

Volumen 29,  
Número 2

Verano  
2022



# Kriya Yoga

d e B a b a j i

## Honremos y celebremos la liberalidad del Yoga Siddhantham

por M. G. Satchidananda

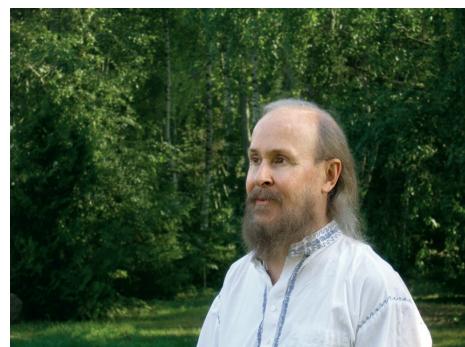
Vivimos en un período de profundo cambio, nacido de las nuevas tecnologías, las redes sociales, la globalización de la economía y el calentamiento del clima. Hay fuerzas y sistemas de creencias que nos dividen más que nunca, dependiendo de si aceptamos o nos resistimos a los cambios.

El Yoga Siddhantham, las enseñanzas de sabiduría profundamente liberales de los Siddhas pueden ayudarnos a cada uno de nosotros a abrazar el cambio para realizar nuestro potencial humano Divino. Antes de profundizar en esto, será útil hacer una digresión para apreciar cómo ha evolucionado la base ética "liberal" de la civilización y de la cultura occidentales y cómo informa los valores de

la mayoría de nuestros lectores. También será útil comprender por qué la liberalidad informa al Yoga.

### Liberalidad

El término liberalidad se origina en la palabra latina "liber", que significa "libre y generoso a la vez". Cicerón en su "Sobre los deberes", 44 a.C., y más tarde Séneca en "Sobre los beneficios", explicaron detalladamente las actitudes que requería: "una disposición desinteresada, generosa y agradecida". El propósito de una educación en artes liberales era preparar para una vida activa y virtuosa como líder que pudiera pensar correctamente y hablar con claridad, en lugar de prepararse para la vocación o para adquirir



riqueza. Su opuesto era el "egoísmo", conocido como "servidumbre", que implicaba pensar o actuar solo para el beneficio o el placer de uno.

En la Edad Media la "liberalidad" se revistió con los valores cristianos del amor, la compasión y, sobre todo, la caridad. Dios fue liberal en su misericordia, así como Jesús lo fue con su amor, y por lo tanto los cristianos deben imitar a Dios amando y dando a cambio.

Durante el Renacimiento, las Biblia protestantes ayudaron a difundir la noción de que la "liberalidad" era un imperativo cristiano universal. La Biblia King James usó el término "liberal" para dar a los pobres, no solo riqueza, sino también conocimiento y sabiduría, así como despojarse de los malos sentimientos hacia los demás.

Durante el período de la Ilustración del siglo XVII, John Locke, en "Dos tratados sobre Dios", escribió que de-

## Contenidos

1. Honremos y celebremos la liberalidad del Yoga Siddhantham, por M. G Satchidananda
4. Yo soy porque me amas, por Durga Ahlund
6. ¿Cómo reconectas con el Gurú?, por M. G. Satchidananda
9. El Yoga es un sendero de sabiduría y amor, por Dr. T.N. Ganapathy.
10. Acharya Chandra Devi, nuevo miembro de la Orden de Acharyas
11. Notas y noticias



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

Sigue en página 2

## Honremos y celebremos (continuación)

bido a que los hombres eran capaces de ser liberales y, por lo tanto, podían actuar éticamente, no necesitaban un monarca absoluto que los gobernara y el autocontrol era posible. Pero tener en cuenta el interés común era un deber importante. La liberalidad también fomentó la tolerancia religiosa. Locke la convirtió en un deber cristiano en su "Carta sobre la tolerancia", en 1685, y no solo entre ellos, sino también hacia los paganos, judíos y musulmanes. En 1772 la palabra "liberal" llegó a definirse en el Oxford Dictionary como "libre de parcialidad, prejuicio, fanatismo, de mente abierta, tolerante".

El erudito protestante alemana liberal Johanne Salomo Semler inventó la noción de "teología liberal" como una "perspectiva religiosa y una forma de leer la Biblia ilustrada y erudita, libre de restricciones dogmáticas y abierta a la investigación crítica". Rechazó el dogma, como la pecaminosidad inherente del hombre y lo sobrenatural. Enfatizó el comportamiento moral y la creencia en la capacidad del hombre para mejorarse a sí mismo. Concluyó que la esencia del cristianismo no era dogmática sino moral. La teología liberal se convirtió en la corriente teológica dominante a fines del siglo XVIII. Cruzó el Atlántico donde fue promovida por un grupo de clérigos protestantes vocales, dirigidos por William Ellery Channing, donde finalmente se conoció como "Unitarismo". Su descubrimiento de la traducción al inglés del Bhagavad Gita y de los Upanishads en las primeras décadas del siglo XIX dio origen al "movimiento trascendentalista" y a los ensayos, poemas y libros de Ralph Waldo Emerson y Henry David Thoreau. A su vez, abrieron los corazones y las mentes de las siguientes generaciones de estadounidenses que dieron la bienvenida al movimiento teosófico a partir de 1874 y a Swami Vivekananda en 1894, el primer maestro indio de yoga en América.

A lo largo de su historia, la mayoría de los liberales fueron moralistas, al menos hasta el siglo XX, cuando el liberalismo se asoció principalmente con los derechos humanos. El suyo era un proyecto ético. Era una aspiración, una meta a alcanzar, ya que la humanidad se esforzaba por alcanzar su potencial y libertad. No tenía nada que ver con el individualismo atomista que prevalece hoy entre quienes insisten en los derechos humanos, sin ninguna referencia a los deberes. Hasta el siglo XX, la mayoría de los liberales creían que tenían derechos porque tenían deberes. Advirtieron constantemente de los peligros del egoísmo y de la necesidad de la generosidad, la probidad moral y los valores cívicos. Durante casi dos mil años el liberalismo significó demostrar las virtudes de un ciudadano, mostrando devoción por el bien común y respetando la importancia de la conexión mutua.

### Oposición

El liberalismo también puede entenderse y apreciarse mejor con referencia a las fuerzas que se le opusieron. Estas vinieron de la Iglesia Católica en alianza con las monarquías, así como de escritores influyentes como

Thomas Hobbes, quien rechazó el liberalismo porque los hombres estaban tan impulsados por el miedo y por una naturaleza brutal que no podían gobernarse a sí mismos sin un monarca absoluto - lo que se conoció como "Cesarismo" en la Francia del siglo XIX. El liberalismo, decían, era incompatible con la doctrina católica. Ambos, monarquía e Iglesia Católicas alentaron la ignorancia de las masas y se beneficiaron de ella.

Durante el siglo XX la oposición se manifestó no solo en la religión organizada sino también en el comunismo y el fascismo. Adolf Hitler declaró que el principal objetivo del nazismo era "abrir la concepción liberalista del individuo". Estas palabras se repiten hoy en China, Rusia y otros estados totalitarios. Estas fuerzas son conservadoras, reaccionarias, sexistas, racistas, antidemocráticas y se preocupan principalmente por mantener el poder para controlar a los demás.

Los líderes antidemocráticos y autoritarios atraen seguidores cuando alegan que la liberalidad es una licencia para la inmoralidad, el abuso de drogas y que es responsable de la decadencia, la codicia, el globalismo y el materialismo en la sociedad moderna y, por lo tanto, debe ser reprimida. Avivando el miedo y apelando emocionalmente a los de mentalidad religiosa o a aquellos que se mueven por lemas patrióticos o acusaciones de élites corruptas, sus defensores encuentran fácil condenar a los liberales y condenar erróneamente a las instituciones seculares como negadoras de la religión.

Los liberales son blancos fáciles cuando sólo hablan de sus derechos y no actúan de manera caritativa, virtuosa y obediente para servir al bien común, y cuando no abordan los temores legítimos de los conservadores. Uno no necesita ser religioso para ser moral. (Ver la referencia a mi artículo del Periódico de Kriya Yoga sobre esto y el secularismo, al final).

Las fuerzas iliberales también se oponen a la ciencia cuando no es coherente con las creencias religiosas, por ejemplo, el escepticismo de los fundamentalistas cristianos hacia el cambio climático. Continúan denigrando y subvirtiendo el liberalismo hasta el día de hoy a través de movimientos autoritarios, populistas y antidemocráticos, así como a través de elementos fundamentalistas, sectarios y conservadores en todas las religiones organizadas.

### Tengo una profunda deuda de gratitud con quienes se guían por valores liberales

Desde mi infancia y especialmente durante la adolescencia, tuve muchas preguntas existenciales. Mi búsqueda de respuestas me llevó del dogma religioso de mi familia a la educación liberal en la universidad. Estoy especialmente agradecido a dos de mis profesores, miembros de las órdenes religiosas agustiniana y jesuita, que me enseñaron respectivamente ética clásica y religión comparada, y que manifestaron en sus vidas personales los valores liberales que he descrito anteriormente. Me ayudaron a prepararme para el voto

Sigue en página 3

## Honremos y celebremos (continuación)

de por vida de dedicación a la práctica del Kriya Yoga de Babaji que hice en 1970, y a la exploración y publicación de la literatura de los Yoga Siddhas en las décadas siguientes. Agradezco al Dr. T.N. Ganapathy, el director de su proyecto de investigación de Yoga, su erudición y su redacción clara, y quien me enseñó cómo se puede ir más allá de la "tolerancia" a la "apreciación", tratando de comprender los puntos de vista opuestos. También estoy profundamente en deuda con las generaciones de libertarios civiles que son responsables de las constituciones liberales que mantienen los derechos civiles y que me han protegido a mí y a otros profesores de yoga de los intentos de reprimir nuestras actividades por parte de la alianza del gobierno y la religión organizada, por ejemplo en Francia en la década de los noventa.

### **Yoga Siddhantham, la enseñanza de la sabiduría liberal de los Siddhas**

Mi maestro, Yogi Ramaiah, a menudo se refería al Yoga como "el arte científico de la unión perfecta con Dios o la verdad" y "el lado práctico de todas las religiones", que haría de los "cristianos, mejores cristianos", o de los "hindúes, mejores hindúes", o un "musulmán, un mejor musulmán". Esto expresa las cualidades liberales mencionadas en los párrafos anteriores. Son liberales en el sentido de que son aspiracionales, buscan perfeccionar el potencial humano, son morales, no dogmáticos, no sectarios, y porque hacen de la propia experiencia, en lugar de las escrituras, el árbitro supremo de la verdad. También organizó todos los años desde 1954 una conferencia ecuménica internacional, "Parlamento Mundial de la Religión y del Yoga", en diferentes países. Sirvió para promover los valores liberales y como antídoto contra el fanatismo religioso, la enfermedad de la religión.

Mientras estudiaba los Yoga Sutras, aprendí a apreciar otros valores liberales mencionados anteriormente:

**Libertad:** Kaivalya, o libertad absoluta, es la meta final, y el título del último capítulo de los Yoga Sutras; se refiere a la libertad de la influencia de las gunas o modalidades de la naturaleza, y de las fuentes del sufrimiento, conocidas como kleshas: ignorancia, egoísmo, apego, aversión y miedo a la muerte.

**Disciplina moral:** los yamas, o restricciones sociales en los Yoga Sutras, que constituyen el primer componente del su camino óctuple del Yoga, nos dicen que hagamos lo opuesto a la naturaleza humana, incluyendo no hacer daño, veracidad, conciencia de lo absoluto, no robar y evitar la codicia (consulta mi libro electrónico "Haciendo lo opuesto" al que se hace referencia al final de este artículo). Los Siddhas no renunciaron al mundo como ilusorio. Todos ellos hicieron contribuciones significativas a la sociedad, por ejemplo, en medicina, ciencia y yoga. Ellos consideraban que el cuerpo físico era el templo de Dios, y por eso desarrollaron medios para realizar su potencial Divino. La enfermedad

ocurre cuando uno ignora los yamas y niyamas, según Tirumular. Su observación cura la enfermedad.

**Amor, generosidad y caridad.** "El amor es Dios", Anbu Shivam, según dice Tirumular en el Tirumandiram. Nos inspira a devolver el amor de Dios en pensamiento, palabra y acción. El gran Siddha Ramalingam, en el siglo XIX, hizo de la caridad su enseñanzas cardinal. Véase el artículo, "La preocupación social de los Siddhas", en la lista de referencias al final. El concepto de arrupadai de los Siddhas, "mostrar el camino a los demás", incluía qué hacer y qué no hacer para evitar el sufrimiento y expresar el amor de uno a los demás. Según el Dr. Ganapathi, en el mantra de los Siddhas, Sivayanama, debido a que "Siva" significa "felicidad", "Nama" significa sacrificio y "aya" significa resultado, el mantra significa "el resultado del sacrificio es felicidad".

**Aspiración.** El yoga y el tantra son caminos progresivos, que reconocen y buscan transformar la naturaleza humana a través de la sadhana yóguica, recordando "¿Quién soy yo?" y "dejar ir" las falsas identidades nacidas del egoísmo.

**La oposición a las castas, la ortodoxia, el dogmatismo, el poder de la religión institucional que limita la libertad de pensamiento, la libertad de expresión, la libertad de escritura, la libertad de reunión.** Los Siddhas eran rebeldes piadosos que criticaban las manifestaciones de la religión organizada, en particular el poder de los sacerdotes, la discriminación entre castas, el culto en el templo, la confianza en las escrituras, ya que esto despojaba y engañaba a los buscadores y creaba división social. Su visión del mundo se expresó en estas declaraciones repetidas a menudo: "Todos los países son mi patria, todas las razas son mis parientes" y "unidad en la diversidad".

### **Celebremos y honremos la generosidad de Yoga Siddhantham**

Estamos atravesando un período de la historia en el que los valores liberales están siendo reemplazados por aquellos que promueven el materialismo, el individualismo y el consumismo. Si bien el liberalismo ya no está amenazado por la inquisición de la Iglesia, está amenazado por regímenes autoritarios que están suprimiendo o subvirtiendo la prensa independiente, la libertad de expresión, la libertad de reunión y la educación liberal. Esto está sucediendo no solo en China, Rusia y en el mundo árabe, sino también en ciertos movimientos políticos en los Estados Unidos, la India y Europa. La existencia futura del valor liberal es tan dudosa y frágil como la nuestra. Los gobiernos pueden proteger o destruir el liberalismo. ¡No seamos complacientes! Recordemos que hay un precio a pagar por proteger nuestras libertades, que incluye la obligación de cumplir con nuestros deberes morales y cívicos. Celebremos

Sigue en página 4



## Honremos y celebremos (continuación)

los valores liberales que nos han permitido recibir y beneficiarnos de las sabias enseñanzas y prácticas del Yoga. Honrémoslos manifestándolos en nuestras propias vidas, apoyando políticas y leyes que promuevan valores liberales, y compartiéndolos y preservándolos para las generaciones futuras en todos los idiomas. Comprometámonos con actos que sean tanto morales como caritativos reconociendo que cuando amamos a los demás, amamos a Dios.

Para leer más:

"Haciendo lo opuesto: las cinco claves del yoga para las buenas relaciones"; ebook <https://www.babajiskriyayoga.net/spanish/bookstore.htm>

*The Lost History of Liberalism, from Ancient Rome to the 21st Century*, por Helena Rosenblatt.

"The Social Concern of the Siddhas", *The Yoga of Tirumular: Essays on the Tirumandiram*. [https://www.babajiskriyayoga.net/english/bookstore.htm#yoga\\_tirumular\\_book](https://www.babajiskriyayoga.net/english/bookstore.htm#yoga_tirumular_book)

"Mostrando el camino a los demás: Arrupadai", periódico de Kriya Yoga, otoño 2017; <https://www.babajiskriyayoga.net/spanish/flexport-ui/Journal-S-Fall-17-art.php>

"¿Depende nuestra moralidad de nuestra creencia en la existencia de Dios?", periódico de Kriya Yoga, invierno 2019; <https://www.babajiskriyayoga.net/spanish/flexport-ui/Journal-S-Winter-19-art.php>

## Yo soy porque me amas

por Durga Ahlund

Conduciendo sola por las montañas, el mantra de Babaji cabalga silenciosamente en mi respiración. Las ventanillas están bajadas y el techo corredizo abierto, el viento fresco y crujiente en mi piel. La luz del sol reflejada en las hojas de colores intensos del otoño me deja momentáneamente sin aliento. Mi corazón se abre de par en par y experimento una plenitud de deleite que no había sentido en mucho tiempo. Un mensaje espera en ese momento en el tiempo, "¡YO SOY, porque me amas!". Pronuncio el mensaje en voz alta. Me detengo en la próxima parada de descanso para escribirlo, ya que sé que debo contemplarlo profunda y completamente.

Lo que se imparte en silencio no es conocimiento intelectual, sino una especie de experiencia directa; la realización de una verdad a través de vivirla en el momento, una respuesta a una pregunta no formulada. El "YO SOY" en mí, autosuficiente, fortalecedor y sanador, se está manifestando en mi mente y cuerpo. Se siente como conexión. Es un sentimiento del gozoso entusiasmo del amor.

Se me ocurre que esta Presencia Yo Soy es el gurú interior, resolviendo o disolviendo lentamente todas las cosas y respondiendo a todas las dudas y revelando solo lo que necesita ser revelado, y solo en el momento adecuado. Tengo la confianza suficiente para aceptar la vida tal como es, la paciencia suficiente para esperar a ver qué sucede a continuación, la voluntad de hacer cualquier trabajo que me toque hacer y la confianza suficiente de que todo es como debe ser. Pero, ¿cómo puedo saber si esta Presencia es la responsable?

Me he sumergido profundamente y he viajado más allá de los límites de mi mente para encontrarme vagando en el corazón. Allí he experimentado y sentido una luz llena de gracia, pero no sé nada de esa Presencia que elijo reclamar como un compañero reconfortante. Siento que el amor es quizás el portal para conocer nuestro estado más profundo y verdadero del Yo Soy.

Empiezo a sentir que el Yo Soy divino está actuando a través de todos los seres, en todos los eventos y



comportamientos, independientemente de cualquier indignación o confusión que el ego pueda tener al respecto. Entonces trato de responder a cada circunstancia, agradable y desgradable, con un sentido de ecuanimidad. Estoy aprendiendo a aceptar la decepción, a estar menos afectada por ella. Me doy cuenta de que puedo resistirme más fácilmente a ser

Sigue en página 5

## Porque me amas (continuación)

golpeada por pensamientos y situaciones desafiantes que se me presentan. Y regularmente confío en un sentido de presencia mental para guiarme.

### Presencia cuestionadora

Si bien no dudo de la existencia de esta presencia, de esta guía interna dentro de mí, me pregunto ¿cómo se espera que alguien desarrolle una fe inquebrantable en la presencia de Dios o el Gurú, o de una luz divina, vasta y consciente, que nos guíe y apoye? A mis propios hijos solo les he dicho que al estar quietos y confiar en su corazón pueden experimentar los impulsos y la guía de una presencia de ser dentro de ellos. Les recuerdo los momentos en que experimentaron la sincronicidad, la intuición, la inspiración y eligieron correctamente o hicieron una cosa sobre otra, o simplemente tuvieron esa sensación de suerte al contar con ellas. Me recuerdan que generalmente no confían en estas experiencias como algo más que suerte, buena o mala, e intelecto, y si tal energía cósmica existe, entonces debería ser demostrable. Seguramente, dicen, el intelecto es más digno de confianza que el corazón, sea lo que sea.

Sugiero que para desarrollar un vínculo con el corazón uno necesita ser receptivo, necesita aprender a escuchar profundamente, sentir íntimamente y permitirse vivir el momento exactamente como es. El cuerpo emocional debe ablandarse para escuchar los impulsos del corazón. El ruido de la mente debe ser silenciado para poder vincularse con el intelecto. El intelecto se fija mientras busca discriminar, comprender. Es desde esa fijación, que analizamos y razonamos y pensamos. Es desde el intelecto que reflejamos y discernimos el bien y el mal. Es en el intelecto donde la conciencia nos impulsa a cambiar el comportamiento. El intelecto está muy cerca de una inteligencia superior, de la presencia. Es a través del intelecto que fluyen la inspiración y la perspicacia, pero la inspiración trasciende la astucia intelectual ordinaria. Es un de un orden superior. Esta inteligencia superior trasciende la razón y el pensamiento, pertenece al ámbito de la conciencia. No se fija. Es el reino del Testigo, que es el observador siempre presente.

La calidad de la mente está determinada por dónde y cómo se dirige tu atención. Uno necesita estar presente para atraer la atención al estado de conciencia. Una mente llena de pensamientos y deseos no tendrá el ancho de banda para recibir la inspiración, la comprensión y la paz que ofrece la mente superior. Una mente desprovista de todos los pensamientos no es necesaria, pero la conciencia requiere que ninguno de los pensamientos sea reclamado. Los pensamientos pueden venir fácilmente, pero deberían desaparecer con la misma facilidad. Los pensamientos viajan suavemente, intactos a través del espacio de la mente. Descubrí que se necesita verdadera sinceridad, aspiración y dedicación a la práctica de la meditación para mantener una conexión fuerte.

Lo que más me benefició a lo largo de mi camino fue que a una edad temprana pasé tiempo indagando y determinando que, quien yo soy, estaba ubicado

en mi corazón, no en mi cabeza. También reconocí desde mis primeros recuerdos, una fuente de guía interior y consuelo que me protegía. De hecho, no era a mi madre a quien acudía en momentos de confusión emocional, sino a algo dentro de mi propio ser. Me volví hacia adentro tanto en busca de consuelo como de explicación y comprensión. Era más una sensación de asentarse en nubes esponjosas que una visualización, pero la guía aparecía en ocasiones en mi mente como ondas onduladas grises, o surgía simplemente en una sola palabra que inmediatamente calmaba los miedos, explicaba cosas o me tranquilizaba para dormir. A una edad muy temprana le había dado a este estado mental reconfortante, rico en inspiración, el papel de ser mi mejor amigo. A diferencia de un amigo imaginario, mi mejor amigo nunca me llevó a la tentación o al conflicto. Y a medida que crecí, cuando el egoísmo me metió en problemas, mi mejor amigo nunca me dejó varado allí. Siento un profundo y duradero amor y reverencia por mi mejor amigo. Y supe que ese yo íntimo, YO SOY, también me amaba y cuidaba incondicionalmente.

El desafío para todos nosotros es romper el vínculo que tenemos con la condición humana normal, en la que parecemos atados de manera indeleble. Todos aceptamos y creemos que nacemos individuos, limitados por ciertas situaciones, obligados a vivir dentro de esas limitaciones lo mejor que podamos, y luego morimos. Para confiar en algo más allá del condicionamiento y la comprensión humanos, debes aspirar a una conexión con Dios/gurú/ser. Para crear nuevos circuitos que fortalezcan el vínculo entre la mente pensante y tu estado de ser superior y más puro vuélvete al silencio mental y observa la conciencia.

### Creando nuevos canales a través de la Conciencia

¿Cómo creamos nuevos canales, nuevos vínculos, para que podamos acercarnos conscientemente esa presencia divina que ya está dentro de nosotros y ser influenciados por ella? Desarrollando conciencia crearemos esos canales. ¿Qué es la conciencia? La conciencia es el estado puro e inalterado de atención en el que el pensamiento está ausente. La conciencia es el secreto de la felicidad. En la conciencia dejas ir en el momento cualquier demanda. En un estado de conciencia, dejas de buscar una experiencia diferente a la que estás experimentando. Entonces, cuando puedes estar presente y permanecer sin deseos, sin querer obtener algo o quitar algo, simplemente observando el momento, estás en un estado de presenciar.

Las conexiones se crean a medida que somos testigos de más y más. Cuando comenzamos a volvernos a la conciencia del testigo para comprender, esa conexión se fortalece. Para aprender a confiar en la conciencia sobre el pensamiento debemos optar por retirarnos del cinismo y de la gimnasia mental que normalmente usamos para resistir nuestra guía interna o para probarla o refutarla. Debemos aprender a reconocer nuestras resistencias

Sigue en página 6



## Porque me amas (continuación)

y la fuente de por qué nos estamos resistiendo a la integridad e influencia del alma. Debemos comenzar a renunciar a la importancia excepcional que le damos a la adquisición de conocimientos, a nuestra inteligencia y a nuestras historias personales. En esos períodos de silencio mental y emocional en los que podemos ir más allá de nuestro conocimiento acumulado, la conciencia se vuelve más expansiva y penetrante. Cuando exploramos regularmente el mundo en el estado de conciencia, el conflicto mental puede aclararse cuando la paz reemplaza el miedo, la duda y la inseguridad. Nos sentimos más ligeros, más claros y más en contacto con nuestro tierno ser.

### Somos afortunados como recipientes del Kriya Yoga

La sadhana de Kriya Yoga o cualquier práctica integral de asanas, pranayama, meditación silenciosa y conciencia puede fortalecer el sistema nervioso, reducir el estrés y ayudar a equilibrar las emociones, pero además el Kriya Yoga nos ofrece al Sat Gurú Kriya Babaji de quien podemos enamorarnos. Porque sin amor no hay Verdad. Sin Verdad no hay progreso.

Babaji puede ofrecernos un amor que trasciende todas las experiencias y emociones. Es un amor que

permanece presente incluso cuando no estás en un sentimiento del "estado llamado amor". Una madre conoce este tipo de amor. Independientemente de los desafíos, las frustraciones o el agotamiento de criar a nuestros propios hijos, el amor se vuelve más fuerte, más rico, más amplio, llegando mucho más allá de nuestra propia familia.

El amor por el Gurú es así. Nos ofrece ese mismo tipo de amor raro, verdadero y expansivo. Y así, al igual que a la madre, hay que amar incondicionalmente. El amor puro no es transaccional. No está cargado de pasión o drama. Este amor es puro, profundo, verdadera conexión y conectividad. Está alimentado por la conciencia, la gentileza y la compasión. Este tipo de amor crece con nosotros, fortaleciéndonos a nosotros y a nuestras relaciones. Es atemporal e incontenible. Este tipo de amor viaja a través de ti, más allá de ti y hacia el mundo. Es transformador porque contiene dentro una chispa de Verdad. Si el amor y la conciencia crecen lo suficientemente fuertes, la chispa se enciende y da vida a un fuego que transforma todo ante tus ojos. El Gurú es Amor, el Gurú es Verdad, el Gurú está dentro y la verdadera transformación ocurre cuando menos lo esperas. Es pura magia.

## ¿Cómo reconectas con el Gurú?

por M. G. Satchidananda

Recientemente recibí un correo electrónico de alguien en Moscú, Rusia con esta pregunta: "¿Cómo te vuelves a conectar con el Gurú?". Mientras meditaba cómo responder a esta pregunta me di cuenta de cuántas maneras podía responderla y cómo cada una dependía de una perspectiva diferente. Depende de como cómo responderías a la pregunta: "¿Qué es un Gurú?" ¿También depende de si está informado por la cultura occidental o india. ¡Se ha convertido en una palabra de la que se abusa mucho y se malinterpreta, especialmente en Occidente, donde se la ha asociado con maestros indios que no han practicado lo que predicen! Pero incluso en la India, cuando la gente dice cosas como "mi Gurú", muestran una falta de comprensión y aprecio por su significado. Otro tema es si la necesidad de reconectarse con los gurús es principalmente física, emocional, mental, psíquica o espiritual.

No he escrito sobre este tema en el periódico de Kriya Yoga desde el verano de 2004. En él incluí un capítulo titulado "Gurupurnimá" de mi libro "Kriya Yoga: inspiraciones en el sendero". En él describí los diversos roles o actividades tradicionales del Gurú como persona porque son más fáciles de entender para la mayoría de las personas que el significado y el verdadero significado de la palabra Gurú. Especialmente hoy, cuando hay tan pocas personas que se presentan como un Gurú, debido a que esta palabra está muy desacreditado debido a los muchos gurús que vinieron a Occidente, juntaron discípulos y cayeron en escándalos. Sus fracasos personales dieron origen a la popular revista "Yoga

Journal", que sin duda era anti-gurú y ayudó a crear una industria de estudios de "American Yoga". Ambas palabras, "Yoga" y "Gurú", se convirtieron en homógrafas con múltiples significados, completamente divorciadas entre sí en la ola de marketing comercial masivo que vino a continuación. Por lo tanto, en este artículo no repetiré lo que se escribió en este artículo anterior sobre los roles, la actividad, la relación y la persona del Gurú. Este artículo abordará la pregunta de "¿cómo reconectarse con el Gurú?". Especialmente, "¿cómo conectar con el Gurú interior?"

Pero durante la primera ceremonia de iniciación de Kriya Yoga sí explico que la palabra "Gurú" se entiende mejor como un "tattva", un principio particular de la Naturaleza o Shakti, que tiene el efecto de revelar cualidades divinas que incluyen "lo verdadero, lo bueno, lo hermoso y el amor incondicional".

Por lo tanto, cualquier cosa que suceda para revelarlos estas cualidades, ya sea un libro, un amanecer, los ojos de un bebé, por ejemplo, puede considerarse como una manifestación del "tattva del Gurú". Si una persona las manifiesta consistentemente, hay una tendencia a que los demás se refieran a esta persona como un "Gurú". Pero no es la persona la que es un "Gurú". El Gurú es la enseñanza y las prácticas impartidas al estudiante, nacidas de una conciencia superior. Es lo que viene a través de esa persona, ya sea que enseña o permanece en silencio, lo que toca el corazón de otra persona de

Sigue en página 7

## el Gurú (continuación)

manera profunda, revelando o manifestando estas cualidades divinas. A pesar de las limitaciones personales de la persona, el tattva del Gurú se manifiesta.

### ¿Cómo te reconectas con el Gurú?

Como se indicó anteriormente, la respuesta a esta pregunta depende de la necesidad de "reconectarse", ¿es principalmente física, emocional, mental, psíquica o espiritual?

Cada una de estas perspectivas limita su experiencia del Gurú. Como telos, pueden oscurecer o limitar lo que está brillando. La palabra Gurú se deriva de la palabra "guna", que se refiere a las tres modalidades de la Naturaleza: actividad, inercia y equilibrio (rajas, tamas y sattva). Todo el último capítulo de los Yoga Sutras de Patanjali está dedicado a cómo uno supera y trasciende su influencia y alcanza el objetivo final del Yoga, denominado kaivalya, libertad absoluta de la influencia de las gunas. El Gurú es, por lo tanto, quien lo guía a uno hacia esta meta. La práctica del Yoga se convierte en el Gurú en la medida en que eleva el nivel energético de la conciencia por encima y más allá de la perspectiva egoísta. La práctica también se convierte en el Gurú en la medida en que uno aprende de la experiencia personal. La sadhana o práctica yóguica, cuando se practica con regularidad y habilidad, permite que la visión perfore el engaño mental, conocido como los agentes de maya (el principio de la naturaleza que limita la conciencia), que son el tiempo, el espacio, la pasión, el karma y la ignorancia de la verdadera identidad de uno. Por lo tanto, superar cada uno de ellos requiere diferentes prácticas yóguicas. La sabiduría es el fruto de su práctica.

### Físico

Considera cuánto de tu tiempo y esfuerzo dedicas cada día a las necesidades o demandas del cuerpo físico relacionadas con la alimentación, el refugio, la supervivencia, la fatiga, la comodidad, la evitación del dolor, la búsqueda sensual y la tensión. La práctica regular de asanas o posturas yóguicas y las prescripciones dietéticas son el principal remedio para eliminar estas fuentes de distracción. Cuando las posturas se realizan con énfasis en su relajación y en sus efectos terapéuticos, más que en su ejecución, calman también los cuerpos emocional/vital y mental. Esta calma resultante crea la condición necesaria para que la conciencia se vuelva hacia adentro y se dé cuenta del Gurú interno, el Sí mismo. Entonces se puede realizar el dicho, "Gurú, Dios y el Ser son uno".

La conexión física con el tattva del Gurú también puede ocurrir cuando se está sentado en la presencia física de quien lo manifiesta. La mera presencia de una persona así eleva la conciencia de los demás. Las respuestas a las preguntas pueden surgir espontáneamente en la mente de los demás incluso antes de que se formulen.

Contemplar la imagen de un maestro con quien uno identifica el el tattva del Gurú también puede ser efectivo para reconectarse. Practicar las posturas 1, 2 y 18 de

la serie de Kriya Hatha Yoga de Babaji con devoción y cantar el mantra del Gurú también es efectivo.

### Emocional/vital

El cuerpo vital es el asiento de todas las emociones. La mayoría de estas son negativas. Las emociones negativas incluyen aburrimiento, depresión, tristeza, orgullo, miedo e ira. También es el asiento de todos los deseos, incluidos los pequeños gustos y disgustos. Interpenetra tanto el cuerpo físico como el mental, que son adyacentes en frecuencia vibratoria. Debido a que domina tanto nuestros sentimientos como nuestros pensamientos, el yogui busca neutralizar sus efectos.

La práctica del Bhakti Yoga hace esto directamente al dirigir las energías de uno hacia la emoción positiva del amor puro e incondicional. El objeto del amor es un ser o personalidad divina, un santo, dios o diosa. Los cánticos, el canto de canciones o himnos, la adoración y la ceremonia en grupo o individuales proporcionan los medios más comunes de expresión del Bhakti Yoga. A diferencia de la oración, no exige nada; no es petitorio. Es celebratorio e incondicional. Lo lleva a uno a la experiencia de la alegría o gozo. La alegría o el gozo, a diferencia de la felicidad, son incondicionales. El yoga enseña que la realidad última, es satchidananda o Ser Absoluto, Conciencia Absoluta y Gozo Absoluto. Sin embargo, debido a que se alimenta principalmente de las emociones, el Bhakti Yoga suele ser inestable y, por lo tanto, uno puede volver fácilmente a las tendencias emocionales negativas o a los hábitos mentales hasta que haya una purificación suficiente de estos a nivel mental mediante la práctica de la meditación.

### Mental

El cuerpo mental incluye los cinco sentidos, la memoria y la capacidad de coordinar el aprendizaje, las actividades físicas, la visualización, la planificación, la organización y el habla. Estos suelen ser impulsados por el hábito. Muchos recuerdos están condicionados por emociones, ya sean positivas o negativas, a las que uno está apegado. Son una gran fuente de oscurecimiento. En consecuencia, uno no logra ver la realidad subyacente, que es de hecho el tattva del Gurú.

El medio yóguico de conectarse con el Gurú desde la perspectiva mental incluye el desapego de los movimientos de la mente. Patanjali se refiere a esto como "Kriya Yoga". En el Yoga Sutra II.1 dice que consiste en la práctica constante, el autoestudio y la entrega a Ishvara. En Yoga Sutra II. 24 escribe: "Ishvara es el Ser especial, intocado por cualquier aflicción, acción, fruto de acción o por cualquier impresión interna de deseo". En Yoga Sutra II.26, explica además que "Incondicionado por el tiempo, es el gurú incluso de los gurús más antiguos". En II.27 y 28, nos dice que "La palabra expressiva de Ishvara es el sonido místico Om", y que "Por lo tanto, uno debe repetir esta sílaba sagrada Om mientras reflexiona sobre su significado con devoción".

Sigue en página 8



## el Gurú (continuación)

En el Yoga Sutra, I.12, nos dice que mediante la práctica constante del desapego, uno deja de identificarse con las fluctuaciones de la mente. Esto se explica en el Yoga Sutra II.11: "En el estado activo, estas fluctuaciones de la mente son destruidas por la meditación".

Otro medio de conectarse con el Gurú es visualizar la forma de la persona del Gurú durante la meditación y repetir un mantra relacionado con el Gurú, como "Om Kriya Babaji Nama Aum". Babaji, la fuente y manantial viviente del Kriya Yoga ha dicho que al repetir su nombre con amor uno recibe su bendición y apoyo. Una de las perspectivas más fáciles, aunque impersonales, de conectarse mentalmente con el Gurú es pensar en "Babaji es amor y el amor es Babaji". ¡Entonces cualquier actividad hecha con amor se convierte en un medio para conectar con el Gurú! Consulta el enlace al artículo, "El amor, la gracia y el gurú", al final.

### Intelectual

El cuerpo intelectual es la dimensión en la que residen las ideas, las palabras y las enseñanzas. A diferencia de los movimientos del cuerpo mental, no tienen forma visual. Son abstractos, aunque puedan expresarse por escrito o por la voz.

El yoga proporciona enseñanzas de sabiduría como un medio para guiarnos a través de las limitaciones de la perspectiva intelectual. A diferencia de la filosofía, el propósito de las enseñanzas de sabiduría es brindar orientación sobre cómo evitar el sufrimiento y cómo realizar a Dios, el Ser y el Gurú. Un maestro que enseña sabiduría consistentemente es un gurú, un vehículo del tattva del Gurú. Meditar sobre las enseñanzas asociadas con un Gurú, recitar el Juramento del Kriya Yoga, "Acepto a Satguru Kriya Babaji como mi ideal y contemplaré estos..." tal como se enseñó en la primera iniciación, son todos medios para rendirse a Ishvara, que, como se mencionó anteriormente, es el Ser y el Gurú.

### Ser Psíquico

**¿Qué es el ser psíquico?** Se puede considerar como el Gurú interior, la voz de nuestra alma. Sri Aurobindo a menudo se refiere a él metafóricamente como una "chispa que proviene de lo Divino": "Lo psíquico es una chispa venida de lo Divino que está en todas las cosas y a medida que el individuo evoluciona crece en él y se manifiesta como el ser psíquico, el alma buscando siempre el Divino y la Verdad y respondiendo a lo Divino y a la Verdad cuando y dondequiera que se encuentre". (Aurobindo 2012: 105).

"Hay individualidad en el ser psíquico pero no egoísmo. El egoísmo desaparece cuando el individuo se une a lo Divino o se entrega por completo a lo Divino.

Es el ser psíquico más íntimo el que reemplaza al ego. Es a través del amor y la entrega a lo Divino que el ser psíquico se vuelve fuerte y manifiesto, para que pueda reemplazar al ego". 8. Aurobindo, (Aurobindo 1972: 124).

Puede percibirse como una luz mística detrás del centro del corazón. "Se puede decir del psíquico que es

eso [la parte luminosa de nuestro ser], porque el psíquico está en contacto con lo Divino y es una proyección de lo Divino en la naturaleza inferior. El psíquico está en lo profundo del corazón interior – el centro detrás del ser emocional. Desde allí se extiende hacia arriba para formar la mente psíquica y hacia abajo para formar el vital psíquico y el físico psíquico, pero por lo general uno se da cuenta de esto sólo después de que la mente, el vital y el físico se someten y se ponen bajo la influencia psíquica". (Aurobindo 2012: 122-123).

Uno puede realizar al Gurú interno en la medida en que ese ser psíquico viene del fondo al primer plano de la propia conciencia. Hasta que la perspectiva egoísta nacida de la falsa identificación con el cuerpo físico, las emociones y el movimiento de la mente se aquietan lo suficiente a través de la práctica purificadora de Kriya, Bhakti y Karma Yoga, uno tiene contactos ocasionales con el ser psíquico. Estos pueden proporcionar advertencias, ideas poderosas, respuestas a preguntas importantes.

En la primera iniciación de Kriya Yoga de Babaji se enseña Babaji Samyama Kriya, la séptima técnica de meditación, para comunicar con Babaji.

Cuando nos hacemos conscientes del ser psíquico interior, él dirige la sadhana (la práctica mediante la cual se alcanza la perfección, siddhi).

Podemos decir que el ser psíquico es el alma en la naturaleza, evolucionando a través de ella, apoyando y, a veces, cuando hay una apertura a su influencia, guiando a nuestra persona en el drama de la vida.

Hay claros indicios de su influencia en el ser interior, la mente interior, el vital interior y el físico interior.

"Estas cosas, amor, compasión, bondad, bhakti, Ananda, son la naturaleza del ser psíquico, porque el ser psíquico se forma a partir de la Conciencia Divina, es la parte divina dentro de ti. Pero las partes inferiores aún no están acostumbradas a obedecer o valorar la influencia y el control del psíquico, porque en los hombres el vital y el físico están acostumbrados a actuar por sí mismos y no les importa lo que quiere el alma. Cuando se preocupan y obedecen al psíquico, esa es su conversión: comienzan a ponerse la naturaleza psíquica o divina". (Aurobindo 2012: 122).

### Espiritual

El cuerpo espiritual o de gozo no tiene forma. Es el más sutil de los cinco cuerpos. Se experimenta más fácilmente en la meditación profunda cuando los otros cuerpos se vuelven silenciosos y quietos. Este estado se denomina samadhi en los Yoga Sutras. En él uno se da cuenta de la identidad con todo. Trasciende las palabras. Siendo Eso uno conecta con el Gurú. Uno también puede vislumbrarlo concentrándose en grandes dichos como "Babaji es amor" o "AnbuShivam" (Amor es Dios), "Estad quietos y sabed que yo soy Dios"; "Yo soy Eso", o "Eso soy". Lee mi libro "La iluminación: no es lo que piensas", para obtener más información.

Sigue en página 9

## el Guru (continuación)

### Referencias:

"Nuestra apertura psíquica al Divino" Periódico de Kriya Yoga, Parte 1, otoño 2019: <https://www.babajiskriyayoga.net/spanish/flexporter-ui/Journal-S-Fall-19-art.php> Parte 2 invierno 2020: <https://www.babajiskriyayoga.net/spanish/flexporter-ui/Journal-S-Winter-20-art.php>

"Babaji Samyama Kriya requiere apertura y receptividad", Periódico de Kriya Yoga, invierno, 2015 <https://www.babajiskriyayoga.net/spanish/flexporter-ui/Journal-S-Winter-15-art.php>

"El amor, la gracia y el gurú" Periódico de Kriya Yoga, otoño 2015: <https://www.babajiskriyayoga.net/spanish/flexporter-ui/Journal-S-Fall-15-art.php>

Kriya Yoga Sutras de Patanjali y los Siddhas, por M. Govindan <https://www.babajiskriyayoga.net/spanish/bookstore.htm>

Aurobindo, Sri. Letters on Yoga, Centenary Edition. Pondicherry: Sri Aurobindo Ashram Press, 1972.

Aurobindo, Sri. "Letters on Yoga" in Complete Works of Sri Aurobindo, Vol. 28.

Pondicherry: Sri Aurobindo Ashram Press, 2012

## El Yoga es un sendero de sabiduría y amor

por Dr. T.N. Ganapati

Este es un extracto de The Yoga of Tirumular: Essays on the Tirumandiram, pg.148-149



"El yoga puede estar asociado con la religión per se, pero se distingue claramente de la religión y las prácticas religiosas. Mientras que la religión habla de la realización de Dios, el Yoga habla de la realización del ser. Para lograrla, jnana (sabiduría) es el método adoptado por el Yoga. Los Siddhas tamiles insistieron en la importancia suprema del jnana y no enfatizan bhakti como el método de realización. En el

tener cuidado con obstáculos tales como los rituales, las escrituras, los templos, las iglesias, las mezquitas, etc., que obstruyen el camino y el progreso espiritual. Según los Siddhas la causa de la prevalencia de la ilusión en nuestras vidas es más institucional que personal".

En el prefacio de este libro, páginas XVII a XVIII, el Dr. Ganapathy también escribe:

"...en el caso de Tirumular no se encuentra ninguna referencia en el Tirumandiram de que adorase a las deidades individuales en algún templo en particular. De acuerdo con Tirumular la mejor forma de adoración no es la adoración con flores, sino no matar ni siquiera un átomo de vida, y el mejor lugar de adoración es el corazón donde reside el alma (verso 197)... Los Siddhas no eran devotos en el sentido de idólatras... Creían en una Abstracción Suprema. El uso recurrente de la palabra civam (sustantivo abstracto que significa 'bondad', 'auspiciosidad' y el estado más elevado de Dios, en el que Él existe como inteligencia pura) en lugar del término común civan (que significa Siva), hace que este punto quede muy claro. En otras palabras, creían en una idea abstracta de Dios en lugar de un Dios personal".

Él continúa escribiendo: "Tirumular se refiere a Sivam como amor. Su filosofía básica es el amor, un amor espiritual, puro y sin adulterar, que no espera negociaciones ni resultados. El peso de la canción es el amor, lo que se refleja en muchos de sus versos (270, 272-274, 276, 279, 280-282, 286, 287, 416, 1005, 1456 y 2980). Las tres grandes declaraciones de Tirumular son: (i) El amor es Dios (anbe civam, verso 270); (ii) Que el mundo entero alcance la dicha que he recibido (yan perra inbam peruga i-v-vaiyam, verso 85), y (iii) La humanidad es una familia y Dios es uno (onre kuamum oruvane tevanum, verso 2104). Todos estos maha-vakyas del Tirumandiram son las diferentes formas de expresar que la Cosa Suprema es el amor y sólo el amor. El amor es

Sigue en página 10



## sabiduría y amor (continuación)

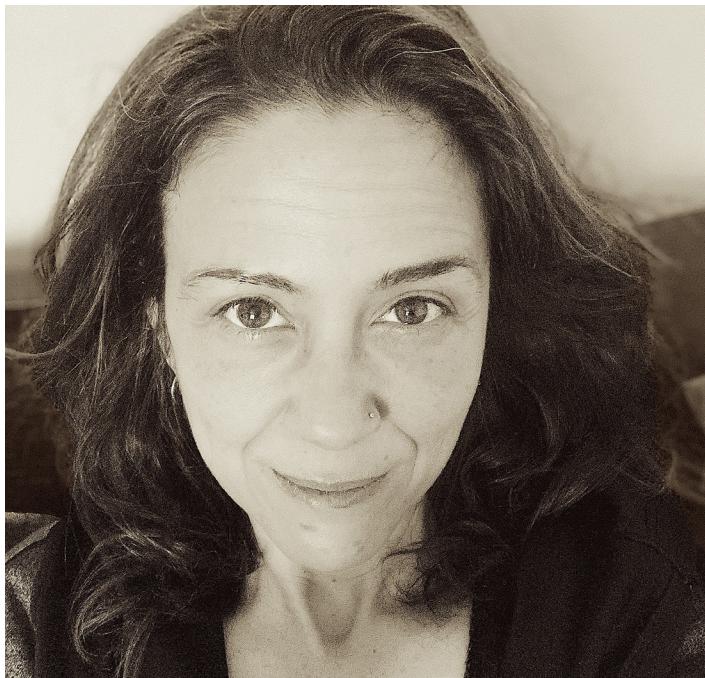
felicidad que puede ser alcanzada por cualquiera y, por lo tanto, la humanidad, es más, el mundo, es una familia con el amor (Dios) como base. Para evitar la erupción del egoísmo, que es la antítesis del amor, Tirumular ha otorgado al mundo el sastra (tratado) del Tirumandiram (verso 87). La base del Yoga o unión es el amor. Sólo a través del amor uno se fusiona con Sivam".

Nota 1: Truth Speaks, Civavakkyam, verso 21.  
[https://www.babajiskriyayoga.net/english/bookstore.htm#civavakkiyam\\_book](https://www.babajiskriyayoga.net/english/bookstore.htm#civavakkiyam_book)

Para obtener más información sobre este tema, lee *The Yoga of Tirumular: Essays on the Tirumandiram*, (solo edición en inglés) y La sabiduría de Jesús y los Yoga Siddhas (disponible en 6 idiomas) en la página de la librería aquí: <https://www.babajiskriyayoga.net>.

## Acharya Chandra Devi, nuevo miembro de la Orden de charyas

Nos complace presentar a nuestros lectores a un nuevo miembro de la Orden de Acharyas de Kriya Yoga de Babaji, quien fue incluida en la Orden en Italia el domingo 17 de abril de 2022, durante una ceremonia que celebró su cumplimiento de los requisitos de membresía y su compromiso público de servir al público compartiendo las enseñanzas de Babaji y Su Kriya Yoga.



Chiara Strani., recibió el nombre de Chandra Devi. Ha estado practicando Kriya Yoga de Babaji desde 2010. Esto es lo que dice sobre sí misma:

"Viví muchas vidas y tuve muchos trabajos en una pequeña parte del norte de Italia, antes de dedicarme a la agencia web de Internet de mi familia durante los últimos 15 años.

Siempre busqué el sentido del sufrimiento, mientras lo experimentaba y mientras lo superaba. En 1997 me encontré en un seminario donde practiqué mis primeras meditaciones y vislumbré algo desconocido que me liberó de un antiguo sentimiento de culpa. Estaba claro que tenía que buscar algo y comencé a explorar la realidad más allá de las apariencias.

Había escuchado el nombre de Babaji cuando era adolescente, por un amigo sadhu local que me contó

la historia de un encuentro que tuvo con Babaji en las montañas del norte de la India. El libro "Autobiografía de un yogui" siempre estuvo ahí en un estante. Lo había abierto pero nunca lo leí.

En 2003, el yoga me detuvo en una calle, literalmente, así que comencé a practicar Hatha Yoga y a aprender sobre Raja Yoga. En 2008, algunos eventos aparentemente aleatorios me trajeron

el Kriya Yoga de Babaji y lo poco que sabía sobre yoga tuvo sentido, con una perspectiva nueva y más amplia. Algo me hizo sentir como en casa.

Me encontré estudiando y enseñando yoga durante 10 años, distribuyendo una marca de Rudraksha malas, apoyando a Acharya Arjuna durante más de una década de seminarios de iniciación, traduciendo algunos libros sobre Kriya Yoga y organizando la distribución de las publicaciones de Kriya Yoga de Babaji, incluso cambiando de casa, siempre sabiendo solo después, cómo todo se conectó con las visiones en la meditación, con el poder creativo que podemos aprovechar.

Después del regalo de la tercera iniciación en la India, me retiré de las clases de yoga para integrar y profundizar mi estudio y práctica personal, y tal vez para dejar un rol. Empecé a ver la forma en que aparecen los principales cambios y desafíos, y cómo lidiar con ellos como sadhana yóguica en acción. La idea de la separación entre la práctica y la vida comenzó a desvanecerse.

Uno de los muchos tesoros que he encontrado en Kriya Yoga es un grado de desapego. Acepto la alegría y la tristeza por igual, sabiendo que van y vienen. Veo el espacio donde las cosas toman forma por sí mismas, trato de seguir las señales, de estar disponible sin interferir y permitir que una Voluntad mayor impulse el juego de la vida.

A esta Voluntad me encomiendo y me inclino ante el poder del Kriya Yoga para transformar la percepción y el significado de la experiencia de vida. Lo que he visto suceder a mi alrededor y a otros practicantes me inspira el deber moral de servir a la misión social y global del Gurú.

¡Jai Babaji! ¡Om Sharavana Bhava!".

# Notas y noticias



**Iniciaciones en el Ashram de Quebec en el 2022 con M. G. Satchidananda:** 1a iniciación: 20-22 mayo, 2-4 septiembre (inglés). 2a iniciación: 24-26 junio, 14-16 octubre; 3a iniciación: 22-31 de julio 2022.

**Formación de Profesores de Kriya Hatha Yoga: 30 junio - 15 julio 2022.** ¡Aprende cómo hacer profundamente espiritual tu práctica de Kriya Hatha Yoga de Babaji! Desarrolla la confianza y la competencia para compartirla con los demás. Más detalles aquí: [https://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/hytt\\_quebec\\_2022.pdf](https://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/hytt_quebec_2022.pdf)

**Nuevas publicaciones en lengua india.** Nos complace anunciar la publicación de los siguientes títulos en los idiomas locales de la India: een tamil, una nueva traducción: *La voz de Babaji*. En kannada: *La voz de Babaji, Babaji y la tradición de Kriya Yoga de los 18 Siddhas*, y más adelante en este año *Kriya Yoga: inspiraciones en el sendero*. En hindi, a finales de este año, el tercer volumen de *La voz de Babaji*. Los residentes de la India pueden solicitar estas y muchas otras publicaciones en nuestro sitio web de comercio electrónico de la India: <https://babajiskriyastore.in/>

**¡Recibe nuestras nuevas tarjetas con mensajes de Babaji!** Te inspiran y te recuerdan a Kriya Babaji y la sabiduría de nuestra tradición. Te las enviaremos por Whatsapp 2-3 veces por semana en 6 idiomas según tu elección. Al mismo tiempo, publicaremos en inglés en Instagram ([instagram.com/babajiskriyayoga](https://www.instagram.com/babajiskriyayoga)). Para más información, haz click aquí aquí para descargar el PDF.

**Reuniones de satsang en línea, clases de yoga, preguntas y respuestas.** Muchos de nuestros Acharyas están ofreciendo su apoyo a iniciados y no iniciados a través de clases online de Hatha Yoga, así como reuniones de satsang a través de comunicaciones en el ciberespacio como Zoom. Sin embargo, otras técnicas de Kriya Yoga que se enseñan durante los seminarios de iniciación no se pueden compartir durante éstos. Su propósito es alentar a los participantes a meditar y, en segundo lugar, dar algo de inspiración. Las preguntas

de los iniciados sobre las técnicas de Kriya Yoga se responderán solo en un entorno personalizado, donde se garantice la confidencialidad, ya sea por correo electrónico o una llamada telefónica o en persona.

**Usa Zoom para unirte a clases en línea de Kriya Hatha Yoga, meditación y reuniones de satsang:**

**En Europa, para iniciados: Satsang los domingos.** 12.00 GMT+1 (14.00 Central European Time) duración: 60 a 90 minutos.

**Satsang diario – Babaji's Kriya Yoga Sri Lanka:** Cada día, de lunes a sábado, a las 5 p.m. India Standard Time (12.30 a 13.30 GMT+1). Para más detalles: <https://kriyayogasangha.org/babajis-kriya-yoga-online-satsang/>

**En Sao Paulo, Brasil:** para iniciados: Satsang todos los días, 6:30 p.m. (São Paulo Time Zone). Clase de Hatha Yoga todos los viernes a las 8:00 a.m para todos. <https://us02web.zoom.us/j/5184926117?pwd=UnFVWmdSZC9PK0JoN0xPTGMxd3pSQT09>

ID: 518 492 6117 Password: babaji

**At Flora des Aguas, Cunha, Brasil:** De lunes a viernes, de 6:30 am a 7:30 am: Kriya Hatha Yogaasanas clásicas de Yoga, de 7:30 am a 8:10 am: Pranayama, meditación, lecturas y mantras védicos. Contacto: [fabifsamorim@hotmail.com](mailto:fabifsamorim@hotmail.com). En portugués.

**En India, Satsang del domingo.** 12.00 GMT+1 (14.00 CET) duración: 60 a 90 minutos. [https://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/english\\_Intlsatsang-infotext-suday.pdf](https://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/events/english_Intlsatsang-infotext-suday.pdf)

**Visita nuestra página venta online,** 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

*Sigue en página 12*



## Notas y noticias (continuación)

encriptada por lo tanto es una página segura. ¡Échale un vistazo!

**Suscríbete al curso por correspondencia, La gracia del Kriya Yoga de Babaji.** Te invitamos a unirte a esta aventura de auto-exploración y descubrimiento, extraída de los libros dictados por Babaji en 1952 y 1953. Recibe por correo, cada mes, una lección de 18-24 páginas desarrollando un tema específico, con ejercicios prácticos. Más detalles aquí: [http://www.babajiskriyayoga.net/spanish/bookstore.htm#grace\\_course](http://www.babajiskriyayoga.net/spanish/bookstore.htm#grace_course)

Visita el blog de Durga. [www.seekingtheself.com](http://www.seekingtheself.com).

**Pedimos a todos los subscriptores de la zona euro,** que cuando sea posible nos envíen el pago de la suscripción anual de 12 euros mediante transferencia a "Marshall Govindan", Deutsche Bank, International, BLZ 50070024, número de cuenta: 0723106, re. IBAN DE09500700240072310600, BIC/Swift code DEUTDEDDBFRA por la suscripción anual a esta publicación. En España, enviar 12 euros a Nityananda, escribe a [hunben@gmail.com](mailto:hunben@gmail.com) para más detalles.

---

## **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 finales de marzo de 2022, quizás no recibáis el siguiente número.

### **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", Françoise Laumain, 50 rue Corvisart, 75013 Paris, France. Notifique a Amrit por correo electrónico ([amrit @ babaji.ca](mailto:amrit@babaji.ca)) de la renovación de su suscripción.

