



Kriya Yoga

d e B a b a j i

Cómo crear las condiciones para un samadhi duradero

por M.G. Satchidananda

Los iniciados del Kriya Yoga de Babaji suelen experimentar el estado de conciencia conocido como samadhi durante las dos últimas sesiones de la tercera iniciación. En ocasiones, algunos lo hacen incluso antes, pero no son conscientes de ello. "Samadhi" se refiere a la absorción cognitiva en la que el objeto de la conciencia es la conciencia misma. Como la conciencia no es una cosa, el samadhi literalmente no es lo que piensas. Se caracteriza por el silencio mental.

Como cualquier experiencia,

tiene un principio y un final, y cuando termina, la conciencia vuelve a los estados inferiores, que implican la perspectiva del ego. Esta perspectiva incluye la identificación con el cuerpo físico, las emociones, los recuerdos y las opiniones o creencias. Uno olvida el estado de conciencia de samadhi hasta que puede crear las condiciones en las que se disuelvan los antiguos condicionamientos.

En nuestra naturaleza humana somos impulsados individual y colectivamente por hábitos (*samskaras*) y tendencias de

morar en los recuerdos (*vasanas*). Ellos nacen del apego y la aversión, del agrado y el disgusto, del placer y el dolor. Forman nuestro condicionamiento en su totalidad. Este condicionamiento es único para cada individuo. Es lo que nos hace diferentes a cada uno de nosotros. Una de las fuentes más importantes de nuestro karma son las consecuencias de nuestro condicionamiento. Casi todo lo que nos sucede a cada uno de nosotros se debe a este condicionamiento, hasta que uno comienza a dejar partir los hábitos y la tendencia a morar en los recuerdos. Esto puede ocurrir cuando uno se da cuenta, por ejemplo, de que el hábito o el recuerdo no le sirven y luego aplica algo de fuerza de voluntad para dejarlo ir.

Contenidos

1. Cómo crear las condiciones para un samadhi duradero, por M. G. Satchidananda
4. Mahakumba Mela (Parte 3) por Durga Ahlund
11. ¿Por qué creó Dios el mal?
12. 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; fax: 450-297-3957 email: info@babaji.ca
Página de Internet: <http://www.babajiskriyayoga.net>

¿Cómo crear las condiciones necesarias para un samadhi duradero?

Después de aprender cómo

Sigue en página 2

Un samadhi duradero (continuación)

practicar las kriyas de samadhi y llevarlas a acabo durante algunos meses, o incluso años, uno puede entrar fácilmente a voluntad en el samadhi, al menos cuando está sentado solo, con los ojos cerrados, en un ambiente tranquilo. En el llamado primer nivel de absorción cognitiva, denominado samadhi “distinguido” (*sarvikalpa, samprajnata*), suele haber cuatro acompañamientos (*prajnata*).

“La absorción cognitiva diferenciada (*samprajnata*) es acompañada de la observación, la reflexión, el regocijo y la consciencia del Ser”

– Yoga Sutra I.17

Estos acompañamientos (*prajnata*) no son meras fluctuaciones de la conciencia, sino productos de la fusión entre el sujeto y el objeto de contemplación, como explico en mi comentario sobre el Yoga Sutra I.17 de Patanjali (ver la referencia al final de este artículo). Las observaciones son visiones. Las reflexiones son ideas con una comprensión profunda. El regocijo es la alegría incondicional. En la conciencia del Ser uno está absorbido por el único sentimiento de “yo soy” y nada más.

Patanjali nos dice que el samadhi duradero (*Nirvikalpa, asamprajnata*) sin estos acompañamientos, ocurre por la práctica prolongada y constante del desapego (*vairagya*) y por la creación de las condiciones mediante las cuales los viejos hábitos y tendencias pueden disolverse.

“Precedido por la práctica constante con la contemplación del desapego, [está el] otro [estado de absorción cognitiva no diferenciada], “*asamprajnata samadhi*”, que posee impresiones subconscientes residuales”

– Yoga Sutra I.18

“Para otros [yoguis], [el logro de la absorción cognitiva no diferenciada] es precedido por la devoción intensa, el coraje, la atención, la absorción cognitiva y la verdadera inspiración”

– Yoga Sutras I.20

En contraste con aquellos *yoguis* mencionados

en el verso anterior (Yoga sutras I.21), que dejan el cuerpo físico antes de alcanzar la absorción cognitiva no diferenciada (*asamprajnata samadhi*), aquellos que la alcanzan lo hacen desarrollando lo siguiente:

sraddha = Fe implícita en el Yoga, con confianza en la propia capacidad, en la propia sadhana o método y en el propio preceptor.

viryam = Energía, entusiasmo y coraje que surgen de tal fe y producen una devoción intensa en la que las emociones apoyan también la propia práctica.

smriti = Memoria; donde uno recuerda constantemente el camino, las lecciones aprendidas, para no caer de nuevo en una perspectiva mundana; uno permanece atento.

samadhi = Uno cultiva de forma regular la experiencia de la absorción cognitiva. Aunque no es constante debido a las fluctuaciones de la mente y a las distracciones, se desarrolla por medio de la sadhana yóguica.

prajna = Discernimiento; intuición. Mediante la vigilante autoconsciencia, momento a momento, uno recibe intuiciones y guía a través de los acontecimientos de la propia vida.

La fuerza y la energía espirituales producen atención y vigilancia. Uno recuerda el camino constantemente y las lecciones aprendidas, para no caer de nuevo en perspectivas mundanas. Este recuerdo produce una contemplación ininterrumpida.

El “*asamprajnata samadhi*” puede venir como una consecuencia eventual de la experiencia repetida del “*samprajnata samadhi*” – conforme se disuelven gradualmente las tendencias del subconsciente. Sin embargo, puede también venir como resultado del cultivo, por parte de los estudiantes, de ciertas tendencias positivas, enumeradas en este verso, como fe, entusiasmo, vigilancia, discernimiento y contemplación. Éstas crearán las condiciones ideales por las que las viejas tendencias pueden ser disueltas.

Sigue en página 3

Un samadhi duradero (continuación)

Tales contemplaciones continuas o samadhi traen el discernimiento entre lo permanente y lo impermanente, entre lo que produce alegría y lo que produce sufrimiento, y entre el Ser verdadero y el cuerpo, la mente y la personalidad.

¿Cuánto tiempo llevará?

A menudo me divierte la frecuencia con la que los estudiantes están impacientes por los resultados. Condicionados a esperar resultados que lleguen rápidamente con poco o ningún esfuerzo, e ignorantes de lo limitados que están por sus hábitos y tendencias de vivir en el pasado, pocos están preparados para hacer el esfuerzo necesario para dejarlos ir y cultivar la aspiración a transformar su naturaleza humana. Patanjali nos dice que el tiempo que debe transcurrir antes de que se establezca un samadhi duradero depende de las siguientes condiciones.

“[Para aquellos practicantes que son] absolutamente decididos [en su práctica, el logro de la absorción cognitiva] es inminente”

– Yoga Sutra I.21

Uno puede tener vislumbres del samadhi, la experiencia del Ser, en la que nuestra mente se concentra interiormente, y uno se llena con el gozo absoluto, pero el desafío real es que esta experiencia se vuelva prolongada y estable. Para hacerlo así uno necesita practicar con devoción intensa y entusiasta, cultivar la consciencia del testigo y volver la mente y los sentidos hacia dentro, lejos de las tendencias dispersantes. Cuando la concentración y la consciencia del testigo se vuelven espontáneas y continuas, esto se conoce como práctica intensa y decidida (*tivrasamaveganam*).

Más aún, el cuánto tiempo lleve dependerá de la intensidad de la propia práctica.

“Así, la diferencia característica [respecto a cuán rápidamente la absorción cognitiva] es alcanzada depende de si la práctica del yogui es débil, moderada o intensa”

– Yoga Sutra I.22

Una práctica “débil” es inconstante, esporádica, llena de dudas, de subidas y bajadas y llena de distracciones que dispersan a uno. Una práctica “media” tiene periodos de intensidad y de devoción, alternados con periodos de olvido, distracciones e indulgencias en pensamientos y hábitos negativos. Una práctica “intensa” se caracteriza por la determinación constante en recordar al Ser y en mantener la ecuanimidad en el éxito, el fracaso, el placer y el dolor, creciendo en amor, confianza, paciencia y simpatía por los demás. Se puede volver intensa cuando adoramos nuestra forma escogida de Dios o intentamos ver a la Divinidad impregnándolo todo, yendo más allá de nuestros deseos que surgen. No importa la intensidad de los sucesos o circunstancias, no importa cuán grande sea el juego de la ilusión (maya) o la obra llena de drama, continuamos viendo completamente a la Divinidad.

Práctica: Cultiva la fe, el entusiasmo, la vigilancia, el discernimiento y la contemplación para disolver las viejas tendencias. Entra repetidamente en la absorción cognitiva diferenciada (*samprajnata samadhi*) usando las kriyas de samadhi que se enseñan durante la iniciación de III nivel del Kriya Yoga de Babaji.

Abraza todo lo del mundo como Divinidad, cultivando la visión universal del amor.

Sumérgete en la realización de las prácticas. Cada día da un paso más. Ve todo como parte del Plan Divino, desarrollándose perfectamente para tu evolución. No veas nada como fuera de ese Plan Divino o contrario a él. Sé persistente y estable.

Referencias: Para leer más: Kriya Yoga Sutras de Patanjali y los Siddhas, por Marshall Govindan, disponible en once idiomas en nuestra librería: https://www.babajiskriyayoga.net/spanish/bookstore.htm#patanjali_book



Maha Kumb Mela en Hardiwar, 2010 – Parte 3

por Durga Ahlund

Té con Aum y silencio

Sexta semana en el Kumbh Mela y ha sido una maratón ruidosa. Desde que llegamos, hemos caminado de seis a ocho millas cada día hacia los campamentos y de vuelta de ellos, y pasamos de 4 a 6 horas practicando posturas de yoga y meditando. Nos reunimos con muchos santos yoguis y nagababas, tomamos prasaad (comida bendita) de agua y azúcar de las manos de estos babas, navegamos por enormes ríos de humanidad y masas de devotos que estornudaban, tosían y cantaban. Sorprendentemente, Govindan y yo nos mantuvimos sanos.

Mi momento favorito lo pasé dulcemente, compartiendo tranquilamente con los estudiantes. Recuerdo estar sentada con un estudiante avanzando durante el almuerzo comentando sobre la importancia absoluta de la purificación profunda en este camino. Dije que él requiere un tipo de limpieza que elimine todo condicionamiento. Es fundamental que al menos determines por ti mismo cuál es tu rasgo o comportamiento condicionado más arraigado y que estés dispuesto a desarraigarlo. Si puedes desarraigar eso, he descubierto que puedes liberar muchas de las otras ondas automáticas de pensamientos, sensaciones y tramas provenientes de otras fuentes que te mantienen estancado. Para mí fue la necesidad de abandonar mi tendencia a decir siempre lo que pienso. Me di cuenta de que lo que me alejaba de mí misma y me causaba sufrimiento era mi necesidad de decir siempre lo que pienso, mis molestias, mi sentimiento de agravio, mis opiniones y mis juicios. Decir lo que pienso no hacía más que atarme a mi condicionamiento y reforzar los enredos mentales negativos. Opinar rara vez ayudaba a nadie, y simplemente alimentaba mi propia indignación o mi fervor moralistas. Decir lo que pienso sólo me atrapaba y enredaba en las reacciones de mis propias emociones. Ser consciente de ello me ayudó a ver la verdad de mi enojo y de mi infelicidad. Fue un verdadero regalo del Yoga cuando pude reemplazar mi tendencia a decir lo que pienso con una reflexión silenciosa. La clave para tomar conciencia de lo que hay en nuestro propio

camino es practicar los días de silencio. Los he practicado regularmente, 24 horas de silencio un día a la semana, todas las semanas, durante años.

Sentí que no era mi práctica diaria de meditación, sino mis días continuos de silencio, lo que más me beneficiaba. El silencio amplió mi comprensión y experiencia de la conciencia. Me ayudó a ver las cosas de nuevo. Me ayudó a ver que la verdad está disponible en la conciencia, que no está ahí cuando dices lo que piensas. La distancia, la claridad y la observación tranquila y desapegada que experimenté durante esos días de silencio me llevaron a hacer una pausa, reflexionar y responder cuando era necesario, en lugar de reaccionar ante todo lo que surgía para desafiar la vida diaria. La práctica transformó mi forma de experimentar la vida y de estar con los demás. Asumir un día de silencio iluminó mi mente y amplió mi corazón. Los días de silencio fueron días de alerta y reverencia, un tiempo y espacio para conectar con la conciencia con gracia, atención y asombro. Esos días me otorgaron una nueva visión de mi vida, de mi karma y mi dharma, y de cuán interrelacionados están. Desarrollé reverencia por mi vida, que era fresca y vital. Aprecié lo que me habían dado, los desafíos que me hicieron buscar más y que me hicieron reconocer que ya tenía todo lo que necesitaba. Aunque a mis hijos no les gustó que me tomara ese día de la semana para no hablar, dijeron que sentían un cambio de energía en la casa que agradecían. El silencio me permitió ver que todo lo que me impulsaba a decir lo que pensaba, era en realidad sólo el impulso de Ser y ser Yo.

Me di cuenta de que no había tenido ni un solo día de Silencio durante las semanas en la Kumbhamela y que me lo estaba perdiendo. No había habido espacio ni tiempo para simplemente Ser, y ser yo.

Esa noche comí una cena ligera compuesta por un sándwich de verduras asadas y té de limón y jengibre. Una hora más tarde, me enfermé gravemente. Vomité toda la noche, tuve malestar abdominal severo y diarrea. Permanecí boca arriba, en

Sigue en página 6

Maha Kumb Mela en Hardiwar (continuación)

la cama, durante dos días. Un par de estudiantes habían tenido síntomas parecidos a los de la gripe durante unos días. Nadie se había quejado de problemas del tracto digestivo. Esto seguramente me estaba ofreciendo una limpieza interna profunda y tiempo y espacio para estar en silencio y ser simplemente yo.

Mientras yo permanecía en la cama Govindan dirigía la sadhana matutina. Me dice que cuatro de nuestros estudiantes fueron temprano esta mañana al campamento de Pilot Baba y recibieron mantra diksha (iniciación) de él. Se vistieron de ocre y les dieron nombres espirituales, un mantra, los tocaron en varios puntos y les dieron una rudraksha para usar cuando la meditación era difícil.

Otro grupo salió temprano para bañarse en el Ganges. Después del baño regresaron a nuestro campamento de Kriya Yoga, encendieron un fuego y cantaron durante cuatro horas. A continuación se planeó un maravilloso almuerzo tardío en la tienda del campamento. Me debatí entre acercarme y participar en el yagna o no. Elegí quedarme quieta. Me sentía mareada y necesitaba dormir. Planeaba estar bien a la mañana siguiente y comenzar el día con la sadhana temprano en la mañana. Y por la noche iba al ashram de Anandamayí Ma para asistir al aarati. Seguramente Su energía Divina me sanaría de cualquier enfermedad persistente.

Llegó la mañana y sentí escalofríos y comencé a toser. Estaba agotada. Hacía varios días que no dormía bien. Me vestí y bajé al restaurante a por una olla de agua hirviendo y a intentar comer un poco de avena. Me encontré con un grupo de kriyabanes abajo. Dos de ellos partían hacia Rishikesh. Planeaban quedarse allí hasta que el autobús regresara a Delhi para tomar el vuelo de regreso el 2 de marzo. Los otros cuatro se quedarían en Haridwar. Estas encantadoras personas habían estado aquí con nosotros desde el 13 de enero. Habían retrasado sus vuelos de regreso, ya que el Kumbhamela había sido una gran ofrenda de gracia para ellos. Han recibido mucho de sus experiencias aquí. Permanezco en silencio. Saben que he estado enferma de estómago y no me

piden que hable.

Todos sus rostros estaban brillantes y resplandecientes; aunque dos de ellos también habían tenido un día de vómitos y diarrea y uno no había dormido en una semana. El insomne dice que ha podido observar su mente durante este tiempo pero que no ha podido meditar en absoluto. Permanezco en silencio, me comunico con el pensamiento y el gesto. Son muy queridos para mí.

He dormido poco durante el último mes y ahora no he comido desde hace varios días. Yo tampoco tengo sueño ni tengo hambre. Estoy en un estado de introversión y me siento autónoma. Auto-contenida, como en un capullo, protectora de mí misma, cuidadosa de lo que como, bebo, respiro o introduzco en todos los niveles. El hotel y las calles son ruidosas y los olores de la cocina tienen un fuerte aroma a especias. Me encuentro añorando el aire puro y tranquilo del hogar.

Hace unos días, en el ashram de Kriya Yoga donde meditaba Lahiri Mahasaya, conocimos a un antiguo discípulo de Kriya Yoga, miembro de la organización Self-realization Fellowship india. Les dio a todos una cuenta de rudraksha con tres caras del árbol del jardín. Además, le dio a Satchidananda un libro escrito a partir de los escritos del santo ebrio de Dios, Swami Rama Tirtha, escrito en 1905.

Me encanta leer a Swami Rama Tirtha. Habla brillantemente sobre el tema de "encontrar la unidad con el Señor". Él dice que debemos establecer una relación con Aquel que es indescriptible, más allá de las palabras, que es uno sin igual. Swamiji dice: *"Alcanzadlo a través del AUM. AUM es Su universalismo omnipresente, que incluye a tu propio Ser."*

"Canta AUM correctamente y llenarás el corazón y la mente de paz, tranquilidad y bienaventuranza. Canta AUM correctamente y podrás experimentar el océano ilimitado de poder y energía dentro y fuera de ti. Cantar AUM es tomar un baño refrescante y tonificante en el Ganges. Limpia el cuerpo y la mente y reemplaza la impureza y la discordia por paz y serenidad."

Durante esta Kumbamela los sadhus han he-

Sigue en página 6



Maha Kumb Mela en Hardiwar (continuación)

cho sonar la caracola diariamente en todos los campamentos. Cada vez que los sadhus soplan la caracola se produce el AUM. Puedes oírlo y experimentarlo. Ralentiza tus pensamientos y tu respiración, concentra tu mente y, como el tamborileo, resuena en la atmósfera con vigor y confianza. El AUM, el sonido de la caracola, te ayuda a fusionarte con el Señor en tu corazón.

Hace días que no escucho la caracola y creo que la extraño. Mientras estoy sentada en mi habitación del hotel soy consciente de una creciente irritación por los sonidos incesantes, la gente charlando, los hombres en la calle vendiendo mercancías, las motocicletas, los platillos y los bhajans cantados desde parlantes distorsionados, chocando, golpeando y los neumáticos chirriantes y las bocinas. Intento escuchar el AUM, a pesar de estos ruidos, o incluso trabajando a través de ellos. Es una buena práctica, me digo, pero no lo escucho. Empiezo a cantar AUM en voz alta, para que Dios sepa que todavía estoy aquí. Bebo un poco de té de limón tulasi y me relajo. He roto mi silencio. Estoy empezando a sentirme yo misma.

Andrew Cohen, directo y al otro lado de la mesa

Ayer estuvimos en Rishikesh. Pasamos tiempo nuevamente con Swami Shankaradas. Sentí una sensación de tristeza al abandonarlo mientras se despedía sonriendo en el balcón de la azotea del Hotel Rajdeep. Tuvimos que despedirnos temprano de Swamiji para tener tiempo de llegar al auditorio del Sivananda Ashram donde nos encontraríamos con Andrew Cohen. Andrew, un popular gurú espiritual estadounidense, iba a dar una charla sobre la Iluminación Evolutiva. Les dije a todos los presentes que eligieran qué querían hacer con su tiempo. Nos reuniríamos a las 19:30 en un lugar acordado para abordar el autobús de regreso a Haridwar. Mucha gente optó por permanecer con Swamiji. Seguramente el Swami que había vivido en una cueva toda su vida tendría para ellos más que este estadounidense.

Algunos de nosotros caminamos rápidamente hasta el Sivananda Ashram, bajamos la colina,

cruzamos el puente Ram Jhula, subimos por la calle sinuosa y retrocedimos al menos mil escalones hasta la espaciosa área de recepción abierta que se había preparado para Andrew en un auditorio. La habitación estaba inundada de luz solar y hermosos ramos de orquídeas moradas, gerberas amarillas y gladiolos rojos estaban colocados alrededor de la silla del frente. Una señora con una kurta azul oscuro juntó las cortinas, aquí y allá, para bloquear parte de la luz solar directa. Abrió las puertas y permitió que una brisa refrescante fluyera por toda la habitación. Entré a la habitación buscando a Satchidananda, quien no había visitado a Swami Shankardas sino que había venido directamente aquí. Estaba sentado en una silla al lado de una ventana, la cortina ondeaba ligeramente con la brisa. Me había guardado una silla, cerca de la ventana y cerca de la puerta, ¡perfecto!

Me senté y disfruté los siguientes quince minutos, observando a la gente que había venido al Sivananda Ashram en la India para escuchar a un iconoclasta estadounidense hablar sobre el tema de la “Evolución de la Iluminación”. Un montón de gente de aspecto serio llenaba el auditorio, algunos sentados en sillas, otros sentados en el suelo. Había swamis y laicos, occidentales e indios. La mayoría eran occidentales, y casi todos iban vestidos como yoguis de ocre y naranja o de rosa, amarillo o blanco. Había muchas cabezas afeitadas.

Andrew, por otro lado, entró en la habitación riendo, ¡vistiendo el atuendo más llamativo que había visto desde los años 70! Llevaba una camisa chartreuse de manga larga y un chaleco dorado con flores estampadas por todas partes. Llevaba el pelo corto y lucía su característico bigote. Tenía más canas de las que esperaba, pero yo también.

Andrew se hizo cargo de la habitación de inmediato. Comienza a hablar sobre los estados profundos de meditación y samadhi, que muchos de nosotros estábamos experimentando. Él dice que es en esos estados donde los pensamientos desaparecen, la respiración desaparece, el tiempo desaparece y el cuerpo desaparece, que pode-

Sigue en página 7

Maha Kumb Mela en Hardiwar (continuación)

mos encontrar a Dios como “urgencia extática”. Dice que “Dios quiere que queramos estar aquí, expresando plenamente la vida. Ese Espíritu está dentro de cada uno de nosotros y brilla como Urgencia Positiva y Creativa”. Dice que “Kundalini es Dios, y Ella puede verse como una expresión de Urgencia Creativa, evidenciada primero como deseo sexual”.

Andrew continúa diciendo que tenemos que desarrollar, hasta cierto punto, fuerza dentro de nuestro ser separado, al haber experimentado estados elevados de conciencia. Sin embargo, dice que muchos de nosotros nos hemos perdido en nuestra propia fascinación. No nos falta confianza; estamos seguros de nosotros mismos. Un gran problema en la sociedad actual es el narcisismo.

Andrew habla de un número abrumador de jóvenes de entre veinte y treinta años que sufren de negatividad. Con su mente tan llena de confusión y angustia existencial, no ven ninguna razón para la vida, ninguna razón para estar aquí participando en el juego de la Consciencia. Se sientan y se paran como si tuvieran el peso del mundo sobre sus hombros. Noto que algunas personas en la audiencia responden cambiando de postura.

El mundo, afirma, nunca antes había visto una época en la que tantas personas pudieran vivir tan bien. Nunca antes tanta gente había tenido tanto dinero y la capacidad de hacer lo que quisieran. Por supuesto, admite, mientras un destello de compasión cruza su rostro, hay millones de personas que carecen de las necesidades básicas de la vida y que viven toda su vida en la pobreza y la carencia. Pero, además, comienza de nuevo, hay muchos millones que viven con todo lo que necesitan para una buena vida, y aun así sufren.

El sufrimiento que experimentan se debe a que no comprenden que Dios está dentro de ellos mismos. Dios está más cerca que su propia sangre y el significado de la vida es que Dios quiere que “tú” estés aquí, que estés presente, disfrutando y creando de nuevo. Dios es energía dinámica positiva. Dios está disponible para cada uno de nosotros en nuestra evolución hacia seres humanos más conscientes. Dios se está expresando cada vez que hacemos algo creativo, en cada “impulso

de crear algo nuevo”. Está en aquellas personas que están tan llenas de energía creativa dinámica y un sentido de urgencia que trabajan sin dormir, completamente centradas en la tarea que tienen entre manos.

La charla dura dos horas y después hay muchas preguntas del público, algunas interesantes, otras bastante narcisistas.

Satchidananda va a darle la mano a Andrew. Andrew extiende su mano antes de acercarse a él. “¡Hola Marshall!”, dice Andrew, “finalmente nos encontramos. Carter Phillips te envía saludos”. Satchidananda traga saliva. Había concedido una entrevista bastante provocativa a Carter Phillips en “What is Enlightenment” hace muchos años.

Al día siguiente estoy nuevamente enferma, con dolor de cabeza, náuseas, congestión y tos. No me levanto para ir al campamento a realizar la sadhana matutina. Bajo al comedor alrededor del mediodía y veo a algunos de nuestro grupo disfrutando de un desayuno tardío. Charlamos sobre cómo y cuándo sabemos lo que se supone que debemos hacer en la vida.

Yo digo: “Bueno, para mí es importante hacer un trabajo que disfruto y cuando realmente funciona para mí, mi energía fluye hacia él sin resistencia. De eso se trata el trabajo que “se supone” que debemos hacer. Esa experiencia de ser y ser yo es el Señor dentro de mí, dándome retroalimentación. La sensación de disfrute, propósito y sensación de libertad es un circuito de retroalimentación, comentarios de tu alma. Tú sólo tienes que estar abierto y receptivo, dispuesto a aceptar lo que sientes en tu corazón, como tu respuesta.

Satchidananda entra al restaurante con Andrew Cohen, su esposa y un séquito de unas diez personas más. Conocí personalmente a Andrew por primera vez. Es muy fácil estar con él. No tiene aires de gurú, ninguna de las personalidades de “gurú” que mantiene cuando está en el escenario enseñando. Su esposa es india y encantadora, también muy abierta y amigable. Ella pide comida. Parece saber exactamente cuánto pedir de todo. Ella me dice que debo comer kechari sin especias para ayudar a que mi cuerpo se recupere-

Sigue en página 8



Maha Kumb Mela en Hardiwar (continuación)

re. Desafortunadamente, el kechari que se sirve es, como siempre, muy picante y salado. Puedo comer sólo una pequeña parte de la ración. No sirvió.

Hablamos de muchas cosas con Andrew, de su revista "Evolutionary Enlightenment", del movimiento de Kriya Yoga y de varias personalidades espirituales que hemos conocido y no hemos conocido, teorías de conspiración de las que hemos oído hablar recientemente y también, lo más serio, sobre los jóvenes y la generación del "yo" y de su falta de energía para estar aquí. Dice que esta generación requiere una disciplina mental estricta y dice: "¿No te apetece simplemente sacudirlos y decirles "sal de ahí"? Quiere tomarlos por los hombros, sacudirlos y darles una bofetada en la cara diciendo: ¡Despertad! Le pregunto si ya ha escrito un libro dirigido a esta generación. Dijo que no. Le pregunto por qué no y le sugiero que escriba un libro para llegar a ellos. Dice que es una buena idea. Yo digo que necesitan un maestro con quien puedan identificarse. Tanto Andrew como su esposa sonríen ampliamente. Espero que sea una idea que se manifieste pronto en un libro.

No lo esperaba, pero me gustó Andrew Cohen. Satchidananda pasó el resto del día con él y su grupo. Visitan a los nagababas. Un nagababa de noventa y cinco años que aparenta sesenta, demuestra cómo ha sabido eliminar todo deseo sexual. Envuelve su pene alrededor de su espada y la mete debajo de sus piernas. Dice que esta acción destruye toda sensación sensual, elimina todo deseo sexual y transmuta la energía. Toda la poderosa energía sexual sube a los chakras superiores, dice. Un alumno de Andrew filma todas las reuniones. Ninguno de los sadhus se niega a ser filmado.

Después de visitar el campamento de Juna Akhada, visitan a Pilot Baba y pasan aproximadamente una hora con él hablando de varias cosas. Pilot Baba reconoció a Andrew de inmediato, pero Andrew no recuerda haber conocido nunca a Pilot Baba. ¡Pilot Baba le cuenta que pasaron una hora en su habitación de hotel en la ciudad de Nueva York hace unos cinco años! Finalmen-

te, tanto Andrew como su esposa recordaron el encuentro. Andrew pensó que era muy extraño que se hubiera olvidado de la reunión. Andrew le preguntó a Pilot Baba si su objetivo era la trascendencia o la transformación. Pilot Baba dice, transformación, pero la transformación no es posible en maya. Ésta es una cuestión clásica. Sin embargo, no fue posible continuar esta conversación, debido a las circunstancias particulares de la reunión del grupo. Habría sido interesante escucharlos a los dos debatir profundamente ambos lados del asunto. Govindan me dice cuánto le agradaba Andrew y cuánto habían disfrutado ambos el día.

Un día de transformación

El día es Holi, se dice que es el día del triunfo del bien sobre el mal, de la devoción sobre la ambición. Creo que es simplemente una tradición loca en la India, un poco como Halloween... Es un día en el que muchos se deleitan arrojando agua sobre extraños desprevenidos y arrojándose polvos de colores brillantes unos a otros. Los colores tienden a manchar la ropa y la piel, por eso les digo a todos que no deben usar nada que quieran volver a usar. Temprano en la mañana y ya parece que todos en el hotel están salpicados de colores brillantes, incluso los camareros del restaurante y el personal de mantenimiento. Y todos están de muy buen humor. Pensé que Holi seguramente era sólo un día de diversión y frivolidad.

Sin embargo, algo mágico estaba en el aire, imbuido en esos polvos de colores brillantes en el Maha Kumbh Mela 2010.

Pensé que lo que atraía a los estudiantes al Maha Kumbh Mela era la idea romántica de que era una oportunidad para que uno encontrara a su gurú personal. No esperaba que fuera una oportunidad para transformar los límites o facetas de la personalidad. Sin embargo, hubo dos transformaciones que ocurrieron en Holi, justo frente a nuestros ojos. ¡Y fue glorioso!

Uno de estos cambios le ocurrió a un hombre de unos cuarenta años. Satchidananda lo había iniciado en Europa. No lo había conocido antes del viaje. Lo llamaré Sr. M. Al conocerlo, todo lo

Sigue en página 9

Maha Kumb Mela en Hardiwar (continuación)

que pude pensar fue: “¿Qué estás haciendo aquí?” Parecía tan crítico, desagradable, rígido, un poco oscuro; simplemente un hombre irascible y sin sonrisa al que, obviamente, juzgaba con dureza.

El señor M. parecía preferir seguir siendo un extraño para todos nosotros. Pensé que era un observador inteligente, pero me costaba imaginar que estuviera dispuesto a explorar o apreciar realmente la cultura que había venido a ver desde tan lejos. “¿Por qué vendría aquí un hombre así”, le preguntaba una y otra vez a Satchidananda, quien simplemente respondió: “Me sorprendí un poco cuando se inscribió”. ¿Fui implacable, haciendo preguntas sobre él? “¿Era realmente un estudiante de Kriya Yoga? ¿Qué sabes sobre el Sr. M.? ¿Que hace para ganarse la vida? Pasé más de unos momentos considerando con sospecha sus motivaciones.

La primera noche de la Mela, mientras todos los demás descansaban o cenaban, noté que el señor M. salía solo por la noche. No socializó dentro del grupo durante las semanas. No venía para la sadhana matutina. Un día lo vi sentado solo en un restaurante que le había recomendado la noche anterior. Sonreí y saludé con la mano, pero él no respondió, miró directamente a través de mí. Estaba en una mesa de la esquina con la espalda contra la pared, capaz de ver a cualquiera entrar o salir. De vez en cuando miraba de reojo por las dos ventanas opuestas. Parecía sospechar de todos, teorice que o era un profesional antiterrorista altamente capacitado aquí para nuestra protección o, por el contrario, tenía alguna razón nefasta para estar aquí.

No recuerdo haber visto nunca al Sr. M. en nuestro campamento para la prácticas grupales o en la charla nocturna. Puede que haya venido para la ceremonia del fuego y los cánticos, no lo recuerdo. Sin embargo, caminó por los campamentos y lo vi de vez en cuando sentado con varios babas. Sabía inglés, pero no era su lengua materna, y tenía un acento marcado. No hablaba hindi, pero parecía dedicar tiempo e interés a todos los babas, aunque sólo hablaban hindi. En algunas ocasiones lo vi sentado con otros estudiantes a la hora de comer. Y aunque no había barrera

del idioma, nunca lo vi conversando.

El señor M. y yo nos enfermamos el mismo día de ese violento malestar estomacal. Parecía estar realmente angustiado. Lo vería por un momento moviéndose por el hotel. Nunca hablamos. Estaba en silencio y nunca me había hablado. ¿Por qué empezar ahora? Siempre le sonreía y saludaba. Me daríamos un asentimiento.

Y entonces llegó Holi, ese día salvaje en el que vuelan polvos de colores, en el que el bien triunfa sobre el mal, en el que el amor, la devoción y la amistad reemplazan a la ambición y al miedo. Ambos habíamos recuperado nuestra salud, pero después de la sadhana matutina en el campamento regresé rápidamente al hotel y permanecí adentro el resto del día para evitar el caos afuera. Hacia el final del día, cuando estaba sentada con un estudiante tomando el té, el Sr. M. entró corriendo al vestíbulo del hotel con otro estudiante. ¡El Sr. M. era un espectáculo digno de ver! ¡Era un asombroso fenómeno multicolor! Cada parte de su cuerpo era de un color diferente, al menos todas las partes que podía ver. ¡Su cara y cuello estaban morados! Su pecho, todos los tonos de rojo y rosa. Sus brazos, manos y pies, su ropa, todo ligado al color. ¡Nunca antes había visto a nadie cubierto tan completamente y tan espesamente como él! No pude evitarlo, me eché a reír y caminé directamente hacia él. Al Sr. M. no le hizo gracia mi atención, ni le alegró que lo bañaran en esta celebración de Holi. El hombre que estaba con él me dijo emocionado que un grupo de naga-babas lo habían agarrado, lo habían sujetado y le habían echado polvos de colores por todas partes. Continuó diciendo que cuando un Baba lo vio, uno lo señaló y todos saltaron del camión en el que viajaban, lo señalaron y alegremente, riéndose, lo untaron con estos diversos colores. Curiosamente, no habían tocado a este otro hombre, que estaba junto a él, simplemente observando cómo transcurría todo. Sólo tenía manchas de polvos en la manga de su camisa. Inmediatamente me volví hacia el Sr. M. y, sonriendo, dije: “¡Bueno, eso fue un regalo y una verdadera gracia!” Me miró con bastante severidad, quizás enojado por mis ojos

Sigue en página 10



Maha Kumb Mela en Hardiwar (continuación)

que bailaban de deleite y felicidad.

Creo que eso fue el comienzo de una gran transformación en el señor M. Esa noche se enfermó; de hecho, muy enfermo. Se produjo una verdadera purga. Le enviaron té y tostadas a su habitación y le pedí que lo visitara un médico. Fue días después, cuando finalmente salió de su habitación. Parecía una persona diferente. ¡El Sr. M. se acercó a mí y me dijo que tenía sordera temporal en un oído! Pero él estaba sonriendo cuando lo dijo. Este nuevo hombre era abierto y amigable y sus ojos estaban llenos de luz. Ya no vi al hombre oscuro, enojado y sospechoso que estaba acostumbrado a ver. Nos sentamos y hablamos. Compartió que pensaba que iba a morir aquí en la India. Dije que tal vez lo había hecho en cierto modo. Le conté que una vez yo también estuve muy enferma durante una peregrinación a la India y pensé que iba a morir. Esto, dije, es la India y la Maha Kumbh Mela no es un lugar para turistas. También le dije que lo había visto hablar muy a menudo con grandes babas, quienes pueden ser bastante compasivos. También le dije que realmente sentía que ser señalado y bañado en los polvos de Holi como él era, era algo intencional y poderoso, había sido purificador y transformador y era un acto de pura gracia. Le dije, te ves maravilloso, te ves completamente diferente. El señor M. desestimó mis palabras, pero vi que sus ojos brillaban. Se tomó un momento para reflexionar y dijo: “Bueno, supongo que ya veremos”. Le sonreí y por primera vez, podría decir, me gustó el señor M.

Luego había un joven estudiante de Japón que era tremendamente tímido. Su cuerpo, mente y personalidad eran tan formales que se negaba a mirar a nadie a los ojos. No había hablado con nadie, a pesar de que hablaba inglés con fluidez, aunque muchos de los estudiantes, incluso las chicas guapas, intentaron hablar con él. Hasta que eso sucedió, al final del día de Holi. Al final del día, este joven estaba literalmente bailando en las calles, cubierto de polvos de colores, sonriendo y charlando con todos. Después de ese día de frivolidad y locura y de estar empapado en polvos de colores, este joven estaba brillante

y resplandeciente. Era amigable, bailaba con las alumnas, hablaba con todos, conversaba con confianza y camaradería. Esta felicidad y energía positiva también continuaron a la mañana siguiente y durante el resto del viaje. ¡Holi fue algo que nunca esperé! ¡Un día de transformación! ¿Qué “jugos” esos polvos de colores?

En general, ninguna peregrinación debe ser fácil. Y ésta no fue fácil para nadie. La mayoría de los participantes de los tres grupos hablaron de la fricción externa, los momentos incómodos y las emociones fuertes que habían encontrado durante su estancia en la Kumbh Mela. Algunos coincidieron en que fueron esos momentos difíciles los que les ayudaron a reconocer aspectos de sí mismos que hasta el momento no habían visto. Algunos compartieron que habían podido ver las habituales bromas y trueques de sus mentes. Algunos pudieron superar los miedos, las dudas y la ira de toda la vida, o se encontraron por primera vez capaces de perdonar y se sintieron capaces de aceptar y seguir adelante con la vida tal como es. Muchas personas mencionaron tener más confianza en su práctica de Yoga y en sus vidas.

Y otros siguieron siendo turistas. Hablaban sólo de acontecimientos externos, de cosas que hicieron y vieron. Algunos se quejaban de los defectos de los demás, pero al mismo tiempo carecían de la misma cualidad en ellos mismos. Algunos se jactaban de sus logros. Los puntos ciegos permanecen y el ego resiste.

Después de todo, la peregrinación es un estado de ánimo. Se necesita tiempo para entender eso. Quizás todos deberíamos habernos quedado en la Maha Kumbh Mela durante los cuarenta y ocho días completos. El cambio siempre requiere que nos encontremos con nosotros mismos. Siento con seguridad que la Mela permitió el tiempo y el espacio para que todos conocieran al menos por un momento quiénes son realmente. Incluso un encuentro momentáneo entre la mente y quien tú eres puede conducir a un cambio real, e impulsarte hacia tu destino. Supongo que tendríamos que esperar y ver.

¿Por qué creó Dios el mal?

Un profesor de la universidad hizo a sus alumnos la siguiente pregunta:

- ¿Todo lo que existe fue creado por Dios?

Un estudiante respondió valientemente:

- Sí, creado por Dios.

- ¿Dios creó todo? - preguntó un profesor.

“Sí, señor”, respondió el estudiante.

El profesor preguntó:

- Si Dios creó todo, entonces Dios creó el mal, ya que existe. Y según el principio de que nuestras obras nos definen a nosotros mismos, entonces Dios es malo.

El estudiante se quedó en silencio después de escuchar tal respuesta. El profesor estaba muy satisfecho consigo mismo. Se jactó ante los estudiantes de haber demostrado una vez más que la fe en Dios es un mito.

Otro estudiante levantó la mano y dijo:

- ¿Puedo hacerle una pregunta, profesor?

“Por supuesto”, respondió el profesor.

Un estudiante se levantó y preguntó:

- Profesor, ¿el frío existe?

Respondió el profesor.

- ¿Qué clase de pregunta? Por supuesto que existe. ¿Alguna vez has tenido frío?

Los estudiantes se rieron ante la pregunta del joven. El joven respondió:

- En realidad, señor, el frío no existe. Según las leyes de la física, lo que consideramos frío es en realidad la ausencia de calor. Se puede estudiar una persona u objeto para saber si tiene o transmite energía.

El cero absoluto (-460 grados Fahrenheit) es una ausencia total de calor. Toda la materia se vuelve inerte y incapaz de reaccionar a esta temperatura. El frío no existe; creamos esta palabra para

describir lo que sentimos en ausencia de calor.

Un estudiante continuó:

- Profesor, ¿existe la oscuridad?

Respondió el profesor.

—Por supuesto que existe.

El estudiante respondió:

- Se equivoca de nuevo, señor. La oscuridad tampoco existe. La oscuridad es la ausencia de luz. Podemos estudiar la luz pero no la oscuridad. Podemos usar el prisma de Newton para difundir la luz blanca en múltiples colores y explorar las diferentes longitudes de onda de cada color. No se puede medir la oscuridad. Un simple rayo de luz puede irrumpir en el mundo de la oscuridad e iluminarlo. ¿Cómo puedes saber qué tan oscuro es un determinado espacio? Mides cuánta luz se presenta. ¿No es así? Oscuridad es un término que el hombre usa para describir lo que sucede en ausencia de luz.

Al final, el joven preguntó al profesor:

- Señor, ¿existe el mal?

Esta vez no estaba seguro, el profesor respondió:

- Por supuesto, como dije antes. Lo vemos todos los días. Crueldad, numerosos crímenes y violencia en todo el mundo. Estos ejemplos no son más que una manifestación del mal.

A esto el estudiante respondió:

- El mal no existe, señor, o al menos no existe por sí mismo. El mal es simplemente la ausencia de Dios. Es como oscuridad y frío: una palabra creada por el hombre para describir la ausencia de Dios. Dios no creó el mal. El mal no es fe ni amor, que existe como luz y calor. El mal es el resultado de la ausencia del amor Divino en el corazón humano. Es el tipo de frío que surge cuando no hay calor, o el tipo de oscuridad que surge cuando no hay luz.



Notas y noticias



Iniciaciones en el Ashram de Quebec en el 2022 con M. G. Satchidananda (en inglés):

1a iniciación: 17-19 mayo, 24-26 mayo, 30 agosto – 1 septiembre, 2024.

2a iniciación: 21-23 junio y 4-6 octubre 2024.

3a iniciación: julio 2024.

En francés:

1a iniciación: 10-12 mayo, 6-8 septiembre, 2024.

2a iniciación: 14-16 junio 2024.

3a iniciación: 28 junio – 7 julio 2024.

Kriya Yoga de Babaji: Profundizando en tu práctica por Jan "Durga" Ahlund y M. Govindan. ISBN 978-1-895383-88-1, 116 páginas, 22 x 28 centímetros, rústica con fotografías y diagramas. Precio: €15.26 o bien US\$19.50.

"Este libro ofrece instrucciones detalladas, diagramas y fotografías sobre la práctica de un grupo particular de 18 asanas o posturas conocidas como "Kriya Hatha Yoga de Babaji". Los textos y las instrucciones que ofrece permiten al practicante ir más allá del desarrollo y la salud del cuerpo físico, y transformar la práctica de las asanas de Yoga en una práctica espiritual, induciendo un estado más elevado de consciencia. A diferencia de publicaciones anteriores relacionadas con el Hatha Yoga, este volumen te mostrará cómo transformar tu práctica de Hatha Yoga en un medio para la realización del Ser. Introduce a los estudiantes al quíntuple sendero del Kriya Yoga de Babaji. Este libro está dedicado a los estudiantes nuevos en el Kriya Yoga, y también a

estudiantes ya iniciados que busquen profundizar en su propia práctica."

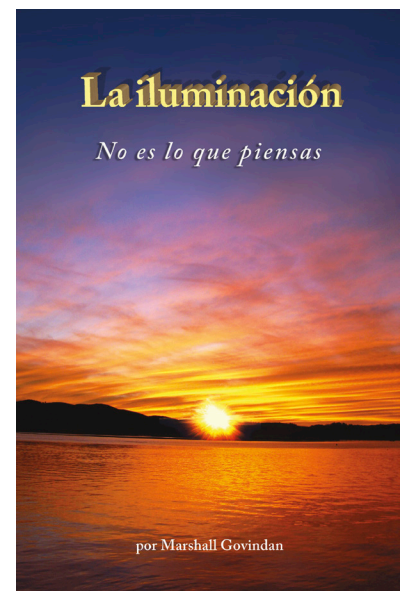
Para verlo: https://www.babajiskriyayoga.net/spanish/bookstore.htm#bky_dyp_book

La Iluminación :
no es lo que piensas, por M. Govindan, Kriya Yoga Publications ISBN 978-1-987972-04-7, 192 páginas, papel. Precio: €12.72 o bien US\$17.12.

La iluminación no es lo que piensas

revela cómo puedes sustituir la perspectiva del ego - el hábito de identificarte con el cuerpo, las emociones y los pensamientos - con una nueva perspectiva: el Testigo, la de tu alma... consciencia pura. Con una lógica convincente, prácticas para la vida diaria y meditaciones guiadas, el libro explica cómo puedes liberarte del sufrimiento, disfrutar de paz interior y encontrar una guía intuitiva.

La "iluminación" es la meta de muchas tradiciones espirituales. Hoy, un gran y creciente porcentaje de personas se identifican



Sigue en página 13

Notas y noticias (continuación)

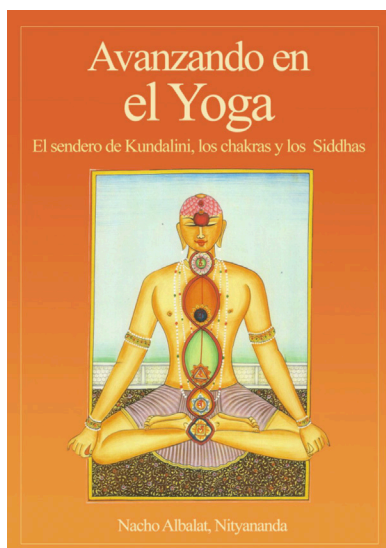
a sí mismas como siendo "espirituales pero no religiosas". ¿Qué significa esto? ¿Es más que el rechazo a la adherencia a la religión organizada? ¿Puede la ciencia confirmar la existencia de estados más elevados de consciencia asociados con la iluminación espiritual.

"La verdadera iluminación no es simplemente un estado elevado de la mente sino un cambio completo de consciencia del limitado ego a la suprema realización del Ser, en la que somos uno con toda la existencia – extendiéndose a todo espacio y tiempo y más allá.

Marshall Govindan revela los secretos de los Siddhas de Yoga y sus prácticas transformadoras que te ayudan a acercarte a esa iluminación suprema como la meta última de todo lo que haces."

– **Dr. David Frawley (Pandit Vamadeva Shastri)**; Director del American Institute of Vedic Studies; Profesor de Yoga, Ayurveda y Jyotish; Premio Padma Bhushan, otorgado por el presidente de la India; Autor de "Shiva, the Lord of Yoga" y de otros treinta libros

Para verlo : https://www.babajiskriyayoga.net/spanish/bookstore.htm#enlightenment_book



sobre cómo desarrollar

Nuevo Ebook
Avanzando en el yoga. El sendero de kundalini, los chakras y los siddhas, por Nityananda - Babaji's Kriya Yoga Publications, ISBN 978-1-987972-19-1, 150 páginas. Precio: €5 ó US\$5.50. "Avanzando en el Yoga" ofrece guía útil, clara y directa Kundalini, nuestro

potencial de consciencia y energía, y los chakras, los centros psico-energéticos en nuestro cuerpo vital.

"Yoga" significa unión con el Ser, y las disciplinas que lo hacen posible. El Yoga de los Siddhas busca el despertar de Kundalini y de los chakras, y al hacerlo, expande la consciencia más allá de los límites de la naturaleza humana ordinaria. Pero los viejos hábitos y tendencias se resisten al cambio. Este libro te ayudará a reconocer y purificar de forma efectiva estos condicionamientos.

Los temas tratados incluyen: el desarrollo del Testigo de Corazón, la sadhana (disciplina yóguica), el gozo del Ser, la liberación de las tendencias negativas, la aspiración y la Gracia, los chakras, la perfección lograda por los Siddhas en el cuerpo físico y consejos sobre las kriyas o técnicas avanzadas.

El autor, Nityananda, lleva décadas enseñando y practicando el Kriya Yoga de Babaji, y resume de forma concisa y directa años de experiencia práctica en el sendero.

"Avanzando en el Yoga" es una ayuda imprescindible para el proceso de avance y transformación del estudiante comprometido del Yoga.

Incluye también indicaciones para acompañar la práctica de Kriya Yoga de Babaji, y ofrece técnicas alternativas para estudiantes de Yoga en general.

Para verlo : https://www.babajiskriyayoga.net/spanish/bookstore.htm#advancing_in_yoga_book

¡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](#)).

Sigue en página 14



Notas y noticias (continuación)

[com/babajiskriyayoga](http://www.babajiskriyayoga.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:

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://kriyababaji.it/babajiskriyayoga-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=UnFVWmdSZC9PK0JoN0xPTGMxd3pSQTO9>

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 Yoga asanas clásicas de Yoga, de 7:30 am a 8:10 am: Pranayama, meditación, lecturas y mantras védicos. Contacto: 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-Intl-satsang-infotext-sunday.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 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

Pedimos a todos los suscriptores 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 DEUTDE33HAN por la suscripción anual a esta publicación. En España, enviar 12 euros a Nityananda, escribe a hunben@gmail.com para más detalles.

Por favor renueven por un año la suscripción a la publicación del Kriya Yoga de Babaji

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 de septiembre del 2024, 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", Jean Pierre Hesse, 60 route d'Aix les Bains, Rumilly, 74150, Francia email: rudran@orange.fr.

