzar este silencio, todo el ruido y

el caos del universo se vuelven inexistentes. Cuando nos damos cuenta de eso, decimos: "Este es un sueño sin propósito". Pero no hasta entonces, porque si consideramos antes que esta existencia no tiene propósito, solo llega el caos. Puede aparecer otro Hitler, puede aparecer otra docena de Hitlers que destruirán la estructura entera, no solo de este mundo, sino de este sistema solar completo.

≈≈≈

Poner límites a lo ilimitado es el maya.

≈≈≈

El mar y las olas no pueden separarse, son lo mismo. Pero, debido a que tenemos apegos creados por el maya los diferenciamos entre sí. De pie en la orilla decimos: "Oh, mira esas olas, ¡qué grandes!" "¿Cuántos dicen?: ¡Mira este mar tan grande!"

≈≈≈

Cuando alcanzamos el Absoluto, todo se vuelve una ilusión, pero cuando no estamos allí, el maya es real. Tiene que ser real, de otra manera el maya no podría existir, porque el maya también es una existencia en forma de maya. Una ilusión existe como una ilusión, porque una ilusión también es realidad. Ilusión es realidad porque para conocer la ilusión tienes que encontrar su opuesto.

≈≈≈

La persona que pudiese considerar este universo entero como una ilusión, sería la persona autorrealizada, que se ha hecho uno con su esencia, con su yo esencial.

≈≈≈

El maya es y no es porque está siempre cambiando. ¡Descifrad eso!

≈≈≈

La existencia Es y no Es. Es en el sentido de nombre y forma, pero el hombre y la forma en que son percibidos por los cinco sentidos no son su esencia. Por lo tanto, es en sentido relativo, pero no en sentido absoluto: esta sería la disputa entre los mayaístas. Pero para comprender nombre y forma, tendrían que decir que todo lo que cesa no es real (esta teoría fue expuesta en particular por ShanKaracharya, que vivió hace 1300 años). Pero la ciencia moderna ha aprobado que hasta la materia es indestructible. Por lo tanto, la materia contenida en esta mesa y en esta silla debe ser real: porque la materia también es eterna, nunca cesa.

≈≈≈

Si destruyes la ilusión, destruyes también la realidad, porque la ilusión es lo opuesto a la realidad. Sin realidad, la no-realidad no puede existir, porque todo tiene que compararse a algo en términos relativos. Encendéis una lámpara de aceite y a su lado surge una sombra: la sombra es real; apagáis la luz y la sombra desaparece. Pero recuerda que al destruir la sombra, también has destruido la luz.

≈≈≈

La ilusión no puede aniquilarse sin aniquilar la realidad, pero si puede expandirse porque ego, ilusión o pensamiento no es más que una superposición en lo que es real. La superposición

no la crea una agente externo, el mismo manifestador crea la manifestación: ambos coexisten. Con la expansión de nuestro pequeño yo hasta el Yo universal adquirimos una idea de lo que es la vida, y entonces empezamos a vivir, hay una vida viva. Esta vivacidad es la de conocer la realidad y, a pesar de ello, tomar parte en todas las realidades mundo y disfrutar de las no-realidades. Este es el secreto: no aniquilación, sino expansión.

≈≈≈

Cuando soñamos, el sueño es completamente real. Puede ser un sueño bueno o un mal sueño: mientras soñamos, el sueño es real. Es solo al despertar cuando decimos: "¡Ah, era solo un sueño!". De la misma forma, la vida del ser humano se puede comparar a un sueño. Creamos pequeños mundos en nuestro interior y tales mundos no son otra cosa que mente. Cabría decir que toda manifestación o todo el universo es una creación de la mente.

≈≈≈

## *Miedo*

La forma de liberarse del miedo es estar totalmente absorto en lo que uno hace, porque el miedo no está nunca en el presente.

≈≈≈

No tener miedo es tener fe en uno mismo, tener fe en uno mismo significa tener fe en la divinidad, porque el ser humano es Divino.

≈≈≈

Todo miedo está basado en uno solo: la pérdida del yo. Esto es así porque el ser humano ha asumido la idea de que: “yo soy el cuerpo, yo soy la mente, yo hago esto, yo hago eso”.

≈≈≈

¿Dónde está el lugar para el miedo cuando has dominado todas las vibraciones? Cuando alcanzas la quietud del yo interior, te saturas de poder y de fuerza y el miedo no tiene lugar. El miedo es oscuridad, no cabe la luz.

≈≈≈

El miedo solo viene de los recuerdos y de la memoria, porque proyectando el pasado tenemos miedo del futuro: “¿qué me va a pasar?”. El presente se olvida completamente. Cuando estás en el presente no tienes miedo, porque solo dan miedo los recuerdos.

≈≈≈

El volverse intrépido, sin miedo, es un proceso instantáneo: es el proceso donde uno se centra en sí mismo en este mismo momento.

≈≈≈

Tenemos que aprender a vivir con el miedo. Si puedes hacerte observador de los constituyentes del miedo, observando el proceso de lo que está sucediendo en la mente para crearlo, entonces aprenderás a vivir con él; y se desvanecerá automáticamente.

≈≈≈

El Yo real nunca puede ser afectado por nada.

≈≈≈

Estar en conflicto tiene que producir ansiedad, que es la hermana de sangre del miedo, la inseguridad y la inadecuación.

≈≈≈

¿Cómo vivir con el miedo? Solo hay una respuesta a la pregunta: alcanzar la quietud interna de la mente. La fuerza del nivel supraconsciente de la mente ahoga todo el trabajo más grosero y más pequeño de la mente.

≈≈≈

El miedo es algo superpuesto a ti.

≈≈≈

Tú estás viviendo y funcionando perfectamente. Es tu mente quien te dice que eres imperfecto.

≈≈≈

El Yo superior en nuestro interior es no dependiente

≈≈≈

Enfrentarse a uno mismo no es siempre agradable porque los niveles más bajos de la mente tampoco lo son. Esto es debido a que están siempre en conflicto.

≈≈≈

El miedo no debe controlarse ni aniquilarse, porque esos intentos solo acaban en inhibiciones y represiones. Cuánto más tratas de controlar algo con la mente consciente, más fuerte sea hace.

≈≈≈

Mientras haya un conflicto en la mente no estarás totalmente sano, porque no habrás alcanzado la totalidad.

≈≈≈

Cuando oigáis historias de seres poseídos por vibraciones, o por los pensamientos de otras personas, recordad que no es que esos pensamientos o vibraciones os afecten, sino que vosotros os estáis abriendo totalmente y os hacéis receptivos a recibir tales vibraciones.

≈≈≈

La cosa más grande que puede conseguirse en esta vida no es siempre tener cuidado al dar un paso, sino al dar un salto. Las cosas más grandes creadas en este mundo (de los puentes más fantásticos al rascacielos más alto) existen porque una persona estaba dispuesta a dar el salto.

≈≈≈

La muerte no causa ningún daño, lo que causa el daño es el miedo a la muerte. La muerte no produce dolor; el miedo es doloroso.

≈≈≈

Uno de nuestros miedos básicos, que está detrás de todos los miedos, es la pérdida de la individualidad. Pero de lo que te tienes que dar cuenta es de que, al perder esa individualidad y asumir la universalidad, te haces dueño del universo. Tú y el hacedor os hacéis Uno.

≈≈≈

¡Cuánta alegría se pierde en la vida porque no queremos cambiar;

≈≈≈

Debemos decir:” Yo no estoy solo. Cogidos de la mano caminan la relatividad y el Absoluto. No estoy solo, ¿qué o quién me puede hacer daño?”. Cuando nos damos cuenta de esto y lo afirmamos ante nosotros mismos, cuando lo sentimos dentro de cada hueso y de cada gota de sangre en nuestros cuerpos, todo se vuelve una oportunidad. No hace falta crearla, está ahí. Oportunidad es belleza y hemos recibido el regalo de la mayor oportunidad de la vida: ser capaces de vivir.

≈≈≈

## *Existencia y muerte*

Vivir es estar despierto y alerta a todas las fuerzas de la naturaleza a nuestro alrededor. Alerta profunda es esa vasta consciencia donde está comprendido todo el universo.



≈≈≈

Cuando una chispa salta del fuego, piensa: "¡Oh, mira qué larga existencia la mía!". Pero en un abrir y cerrar de ojos se convierte en ceniza y cae otra vez al fuego.

≈≈≈

Blake dijo: "Experimentad la eternidad en una hora", pero estaba algo equivocado. ¡Experimentad la eternidad en un momento, aquí y ahora! Esta es la experiencia y el objetivo de la vida que los humanos tienen que esforzarse en alcanzar; al final, todos llegarán allí.

≈≈≈

Algo no puede venir de la nada. No hay ni un solo kilo de energía que se pueda quitar o añadir a este universo, está ahí eternamente. Ese es el significado de la existencia.

≈≈≈

Todo, desde lo más grosero a lo más sutil, tiene que emanar una fuerza, como el fuego calor o la flor aroma. Todas esas emanaciones juntas forman la emanación de la mente universal. Todas las mentes están conectadas entre sí.

≈≈≈

Incluso en una piedra hay vida; no está muerta. No hay muerte. Todo vibra con vida.

≈≈≈

Estarás muerto mientras no sepas lo que es la vida.

≈≈≈

Si te familiarizadas, a través de tus prácticas espirituales y de meditación, con las capas más sutiles de la mente, cuando te vayas estarás familiarizado con aquellas regiones porque las habrás experimentado aquí y ahora en lo físico. Cuando te vayas dirás: "¿realmente me he ido? es todo tan familiar " y eso quita la picadura, llamada dolor, de la muerte.

≈≈≈

En la muerte se desecha el cuerpo físico, pero el cuerpo sutil o mental continúa recibiendo el poder o la energía del cuerpo espiritual.

Después de dejar el cuerpo físico, lo que queda es la combinación del cuerpo sutil (mental) y el cuerpo espiritual. Aquí en la tierra funcionamos en tres aspectos: mente, cuerpo y espíritu. En el otro plano funcionamos en dos aspectos: mente y espíritu, sin el cuerpo.

Para refinarse, el cuerpo mental tiene que atravesar un proceso. En esta escuela de la vida atravesamos un proceso hacia un mayor refinamiento. De la misma manera, también el cuerpo mental atraviesa un proceso de refinamiento en la otra dimensión.

≈≈≈

El proceso de refinamiento en ese estado no es evolutivo. Funciona en un plano horizontal, no vertical. Ahí, la función principal del cuerpo sutil es evaluar qué se ha hecho mientras se tenía el cuerpo físico. Evalúa, valorar y se prepara para nacer otra vez en esta tierra o en otro planeta, de modo que pueda encontrar mayor refinamiento hasta que el cuerpo mental se vuelva transparente y claro.

≈≈≈

Cuando el Ser espiritual, la verdadera identidad del hombre y su verdadera eternidad, puede brillar en gloria más completa, entonces el cristal (el cuerpo mental) también se hace innecesario, pues se funde en esa bella luz Divina que se irradia en toda su pureza.

≈≈≈

Cuando dejas este cuerpo y ves toda tu vida frente a ti, tu viaje comienza. ¡Es muy divertido! Es muy bello. En el estado sutil, el cuerpo mental, al estar más cerca del cuerpo espiritual, experimentar una mayor alegría porque está más cercano al ser que todo lo impregna. Por lo tanto, la muerte es algo de lo que nunca hay que tener miedo.

≈≈≈

Después de la muerte y de haber vislumbrado la vida que uno ha vivido, uno comienza la evaluación. La evaluación siempre será un 100% exacta porque uno está cercano al ser espiritual. El trabajo del cuerpo sutil es liberarse de toda suciedad. Por lo tanto, el propósito de la evaluación es encontrar cómo limpiar esta suciedad preguntando: ¿cuál es la mejor manera de hacerlo? ¿Cuál es el mejor planeta posible para la lección en particular que tengo que aprender? ¿Debería volver a este planeta o ir a otro? ¿Qué tipo de forma de debo tomar? ¿Qué vehículos serán los mejores y más compatibles para nacer por medio de ellos? Todas esas evaluaciones son hechas por ti. No hay un Padre sentado en una silla alta con media docena de secretarios y libros.

≈≈≈

En el estado sutil de muerte permaneces estático. Funcionas dentro de ti mismo y de la evaluación, pero no hay evaluación ni progreso. Para que una entidad progrese, necesitas sus tres aspectos: físico, mental y espiritual. Por eso nuestros cuerpos son necesarios. Por eso la teología puede decir: “Tu cuerpo es el templo de Dios”.

≈≈≈

Cuando deja el cuerpo, la mente o cuerpo mental se unifica con la mente universal y, a pesar de ello, retiene su individualidad. Resulta tan grato. Tu cuerpo mental se unifica tanto que con la mente universal que sientes alegría y te das cuenta de que no hay nada en el otro lado, sino tú. Al estar sintonizado con la mente universal tienes una visión panorámica de la totalidad. ¡Por eso es agradable morir!

≈≈≈

Entre vidas puedes experimentar también el fruto de una acción. Experimentas la totalidad de un modelo particular creado por un cierto grupo de tus acciones. Ahora bien, la mente humana no es más que modelo sobre modelo sobre modelo. Viviendo esta vida, y habiendo adquirido muchas experiencias, uno puede completar muchos ciclos de modelos diferentes. Cuando un cierto modelo (que por supuesto ha tenido sus estímulos en tantas vidas anteriores) ha sido totalmente experimentado en esta vida, tú puedes, en el estado sutil, experimentar el resultado de la totalidad de los varios ingredientes que entraron en ese modelo. Y cuando experimentarse esto, el modelo se completa.

≈≈≈

¿Qué le ocurre a una persona cuando muere? Se deshace del cuerpo físico. El sistema humano tiene tres partes: el cuerpo físico, el cuerpo sutil (que es el mental) y el cuerpo espiritual, que les da poder a todos. Cuando el cuerpo físico es abandonado como un vestido viejo, el sutil continúa.

El cuerpo sutil es el depositario de todas las experiencias que habéis adquirido hasta el momento de la partida. Hasta el momento de dejar el cuerpo físico, el sutil ha adquirido y retenido todas las experiencias, no solo de esta vida, sino el de todas las vidas que la persona pueda haber vivido desde el átomo primordial. El cuerpo sutil continúa, por tanto, con dichas experiencias, que permanecen en forma de impresiones, llamadas samskaras.

≈≈≈

Las cosas que yo enseño son útiles, no solo para esta vida, sino que os ayudarán cuando muráis, porque las experiencias que podéis tener después de la muerte pueden condicionarse ahora. El cielo y el infierno se pueden crear en el otro reino según tus concepciones y tus ideas. Seguir creyendo que os vais a quemar en los fuegos del Infierno, y os quemaréis, seguir creyendo que el otro lado va ser alegría y el mismo condicionamiento mental que estáis atravesando lo hará alegre.

≈≈≈

No se puede evolucionar hacia lo que no tiene ni principio, ni fin. No se puede llegar a lo que está en ninguna parte, siendo en todas partes. No se puede ir al sitio que es aquí y ahora. Por eso no hablamos de desarrollo espiritual, de evolución espiritual, hablamos de apertura espiritual. El secreto está en abrir el corazón a la experiencia del ser. Es una apertura a lo que Es, sin principio ni fin, eternamente en sí mismo.

≈≈≈

La apertura del individuo a su actualidad, en una entrega por amor a la experiencia del Ser, a la Consciencia Personal manifestada. La apertura a nuestra actualidad, haciendo de nuestros pies y el terreno que pisamos la base de nuestra realidad personal, es la apertura espiritual.

≈≈≈

En un camino de apertura y entrega, estas respuestas a tu corazón te servirán de faro y de guía, confortándote en los momentos que las necesites.

≈≈≈

Déjate penetrar, abre tu corazón y déjale escuchar las respuestas que anhela en las líneas de este libro, que no está escrito en letra impresa muerta, sino como palabras de fuego grabadas en tu corazón.

≈≈≈

# EL MAESTRO Y EL DISCÍPULO

## *Oración*

*Oh Dios. Tú ERES el que da la vida  
El que quita el dolor y la tristeza  
El que otorga la felicidad  
Oh Creador del universo  
Que podamos vivir Tu Suprema Luz  
Que destruye la oscuridad  
Que puedas guiar nuestro intelecto  
En la dirección correcta  
Oh Señor. Creador del universo  
Elimina de nosotros  
Todas las formas del vicio y la tristeza  
Y danos las cualidades que nos benefician  
Oh luminoso Dios  
Llévanos al noble camino  
De la devoción y de la gracia  
Señor, tú conoces todas nuestras acciones  
Quítanos todos nuestros vicios y pecados  
Te ofrecemos, en todas las formas posibles,  
Nuestro homenaje y te saludamos  
¡Oh Supremo Espíritu!  
Guíanos de la mentira a la verdad  
Guíanos de la oscuridad a la luz  
De la muerte a la inmortalidad  
Oh Señor, que todos puedan verse libres  
de sus miserias  
Y que puedan darse cuenta  
de su bondad natural  
Que nadie sufra dolor  
Y que la paz sea conmigo.*

## *Introducción*

*El Maestro, reunido con sus discípulos dijo:*

*Primero rezaré al Señor de la prosperidad.*

*En segundo lugar rezaremos al Shara mata que me dará a buen hablar.*

*En tercer lugar daré mi devoción a mi gurú y que pueda venir hasta mí la pureza.*

*En cuarto lugar siempre respetaré a mi Madre y a mi Padre, que me han dado algo de sabiduría y amor porque sin amor no habrías nacido, estoy hablando de amor no de lujuria.*

*El propio Guru te está diciendo esto que me ha hecho humano*

*¡Oh! Supremo Espíritu guíanos de la falsedad a la verdad, de la oscuridad a la luz, de la muerte a la inmortalidad.*

*¡Oh! Señor que todos puedan ser felices. Que todos puedan quedar libres de sus miserias. Que puedan todos hacer el bien y que ninguno de ellos sufra dolor.*

*Cuando abres tu corazón entonces las otras personas abren el suyo.*

*Cuando abres tu corazón, entonces el corazón de todo el mundo se abrirá a los otros y entonces ocurre el certero encuentro, no hay lugar para el odio.*

*Conozco tu corazón. Cualesquiera que sean los pensamientos que hay en vuestra mente, huyo de ellos, voy a los sentimientos el corazón.*

*Esto es lo que mis profesores tienen que aprender:*

*PERMITID QUE FLUYA VUESTRO CORAZON.*

*OM SHANTI, SHANTI, SHANTI*



*Paz, paz, paz para todos.*

*Esta oración se dijo para iniciar a mis hijos, para que puedan traer un gran beneficio al mundo y para que a través de ayudar al mundo os estéis ayudando a vosotros mismos. Porque cuando los otros son elevados es como si te elevases tú mismo.*

*El mundo puede no conoceros, pero vuestro corazón que está fluyendo hacia todo el mundo, conocerá el amor que fluye en vuestro corazón.*

*¿Qué más queréis en la vida? ¿Queréis dejar que vuestro amor fluya, o queréis bloquear vuestro corazón? Porque bloqueando vuestro corazón no sois más que un animal pero abriéndolo os hacéis humanos y divinos.*

*Cuando escribo estas palabras no las escuchéis con los oídos, escucharme con el corazón, porque eso es más importante. Cuando mi corazón se encuentra con tu corazón; entonces observar qué lengua se habla cuando un corazón encuentra otro corazón.*

*Esto es un mensaje para todos vosotros, especialmente para mis healers y profesores. A toda persona que encontréis permitir que el corazón fluya en el amor, para que la persona que inicies o cures, sienta el poder de tu corazón.*

*Porque la mente no tiene ningún poder. Solamente tiene la habilidad del pensamiento. ¿Cuánto podéis pensar cuando usáis una porción tan pequeña de vuestra mente? Pero el corazón puede fluir en totalidad porque la Divinidad fluye a través del corazón.*

≈≈≈

## *Encarnaciones y avatares*

El agua no puede correr hacia la cima de la montaña, tiene que fluir cuesta abajo. Hay ciertas leyes de la naturaleza que constituyen este universo, y el universo funciona de acuerdo con esas leyes de la naturaleza. Pero cuando se produce un desequilibrio, de modo que, con medios no naturales, intentas bombear agua hacia arriba de la colina en vez de dejarla fluir cuesta abajo, entonces se manifiesta el Avatar en forma humana. Porque: ¿quién puede tocar las mentes y los corazones del hombre sino otro hombre, el Hijo del Hombre? Eso es el Avatar.

≈≈≈

Cuando la Encarnación llega para enderezar el equilibrio en varios puntos el Universo, no está liberando el mundo de samskaras. Al estar hecha de luz (o naturaleza sátvica) infunde por su mera presencia y enseñanzas, los valores más sutiles, más puros y sátvicos del amor en la oscuridad existente.

≈≈≈

Una persona dice: “Mi religión afirma que uno solo puede salvarse a través de Jesucristo”. Yo digo: eso es verdad. No hay salvación en la tierra excepto a través de Cristo. ¿Pero qué queremos decir con Cristo? Yo no hablo del hombre llamado Jesús, hablé de lo que es llamado Cristo, conciencia de Cristo. Decir que solo puedes alcanzar la divinidad a través de Cristo es muy cierto. Es una cuestión de terminología, porque la conciencia de buda, la conciencia de Cristo y la conciencia de Krisna significan lo mismo. Se usan diferentes palabras en diferentes culturas, pero básicamente nos estamos refiriendo

a la conciencia pura que ha tomado cuerpo para enseñar al mundo.

≈≈≈

Conciencia de Cristo significa la conciencia la que tiene que tiene que aspirar el hombre, este es el verdadero significado de las palabras: "Nadie va al Padre sino a través de mí". Significa: "Alcanzad el estado de conciencia que yo he alcanzado y os haréis uno con el Padre".

≈≈≈

Todos los valores kármicos y dhármicos de este mundo formulan una cierta demanda. El magnetismo radiado por este planeta hace bajar automáticamente a alguien que está inclinado a ayudar. Esta es la intención de un Avatar.

≈≈≈

No hay diferencia entre la consciencia de Krishna y la consciencia de Cristo. Es la misma consciencia y cada uno puede decir: "Yo tengo esa consciencia", pero no todo el mundo puede decir: "Yo expreso esa consciencia". Por eso se dice que Cristo vive eternamente, que Krishna vive eternamente, que Buda vive eternamente, porque la Conciencia Divina es eterna. De vez en cuando esa misma Conciencia toma un cuerpo para ayudar al mundo.

≈≈≈

Cuando hablamos del viajero Eterno, aparentemente implica que tal ser no tiene paz porque está viajando. Pero en este vagamundos hay paz y por eso es tan difícil para la mente ordinaria comprender la Encarnación.

≈≈≈

Cuando la totalidad de la emanación (conocida como encarnación) tiene que ir a otro planeta donde existen seres con una forma diferente, debe tomar un cuerpo con esa forma, porque solo la forma corpórea puede dar impulso a otro que también tiene cuerpo.

≈≈≈

El Avatar está en estado de equilibrio y permanecerá para siempre en estado de equilibrio. El es el Maestro que controla los tres gunas porque se ha elevado por encima de los mismos.

≈≈≈

Buda, Cristo o Krishna retienen un sentido muy fino o ligero de individualidad y a pesar de ello conocen simultáneamente la universalidad de todo. Esos grandes Maestros tienen la elección de fundirse en el vacío o nacer, una y otra vez, en diferentes formas y tamaños, en diferentes climas y tiempos. Vienen a enseñar, a traer el mensaje a casa.

≈≈≈

El vacío, lo impersonal, es demasiado neutro. Por eso hay Dioses personales a los que se les puede dar amor y devoción. Cuando das amor y devoción a un Dios personal, no le estás haciendo un favor, no lo necesita, lo estás haciendo para desarrollar amor y devoción en tu interior.

≈≈≈

Las grandes Encarnaciones no pueden juzgarse. Cuando Jesús

iba a posadas y tomaba un vaso de vino, no significaba que no era esa conciencia de Cristo.

≈≈≈

Lo importante acerca del hombre llamado Jesús fue su espíritu, llamado Cristo. A nosotros nos interesa, no el hombre llamado Jesús, sino la conciencia de su interior, la Conciencia de Cristo. Fue Jesús el hombre que gritó: "¿Padre, porqué me has abandonado?". Pero Cristo nunca dijo eso, porque Cristo era uno con el Padre todo el tiempo.

≈≈≈

Algo que me duele mucho es que se represente siempre a nuestro bienamado Jesús con lágrimas corriendo por sus mejillas. Una cosa que os puedo decir es que era uno de los hombres más alegres de la tierra. Él dijo: "Sed alegres" y no podía predicar nada que no practicase. Recordad eso, seamos alegres y riamos.

≈≈≈

¿Quién se lo pasa mejor en este universo? La Encarnación. Para ella todo es un juego.

≈≈≈

Un maestro como Cristo sirve muchos propósitos. Trae al mundo esa conciencia pura que aporta el equilibrio, inspira las personas hacia esa conciencia pura y, por medio del shakti que emana de él, afecta y toca la conciencia pura del interior de las personas a su alrededor. Él enciende y comienza la chispa, tú tienes que avivarla de modo que pueda crecer y hacerse un violento fuego de amor.

La Encarnación no es nada más que EL QUE TRAE LA LUZ. Él es luz, nacido de la luz, nacido del estado supraconsciente. Puede elegir fundirse en el Absoluto. Ya pesar de eso, elige sentarse en la valla y ayudar a la humanidad.

≈≈≈

Jesús solo tuvo unos quinientos seguidores sinceros. El resto vino después, cuando los grandes hombres de la iglesia comenzaron a organizar.

≈≈≈

Jesús el hombre y Jesús el Cristo eran entidades distintas, y aun así el Cristo tomó cuerpo en el cuerpo de Jesús.

≈≈≈

La Encarnación es la forma de tomar cuerpo de todos los samskaras del universo, pero en su nivel más puro, más sutil, más sátvico. La Encarnación emite gran poder y fuerza en forma de amor y de cualquiera de las otras grandes virtudes que puedas imaginar.

≈≈≈

## *El maestro y el discípulo*

Si encuentras un gurú que en algún momento te dice: "Yo te mostraré a Dios", deshazte de él. Un gurú te puede guiar en el camino, pero tú tienes que andar. Nadie puede hacerlo por ti.

≈≈≈

Cuando hay un anhelo verdadero, un fuerte deseo de encontrar el propósito de la vida, la misma fuerza de ese deseo te atraerá hacia lo que te mostrará el camino.

≈≈≈

Todo el conocimiento del universo está contenido en ti. Esa sabiduría y conocimiento están siempre ahí, eternos, sin principio ni fin.

≈≈≈

Cuando un alumno está preparado, el maestro está ahí. El maestro externo viene de muchas formas y figuras y todo su propósito es despertar el gurú interno. Como gurú, yo soy solo un canal, un medio. Llegará un día en que no necesites al gurú externo porque se habrá despertado el gurú interno.

≈≈≈

La cosa más grande que puede hacer un gurú es activar la fuerza espiritual que ya está en ti. Al activar esa fuerza en un nivel sutil, sientes algo y cuando sientes ese algo, comienzas a tener fe. No fe en el hombre, sino en sus enseñanzas y en lo que aquel representa. La fe puede mover montañas.

≈≈≈

Habrán muchos que duden. Que duden, porque sus dudas también les guiarán.

≈≈≈

Si vas a hacer montañismo, el montañero experimentado va delante de ti. Cuando llegas a un lugar difícil, extiende su mano y te sube. Ahora bien, tu no idólatras al montañero, pero tienes que confiar algo en él: "Sobre este precipicio está cogiéndome de la mano y subiéndome, no va a soltarme ni a dejarme caer en el precipicio."

De modo que hace falta ese poquito de confianza, hasta que esta se asiente en tu mente y en tu corazón. El escepticismo se desvanece de igual forma que la oscuridad cuando se enciende la luz.

≈≈≈

Las escrituras antiguas siempre aconsejan que las prácticas espirituales no se tomen de los libros o de personas no cualificadas. Deben ser dadas por un Gurú y aceptadas por chela. Solo un Gurú puede juzgar cuánta sensibilidad hay y como está aumentando, cuando echar más gasolina al coche y cuando pisar el freno. Ese es el trabajo del Gurú, y lo hace siempre y con facilidad.

≈≈≈

La presencia del Gurú es tan importante, no solo porque trae con él sabiduría, sino porque también trae una fuerza, de forma muy tangible, que nos ayuda a lo largo del camino a una mayor y mayor alegría.

≈≈≈

Cuando subes las escaleras tienes la barandilla para agarrarte. Puede que seas lo suficientemente fuerte como para subir las escaleras sin la barandilla, pero la barandilla está ahí como una protección a la que agarrarte si tu pie resbala.



≈≈≈

Todos los verdaderos maestros viven primeros sus enseñanzas y luego enseñan. De otra forma sus enseñanzas no irían acompañadas por la convicción.

≈≈≈

Todo en la vida es un gurú: todo en la vida enseña algo.

≈≈≈

Cada palabra que yo digo viene de una profunda experiencia. Yo no hablo de algo que no haya experimentado por mí mismo. Si hablase de algo que no he experimentado yo mismo, eso invalidaría el propósito de presentar la esencia de la verdad.

≈≈≈

El deber del maestro es dar lo que tiene, y depende enteramente del aprendiz de la sabiduría tomar lo que pueda. El maestro viene y va dando sus enseñanzas, y cuanto más iluminado está, más profunda es la sabiduría. El viento sopla aire fresco, nosotros decidimos si abrimos las ventanas.

≈≈≈

Yo cumplo con mi deber y mi misión en la vida es dar lo que he obtenido. Si he obtenido alegría, doy alegría; si he obtenido sabiduría a través del poder de la Divinidad, es mi dharma impartir esa sabiduría; si estoy lleno de amor, es mi deber dar ese amor. Pues la vida misma no es nada más que compartir.

≈≈≈

Yo les digo a mis maestros, aquí y en todas partes: "la semillas que estáis plantando no son para que las disfrutéis vosotros. Disfrutar de la fruta no es vuestro dharma, esa no es vuestra ambición, ese no es vuestro propósito en la vida. Servid a la humanidad, plantad la semilla del amor, abrid los corazones de la gente de modo que sus ambiciones también puedan volverse hacia arriba".

≈≈≈

¡Yo me ocupo de cada pelo de la cabeza de todos los meditadores! Es responsabilidad mía cuidar de que se abra y desarrollen la alegría inherente a ellos, apreciando la Divinidad que hay en su interior.

≈≈≈

A cada palabra que os digo, yo añadiría: "No aceptéis lo que no es apropiado para vosotros. Acepta tú únicamente lo que es ahora apropiado para vosotros. Solo aceptamos las cosas según nuestra comprensión."

Dentro de años, cuando os crucéis otra vez con las mismas palabras, encontrareis en ellas significados diferentes. Cuando tenía veinte años y leí el Gita, comprendí algo. Cuando tenía veinticinco lo leí otra vez, encontré un significado más profundo en las mismas palabras. Cuando tuve treinta, el significado se hizo aún mayor. A pesar de ello, el libro no había cambiado, era yo el que había sufrido el cambio. Conforme se ensanche vuestra comprensión, aumentará vuestra comprensión de la Biblia, del Gita y de todas las escrituras.

≈≈≈

El no ser crítico no implica ningún adoración. No necesitáis

adorar gurús. ¡No! ¡Es erróneo! ¿Por qué vais a adorar a un gurú? Pero podéis estar dedicados a un gurú, si lo queréis, y esa devoción se experimenta cada día; es una cosa muy natural.

Estáis dedicados a vuestros niños, estáis dedicados a vuestra madre, en estáis dedicados a vuestro padre y podéis estar dedicados a un amigo. Después de todo, ¿Quién es un gurú? Es un amigo que dice: "Mira, yo he estado en este camino. ¿Quieres viajar por él? Ven dame la mano, yo te mostraré. Conozco las dificultades ocultas porque ya he cruzado esta carretera." Eso es todo. Es tan sencillo. Y cuando tienes un poquito de devoción al coger la mano, la confianza y la fe aumentan.

≈≈≈

Encontraréis que la enseñanza de un verdadero maestro espiritual siempre será universal. Cada principio que presentamos puede ser verificado por cada religión. No estudiamos dogmas ni la estrecha filosofía de una persona en particular, sino que en todas nuestras charlas, en todas nuestras enseñanzas, tomamos la esencia de la verdad que está contenida en el interior de cada religión y de cada enseñanza.

≈≈≈

La cualificación necesaria para presentar las verdades filosóficas más altas en su forma más sencilla es que el profesor debe saber lo que está diciendo.

≈≈≈

Un verdadero maestro, de la clase de Buda, Cristo o Krishna, siente el dolor de vuestro agarre. Por eso dicen las escrituras: "Él murió por vuestros pecados, él sufrió por vuestros pecados".

≈≈≈

La devoción y el amor se sienten en el interior. El verdadero maestro los siente y los ve inmediatamente, y no hace falta decir ni una sola palabra.

≈≈≈

El Gurú es un canal y tiene la habilidad de verter a través de sí mismo todas las energías que una persona requiere. Pero el que las recibe también tiene que tener unas ciertas cualidades.

No podemos pedir un Profesor que admita a un niño en la universidad si todavía no ha pasado el sexto grado. El estudiante, o el chela, también necesita ciertas cualidades. En nuestro campo, el campo espiritual, esas cualidades son sinceridad y honestidad.

≈≈≈

Un ser humano necesita el toque humano, el impulso humano, para obtener el máximo beneficio. Cuando te sientas enfermo llamas al médico. Aun así, no hay médico que te pueda curar: tu cuerpo tiene en su interior todos los elementos para curarse a sí mismo. El médico puede diagnosticar el origen de la enfermedad y la medicina que te prescribirá será el factor que equilibrará las fuerzas en tu interior. Te ayudarán el proceso de curar te ti mismo.

Eso es todo lo que hace un Gurú.

≈≈≈

Si el Gurú te da una práctica que necesitas, específicamente echa a tu medida, practícala con sinceridad y de verdad. Y si

las practicas con sinceridad y no te hacen bien, ¡cambia tu gurú!

≈≈≈

El maestro te enseña el camino, pero tú tienes que caminar con tus propios pies. No hay otra forma. Nadie te puede hacer evolucionar, tienes que evolucionar por ti mismo.

≈≈≈

Un principio importante que siempre olvidamos: primero merece, luego exige.

≈≈≈

Los charlatanes llegan y prometen todo tipo de cosas. Nosotros no prometemos nada. Las acciones hablan más fuertemente que las palabras y a una persona en el camino espiritual hay que enseñarle a actuar.

≈≈≈

No importa si una persona critica lo que dice el maestro. Cada uno tiene su nivel de comprensión. Pero una cosa es verdad: una vez que te has embarcado en la búsqueda de la verdad, la búsqueda no cesa. Una vez que has comenzado el camino espiritual, has comenzado... y eso es lo que importa.

≈≈≈

Mucha gente tiene el malentendido de que el chela, o alumno, acepta al profesor. Es al revés. Es el Gurú quien te acepta o quien te dice que hay otro camino para ti, y te lo dirá siempre con amor.

≈≈≈

El desarrollo del chela comprende estos tres aspectos: La mente adquiere una mayor consciencia, el corazón se abre en una mayor expansión, y todo esto está respaldado por el impulso que el gurú transfiere siempre para acelerar el espíritu.

≈≈≈

Para servir al Gurú, sé merecedor de las enseñanzas de ese Gurú. Ese es el mejor camino. Nada más. Soy digno de las enseñanzas del Gurú, no por teorización continúa (aunque ayuda a comprender cosas), sino a través de los aspectos prácticos de la vida.

≈≈≈

El ser humano, debido a los problemas consigo mismo y a la falta de integración de cuerpo, mente y espíritu, atraviesa sufrimientos. Entonces llegan los grandes maestros. Es su deber, su dharma, mostrar cómo restaurar el equilibrio entre la mente, el cuerpo y el espíritu. Cuando una persona entiende eso, entiende verdaderamente el significado de "Yo soy el camino, Yo soy la verdad, Yo soy la vida".

¿Cómo puede uno negar semejante maestro? ¿Se puede negar semejante maestro cuando él te muestra el camino? Su propia vida es modelada en el camino para que le sigan otros.

≈≈≈

Dadle a una persona sabiduría espiritual sin ninguna segunda intención o apego y esa sabiduría se perpetuará, crecerá. La semilla ha sido plantada y continuará por vidas y vidas.

≈≈≈

Nosotros no hablamos para demostrar nuestra erudición, conocimientos o sabiduría. Hablamos para transmitir un mensaje, y el mensaje solo es totalmente transmitido si puede penetrar en la mente y el corazón. Incluso si la mente no aprecia todas las consecuencias del mensaje, el corazón justamente siente: "Yo sé, -esto es verdad-, yo lo siento".

≈≈≈

Los maestros a veces desarrollan orgullo espiritual. Esto no es bueno en absoluto, es involutivo. Lo peor que puede darse es el orgullo. Una persona puede alcanzar un nivel de evolución espiritual muy alto, pero si asume cualquier tipo de orgullo, entonces no es un maestro espiritual, porque con su orgullo nunca será capaz de impartir nada a un chela.

≈≈≈

Podemos continuar describiendo las diversas características del hombre espiritualmente desarrollado, pero la principal es que ama y ama y a ama, enteramente. Con ese amor hay sacrificio, hay entrega, hay devoción. Un verdadero Gurú está más dedicado a su chela, que al chela su Gurú, siempre. Esa es la marca del hombre espiritualmente desarrollado.

≈≈≈

El hombre de la unidad, el hombre de la dicha de la consciencia, el hombre de Dios, está contigo en tu sufrimiento. Sufre contigo aunque sabe que esto es parte del paquete de leyes kármicas que tú mismo has creado. De modo que tú recoges lo que siembras. Pero incluso en la recolección hay alegría: eso es lo que enseña.

≈≈≈

El místico se preocupa de su ser espiritual, porque a través de la experiencia ha concluido: "Yo puedo sacar profundamente de mi interior para regenerar todas mis actitudes mentales y traer alegría a mi corazón y a mi mente para que mi vida funcione bella y alegremente. Ahora bien, si todo lo he hecho por mí mismo, ¿por qué no voy a impartir las bases a otros, de modo que también puedan compartir la alegría y la dicha que yo experimento?"

≈≈≈

El mensaje de la verdad será eternamente el mismo. Pero según cambian los tiempos, se tiene que propagar de forma distinta para que las personas puedan entenderlo, aceptarlo y practicarlo. Cuando practican, se benefician; cuando se benefician, se están desarrollando, toda la alegría del universo es suya, y ese es, como siempre ha sido, el camino.

≈≈≈

Los tiempos cambian, las enseñanzas no. Las verdades eternas permanecen eternas, pero se deben presentar y enseñar de una forma apropiada los tiempos.

≈≈≈

Es verdad que vienen muchos diablos en nombre del Señor. ¡Tantos! El diablo te engaña, pero culpa no es suya, es tuya. ¿Por qué te dejas engañar por diablo?"

≈≈≈



Qué comunicación tan bella puede producirse en estos satsangs con el fluir de corazón a corazón, pues las energías que emanan de todos nosotros se hacen una, se funden, y el Gurú siente que es el chela, y el chela siente que es el Gurú. ¡Hay solo un corazón!.

≈≈≈

El corazón es el núcleo de la personalidad humana y es universal. Esta es la causa de tanto beneficio al reunirnos en los cursos de meditación, donde se irradian y se concentran esas energías, donde tantas mentes individuales e intelectos se sintonizan con un propósito: conocer lo que significa realmente el mandato: "Hombre, concóctete a ti mismo".

≈≈≈

El maestro dirige a la persona desde su sentido de dualidad y separación al sentido de la unidad, de que todo el universo es uno. Cuando el ser humano comienza a reconocer esa fuerza Divina interior, comienza a reconocer la Divinidad en otros. Solo entonces puede practicar lo de "ama a tu prójimo como a ti mismo". Lo demás solo es gimnasia mental.

≈≈≈

El hombre espiritualmente desarrollado tiene que ser humilde, debe conocer el verdadero valor de la humildad. Puede identificarse con el ser altamente evolucionado y al mismo tiempo con el simple gusano que se arrastra por el suelo. Esta identificación se produce porque ha reconocido la divinidad existente en todas las cosas: ha conocido al Dios inmanente en todas las cosas a su alrededor.

≈≈≈

Un verdadero maestro se vuelve más normal de lo ordinario.  
Por eso Jesús se volvió extraordinario

≈≈≈

No se sigue una enseñanza. El ideal es vivir la enseñanza y volverse la enseñanza.

≈≈≈

¿Por qué hubo un Buda? ¿Porque usó un Krishna, un Rama, un Cristo? Ellos eran maestros... vinieron a despertar eso que está ya en el interior.

≈≈≈

Hay una comparación que explica la diferencia entre creencia, fe y conocimiento. Si te sientas en una habitación con aire acondicionado y alguien te dice que hay un fuego ardiendo al otro lado de la puerta y que la habitación contigua está caliente, puedes creerlo. CREES eso. Pero al acercarte a la habitación contigua y sentir cómo viene el calor, empiezas a tener FE, el fuego es caliente. ¡Cuando entras en la habitación y realmente experimentas el fuego, entonces CONOCES lo que es el fuego!

≈≈≈

Por tanto, todo empieza por la creencia, la creencia lleva a la fe, y la fe al conocimiento. Ahora bien, hay un prelude a todo esto: ese llamado escepticismo. Yo me he dado cuenta de que los más escépticos se convierten en los más ardientes seguidores. No seguidores míos (¡Yo no quiero seguidores!) sino seguidores de la verdad.

≈≈≈

La verdad que se habla, la esencia que se estudia, permanecerá para siempre en las generaciones que vengan. Ese es todo al principio. No adoréis. No es una cuestión de adoración sino de amistad.

≈≈≈

Muchas enseñanzas profundas se han perdido. Hoy en día la religión se ha agitado, y no solo se han agitado las enseñanzas, sino también las tradiciones. La religión tiene ahora un 70% de tradición y un 30% de religión. Cuando seguimos las cosas de forma tradicional, cuando añadimos el 70% de tradición, hay que eliminar entonces un 70% de religión para que la tradición pueda acomodarse.

≈≈≈

Perder el sentido de la individualidad no significa que estés perdiendo la identidad de ti mismo. Esto es la fusión, lo que expresó Cristo al decir: "El Padre y yo somos uno". La individualidad se funde en la universalidad de la existencia entera. Para cumplir este propósito necesitamos, como seres humanos, maestros y guías.

≈≈≈

¿Ves cómo progresa todo, cómo se suma todo para dar algo muy bello? Al final dirás: "no he estado nunca solo. Una fuerza universal ha estado conmigo siempre". Estuvo y siempre, pero no nos dimos cuenta.

≈≈≈

El deber, el dharma del Gurú, es despertar el Gurú interno en tu interior; y cuando se despierte, sabrás que el Gurú externo y el Gurú interno son el mismo.

≈≈≈

## *Evolución*

El alma individualizada según progresa, tiene un objetivo. Ese no es consciente pero debido a su propulsión, su propósito es fundirse con su origen, el ser universal.

≈≈≈

El hombre es el único animal que tiene el poder de acelerar su evolución. Todos los otros reinos, mineral, vegetal y animal tienen que fluir con la propulsión de la naturaleza y dentro de las limitaciones creadas al comienzo de la creación de este ciclo.

≈≈≈

Desde la propulsión primordial hasta el estadio de hombre, todo procede dentro de su esquema de energía, con su propio poder inherente de propulsión. Nada lo acelera y nada lo retarda. Este sentido inherente de profusión crea lo que llamamos instinto. Es instinto porque no es aprendido, es algo en el interior de uno mismo que está siendo guiado en la dirección de una evolución ulterior, por la inteligencia que todo lo penetra.

≈≈≈

Nunca se desperdicia una vida. Siempre aprendemos algo.

≈≈≈

El cuerpo es un vehículo para la mente y la mente es la que crea los problemas que forman una barrera entre la consciencia pura, o la Divinidad, y el cuerpo. El proceso es clarificar la mente; la mente debe conseguirlo. La consecuencia de la pureza es lo que llamamos evolución.

≈≈≈

Nadie puede hacer evolucionar a nadie, uno tiene que evolucionar por sí mismo.

≈≈≈

Venimos a la tierra como a una escuela, hemos venido a aprender. ¿Por qué debemos aprender?, porque queremos evolucionar. ¿Por qué queremos evolucionar?, porque queremos escapar del sufrimiento, queremos alcanzar el estado de paz primordial del que hemos venido. Pero para alcanzar ese estado tenemos que ir a la escuela. Esta es la escuela.

≈≈≈

En cada vuelta hay una oportunidad de aprender y evolucionar. Al ser la evolución inherente a nosotros, no podemos pararla, es una fuerza que nos lleva hacia adelante. Incluso todas esas pruebas y tribulaciones de la vida no son otra cosa que oportunidades. Utilizando la adversidad desde este punto de vista, el escozor de la llamada adversidad desaparece, porque lo que nos hace sufrir es nuestra propia mente, nada más.

≈≈≈

El hombre no quiere adaptarse a la verdad, sino que quiere moldearla a sus necesidades. Eso nunca puede ser evolutivo.

≈≈≈

El átomo primordial, conteniendo en su interior al alma individual, vino a su individualidad a través de una vasta explosión al comienzo del presente ciclo del universo. Antes de que ocurriese la explosión, las cosas estaban en equilibrio y en ese estado de equilibrio había finas corrientes traídas de un ciclo previo del universo. Son estas corrientes las que se avivaron llegando a un estado en el que la explosión se hizo inevitable. Cuando ocurrió la explosión, todas las partículas atómicas y subatómicas volaron. Ahí es donde el alma adquirió su individualidad. De modo que del ser universal, que componía todo el universo, saltaron pequeñas partículas de individualidad.

≈≈≈

Debido a la creación, también hay disolución... no destrucción, sino de solución. Antes de la creación de este universo había silencio. Todo el propósito de la expansión es alcanzar otra vez el silencio, y esto es lo que queremos decir con evolución.

≈≈≈

Cuando el universo se disuelve, se llama en sánscrito Pralaya, periodo de tranquilidad. Para este periodo de tranquilidad podemos usar la analogía de un mar suave, tranquilo. Este mar, el universo, no está enteramente tranquilo, pero ha alcanzado la forma más sutil del universo sátvico. Si observas el mar cuando está muy tranquilo, sin olas u ondas, aún hay una corriente funcionando en él, no está inmóvil. Por lo tanto, cuando este universo alcanza el Pralaya, o tranquilidad, toda-

vía hay finas corrientes que llevan esa tranquilidad de vuelta la actividad, y así es como comienza el siguiente ciclo.

≈≈≈

La semilla existe en el árbol y el árbol entero existe en la semilla. Lo que sucede en medio, entre la semilla y el árbol, se llama evolución. Todo puede existir en el estado evolucionado y también puede existir en el estado involución.

≈≈≈

El verdadero significado del problema de si fue primero el huevo o la gallina, es que la vida es eterna, que continúa perpetuándose a sí misma a través de la disolución y la recreación. El universo entero, que es una manifestación del manifestador, es eterno. Pero debido a que el universo solo puede operar en ciclos, su cambio se ve solo en los ciclos y no en su totalidad. La totalidad de la creación, aunque cambiante, permanece eterna.

≈≈≈

Dentro de este universo el planeta Tierra no es único. Hay muchas tierras similares a esta tierra, con la misma clase de gente. Por lo tanto, no debemos considerarnos como los únicos poseedores del conocimiento. Más allá de este estado de evolución hay todavía estados ulteriores de evolución. Esto continuará hasta que nuestro ciclo presente termine; pero el fin de este ciclo será el comienzo de otro. Por eso decimos que el universo es infinito y eterno: dentro del esquema del infinito hay más ciclos.

≈≈≈

Conforme procede a evolucionar, el átomo se multiplica. Se producen combinaciones ulteriores y estas a su vez forman diversas clases de materia. La esencia del átomo primordial es la misma, pero su expresión es diferente.

≈≈≈

En este proceso evolutivo no recorreremos una distancia. Las pequeñas partículas atómicas que componen nuestro sistema están desplazándose en un estado de flujo. El ser cambiante que siempre tiene que continuar cambiando, viaja dentro del sistema de la mente en el tiempo y en el espacio. Lo que no cambia no va a ningún sitio, está por siempre presente. La meditación nos enseña a conocer este aspecto que no cambia, que está siempre presente. Este pequeño átomo da vueltas en su estado evolutivo, en silencio. El objetivo último es volver a experimentar el silencio, llamadlo con el nombre que queráis: Divinidad, Dios, Cabeza de Dios. Al alcanzar el último objetivo del silencio, te darás cuenta de que todo este universo no es más que un sueño.

≈≈≈

Cuando un ser humano toma su primera encarnación, llevando con él el recuerdo de todas las existencias materiales previas, se forman ciertas tendencias. Ni siquiera los animales tienen las mismas experiencias. Un gato puede ser un gato callejero (que tiene que mendigar para vivir), mientras que otro puede ser adorado y recibir la mejor silla de la casa. También los animales atraviesan diferentes clases de experiencias. Las impresiones de esas experiencias están contenidas en la mente del ser humano cuando toma su primera encarnación.

≈≈≈



La primera encarnación está compuesta en su mayor parte de conciencia del yo físico. Es consciente de sus necesidades de comida, agua, y de realizar otras funciones biológicas. Estas necesidades, a su vez, crean necesidades ulteriores, y así es como se produce una mayor y mayor atadura.

≈≈≈

Hoy va a cazar un ciervo y consigue uno pequeño, pero querrá tener uno mayor al día siguiente. Ya que todas estas impresiones comienzan a formarse, no penséis que vuestra primera encarnación está libre de karma.

≈≈≈

Incluso el hombre más primitivo tuvo alguna capacidad de pensamiento. En la primera encarnación, la especie humana ya tenía la tendencia a desarrollarse ulteriormente, y la fuerza evolutiva lo empujaba a una conciencia más expandida. Esta fuerza siempre lo estará empujando hasta que se haga consciente de la conciencia total. Pasarán muchas vidas hasta que obtenga la conciencia pura y total.

≈≈≈

Una vez que se ha alcanzado la humanidad, no es posible reencarnarse por debajo de ella. Es una idea falaz que se encuentra en algunas filosofías orientales.

Dicen que si vives una vida mala entonces te reencarnas en un perro o en un gato, un ratón o una cucaracha. Esto no es verdad; la evolución es siempre progresiva.

≈≈≈

Un ser humano no puede nunca renacer en un reino inferior. Una vez que uno ha alcanzado el estado humano, siempre será humano, pero en el abanico de la humanidad puede fluctuar arriba y abajo. Este movimiento está determinado por nuestras acciones y nuestros pensamientos. Estos influyen, guían y nos condicionan a experimentar niveles más y más altos de humanidad.

≈≈≈

Solo podemos evolucionar por nosotros mismos. Nadie puede hacerlo por nosotros. Otros guías pueden ayudar, pueden encender la chispa y soplarla hasta que la se hace tan fuerte que no necesita más aire, hasta que encuentra su propio ímpetu para arder.

≈≈≈

Bueno es cuando una acción es espontánea y tiene vida según la naturaleza. Puede parecer que muchos actos no sean constructivos superficialmente, pero pueden ser las acciones necesarias para hacerte progresar en el camino de la evolución y crear mayor armonía. .

≈≈≈

¿Para qué quieres saber acerca de tu vida pasada? ¿Cómo te va a ayudar en esta vida? Alguien puede decir: “¡Oh! Conociendo los errores de la vida pasada evitaré cometerlos otra vez”. Ese no es el camino. Cuando se trata del ser espiritual, no analizas la oscuridad, enciendes la luz. Los errores desaparecen, la oscuridad desaparece, la luz está ahí.

≈≈≈

Si el hombre alcanza los límites de su existencia más altos en esta Tierra; y aun así se autorrealiza, vivirá en otro planeta poblado de seres superiores a nosotros. Pero al tener la facultad de discernimiento podemos trascender todas esas existencias y alcanzar el origen. Tenemos esa posibilidad en nuestro interior. Si queremos progresar en la fuerza de la evolución que nos lleva hacia adelante, podemos alcanzar otras existencias en un nivel mucho más fino, un nivel donde nos podemos sentar tú y yo en silencio y mis pensamientos te serán transmitidos sin pronunciar una palabra.

≈≈≈

Cuando una persona alcanza el nivel más alto de evolución en este planeta, tiene que reencarnarse en otro. En dicho planeta comenzaría como un hombre primitivo en comparación con los otros, más evolucionados. Así el procedimiento continúa hasta que uno alcanza el nivel más fino de la mente. Al alcanzar el nivel más fino de la mente, toda la mente queda subyugada. ¿Qué permanece? Permanece el espíritu porque el espíritu es eterno.

≈≈≈

Todo el mundo tiene tres elementos: animal, humano y divino. Por medio del pensamiento y la acción adecuada, progresamos hacia niveles más altos de humanidad hasta alcanzar a Dios. Por eso tenemos algunos dioses vivos en la tierra, hombres-dioses. Este nivel de vida es posible para todo el mundo.

≈≈≈

La base del hombre es el ser espiritual, y ese espíritu, o Divinidad, es para siempre puro y perfecto. Ese espíritu Divino no requiere evolución ni necesita reencarnarse.

≈≈≈

Nunca habrá una Era de la Iluminación en este planeta Tierra, nunca habrá un tiempo en el que cada ser humano que viva en este planeta será un ser iluminado. En todo este proceso evolutivo nosotros somos solamente una pequeña sección de un vasto continuo. En esta “pequeña sección que contiene seis mil millones de personas”, encontraremos algunos trascendiendo los límites de la sección y algunos que están entrando en ella, en su primera encarnación humana. De modo que, evolutivamente no todo el mundo puede hallarse en un estado iluminado. Según se ilumina una cierta sección, o alcanza un estado más alto de evolución, hay otros reinos debajo del nuestro que están entrando, alimentando continuamente el proceso evolutivo.

≈≈≈

Cuando hablamos de la Era de la Iluminación podríamos creer que todo el mundo está iluminado. Esto nunca puede suceder. Los maestros más grandes que vinieron a la Tierra como Encarnación de la Divinidad misma no pudieron conseguirlo, aunque ayudaron a generar una mayor felicidad en el mundo.

≈≈≈

La madre es la controladora del destino de mañana, no solo de su niño, sino del mundo. La mujer es la controladora del destino de la humanidad. Conforme mejora una persona, da mejores hijos, que producen un mundo mejor.

≈≈≈

Eso que no os parece nada, es todo. Porque en esa nada está el

poder que ha creado la semilla y esta semilla tiene el poder de convertirse en un gran árbol. Esa nada se impulsa a sí misma para convertirse en un todo, porque ese todo estaba ahí, en la nada, siempre.

≈≈≈

## *Gracia*

Nada sucede sin la Gracia... Nada, nada, nada. Teniendo la mente, utilicémosla para invocar esa Gracia y no para rechazarla jugando en el torbellino de la mente.

≈≈≈

Todos sabemos que la Gracia es una cualidad abstracta. Gracia es sinónimo de Dios. No hay diferencia entre Dios y la Gracia.

≈≈≈

Para describir la Gracia podemos usar varios tipos de comparaciones. Solo podemos hablar acerca de ella, nunca podemos explicarla.

≈≈≈

¿Cuál es el factor coordinante que da vida a una planta y la mantiene con la debida proporción en todos los elementos? Es la Gracia.

≈≈≈

Todo el secreto es la paz que va más allá de toda comprensión. La mente trata de entender, pero la paz se siente, la paz se

experimenta. Ese es el propósito del alma al volverse relativa, en su relatividad trata de averiguar a dónde va. Esta es una búsqueda válida. Porque la mente también, al ser parte del alma, solo puede conocerse a sí misma de forma muy limitada; necesita esa fuerza, la fuerza interior, necesita la ayuda de la Gracia.

≈≈≈

Con esfuerzo y disciplina uno se puede abrir a sí mismo al poder de la Gracia. Y entonces la vida se vuelve cada vez mejor.

≈≈≈

La Gracia Divina está más cercana a nosotros de lo que pensamos: es la misma fuerza de la vida en interior. A través de nuestras prácticas de meditación, sentimos la presencia de esa fuerza en la calma. Debemos ser sinceros y verdaderamente aplicados en nuestro viaje, no simplemente unos curiosos incoherentes, ni querer encontrar soluciones inmediatas de la noche a la mañana.

≈≈≈

Cuando se abren la mente y el corazón, no pueden permanecer vacíos. Se llenan con la Gracia.

≈≈≈

Gurushakti, o Gracia, es una fuerza universal que existe en todas partes y penetra todo lo que existe. ¿Cómo activamos esa fuerza universal? Hay ondas de sonido flotando en cada habitación emitidas por miles de emisoras. La única razón por la que no podemos oír la emisión es que no tenemos una ra-

dio. Cuando tenemos el aparato, la radio, podemos sintonizarlo con Francia, Alemania, o cualquier otro sitio que queramos. El propósito del verdadero Gurú es ser solo la radio, el instrumento. La estación transmisora es otra cosa. El Gurú actúa como una radio y sintoniza con la fuerza transmisora, de modo que puedas disfrutar de la música. El Gurú es simplemente un instrumento.

≈≈≈

El Gurú es la radio, la fuerza que está siendo transmitida, es la fuerza que ayuda a traer el efecto integrador al meditador individual, es Gurushakti.

≈≈≈

Cuando enfocamos nuestra atención en cualquiera de los personajes de las grandes religiones maestros –gurús, maestros reales o espirituales- estamos abriendo nuestros corazones, y al abrir el corazón penetra la fuerza universal. Se utiliza una imagen del gran maestro solamente como punto de enfoque. Este proceso puede reunir esa fuerza y el Gurushakti en una unión donde hay un fluir directo. De esta forma, la imagen actúa como palanca.

≈≈≈

Algunas veces un problema difícil de resolver, comparable a un gran bloque, se puede mover el bloque más grande, si dispones de una vara lo suficientemente larga. Contemplar el objeto de tu devoción, o un ideal escogido, actúa como palanca o como si encendieras la radio. Esto empieza normalmente con una concepción mental, que reside en el interior de uno mismo, y llega al núcleo interno de nuestro ser, haciendo que nos sintamos mejor inmediatamente.

Unido a esta concepción llega el reconocimiento de que “yo no estoy solo”. Nos damos cuenta de que este cuerpo y esta mente no son lo suficientemente fuertes para tratar el problema. Pero: “No estoy solo, hay alguien conmigo, y con esta doble fuerza puedo hacerlo”. Es la vieja historia del manojo de palos. Un palo solo se puede romper, pero si se ata con otros y se forma un manojo, es más difícil romperlo.

Así es como evitamos rompernos, dándonos cuenta de que: “No estoy solo; hay una fuerza mayor, una fuerza universal dirigida hacia mí a través del canal de mi Gurú, o del ideal elegido, a quien amo tanto”.

≈≈≈

Para encontrar el amor subjetivo que está girando en tu interior necesitas un objeto de amor. Necesitas objetivar, y a través de este proceso, despiertas la subjetividad en ti. Al llevar la atención al objeto, estás automáticamente despertando al sujeto. Cuando el sujeto y el objeto se encuentran en un nivel avanzado, se funden. Esto es auto-integración, auto-comprensión, comprensión de Dios.

≈≈≈

Desde el mismo comienzo de la relación Gurú-chela se planta una semilla para que crezca el árbol. La fuerza de nuestro trabajo está en el Gurushakti, la fuerza universal que fluye automáticamente. El Gurú es un canal para los iniciados.

≈≈≈

Llega un punto en que nos damos cuenta que estamos funcionando desde esa fuente que está siempre fluyendo. A través de nuestras prácticas de meditación y del poder del Gurushakti o Gracia, avanzamos automáticamente. Esto se produce



porque hemos abierto la puerta (hemos llamado y la puerta se ha abierto). Por ello, la Gracia impregna cada una de nuestras acciones, da alegría a cada una de ellas, y todo lo que parecía tan difícil se vuelve fácil.

≈≈≈

La misión que tenemos entre manos es abrir el corazón y la mente de las personas a la Gracia Divina. Al abrir el corazón y la mente de las personas ocurren dos cosas: 1. Cuando el corazón se abre, comenzamos a amar; 2. Cuando la mente se abre, se abre la conciencia y entonces podemos mirar algo en su totalidad.

≈≈≈

Trato de inspirar a la humanidad para que se dé cuenta y llegue a encontrar en su interior la alegría que algunos hemos encontrado. Esta es la misión y el propósito la vida, cuando la vida no se vive solo para uno mismo, sino para compartirla con el mundo. Compartiendo, uno se beneficia mucho más.

≈≈≈

Solo puedes compartir si tienes algo, en este compartir tiene lugar una expansión. El corazón y la mente se expanden en una mayor conciencia y todo lo que nos rodea adquiere una forma que nunca habríamos soñado antes, todo se vuelve hermoso y divino. En esta belleza nos fundimos con otro mundo o dimensión y traemos el poder y la fuerza desde esa dimensión a la nuestra.

≈≈≈

No se trata de ninguna clase de adoración, solo hay uno al que

debéis adorar, y ese es Dios. En la relación Gurú-chela hay devoción como expresión de amor entre ambos. Se trata de un intercambio y de una interacción mutua; la devoción es recíproca.

De hecho, os tengo yo más devoción a vosotros que vosotros a mí.

≈≈≈

Lo que yo he hecho hasta ahora es hablaros del Gurushakti; pero si me preguntáis qué es el Gurushakti, no lo puedo explicar. Está más allá de la mente, más allá de todas las palabras.

≈≈≈

La única manera de conocer su existencia es experimentarlo y por eso sentimos algunos de sus beneficios. La única manera de sentir los beneficios es abrirnos a él. Si quieres que entre aire fresco en la habitación, tienes que abrir una ventana; si la abres un poco, entrará un poco de aire; si la abres completamente, entrará todo el aire. Estos son los mecanismos para recibir el poder de la Gracia. Y el poder de la Gracia siempre está presente.

≈≈≈

# GLOSARIO

***Absoluto:*** Divinidad sin nombre, forma ni atributos. Lo inmanifestado, origen de la manifestación y el movimiento. Más allá del Dios Personal.

***Asana:*** Postura en el sistema del Hatha Yoga o Yoga del Cuerpo.

***Avatar:*** Encarnación humana del Dios Personal. Representa un hito en la Historia Espiritual de la Humanidad.

***Bhagavad-Gita:*** “El Canto del Señor”. La obra más popular de la literatura mística hindú, que comprende 18 capítulos del Mahabharata en los que se recogen las enseñanzas de Krishna.

***Bhakti:*** El que practica el Bhakti Yoga. Amor a Dios. Resuelta devoción al sentido personal de Divinidad.

***Bhakti Yoga:*** El camino de la devoción o realización de la divinidad por el amor y la entrega.

***Brahma:*** Divinidad. Primera persona de la trinidad hindú (Brahma, Vishnu y Shiva). El aspecto creador. En algún momento simboliza el dios personal.

***Brahmacharya:*** Caminar en el sendero de la Divinidad. Modo de vida motivado y entregado a la Divinidad.

***Buda:*** “El Compasivo” Encarnación divina. Fundador del Budismo.

**Chakras:** Zonas localizadas del cuerpo humano (sutil o no) de gran importancia en el fluir de la energía vital.

**Chela:** Discípulo de un maestro espiritual.

**Conciencia Cósmica:** La mente se da cuenta que comprende el universo entero y el conocimiento inherente al mismo.

**Cuerpo Sutil:** Denominación, utilizada de forma genérica, referente a los aspectos del ser humano de carácter sutil como contraposición a los aspectos más tangibles o groseros de su energía.

**Dios Personal:** El Absoluto Manifestado.

**Gita:** Forma coloquial de referirse al Bhagavad-Gita.

**Gracia:** Manifestación de la Voluntad Divina que nos empuja continuamente a realizarla. Existe independientemente de que percibamos o no su perpetua presencia.

**Grosero:** Estado más denso de la energía cósmica. El más bajo nivel de vibración posible.

**Gunas:** Las tres fuerzas o sustancias que constituyen las causas del universo (sutil o no) Rajas, Tamas y Sattva.

**Hatha Yoga:** Escuela de Yoga que aspira a través de la salud física y mental, al bienestar del alma.

**Encarnación:** Manifestación de la Divinidad expresada en forma de carne y hueso.

**Karma:** Acción motivada por el encadenamiento de causas y efectos. Los efectos y condicionamientos de acciones realiza-

das.

**Mantra:** Sonido sin significado utilizado como técnica de meditación para alcanzar estados interiores de la mente que están definidos por una vibración sutil equivalente.

**Maya:** Término de la filosofía Vedanta que recoge la idea de la ilusión cósmica en la que vivimos inmersos. El velo que nos impide experimentar lo que realmente ocurre: Nada.

**Niyama:** Hábitos conscientes para integrar cualidades de pureza interna y externa, optimismo, moderación, introspección y entrega a Dios.

**Unidad:** La falta de separación entre Dios y el Hombre.

**Prana:** La energía universal que sostiene cada forma de vida. El aliento vital que sostiene la vida.

**Rajas:** Principio de actividad o inquietud. (Véase Gunas).

**Raja Yoga:** Escuela de Yoga que a través de la práctica de meditación aspira a la realización de las cualidades de no apego, amor y conocimiento. Camino Real de la Felicidad y la Unidad.

**Relativo:** Visión de la vida desde el plano cambiante de la existencia. Aspecto eternamente cambiante del universo. Reino de las formas y los nombres. Lo que no permanece siempre.

**Shakti:** Energía o emanación del poder creativo de la Divinidad, frecuentemente expresado como Gracia, madre Divina o Cósmica.

**Samadhi:** *Experiencia extática de Comunión con Dios. Estado*

*de meditación en el que yendo más allá de lo mental se realiza la Unidad.*

**Samskara:** Impresión creada en la mente por un suceso o experiencia del pasado que condiciona experiencias futuras.

**Satsang:** Reunión del maestro con los discípulos en presencia de la energía creativa (shakti) con el propósito de enseñar a expandir la consciencia.

**Sutil:** Estado vibracional elevado de la energía cósmica. Es muy poco denso.

**Tamas:** Principio de inercia. (Véase Gunas).

**Vedas:** Tradición sagrada más antigua del hinduismo. Conjunto de Escrituras que recogen dicha tradición.

**Yama:** Práctica consciente y disciplinada de virtudes morales: no hacer daño, veracidad, no robar, continencia, autocontrol y liberarse de la avaricia.

**Yoga:** Reunión del alma individual y del Alma Universal. Camino o método para realizar esta unión.

**Yogui:** El que ha realizado el Yoga.

-o0o-