



Kriya Yoga

d e B a b a j i

Editorial

Rompiendo el condicionamiento

por Durga Ahlund

Estamos viajando por la vida dirigidos por las ataduras que tenemos a nuestra familia, nuestra comunidad, nuestras creencias espirituales y políticas. Estamos enraizados en la tradición o en creencias apasionadas o posturas respecto a lo que es correcto e incorrecto. Una poderosa estructura psicológica está en juego en nuestro mundo, que está siempre modelando nuestros pensamientos y nuestras acciones. Debemos escoger, y hacer una elección consciente,

para no acabar siendo más que una serie de acciones condicionadas y reacciones ante el mundo.

El santo Thirumular escribe que debemos "morir hacia el mundo". Él dice que a muerte y la liberación es posible cuando no somos afectados por las apariencias del mundo. Pero me pregunto, "¿Por qué necesito no ser afectada por las apariencias del mundo?". Yo no escojo morir al mundo. Yo quiero vivir alegremente en cada momento. Adoro la rica variedad del mundo.

Babaji nos dice que vivamos audazmente hacia el mundo y que hagamos lo que podamos para morir ante "el tiempo". Esto lo puedo entender mejor como una necesidad de romper el condicionamiento. Las cosas vienen, se van, lo que es pasado es pasado. Morir a cada momento y dejar que hoy sea suficiente.

La frescura y la alegría de hoy se muy a menudo oscurecida por pensamientos que surgen de recuerdos de placeres pasados, aversiones, frustraciones y dolor, o si no, entonces por las esperanzas y miedos del futuro. Raramente experimentamos puramente los momentos, como si mirásemos un amanecer o un atardecer. Cada momento tiene un comienzo y un fin. Y el cambio creativo sucede en aquellos momentos en los que estamos verdaderamente presentes. Sólo eso que acaba puede crear algo nuevo. El final del día, el final del año, el final de un ciclo, el final de una discusión o de una relación o de una actitud, el final de una carrera, el final de un estancamiento, el final de una vida. El estancamiento es lo que sucede cuando una mala situación no acaba. El estancamiento

Contenidos

1. Editorial: "Rompiendo el condicionamiento", por Durga Ahlund
4. "La Kumba Mela y sus ascetas: o por qué un peregrinaje no es un viaje de turismo" por M. G. Satchidananda, Parte 1
7. "El Tirumandiram: una publicación monumental" por Durga Ahlund
8. Notas y noticias



Publicado trimestralmente por Babaji's Kriya Yoga y Publications, Inc.
196 Mountain Road P.O. Box 90
Eastman, Quebec, Canada J0E 1P0
Teléfono (450) 297-0258; fax: 450-297-3957 email: info@babaji.ca
Página de Internet: www.babajiskriyayoga.net

Sigue en página 2

Editorial (continuación)

sucede incluso cuando una buena situación no acaba. ¿Recuerdas la película “El día de la marmota”? El estancamiento puede llegar a su fin en un momento. Y cada momento debe acabar, así que, ¿por qué no dejarlo partir y no llevarlo hasta el siguiente, hacia el futuro, hacia la mente, el corazón, el año nuevo.

Los Siddhas dicen que para vivir con una mente pura experimenta el presente y “muere” hacia el pasado. Podemos hacer esto renunciando a los recuerdos que influyen el presente, y al desistir de las esperanzas y de los hábitos mentales que perturban la energía vital. La lucha, la agresión, el estar a la defensiva, junto con los deseos y las ensoñaciones se vuelven habituales y estimulan o bien la excitación o la inercia. El estrés se crea en la mente y en el corazón, y en consecuencia hace más difícil mantener los procesos de la vida, ya que crea más demanda de energía vital. Por supuesto, como yoguis sabemos que podemos a la vez reducir el estrés e incrementar nuestra capacidad de absorber así el prana al practicar las posturas de yoga y los mantras regularmente. Pero hay una ley de la provisión y de la demanda dentro de cada uno de nosotros. Cualquier demanda de más energía vital de la que somos capaces de proveer crea desorden y desarmonía, que pueden producir enfermedad, desintegración y muerte. Las prácticas de Yoga de asanas, pranayama y mantras por sí mismas no purificarán el corazón y la mente si no estamos dejando partir los hábitos mentales perturbadores. Ellas pueden sencillamente fortalecerlos.

Se dice que incluso después de que muere nuestro cuerpo físico, el dolor y el sufrimiento, el odio y el miedo del cuerpo vital vive en un tipo de consciencia colectiva del mundo. El Yoga Vasistha sugiere que hay algo como un “corazón del ser macrocósmico” en el que todos moramos, y cuando un grupo suficientemente grande de gente realiza acciones malvadas, la infelicidad resultante cae sobre todos nosotros, como desorden, enfermedad, desintegración y muerte. Dice que el ojas, la energía vital de la vida del Ser macrocósmico llega a perturbarse. La perturbación en el ojas causa una pérdida de equilibrio en la consciencia suprema, de modo que Prakriti (la fuerza de la Naturaleza) llega a agitarse y sus vibraciones causan que sucedan calamidades naturales.

Conforme comenzamos este año nuevo podemos empezar a disolver el condicionamiento pasado y practicar la renunciación renunciando a la cháchara mental, a los recuerdos, las pasiones, las agitaciones y las ensoñaciones.

Podemos escoger volvernó espontáneamente amorosos, amables y compasivos con todos y con nosotros mismos, para traer orden, armonía y abundante energía de vida a nuestro cuerpo físico y a nuestra vida. Hay una hermosa y útil oración de J. Krishnamurti:

“Om Shanti Shanti Shanti! Muerte a los problemas del dolor, la enfermedad y la confusión mental. Muerte a los problemas causados por los demás o por nuestro entorno físico. Muerte a los problemas de origen desconocido o como

un accidente de la naturaleza.”

Realmente tenemos que participar en la vida; estamos en el mundo

. No somos renunciantes viviendo en un monasterio. Aun así, como los monjes, debemos practicar la consciencia interna y el silencio. Como Kriya yoguis practicamos pranayama, meditamos y repetimos el japa mantra diariamente para conectar con la mejor parte de nosotros mismos, el dulce y silencioso espacio sin sentido de la emoción, la irritación o la pasión. Y estamos, en cierto sentido, aprendiendo a morir hacia el tiempo. Pero podemos también practicar a lo largo del día, no desatendiendo a los minutos del día, sino 1) volviéndonos conscientes del momento, y 2) ignorando el pasado y el futuro.

Uno sólo puede vivir en la belleza del momento si uno tiene una comprensión de todas las acciones de la mente en relación con el presente. Ser consciente es ser absorbido por momentos y sentimientos sin perderse uno mismo en ellos. Es como lograr una visión panorámica de cada momento – sabiendo que estás absorbido en el momento, mientras eres consciente de tus pensamientos, sentimientos y emociones al mismo tiempo, consciente de lo que está pasando a tu alrededor. Esto es Nityananda Kriya.

Debemos “escoger” observar regularmente los contenidos de la mente consciente y todas las reacciones con las que tenemos dificultades y desafíos. Sólo al descubrir las memorias en los contenidos de la mente subconsciente que todavía siguen persiguiéndonos y que a veces determinan la manera como pensamos o reaccionamos, podemos esperar progresar.

Como Kriya yoguis, se nos enseña a anotar diariamente todo lo que pasa por el espacio de nuestra mente, sin juicio, elección o rechazo

Incluso las cosas que no son invitadas seguirán persiguiéndonos hasta que dejemos partir conscientemente el pasado y desarrollemos el suficiente desapasionamiento para contrarrestar el tirón que los deseos tienen sobre nosotros. El anotar nos permite ser conscientes de todo el loco material que pasa por nuestra mente. Usualmente es suficiente con darle a los pensamientos un poco de atención desapegada. Luego, a través de la sadhana, el día termina y la mente es limpiada en un ducha de calma y de paz.

Podemos establecer la ecuanimidad, que permite y cualquier pensamiento, sentimiento o emoción que surja, y hará que simplemente pase de largo. La auto maestría es la habilidad de ser capaz de acabar algo en el momento, o en el siguiente. Esta habilidad de no aferrarse a las cosas da un poder inmenso y nos permite la renovación constante.

Al llegar a un entendimiento con todas las acciones de la mente y al renunciar al pasado, podemos estar cara

Sigue en página 3

a cara con nuestro ser. Esto nos abre para experimentar el fácil flujo de la comprensión y de la intuición.

Es realmente tan simple que podemos fácilmente perderlo. Porque el ser está ahí a cada momento, concentrándose en buscar su infinitud. El ser afecta a una cualidad de la mente que no depende del pensamiento o de la memoria, sino que en vez de ello es pura percepción y consciencia rica en puntos de vista. La esencia pura de la consciencia es la única cosa que permanece consistentemente, que no se marchita o cambia de opinión o se vuelve menos que eso; es la única cosa que no acaba o perece. Es muy simple. La consciencia ha estado ahí todo el tiempo.

Los Upanishads dicen:

“Entiende que la Consciencia eres tú mismo”

La consciencia es atención viva y amorosa, que nos lleva hacia lo desconocido. Está más allá del pensamiento y la emoción. Es vasta y está conectada con todos los otros seres. No puede venir de la memoria individual; es la energía viva y respiratoria del momento presente. Es lo que da a todo su valor, la belleza y la fragancia de una rosa, el nacimiento, la muerte; nos da el tiempo para descubrirla.

Es sólo el pensamiento lo que permite que continúe lo que es pasado. El pensamiento es el responsable del recuerdo o de una asociación de un sujeto con un objeto. Rechaza el pensamiento del pasado y termina la continuidad. Toma nota de que todo lo que piensas es lo que eres, todas las piezas y partes de tu personalidad cuerpo/mente particular. Es relativamente fácil identificar las actitudes que tienes que son auto-derrotistas, que te mantienen estancado. Y es también posible, gradualmente, comenzar a negarlos uno a uno. Hay dos técnicas útiles que pueden ayudar al iniciado a cambiar. No son secretas o complicadas pero funcionan para mí.

Meditación I – Neti Neti

Meditación (esto no, esto no). Yo no soy nada de esto que se me atribuye.

Nos experimentamos a nosotros como un mundo de personalidades y formas, que queremos ver o que estamos acostumbrados a ver. En el Yoga decimos que nuestra verdadera identidad está más allá de la distinción de nombre, raza, país, género, ocupación, recuerdo y personalidad. La primera meditación es un método de auto-indagación que nos ayuda a reconocer que eso que somos verdaderamente es Energía y Esencia, y la energía permanece la misma en medio de todos los cambios.

Comienza pensando en todo lo que consideras que eres y en todo lo que sientes que está relacionado con quién “tú” eres, y niégalo, uno a uno, diciendo “neti-neti” (o di, “esto no, esto no”). Por ejemplo considera tu género y luego niégalo. Yo soy un hombre/mujer. Neti, neti, esto no es quién “yo soy”. Yo soy un yogui. Neti neti, yo soy algo más allá de esta identificación. Mira a lo que está más allá de cada identidad, diciendo “neti,

neti”, mientras dejas que caiga la identidad particular.

Toma la persona que ves en el espejo y escoge todos y cada uno de los aspectos de tu apariencia física y las cualidades de tu personalidad, una a una, y niégalas. Considera las relaciones personales, las etnias, las creencias políticas y espirituales, las afiliaciones y alianzas con las que te identificas, y siempre, una a una, niégalas con neti neti. No uses estas palabras mecánicamente, sino deja realmente partir cada identificación y cada relación. No estás despreciando ninguna de estas partes de tu vida, ni ninguna de tus relaciones. Estás despojándote de capas de piel y de tendones para descubrir lo que está en el centro de tu ser.

Con cada neti neti estás avanzando hacia el ser único que tú eres. Contempla honestamente tus sueños, deseos y ambiciones. Si es posible conjura todo aquello a lo que te aferras, como una imagen. Sigue tanto tiempo como te lleve.

Luego ábrete a la consciencia de que tú eres Eso, lo que da origen a todas estas identidades temporales. Recuerda y experimenta ese mismo algo que no ha cambiado con todos los cambios y experiencias de tu vida. Recuerda que la esencia que ha permanecido la misma desde la infancia hasta el adulto – Eso que permaneció lo mismo a través de todas las subidas y bajadas de tu vida. Reconoce y dale la bienvenida a esa Energía y Esencia que mora dentro, como tú. Dejar partir de esta manera es tonificante. Ello crea el espacio para soltar cualquier patrón de conducta persistente. La práctica puede estimular una ruptura hacia lo nuevo y la totalidad.

Meditación II – Atendiendo el fuego

Una vez has descubierto el espacio espiritual dentro de tu ser, retírate regularmente y ve ahí. Permite que una parte de tu consciencia descanse ahí, imaginándote sentado ante una hoguera y atendiéndola. Estás observando sin expectativa lo que está afectando al resto de tu consciencia. En esta práctica no intentes tomar el control. Estás sólo ocupado con descansar interiormente y atender al fuego.

En un momento dado de la meditación, imagina el fuego creando una fuerza única de energía. Mira esa fuerza surgiendo del fuego, tomándote con ella en cada dirección en la que vayas. Tira con tensión de tu centro del ombligo y con alguna energía vital detrás de él, “desea” que esta fuerza esté contigo siempre, que vaya contigo siempre, que te proteja, que te conduzca hacia tu mayor bien.

Esta fuerza comenzará a ayudarte a construir confianza y entrega. La corriente puede aparecer como intuición, una consciencia superior, y puede comenzar a fluir, y puedes comenzar a responder espontáneamente a ella. Nuevas perspectivas o inspiraciones pueden surgir, o nuevas direcciones pueden comenzar a abrirse con nuevas oportunidades en el año nuevo.

Todo lo que realmente tenemos que hacer es morir a cada momento y dejar que el hoy sea suficiente. □



La Kumba Mela y sus ascetas: o por qué un peregrinaje no es un viaje de turismo (Parte 1)

por M. G. Satchidananda

En el norte de la India, uno de los destinos más populares para las peregrinaciones son las Kumba Melas, encuentros de miles de ascetas religiosos y espirituales y de millones de devotos que suceden cada doce años, y que se alternan entre cuatro localidades: Allahabad (Prayag) en la confluencia de los ríos Ganga y Yamuna y el mítico río Saraswati; Haridwar a lo largo del río Ganga; Ujjain a lo largo del río Godavari.

La Ardh Kumbh Mela se celebra cada seis años en Haridwar y en Allahabad, mientras la Purna (completa) Kumbh siempre tiene lugar en Allahabad cada doce años. Durante 45 días, comenzando en enero del 2007, más de 70 millones de peregrinos hindús tomaron parte en la Ardh Kumbh Mela en Allahabad, y en el 15 de enero, el día más auspicioso del festival de Makar Sankranti, participaron más de 5 millones. Los registros históricos más antiguos indican que estas Kumba Melas han sido organizadas desde el siglo decimotercero después de Cristo.

La Maha Kumbh Mela ('Gran' Kumbh Mela) que viene tras doce 'Purna Kumbh Melas', lo que sucede tras 144 años, también se celebra en Allahabad. La Maha Kumbh Mela del 2001 fue atendida por 60 millones de personas, haciendo de ella el encuentro más grande de cualquier parte del mundo. Este autor organizó un peregrinaje de 48 días a la Maha Kumba Mela de 144 años en Haridwar en 1986 para su profesor y para unos 40 estudiantes, y desde esta experiencia desarrolló una pasión por llevar a occidentales de peregrinación a la India, desde entonces casi cada año. Hace doce años intentó organizar sin éxito un peregrinaje a ella, pero la logística fue demasiado difícil. Con la gracia de Babaji, ha tenido éxito en organizar uno para la Kumba Mela del 2010 en Haridwar, con un campamento y cómodos alojamientos para un gran grupo de iniciados de Kriya Yoga.

Según la antigua mitología de la India, los planetas se alinean cada doce años creando una energía divina única en una de estas cuatro localidades. Millones se juntan para rituales de baños sagrados en estos lugares sagrados y para recibir bendiciones de los santos y sabios que raramente dejan sus cuevas o monasterios de los Himalayas excepto para asistir a este evento. Estar en su presencia física, recibiendo sus bendiciones, se conoce como darshan. Tal darshan ofrece un tipo de espejo en el cual uno ve su propio ser, a la luz de la consciencia del santo. Se dice que el gran amrit kalash o néctar de sabiduría divina se derrama desde el mítico Kumbha (pote de agua) sobre todos los peregrinos en este tiempo y lugar. Beber de este amrit requiere un "batir" de los samskaras o hábitos de la mente. El acto del baño ritual en las aguas santificadas ayuda a limpiar la mente de tales hábitos, incluyendo el más grande: el engaño del egoísmo, el hábito de identificarnos con el

cuerpo, las emociones y los movimientos de la mente. Como resultado, uno realiza un estado de paz y de alegría inefables, establecido en la perspectiva del alma, la consciencia pura. La Kumbh Mela puede por tanto efectuar cambios dramáticos en las tendencias kármicas de los peregrinos. ¡Es un evento que cambia la vida!

Ascetas y aspiración

Una de las cosas más destacables de las Kumba Melas es la presencia de miles de ascetas. Uno podría incluso caracterizarlos como peregrinos de toda la vida, ya que muchos de ellos pasan la mayoría de sus vidas vagando por diferentes lugares sagrados, tras hacer votos de pobreza, obediencia y castidad. Y una de las cosas más difíciles para los occidentales es comprender o apreciar es el ascetismo, porque la cultura occidental de hoy asume que la felicidad es directamente proporcional a la cantidad de cosa que uno posee. Esto es lo opuesto de un importante ideal del ascetismo: "dejar partir" o renunciar a las posesiones mundanas. El dejar partir es a la vez físico y mental. Teóricamente, un yogui occidental puede "dejar partir" su apego a las posesiones, el estatus, las relaciones e incluso a muchas cosas no yóguicas como comer carne, el alcohol, y actitudes como la competición y el orgullo, o emociones como la ira, la lujuria y el miedo. Pero generalmente la prueba real de "dejar partir" tales cosas sucede sólo cuando se hace físicamente. Ésa ha sido mi experiencia. Viví como un asceta durante 18 años, desde los 21 a los 40 años, cuando dejé el ashram de mi maestro y decidí vivir más en el mundo. He visto también que uno se acostumbra a determinado nivel de comodidad, a determinadas relaciones, trabajo, posesiones, y luego uno gradualmente forma apegos a ello, por el hábito.

El ascetismo es un medio para la purificación. Lahiri Mahasaya escribió: "el ascetismo es permanecer puro en medio de las impurezas". En la India se le llama tapas, un desafío voluntario asumido libremente, con intención, voluntad y perseverancia, con el propósito de la auto-transformación. La mayoría de nosotros nos identificamos con nuestras acciones, nuestros pensamientos y nuestras emociones, tanto buenas como malas. Cuando uno comienza a descubrir que Quien yo soy no es nada de esto, y como resultado resuelve firmemente establecerse en la realización de la verdadera identidad de uno como pura consciencia, entonces el tapas o el ascetismo se convierte en el escalpelo por el que uno comienza a purificarse del egoísmo: el hábito de identificarnos con lo que uno no es. Tapas se convierte en escalpelo con el que uno elimina los tumores de una de las manifestaciones más grandes del egoísmo: el apego y la aversión,

Sigue en página 5

La Kumba Mela (continuación)

el agrado y el desagrado. Si quieres saber si el ego está motivando alguna de tus acciones o elecciones, pregúntate, ¿tengo una preferencia? ¿Importa si consigo esto o eso? Sólo el ego tiene preferencias. Todo es lo mismo para tu alma, porque su bienestar es una constante asegurada. Como el egoísmo están tan profundamente enraizado, no obstante, los ascetas o tapaswis sufrirán privaciones deliberadas con el fin de someter los hábitos mediante los que el ego busca expresarse a sí mismo, incluyendo la lujuria, la ira, el orgullo y el miedo.

Durante la Kumba Mela muchos ascetas serán visto ejecutando formas difíciles de tapas: sentados en meditación rodeados por cuatro piras ardientes de madera o de estiércol, con la quinta llama, el sol, golpeándoles desde el amanecer al anochecer; otros pueden estar de pie, cumpliendo un voto, que podría durar diez años o más, nunca tumbándose ni para dormir; otros pueden estar llevando grandes pesos en sus brazos. Entre los más famosos están los naga babas, que en el momento de su iniciación dejan de llevar ninguna ropa. Ellos pasan la mayoría de su tiempo en cuevas de los Himalayas o en peregrinaciones entre una serie de templos en los altos Himalayas incluyendo Amarnath en Kashmir en el oeste, Gangotri la fuente del río Ganges, Kedarnath, Badrinath y Pashupathinath en Nepal.

El asceta aspira a la liberación (moksha) de las limitaciones de la consciencia atada al ego y de la reencarnación física. Las palabras “asceta” y “ascender” deriva de una raíz común, que significa “elevar”. La aspiración es lo opuesto del deseo. El deseo es una expresión del ego, que cree que a menos que su deseo sea satisfecho, no puede encontrar bienestar. Cuando el deseo es satisfecho, es eliminada la incomodidad del deseo, pero sólo brevemente, hasta que surge el siguiente deseo. Reconociendo que los deseos no tienen fin, y que por tanto uno no puede escapar del sufrimiento consiguiente, el sabio busca eliminar la causa de sufrimiento al eliminar su causa, el deseo mismo. A diferencia de las personas ordinarias, que simplemente buscan colmar los deseos y evitar sus opuestos, las aversiones, buscando distracción sin fin en los placeres y evitando el dolor, el asceta busca elevarse por encima del juego del ego del agrado y la aversión, y entrenar a la mente para que permanezca fija en el gozo incondicional e inefable del satchidananda: ser, consciencia y gozo absolutos.

Los orígenes del ascetismo en la India

Hay docenas de órdenes principales conocidas como akhadas de ascetas, y muchas otras órdenes menores. Los sadhus de la India, aparte del Jainismo, caen en dos grandes categorías: Bairagis, que son devotos de una de las encarnaciones de Vishnú incluyendo Rama, Krishna, Dattatreya, y los Samnyasis, que son devotos de Siva. Estrictamente hablando, un Samnyasi es una persona que ha renunciado al mundo en la fase final de su vida, tras haber cumplido sus tareas adecuadamente en la vida anterior. Cualquiera que renuncie a sus intereses en asuntos mundanos y lleve una vida de célibe sin

haber entrado nunca en la vida de un hombre de hogar es conocido generalmente como un Brahmachari. Pero con el tiempo esta distinción se perdió y la palabra Samnyasi ha llegado a aplicarse a todos los ascetas que renunciaron al mundo.

Los Samnyasis se clasifican generalmente como (1) Dasanamis; (2) Dandis; (3) Paramahamsas; (4) Brahmarcharis. Pero esta clasificación se basa en una confusión de ideas. Hay realmente una escuela de Samnyasis, que tiene diez órdenes, y se conoce como Dasanamis.

Dandi significa “uno que lleva una vara” (danda). Los Dandis son samnyasis que observan una regla particular o disciplina, que han llegado a una fase particular del desarrollo ascético al controlar su cuerpo, su habla y su mente. Ellos pueden pertenecer a cualquiera de las diez órdenes de Dasanamis. En la práctica actual son sólo los ascetas brahmines que pertenecen a una de las cuatro órdenes de Dasanami, llamadas Asrama, Bharati, Sarasvati, y Tirtha los que pueden ser designados para llevar una vara simbolizando su estatus. Hay antiguas referencias de ello.

Los Paramahamsas no son una clase separada de Samnyasis. Los ascetas, sean Saiva o Vaishnava, seguidores de Siva o de encarnaciones de Vishnú, que han llevado a cabo un periodo de prueba de al menos doce años, pueden llegar a ser Paramahamsas. Generalmente, sin embargo, ellos pertenecen a una de las diez órdenes de Dasanamis, y son progresistas, se consideran que están por encima de algunas de las reglas y observancias, y actúan así. Por ejemplo, ellos actúan como predicadores y maestros. Están dispuestos a sentarse y a cenar con los Nagas o las subsecciones desnudas de los Dasanamis, que generalmente están llenas de Sudras (la clase socio-económica más baja). Los Paramahamsas vagan a menudo en la compañía de sus estudiantes y discípulos. Es el estatus más elevado de ascetas. Se cree que tales ascetas han alcanzado un grado tal de auto-conocimiento y control de sus sentidos que nada puede perturbarlos. Son tan puros que nada puede contaminarlos. Ellos son indiferentes a las diferencias doctrinales entre las tradiciones Saiva y Vaishnava. Son usualmente grandes eruditos bien versados en el aprendizaje del sánscrito.

Los Paramahamsa son la única categoría de ascetas que ha estado en uso continuamente desde el periodo del Jabala Upanishad. Otras categorías mencionadas en la épica del Mahabharata han destacado por su ausencia desde el tiempo de Sankara, que organizó las diez órdenes de los Dasanamis en el siglo noveno después de Cristo.

Hamsa significa pureza y estabilidad. Parama significa “supremo”. El término Paramahamsa indica un asceta que no sólo ha logrado un nivel de pureza por el que puede distinguir la esencia espiritual del alma de sus arreos materiales, sino que mediante la discriminación

Sigue en página 6



La Kumba Mela (continuación)

suprema ha realizado la identidad del alma con el alma suprema.

Uno de los primeros Paramahamsas citados en el Jabala Upanishad es Dattatreya, y “da” equivale a “hamsa”. El dicho usual entre los ascetas es que la renunciación comenzó con Dattatreya, (Dattase Samnyasa cala) y junto con Sankara, Dattatreya es el más altamente reverenciado de los ascetas, hasta el extremo que él es mencionado en los Puranas como una encarnación de Vishnú. En el Bhagavata y en el Mahabharata él aparece como la sexta encarnación de Vishnú.

Brahmacari significa el periodo de estudiante, la primera de las cuatro fases de la vida (conocidas como asramas). Es por tanto no un fin en sí mismo, sino una preparación para las fases siguientes: la de hombre de hogar (grahasta), donde uno persigue la riqueza y el placer y los disfruta; la tercera fase es de una persona retirada (vanaprastha) o de ascetismo cualificado de significación social, donde marido y mujer pueden dedicarse a prácticas espirituales y a austeridades (tapasa), a tutelar estudiantes que busquen su guía, al estudio espiritual y al servicio social: y la fase final de renunciación (samnyasi), donde uno se convierte en un mendigo errante, sin hogar, totalmente dedicado a la práctica de las austeridades. Estas cuatro fases han sido consideradas por los hindúes como el curso requerido para alcanzar moksha o liberación desde el tiempo de los primeros Upanishads, hasta una fecha muy reciente. El Bhagavad Gita establece la base filosófica para la vida del hombre de hogar: hacer las propias tareas desapasionadamente, con devoción a Dios. Tal persona es mencionada como niskamakarmayogi, uno que ejecuta las acciones desinteresadamente, sin pensamiento de consecuencias personales. En la vida actual, aunque no teóricamente, ha suplantado al tipo más antiguo representado por las cuatro fases. Por esta razón, Rama, la encarnación de Vishnú, junto a su esposa Sita, forma una de las deidades más populares del Hinduismo.

En el Jabala Upanishad, donde se comentan los cuatro asramas por primera vez, se indica claramente que

uno puede tomar la vida de un mendicante el día en que sienta desapego hacia el mundo, no importa en qué fase de la vida esté uno, y esto es igualmente ideal para las cuatro fases. Tal persona fue identificada después como un naisthika brahmacarin, significando uno que permanece como estudiante y como célibe para el resto de su vida. Cuando el tipo ideal de hombre de hogar desinteresado suplantó a las cuatro fases de la vida, el asceta célibe de por vida siguió siendo reconocido como una alternativa ideal. La cultura india (no budista y no jainista) se puede decir que es la única cultura que ha aclamado dos tipos ideales, bien como alternativos o complementarios, desde el principio mismo de su historia hasta hoy. Tanto el Budismo como el Jainismo proclaman que el ascetismo es el único y verdadero camino a la salvación. La principal contribución de Buda al ascetismo es la organización de la orden monástica, conocida como Sangha. No fue hasta el siglo IX después de Cristo que los ascetas hindúes fueron organizados por Sankara en centros monásticos. Él estableció cuatro centros monásticos en los cuatro rincones de la India, y diez órdenes de ascetas Saiva, los Dasnamis. Estas diez órdenes tienen cada una un nombre distintivo cuyo significado y origen están envueltos en el misterio. Cada asceta, desde entonces, tiene no sólo su nombre ascético, sino también una especie de apellido en la forma del nombre de su orden. Pero mucho antes de Buda y Mahavira hubo indios que proclamaron que el ascetismo era el único y verdadero camino para la salvación. Al menos tres o cuatro de ellos eran personalidades de los Upanishads, con fecha anterior al 900 antes de Cristo. Uno de ellos, Sanatkumara, figura en uno de los dos Upanishads más antiguos. El otro, bastante más conocido, es su discípulo Narada. Ellos, como los posteriores Dattatreya, Sankara, y el reciente Sri Ramakrishna (siglo XIX) fueron célibes o brahmacarins durante toda su vida.

El tipo asceta ideal comenzó renunciando al mundo y retirándose de sus semejantes. Ello ha evolucionado en un tipo ideal con dos objetivos principales: la auto-realización y la espiritualización de la comunidad, siendo el más antiguo servicio desinteresado el más nuevo. Es un experimento social de gran significado. Mientras el impulso hacia la vida ascética continúe en un buen número de personas, a todos los miembros de la sociedad se les recordarán los valores trascendentales.

Nuestra propia tradición de Kriya Yoga de Babaji expresa el teísmo monista de Tirumular y de los 18 Siddhas. Los miembros de nuestra tradición son hombres de hogar, como fueron los Siddhas, pero durante alguna parte de su vida pueden adoptar el estilo de vida renunciante. La práctica del Kriya Yoga de Babaji, con su sadhana yóguica, sus requerimientos dietéticos y sociales, es una forma de ascetismo, tal como se explica en la segunda sección de este texto. La Orden de Acharyas del Kriya Yoga de Babaji es una orden laica de ascetas dedicados a la práctica y a la enseñanza del Kriya Yoga de Babaji. □



La última Kumba Mela, Allahabad 2007.



El Tirumandiram: una publicación monumental

por Durga Ahlund

Una nueva traducción al inglés del Tirumandiram será presentada en una celebración de gala en Chennai, India, el 17 de enero del 2010. Los principales invitados serán Sri P. Chidambaram, el honorable ministro ministro de Interior, y los dirigentes de los monasterios saiva de Dharmapuram, Tiruvavaduthurai y Tiruppanandal, el ministro de donaciones hindúes y religiosas del estado de Tamil Nadu, K. Periyakaruppan. Esta obra monumental ha sido producida por un equipo de eruditos y de yoguis bajo la dirección del Dr. T.N. Ganapathy, y patrocinada por Marshall Govindan, Presidente de la Orden de Acharyas del Kriya Yoga de Babaji, y el Dr. N. Mahalingam, un destacado filántropo. Es una de las obras más importantes jamás escrita relacionadas con el Yoga, el Tantra, la filosofía y la espiritualidad Saiva Siddhantha. Fue escrita hace más de 1500 años por el Siddha Tirumular. Está siendo publicada en diez volúmenes de tapa dura, con unas 3200 páginas. Contiene 3.000 versos en tamil, y por cada uno de ellos hay una transcripción original en tamil, su transliteración, traducción y comentario. Hay también una bibliografía selecta, un glosario y un índice. Además la obra contiene capítulos introductorios de los dos lados del debate dentro del Saiva Siddhanta, el teísmo monista de Tirumular frente al realismo pluralista de Meykandar. Se ofrece a un precio especial de sólo 100 dólares USA más 50 dólares de gastos de envío. Para más información ve a www.babajiskriyayoga.net/english/bookstore.htm.

El Tirumandiram es en sí mismo un camino hacia la realización de Dios y para realizar el potencial de nuestra naturaleza humana. Como nuestra naturaleza humana no ha cambiado, las palabras de Tirumular son tan relevantes hoy para nosotros como lo fueron hace dos mil años. Es la narración en primera persona de un ser humano que se ha fundido con la Divinidad. Tirumular ejemplifica el potencial más grande del hombre.

Como seres humanos tenemos la imaginación y el poder de concebir maneras de perfeccionarnos a nosotros mismos. Tirumular habla de la alquimia que es posible para nosotros y explica a tras de una miríada de formas cómo podemos transformarnos a nosotros mismos en seres perfectos, al entregarnos a la Divinidad. Él nos dice que mediante la entrega a la Divinidad uno puede vivir una vida abierta a la gracia, y así, ver que se supone debemos hacer en cualquier día o año dado o dentro de cualquier relación particular. Debemos, sin embargo, negar la importancia del ego. Podemos hacer esto sólo con una profunda comprensión de que el ego es sólo una herramienta del Ser. El Tirumandiram enfatiza este requerimiento absoluto para la realización.

El Tirumandiram dice: "examina el ego, pero realiza el 'yo'. Elimina el sufrimiento humano al comprender que el 'yo' escoge, determina, toma responsabilidad. El mérito y el demérito, la alabanza y la culpa en tu vida

es debida a algo muy lejos de tu ego individual, tu mente, tu intelecto o tu personalidad". Hay alegría en la Unidad una vez es descartado el egoísmo. No hay otro sino el Ser.

Tirumular nos da numerosas técnicas de Kundalini Yoga que tienen el poder de revelar la luz de nuestro ser trascendental. Pero él nos dice que el elemento más importante no puede ser dado o enseñado. La confianza y la entrega vienen desde dentro. Y sólo la confianza y la entrega nos otorgan la habilidad de creer sin reservas, la inspiración y la comprensión vienen del Ser trascendental. Sólo esto mantendrá al ego fuera de nuestros desafíos y nuestros intentos.

La vida es un proceso a través del cual soportaremos, confrontaremos y asimilaremos lecciones. Es un proceso lento y sistemático de madurez espiritual. Y aunque el ego se está esforzando por todo lo que puede lograr en este mundo, algo dentro de nosotros tiene que asegurarse de que no perdamos lo que necesitamos para madurar espiritualmente.

Quién somos verdaderamente y lo que hemos venido a hacer tiene más que ver con nuestra relación con nuestro Ser. Y aunque esto sea así, estamos a menudo más preocupados con nuestras relaciones con los demás que con nuestro propio ser. Nos preocupamos más por cómo nos ven y nos tratan los demás. Raramente consideramos cómo vemos y tratamos a nuestro propio ser.

El mundo demuestra una estima mucho más elevada por aquellos que son sociables, extrovertidos y carismáticos que por aquellos que son introvertidos y tienen una presencia silenciosa. La pasión es altamente alabada, mientras que la ecuanimidad es vista más a menudo como frialdad o apatía. Nuestros héroes son generalmente aquellos que actúan y se rebelan en el mundo, no aquellos que demuestran una percepción directa de él.

Nuestros héroes, todos los santos y Siddhas como Tirumular, valoran la "percepción directa", que es sin análisis, razonamiento, sin todas las cosas que crea el intelecto con el fin de posponer la percepción. Ellos dicen que si desarrollamos primero la confianza y la entrega, entonces seremos agraciados y guiados al estado de percepción directa. A través de la confianza y de la entrega encontraremos nuestro lugar único y nuestro rol en el mundo.

Tirumular describe la "percepción directa" a través de la fe y la entrega a través de los 3000 versos del Tirumandiram. Kriya Babaji describe la clave para la percepción directa en La voz de Babaji: un muro existe para que podamos pasar a través de él; es un muro circular sin fin con muchas puertas indiscernibles que se abren una vez nos entregamos a la misericordia de Dios y a la gracia del Gurú.

Nada es más grande en el camino espiritual que la confianza y la entrega a la misericordia y la gracia de Dios. Sólo eso nos llevará cara a cara con el ser. □



Notas y noticias

Iniciaciones de segundo nivel serán dadas por M.G. Satchidananda en Dole, Francia noviembre 6-8, and Brasil diciembre 11-13, 2009, y en Bangalore enero 22-24, 2010, cerca de Zurich mayo 14-16, y en Québec en junio 18-20, 2010, en Estonio en agosto 13-15. También por Nityananda en Huelva, España en marzo del 2010 y en Argentina en primavera, y por Satyananda en Alemania en agosto 13-15, en Singapur en octubre 15-17 y en Daylesford, Australia en octubre 22-24.

Iniciaciones de tercer nivel serán dadas cerca de Dole, Francia mayo 17-24, en Québec julio 23, agosto 1, 2010, en Estonia en agosto 15-22 y cerca de Frankfurt, Alemania, mayo 22-29, 2011, por M Govindan. Logra la meta de la Auto-realización con poderosas kriyas para despertar los chakras y entrar en el estado sin aliento de samadhi.

280-horas curso de profesores de Kriya Hatha Yoga - será ofrecido por Durga y Satchidananda en Québec, julio 1-11, 2010, y en Frankfurt, Alemania, del 5 al 15 de agosto del 2011. Para la finalización del curso se deben completar los requerimientos para ser registrado en el yoga Alliance, el registro de profesores de yoga de norte-America. Para el programa, el esquema del curso y más información contacta con Durga. durga@babajiskriyayoga.net. Visita el blog de Durga en www.seekingthself.com.

Nuevo CD: "Om Kriya Babaji Stuti Manjari" Estamos encantados de anunciar la publicación de una nueva colección de canciones cantadas por Bhavani Ramamoorthy, cuya hermosa voz y cuyos arreglos elevan las palabras de muchos mantras de Kriya Yoga, conocidos y desconocidos, a niveles sublimes de inspiración. Los arreglos son de la forma carnata tradicional, como poderosas entonaciones y ritmos. Algunos de los mantras son únicos

y fueron entregados por Babaji en el libro "La voz de Babaji". Bhavani está acompañada por las voces de otros iniciados de Kriya Yoga en Chennai, donde se hizo la grabación co-producida por Kriya Yoga Publications. Encarga tu copia por US\$12.95, CA\$15.70, ó por CA\$16.87 en Québec, US\$8.00 para gastos de envío.

Nuevas publicaciones Estamos satisfechos de anunciar la publicación de dos nuevos libros en inglés: **Babaji's Kriya Yoga: Deepening Your Practice**, por Durga Ahlund y Marshall Govindan. Este libro ofrece instrucciones detalladas, diagramas y fotografías en particular del grupo de las 18 asanas de Yoga o posturas conocidas como "Kriya Hatha Yoga de Babaji". Los ensayos e instrucciones contenidos permiten al practicante ir más allá del desarrollo y de la salud del cuerpo físico, y transformar la práctica de asanas de Yoga en una práctica espiritual, induciendo un estado superior de consciencia. A diferencia de otras publicaciones relacionadas con el Hatha Yoga, este volumen te mostrará cómo transformar tu práctica de Hatha Yoga en un medio para la Auto-realización. Introduce a los estudiantes al quintuple camino del Kriya Yoga de Babaji. Este libro está dedicado a los estudiantes de Yoga nuevos para el Kriya Yoga y también para estudiantes iniciados que busquen profundizar en su propia práctica. 150 páginas, 20 x 27 centímetros, diagramas en color. Precio \$17.95

Kailash: Return to the Source and Back, por Swami Vedananda Saraswati, editado por Durga Ahlund, es una historia única de aventura espiritual de un peregrinaje a pie al monte Kailash de Tibet de un renunciante dedicado. Registra los destacables encuentros con un Siddha de 700 años de edad, con ascetas extraordinarios, y las experiencias espirituales y desafíos que afrontó en su viaje. El autor es un discípulo de Shirdi Sai Baba.

Numerosas fotografías. 130 páginas. Precop \$15.95.

Maha Kumba Mela en Haridwar, India de enero 25- a marzo 8, Satchidananda y Durga dirigirán tres grupos diferentes de 34 personas a este extraordinario evento. Un cuarto grupo se está formando ahora, del 6 al 23 de marzo, dirigido por Satyananda. Tendremos nuestro propio campamento, al igual que alojamiento en un hotel. Si estás interesado contacta con el ashram.

Retiros personales en el ashram de Québec Disponemos de personal ahora para apoyar a cualquier iniciado que quiera tener un retiro personal en el ashram de Québec durante este invierno. David y Nicole Lavoie serán tus anfitriones. Suryananda te guiará en tu práctica de las 18 posturas y de la meditación. Se pide una donación sugerida de C\$55 por día.

Visita nuestra página venta on line, se puede comprar con Visa, American Express o mastercard todos los libros y otros productos vendidos por Babaji Kriya Yoga publicaciones, o para donaciones a la orden de los Acharyas. La información de la tarjeta de crédito estará encriptada por lo tanto es una página segura.

La mayoría de los artículos de esta publicación se han adjuntado a la Web www.babaji.ca, podéis bajarlos de allí.

Pedimos a todos los suscriptores de la zona euro, que cuando sea posible nos envíen el pago de 12 euros mediante transferencia a "Marshall Govindan", Deutsche Bank, International, BLZ 50070024, número de cuenta: 0723106, re. IBAN DE09500700240072310600, BIC/Swift code DEUTDEDBFRA por la subscripción anual a esta publicación. En España, enviar 12 euros a Nityananda, hunben@gmail.com.

Noticia a los suscriptores

Esta publicación se envía por mail a todo el que tiene dirección de correo. Pedimos que todos vosotros nos informéis de la dirección de correo que preferís os enviemos la publicación. Si estáis usando bloqueador un anti-spam poner la dirección de info@babajiskriyayoga.net en la lista de excepciones. Se envía como un archivo adjunto en formato PDF. Se puede leer usando el Adobe Acrobat Reader, que lo podéis bajar gratuitamente de la red siguiendo las instrucciones que aparecen cuando intentas abrir el archivo. Si nos lo pedís lo podemos enviar en formato Word, sin fotografías. Si no habéis renovado antes del final de marzo del 2010, quizás no recibáis el siguiente tema.

Solicitud de Inscripción

Deseo subscribirme durante un año al "Periódico de Kriya Yoga de Babaji"

Nombre _____

Dirección _____

Teléfono _____ email _____

Adjunto un cheque de 11 dólares EEUU o 13.91 dólares Canadá pagaderos a "Babaji's Kriya Yoga and Publications, Inc." 196 Mountain Road, P.O. Box 90, Eastman, Québec, Canadá J0E 1P0. En Europa enviar esta suscripción a la dirección anterior de Canadá, pero enviar un cheque de 12 euros, pagaderos a "Marshall Govindan", Jean Pierre Hesse, 60 route d'Aix les Bains, Rumilly, 74150, Francia email: rudran@orange.fr.

