

LECTURAS DIARIAS

[Sri Swami Sivananda](#)

Las notas y el glosario fueron agregados por la traductora

UNA PUBLICACIÓN DE LA DIVINE LIFE SOCIETY

Cuarta Edición: 2009

World Wide Web (WWW) Edición: 2011

WWW sitio: <http://www.dlshq.org/>

Esta publicación www es de descarga libre

© The Divine Life Trust Society

ISBN 81-7052-215-3

ES73

Publicado por
THE DIVINE LIFE SOCIETY
P.O. Shivanandanagar—249 192
Distt. Tehri-Garhwal, Uttar Pradesh,
Himalayas, India.

SHRI SWAMI SHIVANANDA

Nacido el 8 de septiembre de 1887, en la ilustre familia del Sabio Appayya Dikshitar y varios santos y sabios famosos, Shri Swami Shivananda tenía una aptitud natural para la vida dedicada al estudio y la práctica del Vedanta. Además, tenía un deseo innato de servir a todos y un sentimiento de unidad con toda la humanidad.

Su pasión por el servicio lo llevó a la carrera de medicina y pronto se inclinó hacia donde creyó que su servicio era más necesario. Malasya lo llamó. Anteriormente, había estado editando una revista en la que escribía extensamente acerca de problemas de salud. Descubrió que lo que la gente más necesitaba era un conocimiento correcto. Por lo tanto, adoptó la difusión del conocimiento como su misión.

Fue justicia divina y una bendición de Dios para la humanidad el hecho de que el médico de cuerpo y mente abandonara su carrera y adoptara una vida de renuncia capacitándose para asistir al alma del hombre. Shri Swami Shivananda se estableció en Rishikesh en 1924, practicó intensas penitencias y brilló como un gran Yogui, santo, sabio y Jivanmukta.

En 1932, Swami Shivananda fundó Shivanandashram. En 1936, nació la Divine Life Society. En 1948, se organizó la Yoga-Vedanta Forest Academy. Su finalidad fue la difusión del conocimiento espiritual y el entrenamiento de la gente en Yoga y Vedanta. En 1950, Swamiji emprendió una gira por India y Ceilán. En 1953, convocó a un 'Parlamento Mundial de Religiones'. Swamiji es el autor de más de 300 volúmenes y tiene discípulos en todo el mundo, pertenecientes a todas las nacionalidades, religiones y credos. Leer sus trabajos es beber de la Fuente de la Sabiduría Suprema. El 14 de julio de 1963, Swamiji entró en Mahasamadhi.

PREFACIO

Comienza el día con un pensamiento bueno que eleve al alma. Medita en el Señor. Repite Su Nombre. Eleva la mente a los reinos divinos. Ahora sal de tu cuarto de meditación. Contempla el mundo entero como el Virat-Svarup del Señor. Siente que la Energía Divina del Señor está fluyendo a través de ti, sirviendo a Sus propias manifestaciones. Cuandoquiera que durante el día este entusiasmo decaiga, recuérdale a la mente la corriente de pensamiento sublime con la que comenzaste el día. Eleva la mente al mismo nivel. Así, vivirás siempre en un estado elevado.

Nuestro objetivo es la perfección divina del ser humano. El hecho de que el hombre sea capaz de desarrollarse y aproximarse al estado ideal de perfección que su mente pueda concebir es un pensamiento común a toda la humanidad. Pero algunos lo interpretan sólo como un cambio mundano y otros como una total conversión de la personalidad humana. El ideal mundano es algo exterior, social, político, económico, una forma racional de tratar al prójimo y al entorno, una mejor y más amable forma de vivir. También incluye el desarrollo de la inteligencia, la voluntad y la razón, una ética noble, una estética rica y una vida emocional refinada. La educación y la creación de entornos sociales superiores y favorables constituyen el método adoptado para lograr este fin.

El ideal mundano tiene como campo sólo la vida presente y sus actividades. El desarrollo intelectual, emocional, ético y estético, la libertad política y el bienestar económico son todas cosas buenas y absolutamente necesarias para un crecimiento general del individuo y de su raza. Sin embargo, sin ningún propósito definido en la vida, sin un fin liberador e iluminador, terminan invariablemente en frustración. Todo eso constituye un movimiento en círculo constante. Realizar la Verdad Eterna y expresarla mediante los instrumentos perfectos, la mente y el cuerpo, es el principio y el objetivo total de la vida espiritual, y ese es el único ideal que puede dar satisfacción permanente y paz a la humanidad pensante.

CONTENIDO

Prefacio

PARTE I

Dinámica espiritual en el mundo mental

Capítulo 1

Mente: Sus tendencias y trascendencia

Capítulo 2

Ciencia y psicología del pensamiento

Capítulo 3

Psicoanálisis, parapsicología y el punto de vista indio

Capítulo 4

Las terapias espirituales y los efectos de las emociones negativas

Capítulo 5

Génesis de la esclavitud humana

Capítulo 6

Las visiones falsas y las trampas de la ilusión

PARTE II

El mundo psíquico y el proceso de evolución espiritual

Capítulo 7

Concentración, meditación y Samadhi

Capítulo 8

La naturaleza humana y los obstáculos psíquicos

Capítulo 9

Mantra y el fenómeno de la conciencia

Capítulo 10

Los primeros pasos en la evolución espiritual

Capítulo 11

Evolución espiritual

PARTE III

Los planos intuitivos y la estructura de la Vida Divina

Capítulo 12

Acróbatas intelectuales y superhombres espirituales

Capítulo 13
La experiencia intuitiva y el conocimiento conceptual

Capítulo 14
Base de la Experiencia del Ser

Capítulo 15
El proceso de conocimiento del Ser

Capítulo 16
Estructura de la Vida Divina

PARTE IV **Pautas de grandeza humana**

Capítulo 17
Principios fundamentales de la grandeza

Capítulo 18
El poder de voluntad y la formación de la personalidad

Capítulo 19
El autodesarrollo y el espíritu de servicio desinteresado

Capítulo 20
Los alcances trascendentales de la santidad

PARTE V **Los fines evolutivos y las técnicas de perfección espiritual**

Capítulo 21
Lo esencial y los fines evolutivos de la vida

Capítulo 22
El aspirante y el ímpetu innato hacia el Infinito

Capítulo 23
El hombre: Su herencia y su destino

Capítulo 24
El Sadhaka y algunos aspectos de la Sadhana

Capítulo 25
El Maestro y la guía espiritual

Capítulo 26
La dinámica de la devoción

[Capítulo 27](#)
[Evidencias de la Presencia Divina](#)

[Capítulo 28](#)
[Destino, fatalismo y libre albedrío](#)

[Capítulo 29](#)
[Adversidades y crecimiento espiritual](#)

[Capítulo 30](#)
[Continencia y técnicas de sublimación sexual](#)

[Capítulo 31](#)
[La filosofía y el filosofar](#)

[Capítulo 32](#)
[El Yoga de síntesis y las limitaciones de la ciencia](#)

[Capítulo 33](#)
[Vedanta: Sus disciplinas y su valor](#)

[Capítulo 34](#)
[Religión: Su filosofía y sus fines](#)

APÉNDICE

[Bases duraderas para ideales internacionales](#)

GLOSARIO

LECTURAS DIARIAS

PARTE I

Dinámica espiritual en el mundo mental

Capítulo 1

MENTE: SUS TENDENCIAS Y TRASCENDENCIA

1º de enero

Hábitos de la mente semejantes a los de una langosta

La mente está siempre inquieta, nunca se detiene en un punto fijo por un período considerable. Salta de aquí para allá. Está siempre cambiando y oscilando. Su hábito vagabundo se manifiesta de varias maneras. La vasta mayoría de las personas le ha permitido a la mente correr desenfrenada según su dulce voluntad, sus inclinaciones y deseos. La mente de personas mundanas es grosera: No es apta para la concentración, el autoanálisis y la introspección. La mente Rajásica es inquieta y turbulenta: Agita el cuerpo y los sentidos, y los ata a influencias externas. La mente de un aspirante espiritual es calma, recogida, perspicaz y sutil. Una mente bien disciplinada constituye una herramienta poderosa para lograr el estado supremo de liberación. La indagación espiritual debe ser llevada a cabo en la mente.

2 de enero

Naturaleza de la mente semejante a la de una mosca

La mente tiene siempre la tendencia de moverse hacia abajo. Prefiere deleitarse en la oscuridad, multiplicarse y morir allí antes que salir y vivir durante un corto tiempo en la luz diurna, como las flores. La mente del hombre es algo semejante a una mosca. Por supuesto, algunas veces, si hay un objeto de dulce aroma, puede que se pose en él por un momento. Pero al siguiente instante preferirá posarse sobre una pila de estiércol. Su naturaleza es esa. Del mismo modo, tal vez una buena melodía atraiga por un momento la atención de esta mosca de la mente humana, pero al siguiente instante, cuando se le da algo a lo que está acostumbrada, inmediatamente va y se posa en ello. Está acostumbrada a las frivolidades, a meras liviandades. Está acostumbrada a burlarse de otros y a atormentarlos. Cuando se le presenta un plato delicioso, se olvida del sendero espiritual y se posa en él.

3 de enero

Naturaleza humana semejante a la cola de un perro

El funcionamiento de Maya a través del complejo mecanismo de la mente humana es muy sutil y difícil de superar, y la naturaleza humana es fundamentalmente tan Asúrica e incorregible que el verdadero desarrollo espiritual y el progreso en la Sadhana son en verdad muy difíciles de lograr. Es muy difícil tener algún éxito en la vida espiritual y es una tarea tan cuesta arriba que realmente es sólo la Gracia Divina la que puede elevar al aspirante desde la oscuridad a la Luz. El ego del hombre es tan vehemente, confiado en sí mismo y rebelde que se rehúsa a cambiar su estado vicioso al estado de virtud, bondad y santidad. Es un error garrafal creer que la sola renuncia sea suficiente en la vida espiritual.

4 de enero

La mente y sus movimientos maquiavélicos

Una de las molestas paradojas en el sendero espiritual es que tu mente es tanto tu mejor amigo como tu peor enemigo. La mente se convierte en el mejor amigo sólo después de ser gradualmente entrenada para ello. Hasta entonces, debe ser considerada como un enemigo interno fastidioso y traicionero. Es extremadamente diplomática, astuta y deshonesto. Es una gran impostora. Uno de los toques maestros de la mente mañosa es engañar totalmente al aspirante haciendo que sienta e imagine con aires de suficiencia que la conoce perfectamente bien y que no puede ser desviado por ella.

5 de enero

Las emociones impetuosas y la verdadera Libertad

La libertad física no es libertad en absoluto. Si te entusiasmas fácilmente por emociones impetuosas e impulsos, si estás en las garras del estado de humor, los deseos y las pasiones, ¿cómo puedes ser verdaderamente feliz? Ríes cinco minutos y lloras cinco horas. ¿Qué pueden hacer por ti esposa, hijos, amigos, fama y poder cuando estás bajo el dominio de los impulsos de tu mente? Es un verdadero héroe aquél que ha controlado su mente. La conquista de la mente es la conquista del mundo entero. La verdadera victoria es sobre la mente, eso es verdadera Felicidad. La disciplina rigurosa y las restricciones autoimpuestas erradicarán finalmente todos los pensamientos desenfrenados, los impulsos descontrolados, los deseos y las pasiones. Uno debe convertirse en un Yogui perfecto.

6 de enero

Las diabluras de la mente humana

La mente tiene el don de hacer que el aspirante incauto se confíe creyendo que puede dominarla mientras lo convierte en un tonto. Sus engaños son sutiles. Has oído el dicho, “El demonio puede citar las Escrituras para su propósito”. Similarmente, la mente puede usar una virtud para inducir al vicio. Tiene una inclinación innata a la perversión. Puede incluso recurrir a un principio perfectamente bueno con el fin de justificar la peor de las acciones. A menos que se la examine fríamente, nunca pueden descubrirse sus trucos.

7 de enero

Los estragos de los temores imaginarios

La mente hace estragos por medio de su poder de imaginación. Los diversos temores imaginarios, la exageración, la mezcolanza, la dramatización mental y los castillos en el aire son todos debidos a ese poder de imaginación. Incluso un hombre totalmente saludable padece alguna que otra enfermedad imaginaria creada por ese poder ilusionista de la mente. Los temores imaginarios implican una tremenda pérdida de energía. Abandona todas las formas de temor. Medita constantemente en el Ser inmortal, indestructible y libre de temor que está en tu interior.

8 de enero

La conquista de los tres archienemigos

Lujuria, ira y orgullo constituyen la raíz de todas las enfermedades humanas. Son los enemigos de la paz y los parientes de todos los males. Levántate de mañana y medita en los estragos que generan estos tres en la vida del hombre. Si desarrollas el sentimiento de que extraerán tu vitalidad física y mental, y que deberías erradicarlos por tu propio

bien, entonces la conquista de estos tres enemigos será un asunto fácil. La victoria sobre estos tres archienemigos del hombre es la mayor conquista.

9 de enero

La mente inquieta y el dudoso control

Puedes perforar un diamante con el pelo de una barba; puedes atar a un elefante encaprichado con un fino hilo de seda. Puedes traer el sol para que juegue un niño; puedes hacer que la llama del fuego se dirija hacia abajo. Pero es difícil controlar a la mente. Para ganar maestría sobre la mente, debes conocer qué es, cómo trabaja, cómo te engaña a cada paso y por qué medios puede ser subyugada. Mientras la mente siga vagando inquieta entre los objetos, permanecerá fluctuante, excitada, agitada y descontrolada, y no será posible experimentar el verdadero goce del Ser. Controlar a la inquieta mente y acallar perfectamente todos los pensamientos y deseos es el mayor problema del hombre. Si ha dominado a la mente, él es el Emperador de emperadores.

10 de enero

Fácil método para el control de la mente

No le permitas a la mente ir de acá para allá como un perro sin rumbo. Mantenla siempre bajo tu control. Sólo entonces podrás ser feliz. La mente debe estar siempre lista para obedecerte. Si la mente te dice “Ve hacia el este”, entonces ve hacia el oeste. Si la mente te dice “Ve hacia el sur”, entonces dirígete hacia el norte. Si la mente te dice, “Toma una taza de té caliente en invierno”, entonces toma una taza de agua helada. Nada como un pez contra la corriente mental. Controlarás a la mente muy fácilmente.

11 de enero

Ejercicio para la relajación mental

Aquí tienes un hermoso ejercicio diario para la relajación mental. Te dará gran inspiración y fuerza. Cierra los ojos. Piensa en algo que sea placentero. Esto relajará la mente de forma maravillosa. Piensa en el inmenso Himalaya, en la sagrada Ganga, en el sorprendente paisaje de Kashmir, en el Taj Mahal, el Victoria Memorial de Calcuta, una encantadora puesta de sol, la vasta extensión del océano o el infinito cielo azul. Continúa de esta forma. Imagina que el mundo entero y tu cuerpo están flotando como una hoja en este vasto océano del Espíritu. Siente que estás en contacto con el Ser Supremo. Siente que la vida del mundo entero está latiendo, vibrando y palpitando a través de ti. Siente que el Océano de la Vida está acunándote lentamente en Su vasto seno. Luego abre los ojos. Experimentarás una gran paz mental.

12 de enero

Análisis introspectivo de la mente

En la introspección, la misma mente es el sujeto de estudio. Una porción de la mente estudia la porción restante de la misma. La mente superior estudia a la mente inferior. La introspección es percepción. Del mismo modo en que observas el trabajo que hace un culi, una porción de la mente observa los movimientos del resto de la mente. Mediante una observación cuidadosa, se detectan muchos defectos y se los elimina por medio de la Sadhana adecuada. Entra a una habitación silenciosa. Permanece en silencio

diariamente durante unos quince minutos, de mañana y de noche. Practica la introspección. Observa a la mente cuidadosamente. Por medio de la introspección subjetiva, deberás descubrir lo que la mente está haciendo a cada momento.

13 de enero

Técnicas de autosuperación

Sólo una profunda introspección puede revelar un poco de las misteriosas operaciones de la traviesa mente. Investiga a la mente una y otra vez. No seas benévolo con ella. La mente tratará de comprometerte. Ella persigue sin descanso sus fines ocultos. Sométete a un minucioso autoanálisis todos los días, sin falta. Deshazte de todos los sentimientos en este proceso. Conviértete en un inteligente, serio y dedicado investigador de ti mismo. Continúa con la búsqueda incesante y la vigorosa indagación interior. Ruega por la Gracia del Señor, lo único que puede vencer a la mente y que puede permitirte dominarla. Así solamente, mediante la introspección, el análisis, el discernimiento, la vigilancia y la plegaria, podrás entender la magia sutil de esto sorprendente llamado 'mente' y trascender sus engaños y trucos.

14 de enero

Control de la mente mediante el discernimiento

La mente quiere la repetición del placer que alguna vez disfrutó. El recuerdo del placer surge en la mente e induce la imaginación y el pensamiento. Como consecuencia, surge el apego. Por medio de la repetición, se forma un hábito; el hábito da lugar a un fuerte Trishna o anhelo; la mente entonces ejerce su poder sobre el hombre mundano, pobre, indefenso y de voluntad débil. Pero tan pronto como surge el discernimiento, el poder de la mente se debilita; ella trata de retroceder y desandar sus pasos dirigiéndose hacia su hogar original en el corazón. La voluntad se fortalece más y más cuando se despierta el discernimiento. ¡Gracias a Viveka que nos posibilita salir de este Samsara miserable!

Capítulo 2

CIENCIA Y PSICOLOGÍA DEL PENSAMIENTO

15 de enero

Análisis del pensamiento

El pensamiento es una fuerza vital – la fuerza más vital, sutil e irresistible que existe en el universo. Los pensamientos son cosas vivas; se mueven, toman forma, color, cualidad, sustancia, poder y peso. Puede que dejes de vivir, pero los pensamientos nunca morirán. Un pensamiento es tan sólido como una piedra. El pensamiento es la verdadera acción; es una fuerza dinámica. Un pensamiento de gozo crea por afinidad un pensamiento de gozo en otros. Un pensamiento noble es un antídoto potente para contrarrestar un mal pensamiento. Mediante el pensamiento, adquieres poder creativo. En la actualidad, hay muchos libros sobre el poder, la dinámica y la cultura del pensamiento. Estúdialos y adquiere un entendimiento global del pensamiento, su poder, su forma de operar y su utilidad.

16 de enero

Las maravillas del pensamiento

Cada pensamiento que emites es una vibración que nunca perece. Continúa vibrando en cada partícula del universo y si tus pensamientos son nobles, santos y enérgicos, establecen esa vibración en toda mente afín. Inconscientemente, toda la gente que sea como tú tomará ese pensamiento que has proyectado y enviará pensamientos similares según su capacidad. El resultado es que, sin tener conciencia de las consecuencias de tu propio trabajo, estarás poniendo en movimiento grandes fuerzas que trabajarán juntas y contrarrestarán los pensamientos bajos y miserables generados por las personas egoístas y malvadas.

17 de enero

La Gripe Española y el pensamiento: Una analogía

El pensamiento es muy contagioso, más contagioso que la Gripe Española*. Un pensamiento compasivo en ti despierta un pensamiento compasivo en otros con quienes entras en contacto. Un pensamiento de ira produce vibraciones similares en aquellos que rodean al hombre enojado. El pensamiento deja el cerebro de una persona y entra en el de otros que viven muy lejos y despierta esa emoción en ellos. Un pensamiento alegre produce pensamientos alegres en otros. Una sonrisa en tu rostro genera una sonrisa en aquellos a quienes les has sonreído. Te sientes lleno de gozo e intenso deleite cuando ves a un grupo de niños jugando divertidos, riendo y danzando de alegría.

*(*Nota: La Gripe Española, también conocida como la Gripe, fue una devastadora pandemia que se extendió por todo el mundo entre 1918 y 1919 y mató a unos 50 millones de personas.)*

18 de enero

Mente: Su poder dominante

El pensamiento se mueve: Deja el cerebro y ronda. Entra en los cerebros de otros también. Viviendo en una cueva del Himalaya, un sabio puede transmitir un pensamiento poderoso a cualquier rincón de América. Aquellos que tratan de purificarse en una cueva realmente purifican al mundo y lo ayudan de diversas formas sutiles. Nadie puede impedir que sus pensamientos puros vayan y entren en otros que son receptivos. La transmisión de pensamiento es técnicamente conocida como telepatía. Una mente es Vibhu, penetra todo como el éter, la transmisión de pensamiento es posible y es un hecho indiscutible.

19 de enero

Pensamiento: Su forma y nombre

Supón que tu mente se vuelve perfectamente calma, totalmente libre de pensamientos. Sin embargo, tan pronto como el pensamiento comience a surgir, tomará nombre y forma. Todo pensamiento tiene cierto nombre y cierta forma. Así encuentras que toda idea que el hombre tenga o pueda tener debe estar conectada con una cierta palabra como contrapartida. La forma es lo más grosero y el nombre el estado más fino de un solo poder manifiesto llamado pensamiento. Pero estos tres son uno; dondequiera que esté uno, los otros dos también estarán. Dondequiera que haya un nombre, habrá forma y pensamiento.

20 de enero

El poder de atracción de la mente

La mente tiene “poder de atracción”: Las cosas semejantes se atraen entre sí, esa es una gran ley cósmica. Estás continuamente atrayendo hacia ti las fuerzas vitales, las condiciones visibles o invisibles, y los pensamientos similares a los tuyos. Todo hombre tiene su propio mundo mental, sus propias ideas, sus propios puntos de vista, sus propios sentimientos y sus propias formas de pensar, y a ellos vienen continuamente ideas, puntos de vista, pensamientos y experiencias similares.

21 de enero

Pensamientos y contra-pensamientos

Cada pensamiento, emoción o palabra produce una intensa vibración en todas las células del cuerpo y deja una fuerte impresión en ellas. Si conoces el método de elevar un pensamiento opuesto, entonces puedes llevar una vida feliz y armoniosa de paz y poder. Un pensamiento de amor neutralizará inmediatamente un pensamiento de odio. Un pensamiento de valor servirá instantáneamente como poderoso antídoto contra un pensamiento de temor. Cada pensamiento debe generar paz y solaz en otros. Entonces, serás un alma bendita sobre la tierra. Puedes ayudar a muchos, curar a miles, espiritualizar y elevar a un gran número de personas como lo hicieron Jesús y Buda.

22 de enero

Química de comida y pensamiento.

La mente es influenciada directamente por el cuerpo. Los componentes químicos de los diferentes artículos comestibles vibran en ritmos variados. La ingesta de ciertos alimentos genera vibraciones discordantes en el cuerpo físico. Esto lleva la mente a un estado de oscilación y desequilibrio. La concentración se altera. Se hace difícil tener pensamientos elevados, porque éstos implican vibraciones finas. Hay que controlar los apetitos del cuerpo físico y regular estrictamente su alimentación.

23 de enero

Importancia de los pensamientos positivos

Los pensamientos de preocupación y temor son fuerzas terribles en nuestro interior. Envenenan las fuentes de vida y destruyen la armonía, la eficiencia, la vitalidad y el vigor. Mientras que los pensamientos opuestos, de alegría, gozo y valor, curan y tranquilizan en vez de irritar, incrementan inmensamente la eficiencia y multiplican los poderes mentales. Mantente siempre alegre. Sonríe. Ríe. Un pensamiento bueno y positivo es triplemente bendito. En primer lugar, beneficia al pensador mejorando su cuerpo mental. En segundo lugar, beneficia a la persona en la que piensa. Finalmente, beneficia a toda la humanidad mejorando la atmósfera en general.

24 de enero

El rol determinante del último pensamiento

Los últimos pensamientos determinan el siguiente nacimiento. El último pensamiento predominante en la propia vida ocupa la mente en el momento de la muerte. La idea predominante en el momento de la muerte es la que ha ocupado más su atención durante la vida normal. Ese último pensamiento determina la naturaleza del carácter del próximo cuerpo que tendrá. Según lo que el hombre piense, en eso se convierte. El último pensamiento de un bebedor empedernido será el de su botella de licor. El último

pensamiento de un prestamista codicioso será el de su dinero. El último pensamiento de una madre que está intensamente apegada a su único hijo será el de su hijo solamente. Sólo si un hombre ha disciplinado su mente a lo largo de toda la vida tratando de fijarla en Dios, su último pensamiento será el de Dios.

Capítulo 3

PSICOANÁLISIS, PARAPSICOLOGÍA Y EL PUNTO DE VISTA INDIO

25 de enero

Procedencias del proceso mental

Es un hecho psicológico admitido que los procesos mentales por los cuales uno obtiene conocimiento no están solamente confinados al campo de la conciencia sino que también abarcan el campo subconsciente. Si conoces la técnica de hablar a tu mente subconsciente y el arte o ciencia de extraer trabajo de ella, todo el conocimiento será tuyo. Es una cuestión de práctica. Todo lo que has heredado, todo lo que has traído contigo a través de innumerables nacimientos en el pasado, todo lo que has visto, oído, gozado, gustado, leído o conocido ya sea en esta vida o en las vidas pasadas está oculto en las regiones de tu mente interior. ¿Por qué no dominas la técnica de concentración y la forma de comandar a tu mente subconsciente y súper-consciente, y haces un uso total y libre de todo el conocimiento y de los poderes latentes?

26 de enero

Categorías en la Psicología India

Prana procede de la mente. La materia está por debajo de Prana. Prana está por sobre la materia pero debajo de la mente. La intuición está por sobre la razón y es el canal de comunicación entre el hombre y el Espíritu. El desarrollo del poder de voluntad mediante la autosugestión es el principio básico de Raja Yoga o Vedanta. Chitta es la mente subconsciente. Tiene dos capas: Una capa para la emoción y la otra para la memoria pasiva. La mente instintiva es Manas superior. Por Manonasha, aniquilación de la mente, se entiende la destrucción o disolución de la naturaleza inferior de la misma, la mente que desea. La mente ocupa un estado intermedio entre Prakriti y Purusha, la materia y el Espíritu.

27 de enero

Tema para una tesis de Psicología

Según la ciencia médica occidental, leves vibraciones del exterior impactan en la retina y se crea allí una imagen invertida. Estas vibraciones son llevadas por el tracto óptico y el tálamo óptico al centro de visión en el globo occipital del cerebro, en la parte posterior de la cabeza. Allí se forma una imagen positiva. Sólo entonces uno ve el objeto enfrente de uno. Es sólo la mente individual la que ve objetos afuera. Si ves los mismos objetos a través de un telescopio, se ven diferentes. Si pudieras ver directamente con la mente, tendrías una visión completamente distinta. Hiranyagarbha o Karya Brahman tiene una visión diferente. Él ve todo como una vibración dentro de sí, como Su propio Sankalpa.

28 de enero

Una ley psicológica y el desarrollo espiritual

La naturaleza de la mente es tal que se convierte en aquello en lo que piensa intensamente. Por lo tanto, si piensas en los vicios y defectos de otro hombre, tu mente asumirá esos vicios y defectos al menos durante ese momento. Aquél que conoce esta ley psicológica nunca censura a otros ni busca faltas en la conducta de los demás, él ve sólo lo bueno en ellos y siempre los elogia. Esta práctica permite que uno crezca en concentración, Yoga y espiritualidad.

29 de enero

Un tema de investigación psicológica

Los ojos sólo pueden ver; los oídos sólo pueden oír; la lengua sólo puede gustar; la piel sólo puede tocar; la nariz sólo puede oler. Todas las facultades sensoriales están mezcladas en la mente. Tú puedes ver y oír directamente a través de la mente por medio de la práctica yóguica (clarividencia y clariaudiencia). Esto hace pedazos la teoría psicológica occidental de la percepción. Los cinco Indriyas son una prolongación de la mente. La mente es una masa de Indriyas. La mente es un Indriya consolidado. El Indriya es mente en manifestación. El Indriya vuelve a la mente con información de los objetos sensoriales. El deseo en la mente de comer se ha manifestado como lengua, dientes y estómago. Si puedes controlar la mente, puedes controlar los Indriyas. Si has controlado los Indriyas, ya has controlado la mente.

30 de enero

La percepción extrasensorial y las operaciones subconscientes

Del mismo modo en que la sagrada Ganga nace en Gangotri, en el Himalaya, y corre perennemente hacia Ganga Sagar, las corrientes de pensamiento se originan en el lecho de Samskaras (impresiones) en las capas interiores de la mente, donde están arraigados los Vasanas o deseos latentes sutiles, y fluye incesantemente hacia los objetos tanto en vigilia como en sueño con ensueño. La práctica de telepatía, lectura de pensamiento, hipnotismo, mesmerismo y cura psíquica prueban claramente que la mente existe y que una mente superior puede influenciar y subyugar a una inferior. A partir de la escritura automática y las experiencias de una persona hipnotizada, podemos inferir claramente la existencia de una mente subconsciente que opera durante las veinticuatro horas del día. Cambia la mente subconsciente mediante la Sadhana espiritual y conviértete en un hombre nuevo.

31 de enero

Telegrafía inalámbrica en la India antigua

Grandes Yoguis como Jñanadeva, Bhartrihari y Patañjali solían enviar mensajes a personas distantes y recibir sus respuestas por medio de la telepatía mental y la transferencia del pensamiento. La telepatía india fue el primer telégrafo inalámbrico y servicio telefónico conocido en el mundo. El pensamiento viaja con tremenda velocidad a través del espacio. El pensamiento tiene peso, figura, tamaño, forma y color. Es una fuerza dinámica. La transmisión 'psíquica' de mensajes de los sabios de India era un fenómeno común.

1º de febrero

Pruebas de la metempsicosis

Tenemos niños genios, niños prodigio. Un niño de cinco años puede ser experto en tocar el piano o el violín. Shri Jñanadev escribió su comentario ‘Jñaneshvari’ sobre el Gita cuando tenía catorce años. Ha habido niños matemáticos. Hubo un niño Bhagavatar que conducía Kathas cuando tenía sólo ocho años. ¿Cómo puedes explicar ese extraño fenómeno? No es algo anormal. Sólo la teoría de la transmigración puede explicar todas estas cosas. Si una persona hace surcos profundos en su mente aprendiendo música y matemática en esta vida, lleva esas impresiones al siguiente nacimiento y se vuelve un prodigio en esas ciencias aún siendo niño.

2 de febrero

La sabiduría oriental y una teoría occidental

La exposición de los psicólogos occidentales acerca de la psicología del sueño deja mucho sin explicar, a pesar de tener mucho crédito en investigación y cierta información valiosa. Le falta mucho, lo cual sólo las teorías de Oriente pueden aportar. Lo que les falta sólo puede explicarse mediante inferencias bien analizadas de la teoría de la reencarnación, la Ley de Karma, la operación de factores externos como el registro Akáshico y factores ocultos tales como la trasmisión de pensamiento y el accionar de entidades astrales como los Pretas de personas fallecidas. Sólo un intento sincero por hacer un estudio profundo de la influencia de esos factores puede formar una exposición completa y más adecuada del misterioso tema del sueño. Para el Yogui que ha trascendido exitosamente los tres estados, de vigilia, sueño con ensueño y sueño profundo, el conocimiento de todos ellos es perfectamente claro.

3 de febrero

El psicoanálisis y la visión oriental

El hecho de que la teoría del sueño en Occidente esté llena de sexo se debe al hecho de que parten de una noción errónea de lo que en realidad constituye al hombre. Para ellos, el hombre es principalmente una criatura física dotada de mente y que posee un alma. Esto es exactamente lo contrario de la visión de Oriente, en la que el hombre es en verdad un Espíritu, que se expresa por medio de una mente, que tiene el cuerpo físico como su contraparte para actuar en el plano denso externo. Vemos así que para la mente india, el verdadero Ser del hombre está completamente desprovisto de sexo. Es el cuerpo el que sufre bajo la tiranía del género. Este cuerpo es la parte menor del hombre según lo define la mente filosófica de Oriente. Por lo tanto, el sexo no es más que un aspecto – aunque tal vez dominante – del alma individual que se mueve como hombre en este estado terrenal.

Capítulo 4

LAS TERAPIAS ESPIRITUALES Y LOS EFECTOS DE LAS EMOCIONES NEGATIVAS

4 de febrero

Origen psicogenético de las enfermedades

El egoísmo, la preocupación y el odio contraen las arterias, dañan los nervios, obstruyen el flujo de energía vital o corriente de vida, y disminuyen la vitalidad y el poder de resistencia ante las fuerzas e influencias externas. La ira genera veneno en la sangre, el cerebro, el hígado y todo el sistema; produce fiebre y depresión. El odio causa debilidad

nerviosa, intranquilidad, inquietud, tos, fiebre, pérdida de sangre, indigestión, etc. El temor produce baja presión sanguínea y debilidad, destruye los glóbulos rojos, hace que el rostro empalidezca, afecta el corazón, el hígado y el estómago, y produce indigestión, diarrea o constipación, e impotencia. Los celos crean un complejo de inferioridad, inutilizan la mente y arruinan la salud. Los celos son la raíz de la depresión nerviosa de millones de personas en todo el mundo.

5 de febrero

Relación psicosomática: Un ejemplo ilustrativo

Un hombre recibe un telegrama diciendo que su único hijo murió de neumonía. Inmediatamente, su rostro empalidece, su mente se agita, se pone nervioso, pierde el apetito, sus glóbulos rojos se destruyen. Si reflexionas sobre esta secuencia de todo el problema, encontrarás que la mente fue lo primero que resultó afectado; el hombre recibió una conmoción mental y después de eso, el mecanismo completo del cuerpo reaccionó en consecuencia. Este es un ejemplo que debería convencer claramente acerca de la influencia que la mente ejerce sobre el cuerpo. Los psicólogos son de la opinión de que la enfermedad no es principalmente del cuerpo o de la carne sino de la mente. Es cierto que la enfermedad es causada por los efectos que tienen en el sistema físico los venenos generados en la sangre por la ira, la venganza, el odio, la lujuria y la codicia.

6 de febrero

Paralelismo psicofísico: Una explicación

El cuerpo está internamente asociado con la mente; mejor dicho, el cuerpo es la contraparte de la mente; es una forma visible y densa de la mente invisible y sutil. Si hay dolor de dientes, estómago u oído, la mente es afectada inmediatamente. Ella deja de pensar apropiadamente, se agita, perturba y preocupa. Si hay depresión mental, el cuerpo tampoco puede funcionar apropiadamente. Los dolores que afligen al cuerpo son llamados enfermedades secundarias, Vyadhi, mientras que las Vasanas o deseos que afligen a la mente son denominados enfermedades mentales o primarias, Adhi. La salud mental es más importante que la salud física. Si la mente está saludable, el cuerpo necesariamente estará saludable. Si tu mente es pura, si tus pensamientos son puros, estarás libre de todas las enfermedades. “Una mente sana en un cuerpo sano.”

7 de febrero

Efectos corrosivos de la preocupación y la ira

La preocupación causa gran daño en el cuerpo astral y en la mente. La energía se desperdicia por medio de la preocupación. Ésta causa inflamación y pérdida de vitalidad en el hombre. No se gana nada con el hábito de preocuparse. Si estás atento y mantienes a la mente totalmente ocupada, este hábito de preocuparse desaparecerá. Durante un ataque ira intenso, toda la mente se inunda con la tendencia negra de la malicia y la mala voluntad, lo que se expresa en una densa oscuridad, de la que se disparan las flechas feroces de la ira, tratando de herir a aquél con quien se está enojado. No hay mal peor que el de la emoción de la ira: ¡De la ira surge la ilusión; de la ilusión, la confusión de la memoria y de ésta la pérdida de la razón! Cuando la razón se va, el hombre perece. En situaciones difíciles, ante el dolor y el placer, mantén la mente arraigada en Dios; gozarás de una paz imperecedera y de aplomo mental.

8 de febrero

Tratamiento espiritual y los efectos peligrosos de la cura hipnótica

El gran Mahavakya de los Upanishads es “Aham Brahmasmi” – “Este Ser en mí es la Realidad Absoluta”. Si esa es la Verdad, si incluso el universo entero es sólo la manifestación externa de la potencia de un solo pensamiento, debe ser muy simple para un individuo proyectar un pensamiento que tenga la potencia de destruir los malos efectos de una enfermedad y crear un proceso curativo por medio del cual se elimine la misma. El Yogui conoce este truco, por lo tanto está en condiciones de curar todas las enfermedades en sí mismo y en otros. Al menos uno puede reflexionar acerca de la base lógica detrás de tal tratamiento mental de las enfermedades físicas. Debe quedar claro desde un principio que tal tratamiento no es de la naturaleza de las curas hipnóticas ampliamente publicitadas. En una cura hipnótica, cuando tiene éxito, el hipnotista provoca daño permanente al paciente porque controla indebidamente el instrumento más delicado del paciente, la mente. Al final, esa mente se vuelve incapaz de funcionar normalmente aún después de la hipnosis, convirtiendo al paciente en víctima. Por el otro lado, el tratamiento espiritual consiste en la proyección de ondas de pensamiento vibrantes, enérgicas y armonizadoras que tomarán control directo del aparato mental del paciente, no con el fin de subordinarlo sino para cambiarlo con esa energía que hará que ese aparato mental funcione efectivamente, para desembarazarse de las tendencias discordantes y los impulsos que son la causa raíz de la enfermedad que sufre el paciente.

9 de febrero

Métodos para contrarrestar factores psicológicos en las enfermedades

Muy pocas personas son conscientes de que vicios tales como el odio, los celos, la ira, la susceptibilidad y la impaciencia son más dañinos para ellas que para aquellos hacia quienes están dirigidos. Un ataque de ira que dura diez minutos consume más energía que la que consumiría el trabajar con el arado durante dos días sin comer. La preocupación hace que encanecer muchos años antes de lo debido. Mantente sereno. Observa las buenas cualidades de otros, no odies a nadie. Aprende a admirar los logros de otros y los celos desaparecerán. Odio, duda y depresión generan vibraciones discordantes en el cuerpo físico. Contrarréstalas con alegría, fe, serenidad y amor, lo que produce vibraciones buenas, armónicas y saludables en el cuerpo. Elimina el temor, la preocupación y la ansiedad mediante la confianza en Dios.

10 de febrero

Potencialidades terapéuticas de la meditación

La meditación es un poderoso tónico mental y nervioso. Sus vibraciones sagradas penetran todas las células del cuerpo y curan sus enfermedades. Las ondas poderosas y tranquilizantes que surgen durante la meditación ejercen una influencia benigna sobre la mente, los nervios, los órganos y las células del cuerpo. La energía divina fluye libremente como un chorro de aceite desde una vasija a otra, desde los pies del Señor Omnipresente hacia las diferentes partes del cuerpo del aspirante. Construye una poderosa fortaleza protectora contra las fuerzas negativas del mundo ignorante y cúbrete con un aura magnética mediante la práctica regular de la meditación.

11 de febrero

La teoría celular y los estados mentales

Una célula es una masa de protoplasma con núcleo. Está dotada de inteligencia. Algunas células segregan, otras excretan. Las células de los testículos segregan semen; las células de los riñones excretan orina. Algunas células hacen el papel de soldados. Ellas defienden al cuerpo de las incursiones o ataques de materias venenosas extrañas y gérmenes. Los digieren y los expulsan. Algunas células transportan sustancias alimenticias a los tejidos y órganos. Las células realizan su trabajo sin que ejerzas tu voluntad consciente. Sus actividades están controladas por el sistema nervioso simpático. Están en comunión directa con la mente en el cerebro. Reciben todo impulso de la mente. Son muy influenciadas por los diferentes estados mentales. Si hay confusión, depresión o alguna otra emoción negativa en la mente, esto se transmite telegráficamente a todas las células del cuerpo a través de los nervios. Las células soldados entran en pánico. Se debilitan. No son capaces de cumplir con sus funciones adecuadamente y se vuelven ineficientes. Algunas personas son muy conscientes del cuerpo y no tienen idea del Ser; llevan una vida irregular e indisciplinada, llenan sus estómagos con dulces, masas y demás. No hay descanso para los órganos digestivos y de eliminación. Ellos sufren de debilidad física y enfermedades. Los átomos, las moléculas y las células de su cuerpo generan vibraciones discordantes e inarmónicas. Ellos carecen de esperanza, confianza, fe, serenidad y alegría. Son infelices. Su fuerza vital no está operando adecuadamente. Su vitalidad está en un punto bajo. Su mente está llena de temor, desesperación, preocupación y ansiedad. La verdadera naturaleza del hombre está más allá de todos los estados mentales; es Dios. Realizando al Espíritu Divino en su interior, el hombre obtiene perfección, liberación, inmortalidad y beatitud eterna.

12 de febrero

Prescripciones espirituales simples

La mejor medicina o panacea para todas las enfermedades y para mantener buena salud es la práctica regular de Kirtan, Japa y meditación. Las ondas divinas electrifican, rejuvenecen, vivifican y energizan las células, los tejidos y los nervios. Otra droga barata pero potente es mantenerse siempre contento y alegre. Estudia diariamente uno o dos capítulos del Gita. Mantente totalmente ocupado, lo que constituye un remedio para mantener alejados los pensamientos mundanos. Llena la mente con Sattva y goza de maravillosa salud y paz. Obtén la compañía del sabio, desarrolla fe, serenidad, veracidad, coraje, compasión, devoción, amor, alegría, confianza, pensamiento divino y virtudes divinas. Permítele a la mente correr en dirección espiritual, por surcos divinos; tu mente estará serena y generará vibraciones armónicas. Gozarás de salud física y mental.

13 de febrero

Meditación, un elixir divino preventivo, germicida y tónico

En el mundo, no hay antiséptico más potente ni germicida superior a la meditación; ésta mata todo tipo de gérmenes, microbios y bacilos. Por lo tanto, puede que uno deje de comer, pero nunca debería dejar de meditar diariamente aún si estuviera seriamente enfermo. Es más, la meditación es también un tónico maravilloso que vigoriza el sistema entero, renueva las células, elimina enfermedades y controla el desarrollo de las mismas. Aquellos que meditan ahorran en honorarios médicos. El fuego de la meditación aniquila toda impureza surgida del vicio, todas las miserias y males emergentes de la ignorancia. Entonces, repentinamente, despierta la sabiduría divina

que conduce directamente a la Emancipación final. La meditación consiste en mantener una corriente incesante de conciencia de Dios.

14 de febrero

Valor terapéutico de la renuncia, el amor y la verdad

La renuncia elimina un conjunto de enfermedades tales como la dispepsia, el reumatismo, la diabetes, las enfermedades de hígado, intestinos y presión sanguínea; fortalece el corazón, el cerebro y los nervios. El amor puro produce gozo, paz mental y funcionamiento armónico de los órganos del cuerpo, mejora la calidad de la sangre y torna la mente hacia Dios. La verdad fortalece el corazón y la mente, genera paz mental, felicidad, calma interior, fuerza espiritual y ausencia de temor.

15 de febrero

Caminos hacia la salud mental

Debido a que las enfermedades se originan en la mente, trata a ésta primero. La eliminación del odio por medio del amor, el servicio, la amistad, la clemencia, la simpatía y la compasión; la eliminación de la codicia mediante el servicio desinteresado, los actos de generosidad y caridad; la eliminación del orgullo por medio de la humildad – todo esto te ayudará en gran medida a lograr una buena salud mental. Si se destruyen los malos pensamientos, muchas enfermedades corporales desaparecen. Dios, el Ser que reside en las cavernas de tu corazón, es una reserva de salud, fuerza, vigor y vitalidad. Gérmenes, microbios, bacilos, cólera y demás no pueden afectarlo. Piensa siempre en Dios; experimenta el Ser Divino en tu interior.

Capítulo 5

GÉNESIS DE LA ESCLAVITUD HUMANA

16 de febrero

Orígenes metafísicos de los males humanos

Cuando el hombre se identifica con su cuerpo, sus sentidos y su mente, cae en el reino de la relatividad y queda sujeto a la experiencia de placer y dolor, gozo y pena, ganancia y pérdida. Es sólo por medio de la conciencia egoísta o Ahamkara que surgen las preocupaciones mentales, los peligros y la creciente actividad mundana. No hay mayor enemigo que el Ahamkara o egoísmo; mientras éste esté presente, seguirá engendrando deseos en el hombre y esos deseos son la matriz de todos los sufrimientos. En los hombres de conciencia egoísta, la pasión domina e impide que surja el amor divino.

17 de febrero

El trabajo de la ignorancia

Hay dos fuerzas en el hombre, una que lo conduce hacia arriba y la otra que lo lleva hacia abajo, hacia la impureza y la ignorancia. Las personas ignorantes realizan diferentes Karmas con variados motivos o deseos, y recogen los respectivos resultados de los mismos. Pero los sabios no llevan a cabo acciones egoístas, que nunca están libres de falta. El camello come arbustos espinosos; la sangre mana de su boca y a pesar de ello, no deja de comerlos. Así también, el hombre mundano pasa por sufrimientos y

dolor, y aún así no abandona su mundanalidad. La ignorancia destruye el discernimiento y el hombre olvida su deber de lograr conocimiento del Ser o Brahma Jñana.

18 de febrero

Esclavitud: Su causa central

En este mundo, no hay mejor navío para vadear el océano del Samsara que el dominio de la mente instintiva inferior. La mente impura consiste en los deseos sutiles que generan innumerables nacimientos. La tendencia a pensar en objetos sensuales es en verdad la causa de esclavitud. Liberación no significa más que la destrucción de la mente impura. La mente se purifica cuando los deseos son aniquilados. Si tienes pureza mental, recordarás a Dios; si siempre recuerdas a Dios, los nudos del corazón – ignorancia, deseo y acción – son destruidos. Obtienes liberación.

19 de febrero

El semillero de todas las aberraciones

La imaginación errónea de que tú eres el cuerpo es la raíz de todos los males. Mediante el pensamiento erróneo te identificas con el cuerpo. Surge Dehadhyasa; te apegas al cuerpo; esto es Abhimana. Luego viene Mamata (noción de lo ‘mío’). Te identificas con tu esposa, tus hijos, tu casa y demás. Es esa identificación o ese apego lo que genera esclavitud, sufrimiento y dolor. No te sentiste apenado cuando millones de alemanes murieron en la guerra. ¿Por qué? Porque no había identificación ni apego. Pero lloras mucho cuando muere tu hijo, debido al apego. La palabra ‘mi’ produce una sorprendente influencia en la mente. Nota la diferencia en el efecto que se produce en la mente cuando oyes estas dos oraciones: ‘El caballo está muerto’ y ‘Mi caballo está muerto’. Vacíate de egoísmo. Serás llenado por Dios.

20 de febrero

La triple raíz de la mayoría de las enfermedades

La mayoría de las enfermedades tiene su origen en el demasiado comer, el exceso sexual y los arrebatos de ira y odio. Si mantienes la mente fría y calmada en todo momento, tendrás una salud maravillosa, fuerza y vitalidad. La energía disminuye con los ataques de ira. Las células y los tejidos se llenan de sustancias mórbidas y venenosas cuando uno pierde los estribos y alberga sentimientos de odio. Entonces surgen muchas clases de enfermedades físicas. Diversas enfermedades nerviosas son atribuidas a la excesiva pérdida de energía seminal y a los frecuentes ataques de ira, furia o emociones indeseables. El fuego de la ira que enciendes para tus enemigos te quema a ti. Conquista la ira cultivando la serenidad. Medita diariamente en el Ser siempre sereno, el Eterno pacífico e inmutable. Obtendrás la virtud de la serenidad que todo lo cura.

21 de febrero

Genealogía de los sufrimientos

La siguiente es la cadena de la esclavitud. De la ignorancia, surge la falta de discernimiento; de ésta, surge el egoísmo o Abhimana; del egoísmo, surgen el amor y el odio; de éstos, las actividades o Karma; de las actividades, la encarnación o asunción de un cuerpo; de la encarnación, los sufrimientos. Un hombre cuya ropa se ha prendido fuego correrá inmediatamente hacia el agua; no se detendrá a preguntar cómo fue que su

ropa comenzó a arder. Así también, siendo que estás atrapado en esta terrible rueda del Samsara, de nacimientos y muertes, con todo tipo de miserias, aflicciones y dolores, debes tratar lo mejor que puedas de liberarte de la ignorancia. Desarrolla desapego y discernimiento, e investiga ‘¿Quién soy?’.

Capítulo 6 **LAS VISIONES FALSAS Y LAS TRAMPAS DE LA ILUSIÓN**

22 de febrero

Ejemplos de la ilusión del hombre

Vas al mercado en un brillante Cadillac, das un vistazo al cabaret, visitas la Capital, luego te detienes en un café con un andar elegante, después vas a una tienda lujosa a comprar una fina pieza de gabardina para un traje - ¡Oh, sí! No te has hecho ninguno en todos estos cuarenta días - y luego, en tu camino de regreso a casa, ves una procesión fúnebre. Esto crea un sentido de renuncia, un vago disgusto por las cosas mundanas. Pero en corto tiempo eso se evapora. ¡Qué triste es tu situación cuando pierdes tu propiedad, cuando adquieres una enfermedad incurable, cuando el banco quiebra, cuando muere tu hijo! ¡Pero, aún entonces, no renuncias a tu conducta impura y a tu tenacidad de sanguijuela por el espectáculo veneciano! Practica constante vigilancia e introspección. Adora y medita.

23 de febrero

El engaño de la ignorancia del Ser

El ciervo almizclero no sabe que la fragancia del almizcle está emanando de su ombligo. Él vaga acá y allá en busca del origen de ese perfume. Así también, el hombre ignorante y engañado es inconsciente de que la fuente de felicidad está en su interior, en su propio Ser interior. Él corre tras los objetos perecederos externos para obtener felicidad. Cada vez que buscas la felicidad en el exterior, te alejas de su verdadero origen. Dirígete hacia adentro. La mayor felicidad puede lograrse mediante la realización del Ser. El placer depende de los nervios, la mente y los objetos; la felicidad es independiente y tiene existencia propia; está en tu interior.

24 de febrero

El fantasma de la reputación

Aún las mentes nobles corren tras los juguetes borrosos de nombre y forma. Nombre y forma son ilusorios, puras vibraciones en el aire. Nadie puede ganar un nombre duradero en este plano de Maya. ¿Acaso alguien recuerda ahora a Shri Vyasa, Vasishtha, Vikramaditya, Yajñavalkya, Vamadev o Jada-Bharata? Sólo recuerdan a uno o dos líderes políticos. En algunos años, los nombres de esos potentados políticos desaparecerán. Considera la reputación mundana como algo insignificante. Consagra tu vida al servicio desinteresado, sin la visión de ser apreciado por otros. Contacta la Realidad imperecedera.

25 de febrero

El peligroso monstruo Frankenstein

El hombre es acosado por los placeres sensuales que él mismo crea. ¡Todo tipo de disfrute sensual tiene oculto un feroz tigre debajo de su cobertura de terciopelo! La lujuria devora la inteligencia del hombre; la riqueza trae intranquilidad. ¡Familia significa preocupación! Aún si la fortuna le sonríe, la inevitable vejez se manifiesta. Los centros de placer que lo mantenían durante su juventud y adultez ahora lo atormentan. El gozo no puede satisfacer al deseo. Por el contrario, agrava e intensifica los deseos, y vuelve a la mente más inquieta mediante el deseo sensual, del mismo modo en que el aceite aviva el fuego. Cuanto menos desees, mayor será la felicidad.

26 de febrero

Ilusión generada por la excesiva extroversión

Los sentidos han sido creados con una tendencia natural a fluir hacia el mundo objetivo. La exterioridad disipa los rayos de la mente, debilita el intelecto y enceguece el ojo de la percepción intuitiva; la unidad es presentada falsamente como diversidad; la falsedad aparece como verdad; el dolor aparece como placer; y la sombra despliega encantos superiores a la Sustancia misma. Este es el sendero de 'Preyas' (lo placentero) que persigue el hombre tonto e ignorante.

27 de febrero

La gran ilusión

El médico cree que el abogado es muy feliz. El abogado piensa que el comerciante es más feliz. El juez cree que el profesor es más feliz. Esto es una ilusión. Es un truco de la mente. En verdad, nadie es verdaderamente feliz en este mundo. La verdadera felicidad sólo puede lograrse en la propia Atman. Por lo tanto, obtén la realización del Ser y sé feliz.

28 de febrero

Las dos clases de tontos

En este mundo, hay dos clases de tontos: (1) Aquellos que imaginan que su cuerpo es el Atman pura y que no hay nada más allá de los sentidos, y (2) aquellos que creen que son Brahma-Jñanis después de estudiar los Brahma-Sutras, los Upanishads o el Pañchadashi. Si quieres ser sabio, recuerda a Dios; canta Su Nombre; siente Su Presencia. Di la verdad. Aprende a discernir. Aprende a llevar una vida divina mientras permaneces en el mundo. Sirve a la sociedad con Atma-bhava, con el sentimiento de que todas las personas son manifestaciones de Dios. Pronto recobrarás tu Divinidad.

29 de febrero

La red del hombre

La araña saca de su boca largos hilos, los teje en telarañas y queda atrapada en su propia red. Así también, el hombre teje una red con sus propias ideas, concepciones y abstracciones, y queda atrapado en ella. Por lo tanto, el hombre sabio debe abandonar todos los pensamientos mundanos y las ideas sofisticadas, y conocer su propia naturaleza esencial.

1° de marzo

La sospecha y su poder perturbador

La sospecha es la conjetura sin ninguna evidencia que la soporte o con alguna evidencia imperfecta o pobre de que hay algo, especialmente algo malo, que sucede o que está por suceder. Es la imaginación o percepción ilógica. La ignorancia es la madre de la sospecha. La sospecha nubla la mente, crea ruptura entre amigos. Es desconfianza y duda. La sospecha es la marca de un espíritu mezquino y un alma vil. Es un defecto que no está en el corazón sino en el cerebro.

Nunca sospeches de nadie. Haz a otros verdaderamente felices del mismo modo en que te esfuerzas por ser feliz tú mismo. Di palabras útiles. Ofrece una sonrisa alegre. Haz un acto amable. Sirve un poco. Allana el camino para otros. Sentirás gran regocijo.

2 de marzo

Las apariencias engañan

Que las apariencias no te engañen. Allá va un devoto cantando el sagrado Nombre de Narayana. Canta y danza extasiado durante una o dos horas. Es vehemente en afirmar que todo es Narayana. Aquí hay un gran monista que no deja de repetir: 'Yo soy Dios', 'Yo soy Dios', 'Yo soy Dios'. Su conocimiento es profundo y su espada poderosa en el debate. Detente un momento, amigo. Obsérvalos bajo tres condiciones. Cuando están desesperadamente hambrientos, cuando son terriblemente provocados e insultados, y cuando otro hombre está muy afligido. Si pasan esas pruebas, toda la gloria para ellos, son en verdad dioses sobre la tierra; si no, mantente alejado de ellos o de lo contrario te contagiarás.

3 de marzo

La verdadera Liberación y las intrincadas trampas de la ignorancia

Pensadores hindúes y budistas declaran con singular unanimidad que Avidya (ignorancia) es la fuente de nuestra angustia y de todos nuestros problemas. Hacer perder la naturaleza de unidad del ser humano con todo el universo vivo. El hombre desarrolla una visión egocéntrica de la vida y antepone su preferencia individual al bienestar social, desarrolla un instinto adquisitivo y mira a todos los demás seres como sus enemigos potenciales. Se aferra a la naturaleza, al vecindario, en resumen, a todo lo evanescente. Se vuelve un ser dividido, atormentado por la duda, el temor y el sufrimiento. Hay división en su unidad. El mundo vive en incesante temor. La religión es la conquista del temor, un antídoto para el fracaso y la muerte. No podemos despejar nuestras dudas drogándonos con ilusiones. La verdadera liberación del temor se obtiene mediante la Sabiduría.

4 de marzo

Pares de opuestos inseparables

Placer y dolor, ganancia y pérdida, vida y muerte, bien y mal son dos caras de la misma moneda. El mal no puede existir sin el bien; la vida, sin la muerte. Todos esos son términos relativos. La gente ignorante quiere felicidad eterna en este mundo: Eso es simplemente pueril. Placer y dolor, vida y muerte están inseparablemente conectados. Si no quieres dolor y muerte, abandona los placeres sensuales y la limitación de la conciencia a las condiciones físicas mundanas.

5 de marzo

Distinciones ficticias

Las distinciones de casta, credo o color no tienen ninguna cabida en cuestiones de fe. Un verdadero devoto reconoce la igualdad de todos los hombres. Si se abre el ojo interior de la sabiduría, si el aspirante ve unidad en todas partes, si siente la presencia del Señor en cada átomo del universo, ¿cómo puede haber distinción de casta, credo o color? Es el ojo físico e impuro de un hombre mundano el que percibe estas distinciones ilusorias. Observa la vida como un todo. El Señor respira en toda vida. El mundo es un hogar. Todos son miembros de una familia humana. Cultiva amor cósmico. Incluye a todos. Reconoce el mérito de otros. Destruye todas las barreras que separan a los hombres entre sí.

6 de marzo

Un séquito de penas asiste a cada placer sensual

La satisfacción sensual tiene varios defectos. Está acompañada de diversas clases de males, dolor, debilidad, apego, mentalidad esclava, voluntad débil, esfuerzo intenso y lucha, malos hábitos, anhelos, aumento de los deseos y de la inquietud mental. Por lo tanto, evita todo tipo de deseos sensuales. Busca una felicidad inalterable, infinita y suprema que provenga de un Ser en el que no haya cambios.

7 de marzo

Impactos de la mala compañía

Leer periódicos y novelas sensacionalistas levanta Samskaras mundanos, provoca movimientos burdos en uno, engendra excitación en la mente, hace que ésta se vuelva extrovertida, genera una impresión de que el mundo es una sólida realidad y hace que uno se olvide de la Verdad que subyace detrás de estos nombres y formas. Malos entornos, pinturas y canciones obscenas, juegos que tengan que ver con el amor, cines, teatros, la visión de animales apareándose, todo lo que cause pensamientos o sentimientos malos constituye mala compañía. Por lo tanto, los aspirantes deberían evitarlos y rechazarlos. Los efectos de la mala compañía y la asociación con personas y cosas indeseables son sumamente desastrosos para el propio progreso y crecimiento espiritual.

8 de marzo

Los efectos de la mala compañía

Así como un vivero debe ser cercado al comienzo como medida de protección contra las vacas y otros animales, también un neófito debe protegerse de todas las malas influencias externas. De otro modo, el resultado será su ruina. Debería evitarse estrictamente la compañía de aquellos que mienten, cometen adulterio, engañan, tienen doble juego, son codiciosos, gustan de las conversaciones vanas y las calumnias, o no tienen fe en Dios y en las Escrituras. Los efectos de la mala compañía son sumamente desastrosos. Mediante el contacto con tal compañía, la mente se llena de malas ideas. Personas indeseables debilitan tu fe y tus creencias. Ten completa fe en tu Maestro espiritual y continúa con tu práctica espiritual con fervor y entusiasmo.

9 de marzo

Quince males de la compañía

Hay quince Doshas o malos efectos que surgen de la compañía. Un aspirante que realiza ardientemente su Sadhana espiritual debería, por lo tanto, permanecer solo durante el período de su práctica. Las Doshas son las siguientes: 1) Malentendidos; 2) Malos sentimientos; 3) Desagrado; 4) Raga-dvesha, atracción y repulsión; 5) Celos; 6) Vampirismo; 7) Apego; 8) Compartir mentalmente el dolor de otro hombre; 9) Crítica a otros; 10) Temas mundanos; 11) Hábito de hablar; 12) Mentalidad servil y voluntad débil; 13) Bahirmukha Vritti (tendencia mental de exterioridad); 14) Idea o Samskara de dualidad; 15) Desprecio.

10 de marzo

Las exhibiciones de talento obstaculizan las aspiraciones superiores

La exhibición de las propias habilidades genera comodidad física mediante el contacto objetivo, vigoriza el ego y refuerza el sentido de individualidad. Estas comodidades actúan como poderosos obstáculos para las aspiraciones superiores del alma. Por lo tanto, uno debe usar la sabiduría que posee para la meditación interior y el apego a cosas espirituales (como la Sadhana), y nunca para propósitos externos en el mundo. ¡Vergüenza de la sabiduría que se usa para complacer al ego!

11 de marzo

El tormento de Tantalus

El anhelo es el “deseo de vivir” de Schopenhauer, el “Tanha” del Señor Buda, el “Abhinivesha” del Maharshi Patañjali. Trishna es un intenso anhelo sensual interior, incluye pensamiento y deseos. El anhelo es el germen de la personalidad. Es la llama de la vida de apetitos. Es la causa de dolor, pena, infelicidad, nacimientos y muertes. Construye el falso ego. Fortalece y engorda el ego. No hay fin para los deseos en la vida de un hombre mundano; por esta razón, él está siempre inquieto a pesar de su riqueza y confort. Apaga esa llama del deseo por medio del desapego, la renuncia y la meditación, y obtén la beatitud del Eterno.

Vive para Dios. Enfrenta valientemente todas las dificultades y tribulaciones de esta insignificante vida mundana. Sé un hombre. Esfuérate con valor para el Gran Logro. Ascender una montaña, cruzar un canal, bombardear una ciudad o hacer explotar un fuerte no son verdaderos actos de heroísmo. Controlar tu mente y tus sentidos, superar la ira, la pasión y el egoísmo obteniendo autocontrol constituyen el verdadero heroísmo en el hombre. ¿Cuánto tiempo seguirás siendo esclavo de la pasión y los sentidos? Haz valer tu verdadera naturaleza divina y controla tu naturaleza inferior, tu ser inferior. Este es tu deber más importante.

PARTE II

El mundo psíquico y el proceso de evolución espiritual

Capítulo 7

CONCENTRACIÓN, MEDITACIÓN Y SAMADHI

12 de marzo

Los poderes milagrosos de la mente

Hubo un santo ciego en Maharashtra que podía leer bien cualquier libro sin vacilar. Eso no es un milagro ya que él había desarrollado la visión psíquica interior y podía ver directamente con la mente – clarividencia – sin la ayuda de los ojos físicos. Todo hombre puede hacer esto practicando Sadhana. La mente puede ver, oír, gustar, oler y tocar por sí misma, sin la ayuda de los Indriyas. En la mente, todos los Indriyas se mezclan. La mente tiene grandes poderes. Toma esos poderes del Ser Espiritual interior. Si puedes evitar la disipación de la energía debido a preocupaciones, malos pensamientos, ansiedad y falta de Brahmacharya, y controlas la gran cantidad de poder que ésta posee por medio de la concentración y de pensamientos divinos sublimes, adquirirás Siddhis o poderes milagrosos, y la capacidad de llevar a cabo acciones sobrenaturales.

13 de marzo

Ayudas para la concentración

Un hombre cuya mente está llena de pasión y toda clase de deseos fantásticos difícilmente pueda concentrarse en algún objeto ni por un segundo. Celibato, Pranayama, reducción de deseos y actividades, renuncia a los objetos sensuales, soledad, silencio, disciplina de los sentidos, aniquilación de la lujuria, la codicia y la ira, no relacionarse con personas indeseables, dejar de leer periódicos y ver películas excitantes – todo eso incrementa el poder de concentración. La concentración es posible y muy exitosa sólo cuando estás libre de distracciones. Concéntrate en cualquier cosa que consideres buena o en algo que le guste mucho a la mente. La regularidad en la práctica es de suma importancia.

14 de marzo

Veinte técnicas que intensifican el poder de concentración

Observancia de celibato, práctica de Pranayama, limitación de las necesidades y los deseos, reducción de las actividades mundanas, práctica de silencio, permanencia en reclusión en una habitación durante una o dos horas diarias, plegarias, ejercicio del discernimiento o Vichara, disciplina de los sentidos, control de la ira, ausencia de relación con personas indeseables, aniquilación de la codicia y el egoísmo, control de la postura corporal mediante Yoga Asanas, ausencia de sensaciones o pensamientos perturbadores del trabajo que se esté haciendo, aumento del número de veces diarias en que uno se sienta en meditación, repetición de alabanzas inspiradoras de las Escrituras, expresión de compasión y amor hacia todos, desarrollo del poder de atención, reflexión sobre los beneficios milagrosos de obtener absoluta concentración, aspiración ardiente a realizar al Ser Divino en esta misma vida y presencia de tendencias espirituales pasadas son las veinte técnicas o los veinte métodos para incrementar e intensificar el poder de concentración. Aquél que desarrolla gran poder de concentración obtiene intuición, evoluciona rápidamente, adquiere inmensa fuerza espiritual interior y obtiene felicidad espiritual pura y comunión con Dios.

15 de marzo

Beneficios de la concentración

Por medio de la concentración, uno obtiene una penetrante visión interior – significados sutiles esotéricos se manifestarán en el campo de la conciencia mental. Uno entiende el profundo significado filosófico cuando lee el Gita o los Upanishads con concentración. Aquellos que practican concentración poseen muy buena salud y una visión mental muy alegre, y evolucionan rápidamente. La concentración purifica y calma las emociones, fortalece la corriente de pensamiento y clarifica las ideas. Nada es imposible para aquél que practica concentración regular.

16 de marzo

Valor inspirador de la meditación

La práctica de la meditación es en sí misma un potente clarificador de la memoria y un inspirador del pensamiento discernidor. Durante la meditación, cuando la mente se vuelva más Sáttvica, pura y calma, te sentirás sumamente inspirado, tu mente compondrá refinados poemas y resolverá problemas intrincados de la vida. Pero luego debes apagar esos Vrittis Sáttvicos, trascender este nivel de inspiración, ir más allá de la expresión artística. Porque tales actividades también disiparán la energía espiritual interior que debería conservarse para remontarse más y más alto en los reinos de la Experiencia Divina.

17 de marzo

Resultados iniciales de la meditación regular

La meditación regular abre los caminos del conocimiento intuitivo, calma y aquieta a la mente, despierta sentimientos extáticos y pone al estudiante de Yoga en contacto con la fuente del Purusha Supremo. Si hay dudas, se aclaran solas cuando uno avanza firmemente por el Sendero del Dhyana Yoga. Sentirás la forma en que debes subir el siguiente peldaño de la escalera espiritual. Una misteriosa voz interior te guiará. Escúchala atentamente.

18 de marzo

El hombre de meditación

El Mahatma que medita en una cueva solitaria en el Himalaya ayuda más al mundo por medio de sus vibraciones espirituales que el Sadhu que predica en un escenario. Del mismo modo en que las vibraciones del sonido viajan por el espacio etéreo, también las vibraciones espirituales del meditador viajan una larga distancia, generan paz y fortalecen a miles. Cuando el meditador se vuelve sin mente, él penetra el mundo entero. La gente ignorante critica con falsos cargos a los Sadhus que meditan en cuevas diciendo que son egoístas. Del mismo modo en que la dulce fragancia del jazmín penetra el aire, también su aura espiritual infiltra las mentes de otros. La gente extrae gozo, paz y fortaleza de él, y experimenta elevación mental por su solo contacto.

19 de marzo

La influencia de una mente desarrollada

¡Observa la influencia de una mente altamente desarrollada sobre otra menos desarrollada! No es posible describir lo que es estar en presencia de un Maestro o un adepto desarrollado. Sentarse en su presencia, aunque no diga una palabra, es sentir una gran emoción, tal es así que uno puede sentir que nuevas inspiraciones le están llegando

mentalmente. La mente tiene aura (aura mental o psíquica). El aura es Tejas, brillo o aureola que emana de la mente. El aura de aquellos que han desarrollado sus mentes es muy refulgente. Puede viajar largas distancias y afectar beneficiosamente a un gran número de personas que reciben su influencia. El aura espiritual es más poderosa que el aura psíquica o el aura pránica. Aquél que ha purificado su mente se convierte en centro de fuerza. Todas las mentes menores se ven inconscientemente atraídas hacia él.

20 de marzo

La diversidad de enfoque

Samadhi significa súper-conciencia. Samadhi es la pérdida de la propia personalidad en lo Divino. Es liberarse de la ilusión de la personalidad. Un Bhakta obtiene Bhava Samadhi por medio de sentimientos nobles; un Raja Yogui obtiene Nirodha Samadhi mediante el control de las ondas mentales; un Jñani obtiene Bheda Samadhi por medio de la negación de nombres y formas. La meditación profunda lleva al Samadhi o unidad con Dios. La mente está llena de Dios. Del mismo modo en que un muñeco de sal se funde en el agua, el Jñani se funde en Brahman en Nirvikalpa Samadhi. Un golpe repentino de iluminación mística pone fin a toda la existencia física definitivamente.

21 de marzo

Samadhi y ciertos estados mentales similares

Algunas veces, durante un corto tiempo, la mente se encuentra en su esencia. En este estado mental, no hay Raga ni Dvesha; este silencioso estado de la mente es denominado Tushnim Avastha. Tiene lugar en vigilia o Jagrat Avastha. El aspirante confunde este estado mental neutro con Samadhi. Esto es un obstáculo en el sendero de la realización de Dios; por lo tanto, debería superarlo por medio de la introspección cuidadosa y la meditación vigorosa. Mediante la experiencia y la sutileza, un Sadhaka puede descubrir exactamente la naturaleza de los diversos estados de la mente. Él debería adoptar métodos efectivos para controlarlos.

22 de marzo

Samadhi: Un asunto de larga y continua práctica de esfuerzo hercúleo

El Samadhi es difícil de lograr. No confundas la reflexión, la construcción de castillos en el aire y el estado de semidormido con Samadhi. Grande es la gloria del hombre de Samadhi; él puede mover el mundo entero. El mero entusiasmo juvenil o la excitación emocional no ayudarán a lograr el resultado deseado. Primero aspira a purificarte. Vuélvete una encarnación de amor, compasión y bondad. Uno debe aplicarse diligentemente a la Sadhana, día y noche. Al igual que un hombre que busca ansiosamente un medio para escapar de su casa en llamas, el aspirante debería tener un deseo ardiente de liberarse del fuego del Samsara. Sólo entonces será capaz de entrar en meditación profunda y Samadhi.

23 de marzo

Naturaleza inefable de la experiencia espiritual superior

Las experiencias espirituales no pueden ser descritas con palabras. El lenguaje es imperfecto. Deben ser sentidas y experimentadas por los mismos aspirantes. Las

experiencias varían. Un devoto, un Yogui o un sabio tienen diferentes experiencias espirituales al comienzo. Finalmente, la experiencia suprema es una e invariable. La experiencia suprema es aquella en la cual te identificas con el Absoluto.

No hay oscuridad ni vacío en esta experiencia. Es pura luz. Te conviertes en un Sarvavid o conocedor de todo. Conoces el misterio de la creación. Obtienes inmortalidad, conocimiento supremo y beatitud eterna.

En meditación, se forman nuevos surcos en el cerebro y la mente se dirige hacia arriba por esos nuevos canales espirituales. Cuando la mente se aquieta en meditación, los globos oculares también se aquietan. Un Yogui cuya mente está en calma tendrá los ojos quietos. No habrá parpadeo en absoluto. Los ojos serán lustrosos, rojos o de un blanco puro.

Cuando entras en una meditación muy profunda y silenciosa, el aliento no sale de las fosas nasales. Puede que haya un movimiento lento y ocasional de los pulmones y el abdomen.

En meditación profunda y continuada, el pensamiento cesa. Existe sólo una idea, “yo soy el Infinito”, “Aham Brahmasmi”. Cuando esta idea también es abandonada, tiene lugar el Nirvikalpa Samadhi. Del mismo modo en que la sal se disuelve en el agua, la mente Sáttvica se funde en Brahman, su Sustrato.

Capítulo 8

LA NATURALEZA HUMANA Y LOS OBSTÁCULOS PSÍQUICOS

24 de marzo

Ciclo para el ascenso del animal en el hombre

Todo el árbol de mango con sus ramas, hojas y frutos está contenido en forma sutil en la semilla. Le lleva tiempo manifestarse. Así también la Vasana de la lujuria acecha en la mente cuando eres niño, se manifiesta a los dieciocho años, llena el cuerpo entero a los veinticinco. La mente hace estragos desde los 25 a los 45. Ese es el período más crítico de la vida. No hay diferencia especial en las características del niño y de la niña cuando los dos son jóvenes. Después de la pubertad, exhiben sus cualidades particulares.

25 de marzo

Peligrosos obstáculos en el sendero – I

Desde el comienzo mismo de la vida espiritual, uno debe entender claramente que la esperanza de progresar yace en la verdadera ‘humanidad’ – el deseo sincero de desarraigar gradualmente el orgullo, el egoísmo y los celos, la ardiente e incesante introspección para encontrar los propios defectos y mejorar. Sin esta base, toda forma de Sadhana se convierte en una ilusión o una pérdida de tiempo. Hace que el aspirante se hinche de orgullo y egoísmo. Cuando esto sucede, todos los buenos consejos e instrucciones fracasan en él. Las influencias superiores dejan de tener efecto debido a que el aspirante se vuelve deliberada y obstinadamente insensible a ellas. Si uno quiere evitar caer en esos estados peligrosos, debe practicar una vigilancia constante. La vida espiritual no es un tema menor.

26 de marzo

Peligrosos obstáculos en el sendero – II

Cometer faltas y hacer el mal se ha vuelto tan habitual en el hombre que nunca siente estar haciendo algo malo a pesar de cometer faltas día y noche, constantemente. Y lo que causa el mayor daño es el hecho de que aún mientras está en este estado impuro, el aspirante es engañado por Maya y piensa que ya ha progresado considerablemente en espiritualidad. Se engaña a sí mismo con el pensamiento de que es avanzado en Sadhana. Cree que ha logrado la actitud de Nirlipta (desapegado) en que puede hacer cualquier cosa sin ser afectado por ello.

Bajo esta grave ilusión, se permite el descontrol y corre desenfrenado, intolerante ante la crítica, resentido ante la menor oposición, totalmente indiferente a los sentimientos de otros y absolutamente insensible al consejo y la corrección. Todo sentido de discernimiento, sano juicio e introspección desaparece en él. Incluso la cortesía normal y la cultura que posee un hombre mundano corriente se alejan del aspirante debido a su presunción de progreso espiritual y crecimiento en sabiduría. Se vuelve propenso a atacar incluso a personas venerables y mayores, y a almas superiores espiritualmente. Antes de afirmar que eres un Sadhaka, realiza completamente la importancia de cambiar ética y moralmente. El aspirante debería evitar cuidadosamente los peligros del autoengaño por medio de la vigilancia constante y la introspección. Cuando su naturaleza cambie, se purifique y prepare, la Gracia Divina inundará espontáneamente su corazón y lo iluminará.

27 de marzo

Peligrosos obstáculos en el sendero – III

El hábito errabundo de la mente es uno de los grandes obstáculos en el sendero. Se manifiesta de diferentes formas. La mente de un hombre de familia vaga por el cine, el teatro, el circo, etc. La mente de un Sadhu o monje deambula por Varanasi, Brindavan y otros lugares de peregrinaje. Hay muchos Sadhus que no permanecen en un mismo lugar durante su Sadhana. El hábito errabundo de la mente debe ser controlado manteniéndola simple y constante por medio de Vichara. La mente debe ser entrenada para que permanezca en un mismo lugar cinco años durante su vida meditativa, para que se adhiera a un método de Sadhana, un sendero de Yoga, un objetivo espiritual y un guía.

28 de marzo

La realización espiritual y los obstáculos psíquicos

Varios Siddhis psíquicos y otros poderes vienen al Yogui que ha controlado sus sentidos, su Prana y su mente. Pero todos ellos son obstáculos para la realización espiritual. Son escollos; atraen a los estudiantes de Yoga. Las tentaciones de los planos astral, mental y Gandharva son más poderosas que las tentaciones terrenales. Los estudiantes incautos son abrumados por ellas. Uno está destinado a tener ciertos poderes psíquicos como resultado de la práctica regular de meditación y concentración, pero usar esos poderes para propósitos bajos y egoístas, para ganar algún fin material, es desastroso.

29 de marzo

Los poderes sobrenaturales y la experiencia espiritual

En el transcurso de su Sadhana, el aspirante tiene algunas experiencias como visiones maravillosas de Rishis, Mahatmas, entidades astrales de variada descripción, oye diversos sonidos melodiosos, huele Divya Gandha, obtiene los poderes de lectura de pensamiento, predicción, etc. Entones, imaginando tontamente que ha alcanzado el fin supremo, interrumpe su Sadhana. Cae en un falso Tushti o contentamiento. Este es un grave error. Esas visiones, esas experiencias y esos poderes no son en sí mismos el punto culminante de la Sadhana. Abandona la idea de ellos. La experiencia final, intuitiva y directa del Supremo es la única experiencia real.

30 de marzo

Los poderes psíquicos y el verdadero Yoga

No pienses demasiado en los Siddhis psíquicos. No vale la pena tener clarividencia o clariaudiencia cuando se puede lograr mayor iluminación y paz sin los Siddhis. El deseo de poderes actuará como una ráfaga de aire que puede apagar las lámparas del Yoga que uno mantiene cuidadosamente. Cualquier deseo egoísta de Siddhis apagará la pequeña luz espiritual que el Yogui haya encendido después de mucho esfuerzo y arrojará al estudiante al profundo abismo de la ignorancia. No será capaz de elevarse otra vez a la altura original a la que había ascendido en la colina del Yoga.

Capítulo 9

MANTRA Y EL FENÓMENO DE LA CONCIENCIA

31 de marzo

Los primeros frutos de la plegaria

La plegaria genera buenas corrientes espirituales y produce una rara tranquilidad mental, eleva toda la naturaleza emocional y está acompañada de un crecimiento de la gracia interior, la fuerza interior y un sentido de sintonía con el Ser Supremo. Los sentimientos intensos y puros elevados en los actos de plegaria generan el más beneficioso cambio interior; la actitud receptiva de la mente orando silenciosamente pone al alma del hombre en sintonía con el Infinito, la une al reservorio cósmico de energía inagotable y la recarga con fuerza, gracia, energía y luz. Cuando las plegarias se elevan sobre la base de devoción absoluta, pureza de motivos, desapego de todas las cuestiones mundanas e inquebrantable fe en la Divinidad, conducen el ser interior del hombre a la Experiencia espiritual más elevada.

1° de abril

Análisis psicológico de la plegaria

Psicológicamente, debería recordarse que la plegaria no es solamente pronunciar palabras sino un sentimiento intenso y sincero, y un anhelo por contactar al Poder omnipresente que incluye todo dentro de Sí, y que es el más real de todos los seres. La naturaleza del pensamiento y el sentimiento es tal que no es posible pensar o sentir algo sin transformar al órgano psicológico en la modalidad del objeto en el que se piensa o al que se siente. Y debido a que en el caso de la plegaria, el objeto es el mismo Poder

infinito, la mente toma tal modalidad poderosa que el devoto es dotado con poderes sobrehumanos además de adquirir aquello por lo que ofreció la plegaria.

2 de abril

Mantra: Su fuerza y sus funciones

El Mantra acumula fuerza creativa como resultado de la repetición, por medio de la fuerza de los Samskaras. Un Mantra es una masa de energía radiante o Tejas. Transforma la sustancia mental generando un movimiento de pensamiento particular. Las vibraciones rítmicas producidas por su repetición regulan las vibraciones inquietas de las cinco envolturas o Pañcha-koshas. Controla las tendencias naturales de la mente a correr tras objetos sensuales. Ayuda y refuerza a la Sadhana Shakti cuando ésta se vuelve imperfecta y se encuentra con obstáculos. La Sadhana Shakti es reforzada por medio de Mantra Shakti y cuando se despierta la conciencia dormida en un Mantra o el Mantra Chaitanya, el Mantra despierta en el Sadhaka poderes sobrehumanos o Siddhis.

3 de abril

Base lógica de la repetición de Mantras

El Mantra es Daivi Shakti, Poder Divino, manifestándose como sonido. La repetición constante del Mantra, con fe, devoción y pureza, aumenta la Shakti del aspirante, purifica y despierta el Mantra Chaitanya (potencia dormida) latente en el Mantra y confiere al Sadhaka Mantra Siddhi, iluminación, liberación, paz e inmortalidad. Mediante la repetición constante del Mantra, el Sadhaka absorbe las virtudes y poderes de la Deidad que preside el Mantra. La repetición de Surya Mantra (Mantra del Sol) otorga salud, vigor, vitalidad y 'brillo', elimina enfermedades del cuerpo y de los ojos, y protege contra todo peligro y daño. La repetición de un Mantra tiene el poder misterioso de generar la manifestación de la Divinidad, del mismo modo en que la división de un átomo libera tremendas fuerzas latentes en él.

4 de abril

Mantras particulares para beneficios particulares

La repetición del Subrahmanya Mantra "Om Sharavanabhavaaya Namah" te dará éxito en cualquier emprendimiento y te hará glorioso. Alejará las influencias negativas y los malos espíritus. La repetición del Shri Hanuman Mantra "Om Hanumantaaya Namah" te dará victoria y fuerza. La repetición del Pañchadashakshara y el Shodashakshara (Shri Vidya) te dará salud, poder y liberación. El Maha Mrityuñjaya te salvará de accidentes, enfermedades incurables y calamidades, y te otorgará larga vida e inmortalidad. También es un Moksha-mantra. Aquellos que hacen Japa de este Mantra diariamente gozan de buena salud y larga vida, y finalmente obtienen Moksha o Liberación.

5 de abril

Usos milagrosos de los Mantras

La recitación de Mantras genera ondas espirituales potentes de vibraciones divinas. Ellas penetran los cuerpos físico y astral de los pacientes y eliminan las causas de sus sufrimientos. Llenan las células con puro Sattva o energía divina. Destruyen los

microbios y vivifican las células y los tejidos; son los antisépticos y germicidas más potentes. Son más poderosos que los rayos ultravioletas o los rayos Roentgen.

6 de abril

El carácter racional de los milagros

El toque divino de los sabios que cura enfermedades incurables e incluso algunas veces devuelve la vida al muerto es algo cierto en el reino espiritual. Esos milagros sin duda desconciertan a la razón; pero la mayoría de las veces el milagro implica no sólo la anulación de las leyes conocidas sino la invocación y la puesta en juego de una ley de la cual el observador desinformado es totalmente inconsciente. De allí que se sorprenda y asombre ante el hecho. Cuando la causa es incomprensible para uno y en la ausencia de una secuencia de conexión, sólo se observa el efecto y uno lo siente como algo sobrenatural.

7 de abril

El consejo de la conciencia

La conciencia es una balanza sensible para pesar las acciones; es una voz que guía desde el interior. Cuando haces algo mal, la conciencia te lo reprocha. Experimentas molestia. La conciencia te dice en una voz clara, baja y fuerte: “Amigo, no hagas eso, te traerá sufrimiento”. Un hombre sensato inmediatamente deja de obrar mal y se vuelve sabio. La cobardía pregunta: “¿Es seguro?”. La avaricia dice: “¿Se gana algo con eso?”. La vanidad pregunta: “¿Me puedo hacer famoso?”. La lujuria dice: “¿Hay placer allí?”. Pero la conciencia pregunta: “¿Es correcto?”. La conciencia te insta a elegir y hacer lo correcto en vez de lo erróneo.

8 de abril

La evolución de la conciencia

Según el conocimiento que posea, la conciencia del hombre se edifica y, cada tanto, cambia corrigiendo su visión según el conocimiento superior obtenido posteriormente. La conciencia de un niño o de un salvaje es absolutamente diferente de la conciencia de un hombre civilizado totalmente maduro; y entre los civilizados, el conocimiento varía tanto que sus conciencias determinan diferentes líneas de conducta. La conciencia de un hombre Sáttvico es muy limpia y pura. La conciencia de Ramji no le permitirá hacer algo, pero la conciencia de Chatterji puede que sí se lo permita. Por lo tanto, no puedes confiar totalmente en la conciencia hasta tanto no hayas limpiado tu mente y tus sentimientos de prejuicios y predilecciones personales. Nunca confundas la incitación de la mente inferior con la voz del alma.

9 de abril

Reveses en la sensibilidad de la conciencia

Si un hombre honesto comienza a recibir coimas, al principio se sacude; porque su conciencia tiembla y se estremece; siente gran inquietud. Pero si repite esto varias veces, su conciencia se embota. Deja de sentir inquietud alguna. Si un hombre puro visita por primera vez una casa de mala fama, le remuerde la conciencia y hace que se sacuda. Pero si visita esa casa con frecuencia, su conciencia pierde sensibilidad y se entorpece. Ya no sentirá nada. Por lo tanto, entendiendo que el mecanismo interior de la

conciencia es muy sutil, trata siempre de mantenerlo sensible llevando a cabo sólo actos virtuosos.

10 de abril

Discernimiento de la acción recta

Cuando se hace algo, si el resultado es tu experiencia personal de goce, regocijo o satisfacción, entiendes que estás haciendo algo correcto; pero si experimentas temor, vergüenza, duda o cargo de conciencia, debes saber que estás haciendo algo erróneo. Una constante conciencia de la Divinidad elimina toda posible tendencia a la acción errónea. Dota a tu mente con un juicio moral notablemente fuerte, el cual discernirá con facilidad y determinará si una acción particular es correcta o errónea, buena o mala. Cuando realizas una acción, si experimentas elevación mental, tranquilidad y alegría, debes saber que la acción es correcta.

No hagas nada que no sea beneficioso para otros o que más tarde te haga arrepentir o avergonzar. Haz acciones que sean elogiadas y que sean buenas para ti y para otros. Esta es una breve descripción de la buena conducta. Los preceptos morales han sido hechos para evitar causarse daño unos a otros.

En la realización de una acción, lo que importa es el motivo. Lo correcto o lo erróneo no se determinan por las consecuencias objetivas sino por la naturaleza de la intención subjetiva del que lleva a cabo la acción. Dios tiene en cuenta la intención del actor.

Capítulo 10

LOS PRIMEROS PASOS EN LA EVOLUCIÓN ESPIRITUAL

11 de abril

Equipamiento preparatorio para la aventura espiritual

Antes de aventurarse en el sendero espiritual, es absolutamente necesario hacer un estudio exhaustivo de las leyes naturales y las verdades de la vida. Si emprendes el sendero espiritual sin el equipamiento indispensable, tal como la convicción acerca de la irrealidad de la vida mundana, y sin ardiente desapego y autocontrol, eres propenso a perderte en la oscura mazmorra de la desesperación y la frustración. No tiene sentido que mantengas tus pies en dos botes.

Exhibe espíritu impertérrito y hombría. Haz una firme resolución: “Moriré o alcanzaré la Realización”.

12 de abril

Demanda personal y desconcertante número de doctrinas

En un bazar, verás muchas cosas que no necesitas. Pero ¿por qué culpas al comerciante por eso? Así también, las diferentes clases de Yoga, las diferentes clases de escrituras como Puranas, Agamas, Nigamas, filosofías, etc. tienen su propia utilidad. Para satisfacer a toda clase de personas, todos los sistemas son útiles y necesarios. ¿Para qué vas a contar guijarros en el lecho del río? Si estás sediento, tu tarea es beber agua.

13 de abril

Necesidad de desarrollo espiritual

No se pueden evitar las condiciones desfavorables, cierto grado de inquietud mental, sentido de frustración y un poco de infelicidad en la vida, porque son necesarias para la evolución de todo ser humano, son condiciones de ascenso y crecimiento espiritual. Todo aspirante espiritual debe poseer infinito poder de resistencia y gran paciencia, y debe hacer persistentes esfuerzos para lograr la Iluminación Divina, Paz, Gozo y Gloria. Que la Sadhana sea regular, continua, ininterrumpida y seria. Si aspiras a una rápida realización de Dios, esto requiere regularidad y continuidad en Sadhana y meditación. Nunca interrumpas la Sadhana hasta no estar completamente establecido en la conciencia de Dios.

14 de abril

Las primeras cosas primero

Ningún número de ceros tiene valor intrínseco a menos que se le anteponga el número 'uno'. Del mismo modo, la riqueza de los tres mundos es nada si no tratas de adquirir riqueza espiritual, si no te esfuerzas por la realización del Ser. Por lo tanto, vive en el alma o el Ser interior. Agrega lo Divino a la vida en este mundo. Busca primero al Señor en el interior. Él es la fuente de la Riqueza Divina, el Poder y la Belleza.

15 de abril

La Voluntad Divina y el único deber humano

El temporal más fuerte no puede llevar ni una hoja seca sin Su Voluntad y, debido a que nosotros somos todos Sus amados hijos, Su Voluntad no puede ser más que para nuestro bien. Siendo el Habitante interior, Él conoce lo que es bueno para nosotros; nosotros no. Alegarnos con lo que Él nos da, descansar donde Él nos ponga, tomando todo lo que venga como Su bendición y repitiendo Su Nombre, glorificándolo en todas nuestras acciones, nuestras palabras y nuestros pensamientos – ese solo es nuestro deber.

16 de abril

El patrón de santidad

El comienzo de la santidad consiste en matar al egoísmo. El fin de la santidad es la Vida Eterna. La llave de la santidad es Brahmacharya. La luz de la santidad es el amor universal. El atuendo de la santidad es la virtud. La marca de la santidad es la ecuanimidad. El camino hacia la santidad es la meditación regular. Los cimientos de la santidad son Yama-Niyama. Un santo vive en Dios, está intoxicado con Dios.

17 de abril

Amigos incomparables y enemigos formidables

No hay ojo como el de la intuición, no hay ceguera como la de la ignorancia, no hay mal como la lujuria, no hay enemigo como la ira. No hay amigo como el Atman, no hay virtud como Satyam, no hay refugio como los pies de loto del Señor, no hay riqueza como la riqueza espiritual. Por lo tanto, desarrolla el ojo de la intuición, erradica la ignorancia y la lujuria, mata al enemigo de la ira, haz amistad con el Atman y obtén la Riqueza Suprema de la Realización de Dios.

No hay mayor obstáculo para la vida divina y la meditación que el deseo de placeres carnales. Mata este deseo mediante la indagación, el desapego y la meditación. La carne es tu enemigo invulnerable. Vive en el Espíritu o Atman, y aniquila a este enemigo formidable. ¡Avanza, oh valiente soldado!

18 de abril

Búsqueda de valores eternos

No hay luz como la del conocimiento del Ser o Brahman. No hay tesoro como el del contentamiento. No hay virtud como la veracidad. No hay beatitud como la del alma. No hay amigo como el Atman. Por lo tanto, conoce a tu propio Ser. Desarrolla contentamiento. Di la verdad. Bebe la beatitud del alma.

19 de abril

Dependencia de la Divinidad

Sé franco y confiesa todos tus problemas delante de Él. Háblale como un niño. El Señor entiende tus dificultades incluso antes de que se lo digas. Él es la Vida de tu vida, el Alma de tu alma. Depende sólo de Él. Toda otra ayuda fallará, pero esta compañía divina nunca falla. Repite siempre Su Nombre. Él cuidará de ti.

Depende sólo de Dios. No dependas del dinero, ni de los amigos, ni de nadie más. Cuando los amigos son puestos a prueba, ellos te abandonan. El Señor Buda nunca dependió siquiera de sus discípulos. Cuando estaba enfermo, saltaba como una rana para beber agua del río. No te ates a nadie, a ningún lugar, a nada.

20 de abril

Fundamentos interrelacionados de la vida espiritual

Satyam, verdad, es la semilla. Brahmacharya, celibato, es la raíz. La meditación es el riego. Shanti, paz, es la flor. Moksha, liberación, es el fruto. Por lo tanto, di la verdad, practica celibato, cultiva Shanti y medita regularmente. Obtendrás, con total seguridad, la liberación final del nacimiento y la muerte.

21 de abril

La piedra de toque del conocimiento y la espiritualidad

Una visión igual es la piedra de toque del conocimiento. La generosidad es la piedra de toque de la virtud. El celibato es la piedra de toque de la ética. La unidad es la piedra de toque de la realización del Ser. La humildad es la piedra de toque de la devoción. Por lo tanto, sé generoso, humilde y puro. Desarrolla ecuanimidad. Sintonízate con el Infinito.

22 de abril

Precedentes irremplazables

Sin Sadhana, no hay meditación; sin fe en los dictámenes de las escrituras sagradas, no hay perfeccionamiento; sin vigilancia y alerta, no hay progreso en el sendero espiritual, sin Guru, no hay conocimiento divino.

23 de abril

Transformación de la vida subconsciente y realización del Ser en este mismo momento

Detrás de la vida consciente, hay una región muy amplia de vida subconsciente. Ésta es más poderosa que tu vida corriente de conciencia objetiva. Por medio de la práctica de Yoga, puedes modificar, controlar e influenciar el plano subconsciente. Genera una completa transformación de la mente subconsciente y obtén experiencia súper-consciente o el cuarto estado, Turiya.

¿Puedes servir como Florence Nightingale? ¿Puedes obedecer como un soldado en el campo de batalla? ¿Puedes ser generoso como Ranti Deva? ¿Puedes pasar noches sin dormir, en devoción por el Señor, como Mira? ¿Puedes realizar Tapas como Dhruva? ¿Puedes adherirte a tus convicciones como Mansur y Shams Tabriez? ¿Puedes ser valiente como el sabio que se encontró con Alejandro, el Grande, a orillas del Indus?

Si dices ‘sí’, tendrás realización del Ser en este mismo segundo. Te contactarás con Avataras y Yoguis totalmente evolucionados en este mismo instante. Primero merece, después desea.

Nota:

Florence Nightingale: enfermera británica que alcanzó fama mundial por sus trabajos pioneros de enfermería en la asistencia a los heridos durante la Guerra de Crimea.

Ranti Deva: gran rey que abandonó su reino y vivió en el bosque como ermitaño. En una oportunidad, Ranti Deva ayunó durante cuarenta y ocho días. Al finalizar su ayuno, cocinó un poco de arroz para comer. Cuando estaba a punto de comer, llegó un hombre hambriento al que Ranti Deva le dio un poco de arroz. Una vez más, cuando se disponía a comer, vinieron otros dos hombres que le pidieron comida. Ranti Deva les dio la mayor parte del arroz y sólo dejó un poco para él. Luego vino un perro hambriento que le pidió comida moviendo la cola. Ranti Deva le dio todo lo que tenía. El perro estaba contento. Ranti Deva pensó, “¿Puede eliminar el hambre de otros!” Entonces, el Señor se apareció ante él y le dijo, “Estoy muy complacido contigo, Ranti Deva. Pensaste en otros y no en tu propia hambre, Yo amo a las personas como tú”.

Mira: santa y princesa del norte de India famosa por sus canciones de amor a Dios. No podía dormir en su anhelo por Dios.

Dhruva: príncipe indio que a la edad de 5 años practicó terribles penitencias (Tapas) llegando a interrumpir su respiración para tener la visión de Dios.

Mansur y Shams Tabriez: santos sufís que fueron atrocemente torturados por sostener sus convicciones.

Capítulo 11 EVOLUCIÓN ESPIRITUAL

24 de abril

El irreligioso y el esfuerzo consciente

El hombre irreligioso también alcanzará a Dios al final, pero a través de una ruta más larga y dolorosa, después de muchas experiencias de sufrimiento en este mundo. El hombre religioso irá a Él por un atajo y gozará de la felicidad de Dios en este mismo nacimiento. Cuanto antes te vuelvas religioso, más rápido alcanzarás la Fuente de Beatitud.

25 de abril

El apuro febril y la evolución progresiva.

El crecimiento espiritual es gradual. Hay evolución progresiva. No debes tener un apuro febril por lograr grandes proezas yóguicas o entrar en Nirvikalpa Samadhi en dos o tres meses. Tendrás que ascender la escalera del Yoga paso a paso. Tendrás que avanzar por el sendero espiritual paso a paso.

26 de abril

Mecanismo de desarrollo espiritual

Crece. Evolucionas. Expándete. Desarrolla amor puro. Medita. Obtén Jñana. ¿Has desplegado los tesoros ocultos de la conciencia espiritual latente en tu corazón? Si es así, has hecho bien. ¡Gloria a ti, oh Saumya!

Espiritualiza tus actividades. Que tus ojos miren con bondad, que tu lengua hable con dulzura, que tus manos toquen con suavidad. Alimenta tu mente con pensamientos sobre Dios, tu corazón con pureza, tus manos con servicio desinteresado. Permanece absorto en el recuerdo de Dios.

27 de abril

Signos de progreso espiritual

El crecimiento en la meditación, el progreso en la Sadhana y la mayor aproximación a la Divinidad se revelan en la ligereza del cuerpo y de la mente, en la disminución de la conciencia corporal, en la pérdida de atracción sexual, en una aversión por las propiedades mundanas que experimenta el aspirante. Contentamiento, estado mental imperturbable, disminución de las excreciones, voz dulce, entusiasmo y firmeza en la práctica de la meditación, concentración mental y deseo de permanecer solo en una habitación silenciosa y de estar en reclusión son los signos que indican el avance del aspirante en el sendero espiritual.

28 de abril

Experiencia del pensador más allá de la mente

El fin de la Evolución del pensador se alcanza cuando la vida mental desarrollada se vuelve, por expansión, idéntica a la vida que todo lo incluye, la del Ser universal. Por otra parte, si sus pensamientos y acciones están dirigidos exclusivamente hacia fines personales y egoístas, su mente se contrae y retrocede cada vez más en su evolución. Por lo tanto, debería tener sólo tales pensamientos y llevar a cabo tales acciones que puedan expandir su mente. La mente tiene que extenderse hasta que la cobertura que la limita se afine y finalmente se rompa, cuando las limitaciones del pensador dejen de existir. Entonces su Ser Interior brillará en su infinitud de existencia, conciencia y beatitud, porque era sólo Él, el Uno, el Verdadero Ser que hasta entonces parecía envuelto por una cobertura hecha de materia mental.

29 de Abril

Utilización óptima del tiempo

Aquellos que quieran convertirse en prodigios o personalidades magnéticas y dinámicas deben utilizar cada segundo de la mejor manera posible, tratando de crecer mental, moral y espiritualmente a cada instante. Trabaja duro. En el sendero espiritual, no hay que quedarse rezagado ni descansar por un momento siquiera. Incluso un poco de estancamiento es suficiente para oxidar tu ser espiritual. Un poco de falta de vigilancia puede causar una gran caída.

PARTE III

Los planos intuitivos y la estructura de la Vida Divina

Capítulo 12

ACRÓBATAS INTELECTUALES Y SUPERHOMBRES ESPIRITUALES

30 de abril

Hazañas intelectuales y Sadhana intensa

Hay que entender que aquél que no tiene Atma-Jñana, conocimiento y experiencia del Ser, es un tonto confirmado aunque sea una persona erudita, un maestro en las seis escuelas de filosofía india o un investigador de la Universidad de Harvard con diplomas y títulos que acompañen su nombre. Su intelecto todavía está pedregoso y estéril. Uno puede saber de memoria todos los Upanishads, los Brahma Sutras, el Bhagavad Gita, los Veda Angas, los Smritis, la filosofía occidental y la psicología contemporánea, y que aún así, sin realización de su identidad con Brahman por medio de la meditación constante e intensa, no alcance la liberación ni en cientos de millones de años. Por lo tanto, practica meditación; apúrate, realiza a Dios ahora mismo; todo lo demás es irrelevante.

1º de Mayo

Letras y vida

El mero estudio del Vichara-Sagara o el Pañchadashi no puede generar la experiencia de la Conciencia Adváitica pura. El parloteo vedántico, los discursos brillantes sobre filosofía, el hablar ocioso e insustancial sobre los Brahma Sutras y los Upanishads no puede ayudar al hombre a experimentar la unidad de la vida. No hay esperanza para tales hombres de sentir la unidad Adváitica de la Conciencia, a menos que destruyan sin compasión los diversos males de la mente y el corazón, y comiencen a vivir la vida interior.

2 de mayo

El hombre liberado en vida

Uno no logra la perfección o el Conocimiento del Ser por llevar el cabello enmarañado, dar discursos acalorados, ser erudito o exhibir milagros. Aquél en quien las dos corrientes de Raga-dvesha, la ignorancia de todo tipo, el egoísmo, la lujuria y la ira están totalmente destruidas es siempre feliz, es un Sabio liberado o Jivanmukta, él es Brahman. Cuando está absorto en Brahman, el Jivanmukta no es capaz de trabajar. Pero cuando baja de su conciencia Bráhmica plena debido a la fuerza del Prarabdha y a Vikshepa Shakti, él derrama su amor sobre el llanto del alma sufriente. Él es un océano de compasión, amor y paz.

3 de mayo

El ocultista y el Jñani

Un ocultista aprende, mediante el autocontrol y la disciplina, a trabajar en dos planos a la vez, es decir, estar parcialmente fuera de su cuerpo y al mismo tiempo trabajar en el plano físico; de modo que aún cuando está ocupado escribiendo, puede que esté haciendo otras cosas con su cuerpo astral. Si tal es el caso de un ocultista, ¿qué decir de un Jñani completamente evolucionado que está descansando en su propia Svarupa? Él se establece en Brahman y usa su mente y cuerpo como instrumentos cuando está haciendo Vyavahara. Tiene doble conciencia: la conciencia del mundo al que conoce como un sueño dentro de sí, y la conciencia de Brahman en que experimenta Conciencia Cósmica. Él sabe lo que sucede en cada mente.

4 de mayo

El mundo sólido del Sabio

En sus vuelos de intuición, el sabio asciende a la región que está más allá de la mente donde experimenta la Realidad Divina, el Absoluto. La experiencia súper-consciente es muy vívida, vital y vibrante. Para el sabio, es intensamente real. Él vive en ella, se mueve en ella y respira en ella. Toda la experiencia intuitiva es grande, sublime y profunda. El conocimiento de Dios se habría perdido para la humanidad de no haber sido por la intuición y la revelación de los sabios.

5 de mayo

La visión del Sabio inmortal

En el bebé que llora, en el niño que juega, en el joven fogoso, en la mujer desconcertada y en el anciano desilusionado, los sabios perciben al mismo Ser Divino. La forma externa y la naturaleza particular no le importan. El cambio aparente que el hombre mundano llama muerte no pertenece al Espíritu Divino interior. La vida continúa del otro lado. El hombre se va a dormir con una cubierta y se despierta con otra. La muerte ha perdido su terror para el sabio. Ha alcanzado lo imposible, ha conocido lo Incognoscible, ¡ha eludido las garras de la misma Muerte! Al igual que este sabio, tú también puedes conquistar a la Muerte y obtener Visión Divina. Busca al Señor omnipresente y vive dinámicamente en Él.

6 de mayo

La voz de un Sabio que ha realizado al Ser

No hay papel en el cual escribir la Naturaleza de la Verdad. No hay lapicera que se anime a escribirla. No hay persona viva que pueda expresarla. Es sólo lo que es. Todo esfuerzo por expresar Su naturaleza es tratar de matar su realidad. ¡Tú eres ese Gran Ser! ¡Tú eres Eso, Tú eres Eso! Tu gloria es ilimitada. Tu poder es indestructible. Tú eres el más bendito, el Ser Inmortal, el Ser Real. Realiza tu verdadera Naturaleza por medio del discernimiento, el desapego y el sacrificio de cosas mundanas.

7 de mayo

Conversación inútil y experiencia trascendental

La vida espiritual no es mera conversación inútil. No es pura sensación. Es verdadera vida en el Atman. Es experiencia trascendental de beatitud pura. Es una vida de plenitud y perfección. Aquél que lleva una vida espiritual es un centro de gran fuerza espiritual, una personalidad dinámica. Él irradia paz, gozo y felicidad hacia todos; y aquellos que entran en contacto con él son sumamente inspirados y elevados.

8 de mayo

Las comunidades perseverantes de individuos espirituales

La Gracia de Dios es tal que por más universal que sea el dominio del agnosticismo, siempre hay una clase de gente que se rehúsa a sucumbir a la atracción de las cosas mundanas y vive para esforzarse en lograr un ideal divino superior. Estos son los buscadores de la Verdad, los monjes en sus monasterios, los mendicantes errabundos, los Maestros, los solitarios en su aislamiento meditativo y los ascetas absortos en penitencias. Aún hoy se encuentran esos seres, no sólo en Oriente sino también en los países occidentales. No hay verdadera diferencia entre un místico cristiano y un santo hindú. Sus dichos nunca chocan; sus mensajes son esencialmente lo mismo. Ellos han estado siempre llamando a los hombres para descubrir la Sabiduría del Ser.

9 de mayo

La sal de la tierra

Los grandes hombres no son los que hablan mucho o corren rápido sino aquellos que piensan profundamente y viven correctamente. El pensamiento correcto consiste en una actitud mental libre de malicia. El mal es creer en las cosas que perecen. Son grandes héroes los que han cruzado a la otra orilla del océano de muerte y sufrimiento; y superiores aún son los salvadores que ofrecen la mano redentora al alma que se retuerce por tener un atisbo de la Luz que nunca parpadea ni se desvanece. La compañía de los santos tiene un efecto estupendo en la vida de los verdaderos buscadores. Afecta incluso al materialista absoluto. Estudia la vida de los santos y serás inspirado de inmediato. Recuerda sus dichos y te elevarás. Sigue sus pasos y te liberarás del dolor y el sufrimiento.

10 de mayo

El gran Superman de Oriente

El Bhagavad Gita es el Evangelio de la vida, la Escritura de la humanidad, y la vida de Shri Krishna es el gran comentario sobre el mismo. Shri Krishna vivió la vida de un magnífico hombre de familia, enseñando a la humanidad que el Conocimiento del Absoluto no es incompatible con la actividad práctica de la vida. Es como si Él fuera la forma que tomó la gran Verdad de que el universo es la manifestación de Brahman. Infinitos fueron los problemas domésticos que tuvo Krishna, ilimitadas las perturbaciones sociales y políticas, y las situaciones amenazantes en las cuales Krishna estuvo envuelto, infinitas fueron sus responsabilidades y aún así su éxito fue incomparable, no tuvo igual en su brillante ejemplo de Vida Perfecta. Shri Krishna fue filósofo, sabio, Yogui y estadista por excelencia, enseñó la forma de mantener paz sobre la tierra por medio del ejemplo y el precepto del arte de gobierno.

Aquí tienes algunas instrucciones valiosas de Shri Krishna a Uddhava. Shri Krishna dice, “No le prestes atención a la gente que se ríe ridiculizándote, olvida el cuerpo,

trasciende todo sentido de vergüenza; póstrate en el piso e inclínate ante todos los seres, incluso ante el perro, el Chandala o descastado, la vaca y el asno. Ve todo en Mí y contéplame en todo. Corta todos los apegos. Ten devoción perfecta e inquebrantable hacia Mí”.

“Contempla este universo como una ilusión, un juego de la mente que ahora se ve y al momento siguiente desaparece como un sueño, y que es tan inconsistente como el círculo trazado por una varilla encendida (Alat Chakra). Las tres distinciones de vigilia, sueño con ensueño y sueño profundo que son causadas por la transformación de las Gunas, cualidades de la materia, constituyen Maya.”

Capítulo 13

LA EXPERIENCIA INTUITIVA Y EL CONOCIMIENTO CONCEPTUAL

11 de mayo

Sabiduría Adváitica y razón humana

Sabiduría es la perfección de la ausencia de diferencia; ignorancia es lo opuesto a ello. El conocimiento asciende gradualmente en sentidos, razón e intuición. El conocimiento sensorio es comparativamente fragmentario y falso, la razón está a medio camino entre lo correcto y lo erróneo, y puede ser utilizada para servir a cualquier fin. El conocimiento humano termina con la razón; ésta es usada generalmente para servir al conocimiento sensorio. La lógica que se vuelve en contra de la intuición no es digna de confianza. La razón es un obstáculo para la realización del Ser sólo cuando su lógica se pervierte debido al interés egoísta.

12 de mayo

El intelecto y la naturaleza de la intuición

El intelecto da el conocimiento de los objetos externos. El intelecto es esfuerzo. El intelecto imagina, cree. El intelecto es finito, es un producto de Prakriti. La intuición es el ojo de la sabiduría. La intuición es infalible. Es un destello, una iluminación. En la intuición el tiempo se vuelve Eternidad. Por lo tanto, desarrolla intuición.

13 de mayo

El discernimiento intuitivo y los esfuerzos a tientas

La intuición y el discernimiento intuitivo constituyen la única piedra de toque de la filosofía. Finalmente, el método de la intuición es el único que permite discernir sobre la Verdad. Sin desarrollar la intuición, el hombre intelectual permanece imperfecto y ciego para la Verdad que subyace detrás de las apariencias. En comparación con la intuición, todas las otras filosofías parecen ser conversaciones informales, ensayos divertidos, intentos humorísticos en el juego llamado “la gallina ciega”.

14 de mayo

Definición de intuición

Intuición es una conciencia interior activa del Ser inmortal y beatífico que está en el interior. Es el ojo de la sabiduría mediante el cual el sabio distingue claramente la Presencia invisible de la Realidad en todo. En la terminología sánscrita, es llamado

Divya Chakshus, Prajña Chakshus, Jñana Chakshus mediante el cual el Yogui o sabio experimenta la visión suprema del Brahman omnipresente. Corresponde al Brahmakara Vritti de los vedánticos. Es el tercer ojo espiritual de los yoguis.

15 de mayo

El estándar antiguo y los indicadores modernos

La época de los Upanishads fue una época de percepción intuitiva. Fue una época en que la experiencia intuitiva era garantía de Verdad. Pero la era moderna es una era de cuestionamientos y criticismo. Hoy la garantía de Verdad es la prueba de percepción sensual. El hombre acepta como realidad aquello que puede percibir por medio de sus órganos sensorios y conocer mediante su intelecto. Rechaza aquello que los sentidos no puedan percibir, considerándolo poco fiable. Así es que muchos factores preciosos de nuestra antigua herencia cultural han sido rechazados y dejados de lado considerándolos superstición.

16 de mayo

Percepción directa y actividad conceptual

La Intuición es conocimiento inmediato en contraste con el conocimiento mediato. La intuición es la única forma por la cual se puede experimentar al Absoluto en Su totalidad e integridad. Estos sentidos limitados y mortales, y el intelecto finito no pueden comprender la Realidad omnipresente. La razón puede darte sólo conocimiento conceptual, y éste no te da el conocimiento de la Realidad en plenitud sino que divide, fragmenta y rompe las cosas en pedazos.

Capítulo 14

BASE DE LA EXPERIENCIA DEL SER

17 de mayo

Movimientos dinámicos de la reflexión espiritual

En medio del alborotado y bullicioso ajeteo de las actividades mundanas, vienen momentos de tranquilidad y paz en los que la mente, aunque sea por un corto tiempo, se remonta por sobre las sucias cosas mundanas y reflexiona sobre los problemas superiores de la vida, tales como “¿Desde dónde? ¿Dónde? ¿Hacia dónde? ¿Por qué existe este universo? ¿Quién soy?”. El investigador sincero se pone serio y prolonga sus reflexiones. Él comienza a buscar y entender la Verdad. El discernimiento surge en él. Busca Vairagya, concentración, meditación y purificación de la mente y el cuerpo, y finalmente obtiene el conocimiento supremo del Ser.

18 de mayo

El oráculo de Delfos

La mayor contribución que hizo la cultura griega al mundo del pensamiento superior fue el oráculo de Delfos, “Conócete a ti mismo”. Es alrededor de este conocimiento del Ser que giran todas las filosofías, las religiones monistas y las ciencias espirituales. El conocimiento del Ser es, en India, la Realización del Ser. El conocimiento del Ser no se adquiere por medio de ningún proceso intelectual u oculto. Es conocimiento por

Identidad. Los que se han conocido a sí mismos son aquellos que han contactado conscientemente el Reino del Cielo presente en los corazones de todos.

19 de mayo

Las dos hachas del Conocimiento del Ser

El hombre sólo se puede conocer a sí mismo por medio de la meditación, ahondando profundamente en las calmas cavernas del corazón y mirando directamente en el espejo de la vida interior. Para tener un entendimiento comprensivo de lo que somos, debemos imprimir en nuestra mente los dos hechos, el de la existencia de la Realidad Eterna y la unidad radical de todas las manifestaciones desde la estrella a la forma mineral, desde la naturaleza inanimada hasta la vida organizada. Todo ser humano es una manifestación del Señor y, por lo tanto, es posible para todos unirse con el Infinito. La reflexión sobre estas verdades de la existencia esencial genera fe y convicción. La visión directa de la Realidad suplanta todos los argumentos vanos. La realización de la Verdad hace que todo se aclare y se explique solo.

20 de mayo

La joya del Conocimiento del Ser

No hay obras en todo el mundo que sean tan emocionantes, conmovedoras e inspiradoras como los Upanishads. La filosofía enseñada por los Upanishads ha sido fuente de solaz para muchas grandes almas tanto en Oriente como en Occidente. Los Upanishads enseñan la filosofía de unidad absoluta, la gloria de la Naturaleza esencial del hombre. Contienen las verdades sublimes del Vedanta e indicios prácticos que iluminan el sendero hacia la Realización del Ser.

21 de mayo

El primer paso y el entrenamiento psicológico precedente

Una investigación del centro subjetivo, el Verdadero Hombre, la Entidad metafísica que yace dormida en el corazón de las envolturas intelectual, vital y física de todo individuo, es el primer paso en el sendero de la Vida Divina. Sin embargo, el conocimiento introspectivo del Ser por el ser se vuelve posible y fluye en el poder operativo más efectivo sólo después de cierto período necesario de entrenamiento psicológico exitoso y disciplina del hombre en su totalidad.

22 de mayo

El arte de la introspección

Debes aprender el arte de hacer que la mente se vuelva introspectiva, que se dirija hacia el interior por medio de la Kriya Yóguica del Pratyahara (abstracción). Sólo entonces, uno puede ser realmente feliz. Sólo aquellos que conocen esta práctica pueden estar realmente serenos. La mente ya no puede exteriorizarse y hacer estragos. Se la puede mantener adentro del Hridayaguha, la cueva del corazón. Debes hacer que la mente se muera de hambre por medio de Vairagya – desapego – y Tyaga – renuncia a los deseos, los objetos y el egoísmo.

23 de mayo

Procedimiento científico de “mirar hacia el interior”

Del mismo modo en que el sol concentra sus miríadas de rayos y los hunde en el horizonte, el practicante retira su mente de los sentidos externos llevándola hacia su interior como un pulpo que retrae sus tentáculos. Es un movimiento centrípeto científico previo a la resuelta concentración de la mente en su totalidad. Esto se asemeja a la circunferencia de un círculo contrayéndose en el centro. Esta práctica genera la tendencia de tu naturaleza a fluir hacia el interior llamada Antarmukha. El individuo se vuelve gradualmente un testigo inmóvil e imperturbable del juego del fenómeno externo.

24 de mayo

Descubrimiento intelectual de la Luz Divina

¿Qué te da luz durante el día? El Sol. ¿De noche? La luna, las estrellas y las lámparas. Cuando no hay sol, luna ni estrellas, ¿qué te da luz? Buddhi, el intelecto. ¿Quién observa el trabajo de Buddhi y conoce sus defectos y limitaciones? Aham: 'Yo', la Luz interior auto-luminosa. Este es el Principio más recóndito en todo, el Terreno Universal. Practica Sadhana y experimenta esta Luz de luces.

25 de mayo

Una cadena de interiores

La mente es más interna que la palabra. El Buddhi o intelecto es más interno que la mente. El Ahamkara o ego es más interno que Buddhi. Jiva Chaitanya Abhasa (inteligencia reflejada) es más interna que el Ahamkara. El Atman Suprema o Kutastha es más interno para el Jivatman. Es Paripurna, totalmente pleno. Esta es tu Naturaleza esencial. Experimentalo.

26 de mayo

Razonamiento sobre el Sustrato

Generalmente, el hombre se ve atraído por las luces brillantes, la belleza, la inteligencia, los variados colores y los sonidos placenteros. No te dejes engañar por los objetos fascinantes y las cosas insignificantes. Indaga en el interior. ¿Cuál es el sustrato de todas las cosas? Hay una Esencia única, la Belleza Absoluta detrás de la mente y detrás de todos los objetos de ese universo aparente. Esa Esencia es plena e independiente. Tú eres esa Esencia. Realiza esto.

27 de mayo

Adónde desciende la sabiduría

La sabiduría o el conocimiento del Ser, Brahma-Jñana, nunca desciende sobre la mente que está llena de codicia, ira, lujuria y celos, la mente que está bajo el control de los deseos y las expectativas, y que está desprovista de contentamiento. La sabiduría sólo desciende en una mente pura y calma. Por lo tanto, purifica tu mente y desarrolla serenidad.

28 de mayo

No es cuestión de convertirse sino de ser

La Realización del Ser no es un proceso. No es convertirse en algo. Es puro ser. No es que se obtenga algo nuevo. El hombre con experiencia del Ser sabe que él es el Ser Inmortal que todo lo penetra. Conocer Aquello es ser Aquello. La Realización es percepción intuitiva directa del propio Ser interior. Realiza a este Ser misterioso, maravilloso y pleno de felicidad, y muévete feliz.

29 de mayo

Las persuasiones de la Experiencia del Ser

El fin de la vida es el logro de la Conciencia Divina. Este fin es la realización de que no eres ese cuerpo percedero ni esa mente cambiante y finita sino que eres el Atman siempre libre y pura. Recuerda siempre Ajo Nityah Shashvato'yam Purano: *Yo soy el Antiguo, No Nacido, Eterno y Permanente*. Esta es tu naturaleza real. Tú no eres esta pequeña personalidad pasajera asociada con un nombre y una forma. Tú no eres Ramaswami, Mukherji, Mehta, Matthew, Garde o Apte. Sólo has caído en esta pequeña ilusión por accidente, por medio de alguna pasajera nube de ignorancia. Despierta y realiza que tú eres el Atman Pura.

El hombre es Dios disfrazado, que se pone un atuendo por diversión, pero rápidamente se olvida de su verdadera identidad. El deseo lo arrastra hacia abajo. El discernimiento lo eleva. Dios se convirtió en hombre. El hombre se convertirá en Dios otra vez. El hombre evolucionado es Dios. Dios involucionado es el hombre. Dios en esclavitud es el hombre, el hombre libre de esclavitud es Dios. Un hombre engañado e ignorante es mundano. Un hombre perfecto es Dios. Dios más deseos es el hombre. El hombre menos los deseos es Dios. Los más impíos de los hombres pueden alcanzar la beatitud suprema dedicándose fervientemente a Dios.

La Verdad no está afuera de ti. Está en tu interior. Mora en las cavernas de tu corazón. Tú eres una verdad de Dios, una obra de Dios, una voluntad de Dios. No tienes trabas, eres libre, eternamente libre. Eres Nityamukta Atman. Ruge OM. Sal de la cueva de carne y ruge libremente.

Capítulo 15

EL PROCESO DE CONOCIMIENTO DEL SER

30 de mayo

El calvario psíquico requerido para la Realización del Ser

Realizar al Espíritu consciente e imperecedero es la salvación del individuo, la beatitud celestial e infinita. Tal realización no es dada a todo el mundo, no cae del cielo. El costo es muy alto, aunque esté abierto para todos los que estén preparados para ello. El precio que se demanda es el muy querido ser individual, el sacrificio de todo lo que es querido y cercano. No hay cuento, excusa ni truco que pueda ayudarte en la Realización del Ser. Requiere un abandono consciente de uno mismo, vaciarse hasta convertirse en un completo cero, volverse totalmente inexistente para volverse verdaderamente existente.

31 de mayo

Las bases primarias de la Realización del Ser

La Realización del Ser, la Experiencia de la Realidad Omnipresente, debe estar precedida de una observación de las propias regiones internas profundas, una heroica batalla para despejar el camino hacia el significado y el origen de toda vida, un amor ardiente y una obsesión por obtener la Luz y la Gracia Divina; de otro modo, seguramente uno se pierde en falsos senderos y enfrenta la derrota y la desilusión.

1° de junio

Sadhana para la Realización del Ser

Analiza tus pensamientos. Examina tus motivos. Elimina el egoísmo. Calma las pasiones. Controla los Indriyas. Destruye el orgullo. Sirve y ama a todos. Purifica tu corazón. Limpia la mente eliminando la escoria. Escucha y reflexiona. Concéntrate y medita. Obtén Realización del Ser.

Pon en práctica diariamente la doctrina Neti-neti del Vedanta. “Neti-neti” significa “no esto, no aquello”. Di, “Yo no soy este cuerpo perecedero. Yo no soy la mente. Yo no soy la fuerza vital, Prana. Yo no soy los sentidos”. Trata de identificarte con el Ser que todo lo penetra. Esta práctica culmina en el logro de la Realización del Ser.

2 de junio

El método para la Realización del Ser

¡Cambia la dirección de tu mirada, retira los Indriyas, fija la mente, agudiza el intelecto; canta OM con sentimiento, medita en el Atman!

Un aspirante deseoso de experimentar al Ser Interior, dirige su mirada hacia sí, concentra los rayos de su mente; los sentidos se repliegan como se retraen las patas de una tortuga dentro de su caparazón. Las modificaciones mentales se detienen. Se hace que Buddhi se entregue a los pies del Atman. El ego se vacía de modo que todo el ser se llene con la luz del Ser.

3 de junio

Secuencia de la fusión

Funde tu palabra en la mente. Funde la mente en el intelecto. Funde el intelecto en el intelecto cósmico. Funde el intelecto cósmico en el Inmanifiesto. Funde al Inmanifiesto en la Pura Conciencia. Esto es el auto-retraimiento y la auto-expresión; esto es negación y afirmación; la negación de la personalidad y la afirmación de la Universalidad y la Omnipresencia.

4 de junio

La necesidad imperativa

La Realización de Dios no es un tema que deba posponerse hasta jubilarse. No es una cuestión para conversar en los parques Lalbagh y Dalhousie. Es una necesidad vital urgente que se debe atender de inmediato. Un cuerpo envejecido, débil, emaciado y decrepito no es apto para la Sadhana de Yoga. Ofrécele la primera parte de tu juventud a Dios, una flor rara de fresco perfume.

La vida es corta. El tiempo es fugaz. Los obstáculos son muchos. Corta el nudo de la ignorancia y bebe la Beatitud del Nirvana. Vive bien cada día como si fuera el último. Cada momento es vitalmente importante; todos los días son como pasar una nueva página. No desperdicies ni medio segundo. Sumérgete en Japa, meditación y servicio a la humanidad.

5 de junio

Sintonía con la Divinidad

Dios, el Espíritu Todopoderoso y Supremo, es la única Verdad de la vida. Únete a Él mediante la Sadhana espiritual. Todo sufrimiento y pena se debe a tu pérdida de contacto con la Fuente Divina. Se te ha dado ese cuerpo humano para recuperar ese contacto con el Ser Beatífico. El significado de la vida no es meramente vivir mientras ésta dura y luego morir cuando termina. Eso es absurdo. La vida es para obtener inmortalidad y beatitud eterna. Comienza tu vida espiritual ahora.

6 de junio

Condición precursora de la Realización de Dios

El Sadhaka debería tener Vairagya ardiente y Vichara, y absoluta seriedad y sinceridad en su propósito para tener el Darshan de Dios. Debería tener la misma intensidad de sentimiento que un pez fuera del agua que se arrastra para volver a entrar en ella, un hombre que corre a buscar a los bomberos cuando su casa está ardiendo, un niño en el río que grita para salir, una esposa que languidece por encontrarse con su esposo que debe volver del extranjero después de una larga separación o una persona que quiere que el médico le saque un cuerpo extraño de sus ojos. Sólo entonces el aspirante tendrá la Visión de Dios y obtendrá la Experiencia Divina.

7 de junio

Prerrequisitos para una vida perfecta

Lograr compañerismo con otros seres, pensar en términos de todo lo que está alrededor, compartir los sentimientos de los diferentes seres que habitan el universo, en otras palabras, dar libertad a tus expresiones y potencialidades internas, elevar tu ser por sobre el pensamiento egoísta y entregar la conciencia física y mental a una sustancia unificadora superior, es en verdad la precondition de la verdadera felicidad y la vida perfecta.

8 de junio

Inexactitud terminológica

El deseo de liberación es una inexactitud terminológica. Liberación significa obtención del estado de Infinitud que ya existe. Esa es nuestra verdadera naturaleza. No se puede desear algo que es la propia naturaleza. Todos los deseos de progenie, riqueza, felicidad en este mundo o el siguiente, y finalmente también el deseo de liberación deberían ser completamente aniquilados, y todas las acciones deberían ser guiadas hacia la meta por una voluntad pura y desinteresada.

Capítulo 16
ESTRUCTURA DE LA VIDA DIVINA

9 de junio
Aptitud para la Vida Divina

Del mismo modo en que el agua coloreada penetra libre y bellamente una pieza de tela cuando ésta es de un blanco puro, también las instrucciones de un sabio pueden penetrar y afirmarse en los corazones de los aspirantes sólo cuando sus mentes están en calma, cuando no hay deseos de disfrutes y cuando las impurezas de sus mentes son destruidas. Esa es la razón por la cual se espera que un aspirante posea las calificaciones de Viveka, Vairagya, Shama, Dama y Uparati antes de escuchar los Shrutis, reflexionar y meditar. Disciplina y purificación de la mente y los Indriyas son prerequisites de un aspirante en el sendero de la Verdad y la Realización del Ser.

10 de junio
Base de la Vida Divina

Ser celoso es malo, ser egoísta es innoble, ser compasivo es divino, ser paciente y tolerante es varonil, ser desapegado es elogiado y ser ecuánime es loable. Por lo tanto, erradica los celos y el egoísmo, y cultiva las virtudes divinas. Esfuérzate por ser tan compasivo como Buda, tan puro como Bhishma, tan veraz como Harishchandra y tan valiente como Bhima.

11 de junio
Partes integrales de la Vida Divina

La Vida Divina es una síntesis de servicio, devoción y conocimiento. No es una insustancial doctrina filosófica. Es el Yoga de Síntesis que es sumamente apto para la gente de esta era. Es religión práctica. Te permite conversar con Dios cada día, cada hora, minuto tras minuto. En tal comunión yace el bien supremo, el gozo eterno y la inmortalidad.

12 de junio
Anatomía de la Vida Divina

La Vida Divina es una vida perfecta que se rige por las leyes del Ser Divino. Es la Expresión de la Esencia Real de la Existencia. Es una vida totalmente libre de las atracciones del egoísmo mundano. Es la Vida Inmortal, el Estado Ideal de Perfección. Debe vivirse tal vida por medio de una disciplina vigorosa y un correcto moldeado del ser del hombre.

13 de junio
Cuando la Vida Cósmica interviene

Cuando el corazón se purifica, la mente naturalmente se dirige hacia Dios. El aspirante es atraído hacia Dios. Al final, se sumerge en el Señor, mediante el amor puro, la entrega de sí mismo y la adoración. Entonces el Bhakta se convierte en una entidad cósmica.

Esa vida cósmica conduce al aspirante a la Experiencia de la Realidad Eterna. En esta experiencia no hay oscuridad ni vacío. Es todo luz. En ella, te vuelves omnisciente y omnipotente. Te vuelves Sarvavid, omnisciente. Conoces todo el misterio de la creación y obtienes Beatitud eterna.

14 de junio

En el reino de lo Real

Lo bueno, la luz, el placer y la belleza del mundo no se encuentran en el reino de lo Real ni siquiera en nombre. El Absoluto supera el esplendor del sol y la grandeza del creador. Se experimenta ese estado cuando los sentidos dejan de operar con la mente, cuando el intelecto no se mueve y cuando no hay nada más que Conciencia. Cuando todos los deseos anidados en el corazón son liberados, entonces el mortal se vuelve Inmortal. Alcanza a Brahman aquí y ahora.

PARTE IV

Pautas de grandeza humana

Capítulo 17

PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DE LA GRANDEZA

15 de junio

Las promesas de perseverancia

El nervio que nunca se relaja, el ojo que nunca se estremece y el pensamiento que nunca vagabundea son los dueños de la victoria. La victoria pertenece al más merecedor. La perseverancia da poder al débil y ofrece al pobre la riqueza de todo el mundo. Con firme perseverancia, las grandes dificultades llegan a su fin. Un hombre de perseverancia nunca se encuentra con fracasos. Siempre obtiene éxito. Dios está con aquellos que perseveran a pesar de los obstáculos, los desalientos y las imposibilidades. La tendencia a perseverar, a persistir, es la que distingue al alma fuerte de la débil. Si tienes perseverancia, puedes hacer todo lo que quieras.

16 de junio

Verdadera cultura y la cultura reinante

Cultura no es lo que desafortunadamente significa a menudo en la actualidad: Astucia diplomática, hipocresía, deshonestidad e inmoralidad disfrazadas con el atuendo sagrado de la cultura. Se ha llegado a considerar que un hombre culto es aquél que viste un traje bien planchado, lleva una pipa moderna que emite humo adornando su boca, cuyos pensamientos, acciones y palabras se asemejan a las de un Monstruo Gila intoxicado con el ego, cuyos labios pronuncian dulces palabras mientras su corazón está lleno de desagradables pensamientos de odio, cuya boca sonríe mientras su corazón se retuerce, cuyos modales pulidos ocultan al demonio interior. La verdadera cultura es el proceso de conversión de la naturaleza animal inferior del hombre en Divinidad pasando por lo humano.

17 de junio

Ahimsa: El amor espiritual dinámico

Ahimsa significa Amor positivo universal, Compasión extendida a toda existencia y a toda la creación. Ahimsa forma la sustancia de la moral más profunda y de la espiritualidad superior. Vista desde el punto de vista sociológico, conforma la moral superior. Juzgada desde la visión individual, significa intensa espiritualidad dinámica. Incluso una práctica fingida de Ahimsa de la humanidad contemporánea impediría las guerras mundiales, la injusticia social y el auto-engrandecimiento, y convertiría a este mundo en un lugar más feliz y pacífico para vivir.

18 de junio

El principal hilo de la grandeza

Magnanimidad es nobleza de carácter o acción. Es esa elevación o dignidad del alma que eleva al poseedor por sobre la venganza y hace que se deleite en actos de benevolencia, que desdeñe la injusticia y la mezquindad, y que se sienta impelido a sacrificar comodidad, interés y seguridad personal en pos de objetivos útiles y nobles. Magnanimidad es generosidad de sentimiento o conducta hacia otros. Es elevarse por sobre los motivos nacidos de la envidia, la cobardía, la malicia y el egoísmo. Un hombre magnánimo tiene sentimientos elevados, rechaza las tentaciones y todo lo que sea bajo e inferior, y desprecia la ostentación y el esplendor mundanos.

19 de junio

La importancia de los modales

Los buenos modales hacen amigable a un superior, agradable a un igual y aceptable a un inferior. Suavizan las distinciones, endulzan la conversación y hacen que todos se sientan complacidos en su compañía. Generan buena naturaleza y simpatía mutua, y tranquilizan al violento. “Modales” implica buena conducta o comportamiento respetuoso. Los modales son la flor del buen sentido y el buen sentimiento. Un hombre de buenos modales está libre de rudeza. Él es bien educado, complaciente, civil, cortés y amable. El orgullo, la mala naturaleza, la arrogancia y la impaciencia son las grandes fuentes de los malos modales. Los modales constituyen la moralidad menor.

20 de junio

El triple aspecto de las virtudes gemelas

La ausencia de egoísmo y la presencia de amor cósmico son el principio y el fin de la vida espiritual. Conforman la base de la vida divina y su influencia se siente a lo largo de la superestructura. Sería totalmente acertado afirmar que estas dos virtudes conforman los prerequisites más esenciales, las disciplinas, las pruebas de progreso, el Logro Supremo y su posterior manifestación. La ausencia de egoísmo y el amor cósmico son la Sadhana, el Sadhya (objeto de meditación) y el Siddhi. Son los faros del Sadhaka y el aura del Siddha.

21 de junio

Naturaleza de la nobleza

La nobleza es esa elevación del alma que comprende valor, generosidad, magnanimidad, intrepidez y desprecio por todo lo que deshonre el carácter. Nobleza es la cualidad de tener un carácter noble y libre de egoísmo, cobardía y mezquindad. Es dignidad, gracia de carácter, grandeza mental, liberalidad, excelencia. El verdadero

estándar de cualidad está en la mente: Aquél que piensa noblemente es realmente noble. La nobleza es la porción más fina de la mente y el corazón, la cual está asociada con la Divinidad.

22 de junio

El poder transformador de la paciencia

La paciencia fortalece el espíritu, endulza el temperamento, aplaca la ira, desarrolla el poder de voluntad, extingue los celos, somete el orgullo, controla el órgano de la palabra y frena la mano. En la paciencia, hay total resistencia y tolerancia ante la angustia, el dolor, el perjuicio, el insulto, la tensión, la calamidad y la provocación. Soporta sin quejas, inquietud o represalia. La paciencia es un remedio específico para el control de la ira. Es el alma de la paz. Es genialidad.

23 de junio

El significado de la hombría

‘Hombría’ se refiere a todas las cualidades y rasgos dignos de un ser humano. Hombría es la cualidad del alma que acepta francamente todas las condiciones de la vida humana y considera una cuestión de honor no consternarse ni cansarse debido a ellas, es más que coraje. Hablamos de varonil amabilidad o ternura – tales como firmeza, valor, espíritu impertérrito, naturaleza digna, nobleza y majestuosidad. Hombría es estar libre de inmadurez, infantilismo o feminidad.

24 de junio

Benditos son los mansos

La mansedumbre es el temperamento amable, la raíz profunda y dulce desde donde brotan todas las virtudes divinas. Es la esencia de la verdadera religión, la virtud fundamental de un santo. Es la raíz, la madre, la niñera de todas las virtudes. La mansedumbre es la más noble negación de uno mismo. Es abstinencia de amor propio y consentimiento. Está llena de buena voluntad, excluye la venganza, la irritabilidad y la susceptibilidad enfermiza. Mansedumbre es sumisión a la Voluntad Divina. Dios se deleita morando en el corazón del sumiso.

25 de junio

La quintaesencia de la cortesía

La cortesía endulza y ennoblece la vida. Suaviza el camino de la vida en la forma de gracia y belleza. Abre la puerta y permite al extraño entrar a la casa. Anima el corazón de los huéspedes y visitantes. Un hombre cortés es un hombre de modales refinados y pulidos. Toda la gente lo ama. La cortesía encanta a primera vista y lleva a gran familiaridad y amistad. Que tu cortesía sea inocente, continua y uniforme.

26 de junio

Lo bueno y lo no bueno

Ser abstemio en la dieta es bueno; pero tratar de vivir de hojas no es bueno. Cuidar del cuerpo es bueno, pero estar apegado al cuerpo no lo es. Vivir en reclusión es bueno,

pero volverse Tamásico no es bueno. Ser franco es bueno, pero exponer los secretos y las faltas de otros no lo es. Que el lector obtenga el Bien Supremo.

27 de junio

Vida buena y Vida Divina

La buena conducta es la raíz de la prosperidad material y espiritual. Incrementa la fama, prolonga la vida, termina con los males y genera felicidad continua. Buena conducta es la que engendra virtud. De la vida recta, proviene la Vida Divina. La bondad es el umbral de la Divinidad. La Vida Divina es una vida noble más una conciencia interior de la Naturaleza del Ser o Atman. Por lo tanto, habiéndote esforzado conscientemente por llevar una vida buena y honesta, has ganado media batalla.

28 de junio

Descripción de un hombre honesto

Un hombre honesto se caracteriza por la franqueza, autenticidad y honestidad. Es fiel, sincero, honrado, veraz, confiable y recto. Está siempre dispuesto a actuar cuidadosamente con respecto a los derechos de otros, especialmente en temas de negocios o propiedades. Observa escrupulosamente los dictados del honor personal, lo que es superior a cualquier demanda de la ley del mercado o de la opinión pública, y no hará nada indigno de la nobleza intrínseca de su alma. Ningún éxito en Yoga o progreso espiritual es posible sin honestidad.

29 de junio

Consejos adverbiales

Come moderadamente. Respira profundamente. Conversa amablemente. Trabaja enérgicamente. Piensa útilmente. Soporta resueltamente. Actúa correctamente. Esfuérate tenazmente. Comportate apropiadamente. Habla cortésmente. Ruega incondicionalmente. Resiste valientemente. Prosigue pacientemente. Concéntrate perseverantemente. Medita seriamente. Experimenta al Ser rápidamente.

Si quieres progresar rápidamente en la Sadhana, habla poco, relaciónate poco, camina poco. Demasiado hablar causará distracción mental; demasiado relacionarse causará perturbación mental; demasiado caminar causará agotamiento y debilidad. Dedícate a la Sadhana con empeño.

30 de junio

Comentario de la naturaleza sobre la enseñanza de Jesús

Densas nubes de lluvia se pasean con majestuosa suavidad, cargadas de agua oculta. Altas montañas impiden su paso con arrogancia ofreciendo la resistencia de una roca. Envolviéndolas en su refrescante abrazo, las nubes derraman sus aguas atesoradas sobre el seno de su enemigo. ¡Oh, cuán bellamente ellas enseñan! A aquél que te abofetea la mejilla izquierda, ofrécele la mejilla derecha también. Si un hombre te quita la capa, dale también tu sobretodo. Ama a aquél que te odia. Bendice al que te maldice.

1° de julio

Una evaluación del elogio y la censura

La gente critica al soltero, critica al que se casa, critica al que abraza Sannyasa. No hay nadie en la tierra que no sea criticado. Crítica y elogio son vibraciones en el aire. Por lo tanto, trasciéndelos y sé feliz.

Al adherirte al sendero de la rectitud y la vida espiritual, enfrentarás burlas, malentendidos y persecución. Por lo tanto, el cultivo de la tolerancia, la mansedumbre de espíritu, la resistencia calma y el espíritu de perdón es de gran importancia. Defiende la virtud a toda costa. Para ello, soporta cualquier calumnia. Devuelve bien por mal.

2 de julio

Enriquecimiento espiritual

Todo termina bien para aquellos que son veraces y sinceros, y que dependen de Dios. Descarga tu peso en Él y descansa en paz para siempre. No te preocupes por cuestiones domésticas. Olvida todo acerca del pasado. Aquél que cuida de una rana adentro de una roca seguramente cuidará de toda Su creación. Aumenta tu Japa y pasa más tiempo sentado solo. Esta es tu riqueza suprema.

3 de julio

Modestia: La mejor de las excelencias morales

La modestia es la ausencia de toda tendencia a sobrestimarse. Es estar libre de excesos, exageración o extravagancia. Es reserva decente y propiedad en modales y palabra. Es pureza de pensamiento, carácter, sentimiento y conducta. Es comportamiento apropiado, humildad y gracia perspicaz. Es un hermoso engarce para el diamante del talento y el genio. Es el ornamento más grande de una vida ilustre. Es el apéndice de la sobriedad. La palabra de un hombre modesto es inspiradora y elevadora. Toca su corazón, exhala amor y sabiduría, da lustre a la verdad. Todos respetan al hombre modesto que no es ostentoso ni pretensioso. Él gana el corazón de todos.

Sin embargo, uno no puede obtener perfección meramente por la práctica de la modestia, la bondad o el desarrollo de virtudes sino que debe meditar intensamente en la Divinidad ideal con la ayuda de las virtudes de la humildad, la modestia y la pureza. Virtud y moralidad actúan como auxiliares para la meditación y la unión final del individuo con el Supremo.

Toda ética tiene como fin la realización del Ser. La ética lleva al control del ser inferior calmando así a la mente. Con la calma de la mente, surge el discernimiento y uno conoce al Ser, experimenta a Dios en corto tiempo.

Capítulo 18

EL PODER DE VOLUNTAD Y LA FORMACIÓN DE LA PERSONALIDAD

4 de julio

Personalidad y control de los pensamientos

Un pensamiento sublime eleva la mente y expande el corazón; un pensamiento bajo excita la mente y genera sentimientos mórbidos y oscuros. Aquellos que tienen incluso

un poco de control sobre sus pensamientos y su palabra tienen un rostro calmo, sereno, hermoso y encantador, voz dulce y ojos brillantes y lustrosos.

5 de julio

Personalidad y características físicas

La personalidad del hombre incluye carácter, inteligencia, cualidades nobles, excelencia moral, conducta noble, logros intelectuales, ciertas características notables y voz dulce y poderosa. Todas estas cosas y muchas más juntas constituyen la personalidad de un hombre. La forma o las características físicas no hacen a la personalidad. Un Yogui o Jñani totalmente evolucionado es la personalidad más grande del mundo. Puede que sea bajo, feo y esté vestido con harapos, y aún así ser una personalidad poderosa, un gran Mahatma. Un hombre que ha logrado perfección ética mediante la práctica continua de la conducta recta ha desarrollado también una personalidad magnética. Él puede influenciar a millones.

6 de julio

Prana, poder y personalidad

El Prana está relacionado con la mente; a través de ésta, se relaciona con la voluntad; por medio de la voluntad, con el alma individual y mediante ésta, con el Ser Supremo. Si sabes cómo controlar las pequeñas ondas de Prana que trabajan a través de la mente, entonces conoces el secreto para subyugar el Prana Universal. El Yogui que se vuelve experto en el Conocimiento de este secreto no le teme a ningún poder, porque ha dominado todas las manifestaciones de Poder en el universo. Lo que comúnmente se conoce como Poder y personalidad no es más que la capacidad de una persona de manejar su Prana.

7 de julio

La formación de la personalidad

Moldea tu carácter. Compórtate apropiadamente. Desarrolla simpatía, afecto, benevolencia, tolerancia y humildad. Sal del centro de tu pequeño y estrecho círculo egoísta y desarrolla una visión amplia. Habla amable, dulce y cortésmente. Erradica los pensamientos indeseables y los deseos.

8 de julio

Mala salud: Un mito

La mala salud es un mito. No existe más allá del rango de las envolturas física y mental. Sólo el cuerpo y la mente están sujetos a enfermedades. El Atman, tu verdadero Ser, está más allá de ellos y, por lo tanto, está eternamente libre de enfermedades y muerte. Durante la enfermedad, desapégate del cuerpo. Conecta la mente con el Atman. “¡Según lo que piensas, en eso te conviertes!” Por lo tanto, afirma, “Yo soy todo salud, OM OM OM”. Las enfermedades huirán.

9 de julio

Naturaleza, estatus y poder de voluntad

La voluntad es la fuerza dinámica del alma. Cuando opera con todos los poderes mentales tales como los de juicio, memoria, comprensión, conversación, razonamiento, discernimiento, reflexión e inferencia, todos éstos actúan instantáneamente. La voluntad es el rey de los poderes mentales. Cuando se mantiene pura e irresistible, podemos hacer maravillas. La voluntad se vuelve impura y débil debido a las pasiones vulgares, el amor a los placeres y los deseos. A menor cantidad de deseos, más poderosa es la voluntad. Cuando la energía sexual, la energía muscular, la ira, etc. se transmutan en poder de voluntad, entonces puedes controlarlas. No hay nada imposible en la tierra para un hombre de poder de voluntad fuerte.

10 de julio

Ayudas para el desarrollo del poder de voluntad

Toda tentación resistida, todo pensamiento sensual reprimido, toda palabra dura retenida y toda aspiración noble alentada te ayuda a desarrollar tu poder de voluntad o fuerza espiritual, y te lleva más y más cerca de la Meta. La sinceridad en la Sadhana es la clave para el éxito. Repite mentalmente con sentimiento: “Mi voluntad es poderosa, pura e irresistible. OM OM OM. Puedo hacer cualquier cosa por medio de mi voluntad. OM OM OM. Tengo una voluntad invencible. OM OM OM”.

11 de julio

La cosecha de un deseo controlado

Cuando abandonas el viejo hábito de beber café, has controlado el sentido del gusto hasta cierto punto, as destruido una Vasana y has eliminado el anhelo por él. Debido a que estás libre del esfuerzo de conseguir café y también del hábito de tomarlo, eso hace que ganes cierta paz. La energía agitadora involucrada en la añoranza de café se convertirá ahora en poder de voluntad. Mediante esta conquista, ganas poder de voluntad y superas unos quince deseos similares, tu poder de voluntad se incrementa quince veces y se fortalece. Al darle fuerza a tu voluntad, esta conquista te ayuda a doblar también otros deseos.

12 de julio

Los signos de una voluntad creciente

Imperturbabilidad mental, aplomo, alegría, fuerza interior, capacidad de resolver trabajos difíciles, éxito en todo emprendimiento, poder para influenciar a la gente, magnetismo y personalidad dinámica, aura magnética en el rostro, ojos chispeantes, mirada firme, voz poderosa, andar magnánimo, naturaleza inflexible y valor son algunos signos o síntomas que indican que tu voluntad está creciendo.

La fuente de toda vida, el origen de todo conocimiento es el Atman, tu Ser interior. Este Atman o Alma Suprema es trascendente, inexpresable, inefable, impensable, indescriptible, eternamente pacífica, beatitud absoluta. Es Omnipotente; cuanto más reflexionas sobre su Fuerza infinita y más consciente eres de ese Poder interior del Infinito en ti, mayor es tu poder de voluntad.

Debes tener verdadera e intensa sed por experimentar tu propio Ser, la Divinidad en tu interior. Entonces tu poder de voluntad aumentará cien veces y disolverá todos los obstáculos.

La pureza de corazón y la concentración aumentan en gran medida el poder de voluntad. Cuanto más fijas la mente en Dios, mayor la fuerza que adquieres. Mayor concentración significa más energía y más poder de voluntad.

Capítulo 19

EL AUTODESARROLLO Y EL ESPÍRITU DE SERVICIO DESINTERESADO

13 de julio

Pureza mental y servicio desinteresado

Karma yoga prepara la mente para la recepción de la Luz y el Conocimiento. Expande el corazón y rompe todas las barreras que obstruyen el camino hacia la unidad. Karma Yoga es una Sadhana efectiva para Chitta Shuddhi, la purificación de la mente y el corazón.

Cuanto mayor sea la energía que utilices en elevar y servir a otros, mayor será la energía divina que fluya hacia ti. Trabaja con la conciencia de ser llevado por la Voluntad Cósmica. Tendrás más fuerza, menos vanidad. La acción no te atará, ya que no tendrás el sentido de actor.

14 de julio

Campos para cultivar el desinterés

Diferentes formas de servicio social, servicio personal al enfermo y al sufriente, negación del complejo de superioridad mediante la negación de uno mismo, trabajos menores y confraternidad con aquellos a los que la sociedad no trata con igualdad, son distintos campos que posibilitan cultivar el desinterés y romper la barrera de la separación.

15 de julio

Definición de una acción egoísta

Todas las acciones egoístas son inmorales. ¿Cuál es la acción egoísta? Es aquella que tiene como objetivo generar satisfacción a los sentidos y al ego del individuo sin intención alguna por superar los deseos de éste. Además de esas indulgencias positivas, la acción inmoral incluye otros actos tales como causar daño, engañar y robar, ya sea en pensamiento, palabra o acto. Pasión, ira, codicia, orgullo y celos son acciones inmorales.

16 de julio

Los males del egoísmo

El egoísmo es la causa de todos los vicios. Un hombre egoísta causa daño a otros, le roba su propiedad y comete muchas malas acciones para satisfacer su egoísmo. El egoísmo constriñe el corazón. Un hombre egoísta no tiene escrúpulos ni carácter. La paz mental le es desconocida. Es el egoísmo el que impele a un hombre a actuar mal.

17 de julio

Carroña social

El puro trabajo filantrópico ya sea motivado por simpatía o por el deseo de obtener fama personal, sin devoción ni conocimiento, no es más que carroña social. No es Yoga. Corazón, mente e intelecto deben estar dedicados plenamente al servicio: Esto es Ishvararpana o Yoga. Recuerda, lo que hace inmenso bien es la actitud mental o Bhava. Siente que eres un instrumento en las manos de Dios. Eres capaz de trabajar gracias a la luz provista por el Señor auto-refulgente en tu interior. Siente esto en cada momento de tu vida. Actúa y sirve como un administrador, no como poseedor o propietario. Estarás libre del Karma, la acción no te atará debido a que no habrá sentido de posesión.

18 de julio

Tríadas espirituales para la práctica

Tres cosas para amar: Deseo de liberación, compañía del sabio y servicio desinteresado. Tres cosas para despreciar: Avaricia, crueldad y mezquindad. Tres cosas para admirar: generosidad, valor y nobleza. Tres cosas para respetar: Guru, renuncia y discernimiento. Tres cosas para controlar: Lengua, temperamento y agitación mental.

19 de julio

Crítica y auto-reformación

Si al menos te dedicaras a encontrar tus propias faltas una fracción del tiempo que desperdicias, en este momento serías un gran santo. ¿Por qué te preocupas por las faltas de otros? Purifícate tú mismo primero. Mejora, refórmate, lava las impurezas de tu propia mente. Aquél que se aplica diligentemente a sus prácticas espirituales no puede encontrar ni un solo segundo para considerar los asuntos de otros.

20 de julio

Niveles de crecimiento espiritual

Los deseos son el incentivo para la acción. Primero transmuta los deseos impuros en deseos santos. La acción lleva a la experiencia. La experiencia resulta en el crecimiento del alma. Este crecimiento del alma despliega toda la belleza y la gloria de los poderes espirituales latentes que te liberan y perfeccionan. Extrae de tu experiencia esa Esencia Divina de serenidad, aplomo y amor puro. A su vez, esto hará que te conviertas en un hombre divino.

21 de julio

El método de tres puntas

Cuando un mal pensamiento atormenta a la mente, el mejor método de superarlo es ignorarlo. ¿Cómo podemos ignorar un mal pensamiento? Olvidándolo. ¿Cómo podemos olvidarlo? No permitiéndonos pensar en él otra vez ni cavilar sobre él. ¿Cómo podemos evitar que la mente se permita pensar en él y cavile sobre él? Pensando en algo muy interesante, algo sublime e inspirador. Ignorar, olvidar, pensar en algo inspirador – estas tres cosas constituyen la gran Sadhana para lograr control sobre los malos pensamientos.

22 de julio

Poder mental mediante el control de los pensamientos

Los pensamientos descontrolados constituyen la raíz de todos los males. Cuanto más se los controla, mayor es la concentración mental y mayor la ganancia en fuerza y poder. Esto demanda un trabajo paciente para destruir los pensamientos malos y bajos. El método más fácil y rápido para destruirlos es mantener pensamientos sublimes. Ignorante de las leyes del pensamiento, el individuo mundano cae presa de toda clase de pensamientos – de odio, ira, venganza, lujuria – y su voluntad se vuelve muy débil. El mejor método de obtener poder mental es mantener pensamientos sublimes, nobles y buenos, y controlar con su ayuda los pensamientos bajos y mundanos que causan disipación, distracción y diversificación.

Capítulo 20

LOS ALCANCES TRASCENDENTALES DE LA SANTIDAD

23 de julio

Contención de temperamentos contrarios

La visión de que todo en la naturaleza y en la historia de la humanidad está ordenado para bien, y de que el orden de las cosas en el universo está adaptado para generar el mayor bien, posibilita al optimista ver una oportunidad en cada dificultad, descubrir el lado positivo de cada situación, adoptar un estado mental esperanzado y confiado, y obtener lo mejor de la vida y de las circunstancias. La doctrina de que el mundo y la vida humana son males esenciales, de que este es el peor mundo posible condena al pesimista triste y deprimido a ver una dificultad en toda oportunidad, a creer que todo tiende a empeorar, a estar dispuesto a adoptar una visión desesperante de la vida, a anticipar fracasos y desgracias. El temperamento positivo del optimista muestra que el accidente no es tan terrible como temías; la colina no es tan alta como pensabas antes de comenzar a escalarla; la dificultad no es tan grande como creías y las cosas salen mejor de lo que esperabas. El pesimista tiene un humor que le hace mirar el lado oscuro de las cosas y pintar la oscuridad de forma exagerada, mucho más oscura de lo que es; tiende a sostener que las cosas son más malas que buenas, peor que malas. Ten fe en ti mismo y levanta la mirada; triunfa en la vida; conviértete en un poderoso optimista; regocíjate en la Divinidad omnipresente.

24 de julio

El factor que determina la felicidad

En la actualidad, el hombre se ha vuelto esclavo de aparatos y productos sintéticos incluso en temas de comida, salud personal y todas las pequeñas cuestiones de la vida diaria. Es un muñeco de trapo manejado por miles de ayudas científicas y aparatos. La medida de la felicidad del hombre está en proporción con su victoria sobre el entorno. Cuanto menos dependas de otras cosas, mayor será tu felicidad. Si dependes de objetos externos para tu satisfacción, serás miserable.

25 de julio

La experiencia de paz

La paz está en el interior. Búscala dentro de las cavernas de tu corazón, mediante la concentración profunda y la meditación. Si no encuentras paz allí, no la encontrarás en ninguna otra parte. Todos los deseos malsanos causan distracciones de diferentes clases y son, por lo tanto, enemigos de la paz. Abandona todos los deseos, el egoísmo y los

anhelos antinaturales. El hombre que está dotado de suprema fe en el Principio Divino de Dios y que ha dominado sus sentidos alcanza la Paz Suprema rápidamente. El único fin de la vida es obtener paz, no poder, nombre, fama y riqueza.

26 de julio

Paz mental

No te aflijas por las palabras crueles del mundo. ¿Es posible complacer a la gente? ¡Hay tantas lenguas, tantas conversaciones, tantas opiniones y tantos comentarios! Este mundo es una mezcla extraña de las fuerzas de Sattva, Rajas y Tamas (pureza, acción e inercia, respectivamente). Hay gente tamásica en abundancia y su segunda naturaleza es encontrar faltas y criticar innecesariamente. Ellos experimentan el mundo a través de sus emociones primitivas; sus opiniones son parciales; su naturaleza es pequeña, son presa de las faltas de los sentidos y las perversiones de la voluntad; están más dominados por la ignorancia y el egoísmo que por la inteligencia y la luz. Por lo tanto, sigue los dictados de tu propia conciencia y las sugerencias de tu alma. Si tú estás satisfecho, todo el mundo lo estará.

27 de julio

Conquista de la felicidad

No te burles de nadie. No le frunzas el ceño a nadie. Controla tus sentidos. Sé siempre alegre. No mires hacia atrás. Haz firme progreso en el sendero de la bondad. Despójate de todo deseo e ira. Elimina el orgullo. Mira hacia adentro. Contempla. Gozarás de verdadera felicidad.

28 de julio

Paz del Ser interior

La paz es absoluta serenidad y tranquilidad, en la que dejan de operar completamente todos los caprichos y las fantasías, los ensueños y las imaginaciones, el humor y los impulsos, las emociones y los instintos, y el alma individual descansa imperturbable en su propia gloria natural y prístina. Por supuesto que no es la condición temporaria de quietud mental de la que habla la gente mundana en el lenguaje corriente, en referencia a cuando se retiran a descansar un poco en alguna cabaña solitaria en el bosque. Paz es el reino de la Beatitud infinita y la Luz eterna, donde los cuidados, las preocupaciones, la ansiedad y los temores que atormentan al alma no se atreven a entrar; donde todas las distinciones de casta, credo y color se desvanecen completamente en el abrazo del Amor Divino y donde los deseos y anhelos encuentran total saciedad.

29 de julio

Fuentes empíricas de santidad

Come moderadamente, respira profundamente, habla amablemente, trabaja enérgicamente, báñate bien y ten una larga vida. Cultiva un corazón tierno, una mano generosa, un hablar amable, una vida de servicio, una visión igual y una actitud imparcial. Tu vida será en realidad bendita.

Del dolor, proviene la filosofía referente a “¿Quién soy?”; del sufrimiento, proviene la entereza; del servicio, un corazón puro y compasivo; de la adversidad, la fuerza de voluntad; de la fe, la beatitud final; de la meditación, la unidad con el Infinito.

PARTE V
Los fines evolutivos y
las técnicas de perfección espiritual

Capítulo 21
LO ESENCIAL Y LOS FINES EVOLUTIVOS DE LA VIDA

30 de julio

Divinidad: El objetivo de la aspiración

Conoce lo que buscas y luego busca. ¿No te das cuenta de que lo que persigues aquí falla en darte lo que en verdad buscas y retrocede como un espejismo? Nada en la tierra puede darte gozo supremo, felicidad duradera, beatitud inalterable. La juventud se desvanece como la flor de la noche, la fuerza desaparece como una nube pasajera, ¡la belleza del cuerpo da lugar rápidamente a la horrible muerte! Tus centros de placer se burlan de ti, porque has confundido dolor con felicidad, noche con día, espejismo con agua. La verdadera meta de tu aspiración, el verdadero objeto de tu búsqueda, el único propósito por el cual vives tu vida aquí es la realización de la Beatitud Imperecedera de la Divinidad interior.

31 de julio

Los fines de superación personal inherentes a la vida

La emancipación final por medio de la realización de la unión del Jivatman y el Paramatman es el único objetivo. Esto puede lograrse mediante una Sadhana constante y vigorosa. La persecución de cualquier otro objetivo está llena del dolor y el horror de la reencarnación. Una vida pacífica proviene del entendimiento apropiado de Dios, el mundo y el Jiva; una muerte pacífica se asegura con una conciencia clara donde brille el conocimiento del Ser Inmortal.

1° de agosto

Lo esencial de la vida

La sal de la vida es el servicio desinteresado. El pan de la vida es el amor universal. El agua de la vida es la pureza. La dulzura de la vida es la devoción. La fragancia de la vida es la generosidad. El eje de la vida es la meditación. El fin de la vida es la Realización del Ser. Por lo tanto, sirve, ama, sé puro y generoso. Medita y realiza.

2 de agosto

Lecciones en la escuela de la vida

La vida en la tierra es una escuela de sabiduría y Realización del Ser. Dios es el Maestro invisible que, mediante sus grandes Hijos, a través de la misma naturaleza, enseña al hombre el secreto y el origen de la obtención de la Vida Inmortal. Así es que en la vida

abundan las lecciones. Aquél que les presta atención avanza hacia la Liberación y la Luz; el que las descuida, se pierde en la oscuridad.

La vida es un gran campo de entrenamiento. Los individuos pasan a través de diferentes fases sólo para aprender cada vez más y volverse más sabios. Por lo tanto, sé receptivo y mantén siempre el objetivo ante ti. La amargura no pertenece a una vida realmente buena; en ella, la malicia es desconocida, el temor no existe; el valor, la paz y la felicidad siempre moran en ella.

3 de agosto

¿La vida es un mal?

La vida como tal no es un mal. El mal consiste en la ilusión y los apegos ciegos en los cuales la vida está envuelta, y en el peligro al que la vida lleva al hombre, haciendo que empeore mediante la ignorancia. La vida libre de deseos o pasiones de todo tipo no es un mal. No hay que escapar del mundo, lo necesario es liberarse de la mundanalidad.

4 de agosto

Significado del Absoluto en la vida actual

La naturaleza indivisible, absoluta y consciente de la Realidad significa que debería vivirse la vida en la tierra según las rígidas leyes del desapego hacia la existencia externa y de la conciencia activa del Ser como existencia ilimitada. También muestra que todas las formas de indulgencia física e incluso intelectual son desviaciones de la Verdad Eterna y que cada deseo de objetivación de la conciencia es suicida en el verdadero sentido. Por lo tanto, la vida buena que está en conformidad con la naturaleza de la Verdad debería estar libre de las opresiones del odio y la falsedad en todas sus formas de manifestación. La vida recta debería vivirse con paz mental, autocontrol, ausencia de actividad perturbadora, con entereza, fe en la Verdad y concentración de la conciencia mental.

5 de agosto

La sabiduría de la vida

La acción impropia e irreflexiva, sin discernimiento, da lugar a todas las miserias. Para liberarse del sufrimiento, el sendero real es el sendero noble de la virtud, Sadahara. Deja que la pureza impregne tus motivos internos y tu conducta externa. Sé amoroso y caritativo en tu opinión acerca de los hombres y las cosas, y también en tu trato con otros.

6 de agosto

La visión hindú de la vida

El hindú sabe que la vida es una guerra entre la tierra bruta y el Espíritu Celestial, entre los instintos y el intelecto, entre las fuerzas del mal, todo lo que es indeseable, y los poderes de Dios. La vida es un crecimiento constante, una evolución progresiva. Esta arena es un campo de autodesarrollo. La percepción del Principio de Vida único o Dios en todo, la fusión del alma personal en el Ser de todas las criaturas, grandes y pequeñas, es el significado o fin supremo de la vida para el hindú.

7 de agosto

La naturaleza caótica de la vida mundana

La vida mundana es caótica y fragmentaria. Está llena de ruido, problemas, inquietud, agitación y tribulaciones. Un hombre mundano, aunque esté muy saludable, sea muy inteligente y tenga una muy alta posición, rango o status social, está en franca decadencia espiritual. Carece de la belleza de la santidad, el aplomo divino, el sentido de absoluta seguridad, la gracia y la luz de un alma iluminada.

La vida mundana se caracteriza por horrible ignorancia, discordia y miles de formas de sufrimiento.

La vida en Dios está libre de sufrimiento y dolor. Es plena, rica, perfecta e independiente. Está llena de sabiduría y beatitud eterna. Vive en Dios, el Ser Divino interior.

8 de agosto

La vida abundante y expansiva

Ishavasyamidam Sarvam: Todo en este universo vibra con la Vida del Señor. Sonríe con las flores y la hierba verde. Sonríe con los arbustos, los helechos y las ramitas. Desarrolla amistad con todos los vecinos, los perros, los gatos, las vacas, los seres humanos, los árboles, con todas las creaciones de la naturaleza. Tendrás una vida abundante y perfecta.

9 de agosto

Pasos trascendentales de la vida

La vida es un viaje de la impureza a la pureza, del odio al amor cósmico, de la muerte a la inmortalidad, de la imperfección a la perfección, de la esclavitud a la liberación, de la diversidad a la unidad, de la ignorancia a la sabiduría eterna, del dolor a la beatitud eterna, de la debilidad a la fuerza infinita. Que cada pensamiento te acerque al Señor, que cada acto fomente tu evolución.

10 de agosto

Significado de la vida y la muerte

La vida es una escena donde el individuo se pone un vestido de deseos, los cuales pueden ser satisfechos en el entorno especial que la vida le proporciona. La muerte es el momento en que el individuo va detrás del telón y se pone un nuevo vestido para aparecer en otra escena de la vida y satisfacer diferentes deseos que no encontraron la atmósfera requerida para fructificar en esta vida. Por lo tanto, demandan un entorno apropiado. Cuando se entiende bien la vida y la muerte, ninguna de las dos es terrible.

11 de agosto

Visión integral de la existencia fenoménica

La vida en la tierra no es autosuficiente y, por lo tanto, hay un cambio continuo para alcanzar otros estados de conocimiento superior y felicidad. La vida en este mundo y en este cuerpo es sólo una preparación, un paso para la vida superior. Aquello que vemos y

oímos no es todo; lo Real está más allá de ello. Para alcanzar lo Real, la vida presente actúa como una escalera, un campo de actividad que dirige al individuo para experimentar la elevada Vida Divina. El sentido de valores en la vida es juzgado por el estándar de la ley incorruptible del Ser interior que es el Ser de todo, no por el valor objetivo de las cosas. Sólo se justifica el trato de unos con otros mientras no se desvíe de la ley eterna de la Naturaleza espiritual. No es posible lograr bienestar social o progreso nacional olvidando la Sustancia esencial.

12 de agosto
Fines e ideales

Levantar al caído, guiar al ciego, compartir lo que tengo con otros, generar solaz en el afligido y alegrar al sufriente son mis ideales. Tener perfecta fe en Dios, amar a mi vecino como a mi propio Ser, amar a Dios con todo mi corazón y mi alma, proteger a las vacas, los animales, las mujeres y los niños son mis objetivos. Mi lema es el amor. Mi fin es el Sahaja Samadhi Avastha, el estado natural y continuo de Súper-conciencia.

Capítulo 22

EL ASPIRANTE Y EL ÍMPETU INNATO HACIA EL INFINITO

13 de agosto
La búsqueda inquieta

El alma humana, siendo una parte de la Existencia Infinita, es en esencia idéntica a Ella. Arrojado en este ciclo del proceso del mundo, con el conocimiento de su Divinidad esencial velado y su Conciencia severamente limitada por las envolturas de la Materia, el Jiva no trata de poner fin a la separación, limitación e imperfección que experimenta. A través de sucesivas encarnaciones, su vida constituye un constante acercamiento hacia su Morada Original de Existencia infinita, inmortal y beatífica. Y mientras no alcance ese estado, cada centro de conciencia de ego individualizado lo mantendrá en esta inquieta búsqueda en el sendero ascendente de evolución. A cada momento, la humanidad como un todo es arrastrada irresistiblemente hacia arriba, hacia ese Estado Ideal de Existencia perfecta.

14 de agosto
Síntomas de adolescencia espiritual

El hombre busca la felicidad que necesita en el logro de ambiciosos proyectos. Sin embargo, encuentra que cuando asegura la grandeza mundana, esta es una ilusión y una trampa; indudablemente no encuentra ninguna felicidad o paz en ella. Obtiene grados, diplomas, títulos, honor, poder, nombre, fama; se casa; tiene hijos; en resumen, obtiene todo lo que se supone que le debería dar felicidad. Pero no encuentra descanso. Los hombres piadosos, santos y sabios declaran que esta inquietud de todo hombre, este estado de descontento, insatisfacción e incomodidad, de estar a disgusto consigo mismo y su entorno se debe solamente a la pérdida de la compañía de la Realidad Infinita y a un deseo oculto por Ella.

15 de agosto
El descontento divino

El hambre espiritual significa sed del Darshan de Dios. El hambre espiritual es el significado esencial de toda actividad de la vida. El hecho de que la insatisfacción y la inquietud permanezcan, aún después de satisfacer todas las necesidades de la vida, muestra que todos sufren, consciente o inconscientemente, de hambre espiritual y que éste no se mitiga hasta tanto no se experimente el Espíritu interior. Sin este descontento divino, no hay verdadero progreso.

16 de agosto

El aspirante mejor calificado

El Uttama Adhikari que es siempre ardiente, silencioso y sereno debido al descenso del conocimiento apropiado, siempre el mismo cuando se mueve entre los diversos hombres del mundo, imperturbable ante las actividades del mundo rutinario, siempre calmo y pacífico, retirado del bullicio de la vida, despreocupado por lo que sucede en la tierra, desinteresado por esto o aquello, e indiferente a los placeres de la llamada vida exitosa es realmente apto para recibir la Sabiduría esencial del Señor y la Verdad. Si tiene el deseo más ínfimo acechando en el interior que no sea el de la Realización de la Divinidad, esa persona no es capaz de entender el verdadero significado de las enseñanzas de los Upanishads o las instrucciones del Maestro espiritual. Tendrá miles de dudas y distracciones en la mente, las cuales harán imposible toda actividad espiritual.

17 de agosto

La lucha contra la finitud

Observa cómo surge Vairagya en la mente. La naturaleza transitoria y perecedera de las cosas crea cierto disgusto en todas las mentes, y en proporción con la profundidad y sutileza de su naturaleza, esta reacción con respecto al mundo opera con mayor o menor fuerza en la mente de cada individuo. Un sentimiento irresistible surge en nuestra mente, que lo finito nunca puede satisfacer al Infinito en nuestro interior, que lo cambiante y perecedero no puede satisfacer a la naturaleza inmutable e inmortal en nuestro interior. Cuando seas totalmente consciente de la magnitud del sufrimiento humano en este mundo miserable y relativo, naturalmente comenzarás a discernir entre lo real y lo irreal.

18 de agosto

La visión centrada en Dios

Aquél hombre que disciplina su mente mediante prácticas devocionales, aún viviendo en medio de las tentaciones del mundo, es un verdadero héroe. El verdadero héroe puede mirar en cualquier dirección que elija mientras lleva una pesada carga sobre su cabeza. Similarmente, el hombre perfecto, cuya mente está completamente disciplinada, tiene sus ojos constantemente dirigidos hacia Dios aún cuando está cargado con el peso de los deberes mundanos.

19 de agosto

Cimas tras cimas

Nunca te conformes con un poco de adelanto o éxito en el sendero, con un poco de serenidad mental, un poco de concentración mental, alguna visión de ángeles, Siddhis o

un poco de facultad de leer el pensamiento. Hay cimas aún más altas por alcanzar, regiones superiores por escalar. Continúa la práctica espiritual.

Algunos aspirantes dejan la Sadhana después de cierto tiempo. Esperan grandes frutos rápidamente. Esperan obtener muchos Siddhis en corto tiempo. Cuando no lo logran, abandonan la Sadhana. Hay diversos estados de conciencia entre la conciencia humana corriente y la supra-conciencia de Brahman. Hay que eliminar diferentes velos a lo largo del camino; hay que abrir muchos centros inferiores; hay que cruzar muchos obstáculos antes de alcanzar el objetivo final.

Cuando estás establecido en el Nirvikalpa Samadhi superior, cuando has alcanzado la meta final, no tienes nada que ver, oír, oler o sentir. No tienes conciencia corporal. Tienes completa Conciencia Bráhmica. No hay nada más que el Ser. Es una experiencia maravillosa; te admirarás y sorprenderás. Tendrás conocimiento simultáneo. En ese estado, pasado y futuro se mezclan en un eterno presente. Todo es “ahora”. Todo es “aquí”. Habrás trascendido tiempo y espacio.

Capítulo 23

EL HOMBRE: SU HERENCIA Y SU DESTINO

20 de agosto

Significado metafísico de ‘hombre’ – I

El dicho de que el hombre es la medida de todas las cosas es totalmente cierto. El hombre es un ser de muchos niveles y tiene diversas envolturas que ocultan su verdadera personalidad. Puede identificarse con el cuerpo físico grosero y considerar sus necesidades como lo hace un animal, puede identificarse con la razón consciente de sí o bien sentir su unidad con su verdadero Ser que es el testigo eterno de ambos. Los aires vitales, por más valiosos que puedan ser en su propio lugar, no pueden tomar control del Ser espiritual por mucho tiempo sin provocar un completo desorden en nuestra personalidad. En el hombre moderno, el intelecto con conciencia de sí, con todas sus limitaciones naturales, ocupa el lugar superior y el resultado es un escepticismo suicida.

21 de agosto

Significado metafísico de ‘hombre’ – II

El intelecto sólo puede moverse en un círculo vicioso de posibilidades. Ronda sobre un objeto, no puede profundizar. No puede entrar y unirse con él; y hay que notar que sin completa identificación, el conocimiento es imposible. El intelecto acepta la evidencia de los sentidos y el resultado de la inferencia, pero rechaza como espuria la intuición subjetiva más profunda. Una mirada profunda nos dice que hay algo más en el hombre que lo que aparece en su conciencia ordinaria; algo que origina todos los pensamientos y emociones, una presencia espiritual más fina que lo mantiene siempre insatisfecho con los logros meramente mundanos. La doctrina que sostiene que la condición corriente del hombre no es su estado final, que él tiene un Ser más profundo, un Espíritu Inmortal, una luz que jamás se extingue, tiene un origen intelectual superior y antiguo.

22 de agosto

Significado metafísico de ‘hombre’ – III

Los mayores pensadores del mundo se unen para pedirnos que conozcamos a ese Ser. Mientras nuestra organización corporal sufre cambios a cada momento, mientras nuestros pensamientos se juntan y se dispersan como nubes en el cielo, el Ser real nunca se pierde. Es omnipresente, aunque distinto de todos. Es la fuente del sentido de identidad a través de numerosas transformaciones. Permanece igual aunque vea todas las cosas. Es algo constante que permanece inmutable en medio de las múltiples actividades del universo. Nuestra personalidad limitada es consciente sólo esporádicamente. Hay largos intervalos en ello. Aún si la muerte se apodera de un hombre, el Testigo en él no puede morir.

23 de agosto

Significado metafísico de ‘hombre’ – IV

No hay nada en el objeto que pueda tocar al sujeto. Este Ser siempre existente que es el Sujeto Eterno, no puede ser probado ni lo necesita. Tiene la prueba en Sí mismo. Es el sustrato básico de todo acto de conocimiento y vivifica todo órgano y facultad. Este Ser universal se confunde con el ser empírico debido a las impurezas mentales. Cuando nos abrimos camino a través del anillo de humo alrededor del Ser, quitamos las coberturas que lo envuelven, logramos aquí y ahora, en el cuerpo físico, el destino de nuestra existencia. El “Yo”, el “Atman” que es infinitamente simple, es una trinidad de Realidad trascendente, Conciencia y Liberación.

24 de agosto

Un estudio integral del hombre

El hombre no es meramente un fenómeno biológico. Hay en él un aparato psíquico lleno de potencialidades latentes, poder y posibilidades; santos, profetas y Yoguis son una prueba viva de este hecho. Una visión filosófica del ser psíquico del hombre nos lleva a creer en la realidad de la Conciencia Cósmica de la Fuerza de Vida Divina como la base, como la vida de las entidades psíquicas. Necesitamos entender al hombre no sólo en sus niveles biológico y mental sino en sus niveles psíquico y espiritual.

25 de agosto

El hombre: Un centro de poderes ilimitados

El hombre tiene dentro de sí tremendos poderes y facultades latentes de lo que nunca tuvo idea en verdad. Él debe despertar estos poderes dormidos mediante la práctica de Yoga. Cuando progresa en el sendero, se despliegan en él nuevos poderes, nuevas facultades y cualidades. Después de tal desarrollo, él puede cambiar su entorno, influenciar a otros, dominar las mentes de los demás y curar a otros. Puede comandar a la riqueza material. Puede conquistar la naturaleza interna y externa, y entrar en el estado súper-consciente.

26 de agosto

La herencia de un pasado empírico infinito

Todo lo que has heredado, todo lo que has traído contigo a lo largo de innumerables nacimientos en el pasado, todo lo que has visto, oído, gozado, gustado, leído o conocido, ya sea en esta vida o en vidas pasadas, está oculto en tu mente subconsciente.

¿Por qué no dominas la técnica de la concentración, la forma de ordenar a tu mente subconsciente y hacer un uso completo y libre de todo ese conocimiento?

27 de agosto

El hombre: Su herencia divina

Coraje, poder, fuerza, sabiduría y gozo son tus herencias divinas del Absoluto, son tu derecho de nacimiento. Eres un centro de pensamiento, poder e influencia. Nunca olvides esto. Practica introspección. Dirige tu atención hacia el Conocimiento del Ser.

Tienes un cuerpo, pero no eres el cuerpo. Este cuerpo es un instrumento, un sirviente del alma y no su prisión. Sabe que el cuerpo es el templo del Espíritu radiante, el Atman auto-refulgente, el Alma interior que controla y mueve todas las facultades de la mente y el cuerpo. Sabe que estás respirando el aliento del Espíritu, no un aliento físico.

28 de agosto

El hombre: Su destino divino

Sé hombre entre los seres subhumanos, inmortal entre los mortales, semidiós entre los santos y uno con el Señor Supremo entre todos los semidioses. Conócete a ti mismo y brilla con tu Luz original. Este es tu destino glorioso. El genio poético, el genio religioso y el genio filosófico no son más que tenues destellos de la Luz interior latente en tu propio corazón. Haz incesantes esfuerzos, capta esa Luz interior y vive como los hombres que encarnan a Buda y a Jesucristo.

29 de agosto

El hombre: Su naturaleza esencial

Tu naturaleza esencial es Existencia Eterna. Inmortalidad es tu derecho de nacimiento. Nacimiento y muerte, vida aquí y en el más allá son sólo fenómenos fugaces que no te afectan. Sé testigo. Tu Ser interior es Existencia-Conciencia-Beatitud, es sin nacimiento, imperecedero y permanente. Conoce esto y abandona todo temor a la muerte. ¡Experimenta al Ser y elévate más allá de la muerte!

30 de agosto

Deleite Infinito: El único ámbito naturalmente adecuado para la existencia del hombre

Un pez había saltado afuera del agua y estaba luchando por su vida. Un hombre piadoso se compadeció y llevó el pez a su casa, lo puso en una cama tibia, lo bañó, lo masajó, de hecho le procuró todas las comodidades que pudo proporcionarle. Aún así, el pez seguía luchando por su vida. Entonces el hombre lo puso otra vez en el agua e instantáneamente el pez comenzó a nadar feliz. El ser humano también está fuera de su elemento. El hombre ignorante del mundo está apegado a su cuerpo percedero, su mente y demás, y en consecuencia sufre. Pero será feliz otra vez tan pronto como realice su Verdadera Naturaleza, Satchidananda Svarupa.

El hombre ha olvidado su naturaleza esencial y divina. Cree que es un individuo aislado. Se separó del Absoluto debido a la ignorancia y el egoísmo. Por lo tanto, se siente miserable.

Si el hombre elimina su egoísmo y sentido de separación, si aniquila los deseos y anhelos, si se identifica con el Infinito, todas las limitaciones, imperfecciones y miserias terminarán para él. Obtendrá inmortalidad y beatitud eterna.

Capítulo 24

EL SADHAKA Y ALGUNOS ASPECTOS DE LA SADHANA

31 de agosto

Rasgos típicos de la personalidad de un aspirante espiritual

El aspirante espiritual está totalmente despierto en cada aspecto de su naturaleza. Es siempre vigilante y diligente. Su presencia es más elocuente que sus palabras. Sus palabras son tan inequívocas como sus motivos puros. De espíritu valiente e impertérrito, tiene la fuerza de un elefante, el coraje de un león, el vigor de un roble y la pureza de la nieve del Himalaya.

1º de septiembre

El hábito de perder el tiempo

Algunos aspirantes han desarrollado el hábito de deambular sin ningún propósito. No pueden permanecer en un lugar ni por una semana. El hábito de deambular debe ser controlado. Ellos quieren ver nuevos lugares y nuevas caras, y quieren hablar con nuevas personas. Una piedra movediza no crea moho. Un Sadhaka debería permanecer en un lugar al menos durante un período de doce años (período de un Tapas o penitencia). La Sadhana sufre si uno deambula constantemente. Aquellos que quieran estudiar y hacer riguroso Tapas o Sadhana deben permanecer en un lugar. Caminar demasiado produce debilidad y fatiga.

2 de septiembre

Diversos estados sucesivos del proceso purificadorio

La conciencia individual debe pasar a través de diversas clases de estados mentales y emocionales, puros, neutros e impuros. Al igual que se hace pasar el agua turbia por cubetas de arena, carbón y algún medio germicida, con el fin de filtrar las impurezas groseras, los granos duros de las arenas de las experiencias mundanas son suficientes y vienen de maravilla. Pero para las impurezas más sutiles, como las impurezas gaseosas en el agua, se requiere un medio como el del carbón negro. Este es el recrudecimiento de pensamientos no espirituales perturbadores y de las tendencias que consternan y disgustan a los Sadhakas en el avance de su desarrollo espiritual. El proceso tiene lugar casi totalmente en los planos mental y emocional. Su trabajo interior es muy notable e interesante.

3 de septiembre

El núcleo del esfuerzo espiritual consciente

El ser egoísta del hombre es tan vehemente, confiado en sí mismo y rebelde que se rehúsa a cambiar de su estado vicioso al estado de virtud, bondad y santidad. Es un error garrafal creer que el sólo acto de renuncia es un logro suficiente en la vida espiritual. La erradicación del egoísmo en todas sus formas agresivas es el mismo núcleo de la espiritualidad y de todas las Sadhanas espirituales.

4 de septiembre

Necesidad de un paso decisivo

No continúes pensando en “sí” y “peros”. Tu entorno, historia familiar y tendencias mentales previas son todos conducentes, en verdad, al rápido progreso espiritual. Si realmente deseas evolucionar espiritualmente, deberías comenzar inmediatamente y continuar con regularidad y firmeza la práctica de la Sadhana. No te preocupes por las obstrucciones físicas y mentales, o las circunstancias desfavorables. Ello existe para probar tu sinceridad y tu fuerza interior, y para darte un estímulo de vez en cuando.

5 de septiembre

Retroactividad de los Samskaras en la Sadhana

Cuando el aspirante hace Sadhana intensa para eliminar los viejos Samskaras, ellos tratan de renacer con fuerza redoblada y vengarse. Toman formas y aparecen ante él como escollos. Los viejos Samskaras de odio, enemistad, celos, sentimientos de vergüenza, respeto, honor, temor y demás asumen formas graves. Los Samskaras no son nulidades imaginarias; se convierten en realidades cuando se presenta la oportunidad. El aspirante no debería desalentarse; porque ellos perderán su ímpetu y fuerza cuando se les dé el puntapié de despedida después de cierto tiempo; entonces morirán solos. En vez de alarmarse por su presencia, el aspirante debería sumergirse en prácticas espirituales dinámicas.

6 de septiembre

El principio y su perversión – I

Hay una verdad manifiesta: “Vairagya es en realidad un estado mental, es desapego mental”. La mente se aferra a esta definición para justificar una vida sensual negligente sin autocontrol o principio. El argumento será siempre: “¡Oh! Yo no estoy apegado a todo esto. Puedo superarlo en un instante. Lo disfruto como un amo. Mentalmente, estoy desapegado”. El contacto con Vishayas (objetos) ha hecho caer aún a Tapasvins como Vishvamitra. Por lo tanto, no tomes Vairagya a la ligera. Cultívalo diligentemente. Protege tu Vairagya cuidadosamente. Sé vigilante. ¡Observa a la mente!

7 de septiembre

El principio y su perversión – II

El cuidado de no ir a extremos en Tapasya (penitencia) también tiene similar suerte. La naturaleza normal del hombre es sensual. La mente quiere comodidades y odia la austeridad. El aspirante que no discierne convenientemente ignora el adjetivo calificativo “extremos” en el consejo citado anteriormente y ve todo Tapasya como una desgracia. El resultado es que cae en el lujo, pierde incluso el mínimo de Titiksha (resistencia a los pares de opuestos) y se vuelve esclavo de cientos de deseos. La advertencia es contra los extremos tontos, pero para el desarrollo de un Sadhaka en sus comienzos, cierto grado de austeridad es esencial.

8 de septiembre

Verdadero significado del autocontrol

Autocontrol es una regla universal que se aplica a todos los hombres y a todas las mujeres, en todos los lugares y en todos los tiempos. Es la llave hacia la beatitud. La indulgencia en objetos es el efecto del fracaso del individuo en discernir lo Real de lo irreal. El deseo de tener contacto con objetos externos y gozar de ello es el resultado de la ignorancia de lo Real, Dios. Autocontrol es la restricción de las tendencias extrovertidas de la mente y los sentidos, y su concentración en la Verdad, el Uno Universal. Este es el Dharma que sostiene la vida del universo. Adharma es la naturaleza egoísta que lleva al auto-prisión, el sufrimiento y el fracaso en la vida.

9 de septiembre

El ancla del aspirante que se esfuerza

Vichara, la continua reflexión sobre el porqué de la vida y las cosas; Viveka, el continuo discernimiento entre lo perecedero y lo Imperecedero, lo irreal y lo Real; y Vairagya, la rebelión apasionada contra el egoísmo y la sensualidad – estos tres constituyen el salvavidas, las alas y los ojos de los fervientes aspirantes a realizar la Verdad.

10 de septiembre

El aspirante: Un individuo aparte

Vigilante entre los descuidados, despierto entre los dormidos, controlado entre los indulgentes, reflexivo entre los inconscientes, el aspirante sabio avanza valientemente, logra su fin aquí y ahora, y obtiene Inmortalidad y Beatitud Eterna.

Observa los tres procesos que tienen lugar en la mente durante la meditación. Estos son: CONTEMPLACIÓN, IMPREGNACIÓN E IDENTIFICACIÓN. Recuerda las imágenes de estas tres palabras. Repítelas mentalmente mientras haces la Sadhana. Contempla al Atman. Llena la mente con el Atman. Mantente en silencio. Conoce Aquello.

11 de septiembre

Los enemigos ocultos de los aspirantes

Una colmena puede estar totalmente quieta, pero cuando uno la perturba con un palo, ¡bah! enjambres de abejas comienzan a perseguirlo. Nuestro interior también es así, todos los males están allí; mientras no sean atacados por la vara de la Sadhana, no parecen molestarnos. Pero una vez que perciben el peligro inminente, comienzan a acosarte con todo su poder. Sé valiente y enfrenta todos los obstáculos.

12 de septiembre

Factores que se oponen al progreso

Debes reírte de forma suave, delicada y decente. Hay que abandonar las risitas tontas, las risotadas y los alborotos, las risas indecentes, vulgares y groseras. Porque impiden el progreso espiritual y destruyen la serenidad mental y la actitud magnánima y seria. Los sabios sonríen con los ojos. Es una visión espléndida y emocionante. Sólo los aspirantes inteligentes pueden entender esto. Evita el infantilismo y la necedad.

13 de septiembre

La recompensa del esfuerzo espiritual

La Sadhana te da vida interior, introspección, visión interior y un estado mental imperturbable de la mente ante todas las condiciones de la vida. Te convertirás en un ser cambiado. Tendrás un nuevo corazón y una nueva visión también. Una nueva emoción de corriente espiritual pasará a través de todo tus ser. Una onda de beatitud espiritual te arrastrará. No hay palabras para expresar esta experiencia interior. Aún cuando logres un atisbo de la Verdad del Ser Supremo, tu vida entera cambiará.

14 de septiembre

La Sadhana espiritual y sus resultados

Mediante el ejercicio consciente del poder de voluntad, a la luz del conocimiento adquirido después de un estudio profundo y experiencia del Prashthanatraya, uno debe despojarse de los pensamientos secretos, eliminar los anhelos internos, superar los deseos sutiles, abandonar los intereses egoístas y elevar el alma por sobre todas las pasiones humanas, los prejuicios, las predilecciones y los intereses cruzados. Esta Sadhana genera en el aspirante un 'vacío' de corazón, quietud mental, postura filosófica y visión espiritual.

La Sadhana elimina los obstáculos y purifica el corazón. Elimina también la inquietud mental o Vikshepa. Descorre el velo de ignorancia; entonces la Realidad auto-luminosa en ti brilla por sí misma.

15 de septiembre

Carácter interminable de la Sadhana

¡Con cuánta paciencia y cuidado el pescador observa el cebo para pescar un solo pez! ¡Cuán enérgica e incansablemente el estudiante trabaja para pasar su examen! ¡Qué hábil y cuidadoso es el cirujano con el paciente cuando está en el quirófano! ¡Qué alerta está el abogado cuando está discutiendo su caso en la corte! ¡Qué vigilante está el capitán de un barco de vapor cuando hay un ciclón o un iceberg! Así también, el aspirante tendrá que trabajar duro en la práctica de Yoga si le interesa lograr completamente los frutos del yoga y experimentar el Asamprajñata Samadhi.

Capítulo 25

EL MAESTRO Y LA GUÍA ESPIRITUAL

16 de septiembre

El guía: Una necesidad fundamental

El deseo de solicitar ayuda para la búsqueda de la luz y de los poderes superiores es innato en todos los seres. La incapacidad de adquirir los ideales de las aspiraciones que surgen del corazón, la angustia que acompaña tal incapacidad y el conocimiento de la existencia de poderes superiores, obliga a los individuos a buscar refugio en aquellos que están dotados con la habilidad para elevarlos al nivel superior. El mundo es una escena teatral en la cual se depende de otros para obtener aquello que a uno le falta.

17 de septiembre

Grandeza de los Gurus

Debido a que la conciencia humana está entrelazada con instintos e impulsos animales, debido a que el hombre es propenso a confundirse y engañarse por experiencias de la conciencia superficial impulsando la voluntad mundana impetuosa y las emociones desenfrenadas, es necesaria la ayuda de un poder de conocimiento superior. Ese poder está encarnado en los Maestros, los Gurus, a quienes se aproxima el Sadhaka en busca de ayuda. Una mirada, un toque, una palabra suya es suficiente para elevar el alma del aspirante; y su compasión hacia los discípulos es proverbial; son una ilimitada y verdadera concentración de amor y sabiduría.

18 de septiembre

Necesidad imprescindible de la guía del Guru

No deberían citarse como autoridad contra la necesidad de un Guru los casos de aquellos que lograron perfección sin estudiar con ningún Guru; porque tales grandes hombres son las “excepciones” en la vida espiritual y no la norma. Nacen como Maestros espirituales como resultado del intenso servicio, el estudio y la meditación practicada en vidas anteriores. Ellos ya han estudiado con sus Gurus. Su nacimiento actual es sólo la continuidad de su esfuerzo espiritual anterior. Por lo tanto, la importancia del Guru no debe ser menospreciada por ello.

19 de septiembre

No te desespere

Hay una lección en todo. Hay una lección en cada experiencia. Apréndela y vuélvete sabio. Todo fracaso es un escalón hacia el éxito. Toda dificultad o desilusión es una prueba de tu fe. Todo incidente desagradable es una prueba de tu confianza en Dios. Toda enfermedad es una expiación Kármica. Toda tentación es una prueba de tu fuerza espiritual. Por lo tanto, no te desespere. ¡Avanza, oh héroe!

Olvida los errores. No te desanimes si los deseos persisten. Dale una dirección superior a la energía mental. Ten un ideal elevado en la vida.

No prestes atención a los pensamientos negativos. Considéralos insignificantes, no merecedores de tu atención.

20 de septiembre

Sabiduría psicológica y razones para el valor

Cavilar sobre pensamientos impuros les agrega fuerza negativa. No te conviertas en su presa evocando pensamientos peligrosos. Mantén pensamientos opuestos: pensamientos buenos y sublimes sobre Dios y Su Gloria Divina. Mediante el Japa, el ayuno, la caridad y el servicio desinteresado, puedes destruir fácilmente las impurezas de la compleja mente. Los malos pensamientos morirán de muerte natural por la falta de atención y por la presión de los buenos pensamientos. ¿Cuál fue el estado de Valmiki, Jagai, Madhai y Ajamila en un comienzo? ¿No eran sinvergüenzas de primera? ¿Qué motivo hay para desesperarse? Sé sincero y esfuérzate.

21 de septiembre

La tragedia de una vida desperdiciada

Sé cauteloso, vigilante y circunspecto. Reflexiona y medita. La gente está inmersa en la mundanalidad. Ellos no tienen tiempo para pensar en cosas espirituales o en el Poder superior dentro de sí. Las llamadas personas cultas y educadas desarrollan sus intelectos, ganan dinero, mantienen rango y posición, obtienen títulos vanos y vacíos, ganan honor y mueren. ¿No es realmente triste? ¿No es sumamente lamentable?

22 de septiembre

Corazón de niño

Tu corazón debe ser tan puro como la nieve blanca y tan claro como el cristal. Del mismo modo en que no puedes ver un reflejo claro y correcto en un espejo ondeado y cubierto de polvo, si tu corazón está lleno de telarañas de deseos egoístas y ondeado por la hipocresía y la deshonestidad, difícilmente puedas conocer la verdadera naturaleza de Dios. Por lo tanto, el aspirante espiritual debe cultivar un corazón semejante al de un niño.

23 de septiembre

La tontería del juicio humano

Un espejo sucio reproduce una imagen sucia. Un espejo limpio da una imagen clara. La gente con mente sucia juzga a otros según sus propios patrones de juicio y de ese modo comete graves errores. Si ven incluso a un buen hombre honesto pasar con una mujer, inmediatamente abrigan fuertes sospechas y lo critican. No tienen otro trabajo que hacer más que chismorrear. El destino de tales personas es en verdad lamentable. Una vez, el hijo de un campesino estaba bebiendo agua fría con su madre en un lugar solitario durante su viaje a una aldea vecina. Otro viajero tuvo la sospecha de que ellos eran personas inmorales que estaban bebiendo bebidas alcohólicas. Más tarde, descubrió la verdad y se arrepintió mucho. Por lo tanto, sé cuidadoso cuando juzgues a otros.

Capítulo 26

LA DINÁMICA DE LA DEVOCIÓN

24 de septiembre

Devoción: Una realización de desapego y de experiencias emocionales elevadas

La devoción a Dios no es sólo una emoción. Es el resultado de intenso Vairagya y Bhava Sáttvico. Debes poseer las virtudes ponderadas en el Ramayana. De otro modo, la emoción podrá elevarte de forma pasajera a cierta clase de éxtasis, pero no experimentarás la Conciencia Divina por su intermedio. La devoción es un fruto que madura gradualmente mediante el proceso de autocontrol y virtud. Sin intenso Vairagya, no hay Sadhana posible para Bhagavat-Sakshatkara. Sólo se puede obtener a Dios después de desapegarse del mundo de objetos. No le permitas a la mente pensar en centros de placer.

25 de septiembre

Servicios ofrecidos por devoción

La devoción es la condición esencial de Brahma Vidya. Es la dulzura de la vida que suaviza el corazón y elimina los celos, el odio, la lujuria, la ira, el egoísmo, el orgullo y

la arrogancia. Cuando uno desarrolla un amor que abraza e incluye a todos, la vida insignificante de apuro, preocupación, excitación y competencia parece nada en comparación con la vida eterna de brillo y beatitud en el alma interior.

El sendero de la devoción es más fácil que cualquier otro sendero de acercamiento a Dios. En Vedanta y Yoga, está el riesgo de una caída. En el sendero de la devoción, no hay riesgos para el devoto ya que éste recibe total apoyo y ayuda de Dios.

26 de septiembre

Los serenos estados del amor

El amor engendra amor. El amor no se conforma sólo con amar sino que fluye hacia el exterior en actos de servicio. El amor es felicidad sólo cuando está libre de su ser individual. El amor debe revelarse en servicio; de otro modo, el amor no tiene valor o no es amor. El amor se sacrifica alegremente, sufre voluntariamente. Tal amor ilumina y bendice la vida.

El amor por Dios o devoción no es sólo una emoción sino una sintonización de la voluntad y del intelecto con la Divinidad. Es amor supremo hacia Dios. Más tarde, éste florece en Jñana o Sabiduría Divina. Conduce a la Inmortalidad o Realización de Dios. Bhakti es el acercamiento directo hacia el ideal a través del corazón.

27 de septiembre

El devoto y el amor cultivado

El amor crece incoherentemente en el corazón del hombre ignorante. En un rincón del corazón, está el exquisito fruto del amor, pero el corazón entero está cubierto de las espinas del odio, los celos y muchos otros vicios, con lo cual se estropea el encanto del amor. Esas son las malezas de la lujuria, la ira y la codicia que se ocultan en su interior como animales salvajes. El amor yace oculto muy abajo y muy lejos del alcance. Es tan bueno como si no existiera. Pero en el caso de un verdadero devoto del Señor, este amor ha sido cultivado y el jardín de su corazón está libre de las espinas de las malas cualidades, de los arbustos de la lujuria, la ira y la codicia. El amor a Dios emana de tal corazón como la fragancia más dulce.

28 de septiembre

Representación figurativa de las excelencias espirituales

En el jardín de tu corazón, planta el lirio del amor, la rosa de la pureza, la magnolia del valor, la flor datura de la humildad y la dama de la noche de la compasión. Cultiva un corazón tierno, una mano generosa, un hablar amable, una vida de servicio, una visión igual y una actitud imparcial.

Enciende el amor divino en tu corazón, porque este es el camino directo hacia el Reino de Dios. Ruega al Señor. Canta Sus Glorias. Recita Su Nombre. Conviértete en un canal para Su Gracia. Busca Su Voluntad. Haz Su Voluntad. Entrégate al Señor. Él se convertirá en tu cochero en el campo de la vida. Llegarás a destino, la morada de Beatitud Inmortal.

29 de septiembre

Dependencia gemela de la devoción

La fuerza y la intensidad de la devoción dependen de cuan completos sean la auto-entrega y el sacrificio. Debido a que la vasta mayoría de las personas conserva ciertos deseos sutiles para satisfacerlos en secreto, ellas no crecen en devoción. Los dos obstáculos para la entrega de uno mismo son el deseo y el egoísmo.

Todos pueden practicar devoción por igual y bajo todas las condiciones. Para obtener devoción, no se necesita conocimiento, penitencia, el estudio de los Vedas o un intelecto brillante. Lo que se requiere es el recuerdo vivo y constante de Dios paralelamente con la fe. Esa es la razón por la cual el sendero de la devoción está disponible para todos.

30 de septiembre

Devoción: Un ritual, una disciplina, una meditación

Mediante el ayuno y la vigilia a lo largo del día y la noche en ocasiones especiales como Shivaratri, el aspirante, el devoto, se abandona a la Gracia del Señor y Le ofrece su cuerpo, palabra y mente. No queda nada del hombre en él, le ha entregado su personalidad a Shiva en la forma del servicio devocional. Esta adoración divina es un ritual para el cuerpo, una disciplina para la palabra y una meditación para la mente. Con esta ayuda infalible, el alma va más allá de sí misma y trata de ingresar al refugio de paz y felicidad.

El niño piensa en la madre y sólo en la madre. Un esposo apasionado piensa en su esposa y sólo en su esposa. Un hombre codicioso piensa en su dinero y sólo en su dinero. Del mismo modo, el devoto debería tener en su corazón la imagen de su Ishtam y sólo de su Ishtam. Entonces podrá tener Darshan de Dios fácilmente.

La devoción transmuta al hombre en Divinidad. Intoxica al devoto con amor divino. Le da satisfacción eterna. Lo hace perfecto. Despoja a la mente de los objetos sensuales. Hace que él se regocije en Dios.

Capítulo 27

EVIDENCIAS DE LA PRESENCIA DIVINA

1º de octubre

Acercamiento a la Inteligencia Suprema mediante preguntas

El despliegue de la Inteligencia se ve en cada palmo de la creación. ¿Puede el psicólogo crear una mente? ¿Puede el científico explicar de dónde provienen las leyes de la naturaleza? Ciertamente, desde el mismo comienzo de la creación, ha operado algún poder milagroso y misterioso. Puedes llamarlo Poder Misterioso, Padre Celestial, Jehová, Alá, Sustancia, Brahman o Ahura-Mazda. Realiza esta verdad; todo poder y conocimiento se te dará por añadidura.

2 de octubre

Preguntas retóricas sobre la Realidad de Dios

¿Cómo explicas la incesante aspiración a la perfección que tiene el hombre si tal perfección no existe? ¿Cómo puede tener algún valor este universo constantemente cambiante si no se presupone una Sustancia permanente e inmutable? ¿Por qué lloras por paz eterna en un mundo que está siempre cambiando y muriendo? ¿No hay un Dios que nunca muere ni se enferma, un Ser que sostiene a este mundo superficial siempre enfermo y moribundo?

3 de octubre

Poder Intangible detrás del espectáculo del mundo

Detrás de este espectáculo del mundo, detrás de este fenómeno físico, detrás de estos nombres y formas, detrás de los sentimientos, los pensamientos y las emociones, mora el Testigo silencioso, el Amigo inmortal, el que verdaderamente nos desea el bien, el Purusha, el Maestro del mundo, el Regente invisible, el Yogui desconocido, el Poder invisible, el Sabio oculto. Esta es la única Realidad permanente y la Verdad viva. El fin de la vida humana es experimentar esa Realidad subyacente detrás del fenómeno cambiante.

4 de octubre

Lo Invisible es lo Real

Invisible, Él te ayuda con manos leales. Inaudible, Él escucha lo que dices. Desconocido, Él conoce tus pensamientos. Él es Conciencia pura y omnipresente. Él es el fin de todas las prácticas espirituales. La unión con Él es el fin de los esfuerzos humanos y de la vida. La Realización duradera de Su Presencia Concreta debe ser el fin absoluto de tu existencia.

Sé firme en tu creencia en la guía de Dios. Adhiérete a ella. No te preocupes por lo que suceda a tu alrededor. Puede que haya felicidad o sufrimiento. Sé igualmente indiferente a ambos y mora en la fe del Señor.

5 de octubre

Manifestaciones que revelan la Sabiduría Divina

Cada respiración que fluye a través de la nariz, cada latido del corazón cada arteria que palpita en el cuerpo, cada pensamiento que surge en la mente te dice que Dios está aquí. La música de un dulce cantante, las conferencias de un poderoso orador, los poemas de los poetas famosos, los inventos de los hábiles científicos, las operaciones de los diestros cirujanos, las palabras de los santos, los pensamientos del Gita, las revelaciones de los Upanishads te hablan de Dios y Su Sabiduría.

6 de octubre

Naturaleza: Un espejo de la Omnipotencia Divina

Toda flor que emana fragancia, toda fruta que te atrae, toda brisa tenue que sopla y todo río que fluye suavemente habla de Dios y Su Compasión. El vasto océano con sus poderosas olas, el majestuoso Himalaya con sus glaciares, el brillante sol y las relucientes estrellas en el firmamento, los altos árboles con sus amplias copas y las frescas primaveras en las colinas y los valles cantan Su Omnipresencia en lenguaje mudo.

7 de octubre

El despliegue infinito de los atributos divinos

El sol trae el mensaje de que el Señor tiene luz propia; el océano te revela que Brahman es infinito; el éter te dice que el Atman es omnipresente. La flor te trae el mensaje de que el Señor es la Belleza de bellezas; el Himalaya te susurra al oído acerca de la grandeza del Alma. El trueno trae el mensaje de que Dios es Omnipotente; la semilla te dice que Dios es la Fuente de todo. La Ganga te susurra que el Señor es siempre puro.

8 de octubre

Significado y espíritu de la Verdad

Para el aspirante espiritual, Verdad es algo más que decir la verdad. Verdad es Dios, el Absoluto. Es la Verdad que triunfa, no la falsedad. Verdad es lo correcto, falsedad es lo erróneo; aquello que nos eleva y nos acerca a Dios es correcto, lo que nos hace caer y nos aleja de Dios es erróneo. Dios es la unidad indivisible de la existencia consciente. El control sobre las pasiones constituye la esencia de la Verdad. La negación de uno mismo, la abstención de la indulgencia codiciosa es Verdad. Verdad es la vida y la existencia eterna; falsedad es cambio, decaimiento y muerte. El amor es Verdad; el odio es falsedad. No hay mayor falta que el odio y la batalla. Las verdades relativas son sólo válidas mientras no contradigan a la Verdad absoluta que es eterna en sentido superior.

9 de octubre

El Poder benigno

Cree en el Poder Supremo de Dios. Ese Poder Supremo te guiará, te fortalecerá y te reconfortará. Estarás en paz en medio de pruebas, adversidades, derrotas y vida tempestuosa. Dios es el Maestro invisible que enseña a los hombres el secreto y la fuente de la obtención de la beatitud eterna por medio de sus grandes hijos y a través de la misma naturaleza.

El Señor está en tu interior, sentado en tu corazón. Todo lo que ves, oyes, gustas y tocas es Dios. Por lo tanto, no odies a nadie, no engañes a nadie, no dañes a nadie. Ama a todos y sé uno con todos. Pronto obtendrás beatitud eterna, inmortalidad y gozo duradero.

10 de octubre

El Señor omnipresente

La linterna Petromax no habla, pero brilla e ilumina alrededor. El jazmín no habla, pero emana su fragancia por todas partes. El faro no hace sonar tambores, pero envía una luz amiga al marinero. El Invisible no hace sonar gongs, pero el sabio dotado de desapego y discernimiento siente Su omnipresencia.

¿Quieres pruebas de laboratorio? ¡Muy bien, en verdad! Quieres limitar al Dios ilimitable y omnipresente a tu probeta, tu cerbatana y tu campo químico. Dios es la fuente de tus químicos. Él es el sustrato de tus átomos, electrones y moléculas. Sin Él, ningún átomo o electrón se movería. Él es el Poder y Gobernante interior.

11 de octubre

El Ser está más allá de la mente

Definir a Dios es negar a Dios. Puedes definir sólo un objeto finito. ¿Cómo puedes definir al Ser ilimitado? Si defines a Dios, estás confinando al Ilimitado dentro de los conceptos de la mente. Dios está más allá del alcance de la mente grosera, pero él puede ser experimentado por medio de la meditación con la ayuda de una mente pura, sutil y concentrada.

No puedes encontrar a Dios por medio del intelecto. Pero puedes encontrarlo por medio del sentimiento, la meditación, la experiencia y la realización. Las estrellas existen aunque no las veas a la luz del día. Así también, Dios existe aunque no puedas verlo con los ojos físicos. Si desarrollas intuición, podrás contemplarlo.

12 de octubre

Increíble respuesta del Compasivo Señor

Si el aspirante da un paso para acercarse al Ser Divino, Él se acercará dando cien pasos agigantados. Tal es la naturaleza del Ser Eterno. Por cada pequeña acción que hagas por Él, recibirás en retorno un millón de veces de la misma. Este hecho es bellamente ilustrado en la acción de Shri Krishna para el bien de Sus devotos.

13 de octubre

Las leyes y el amor de Dios

Dios te ama aún si te alejas de Él. ¡Cuánto más te amará si vuelves hacia Él con fe y devoción! Su amor es muy grande, más grande que el inmenso Himalaya, más profundo que el océano más profundo.

Las leyes de Dios están en tu aliento, tu sangre y tus ojos; en el mundo externo, están en el aire, el agua, la tierra y los planetas. Escucha las palabras de Dios en el fluir de la respiración; sintonízate con el ritmo del pulso – los latidos y las vibraciones del corazón. Una vida vivida de acuerdo con las Leyes de Dios es, en verdad, una vida bendita, de grandeza y universalidad.

14 de octubre

El pensamiento en la Divinidad

Incluso si piensas una sola vez en el Señor, ya sea como Vishnu o Shiva, aún si formas una sola vez la imagen mental de esas Deidades omnipresentes y omniscientes, el material Sáttvico de la mente se incrementa un poco. Si piensas en el Señor millones de veces, tu mente se llena de gran cantidad de Sattva. El pensamiento constante de Dios afina la mente y destruye las Vasanas (tendencias) y los Sankalpas (deseos). Comprende la gran importancia y el valor de pensar en la Divinidad.

Tienes la necesidad del hambre; hay comida para aplacarla. Tienes la necesidad de la sed; hay agua para mitigarla. Tienes la necesidad de estar siempre feliz; debe haber algo para satisfacer esta necesidad también. Ese algo es Dios, una personificación de felicidad. Dios, Perfección y Gozo son términos sinónimos.

Capítulo 28

DESTINO, FATALISMO Y LIBRE ALBEDRÍO

15 de octubre

El mecanismo del destino

Todo acto produce un doble efecto en el que lo ejecuta, uno en la naturaleza interior, en la forma de una tendencia buena o mala, y el otro en la forma del fruto, recompensa o castigo. El Karma pasado influye en la vida actual de dos maneras, internamente, como carácter o tendencia, y externamente, como destino. Si haces algo, creas un Samskara o impresión sutil en la mente subconsciente o Chitta. El Samskara causa una tendencia. La tendencia se desarrolla en hábito por la repetición de las acciones. El hábito se manifiesta como carácter. El carácter se desarrolla como destino. Este es el orden: Samskara, tendencia, hábito, carácter y destino.

16 de octubre

Libre albedrío y fatalismo

Vasishtha le pide a Rama que haga Purushartha (esfuerzo). No te rindas al fatalismo. Generará inercia y pereza. Purushartha es el esfuerzo correcto. Prarabdha es Purushartha del último nacimiento. Siembras una acción y recoges un hábito; la siembra de un hábito da como resultado el carácter. Siembras un carácter y recoges un destino. El hombre es al amo de su destino. Tú mismo haces tu destino. Puedes anularlo si quieres. Todas las facultades, energías y poderes están latentes en ti. Desplíégalos y libérate.

Hay cierta conexión definida entre lo que estás haciendo ahora y lo que te sucederá en el futuro. Siembra siempre las semillas que generen frutos agradables y que te hagan feliz aquí y en el más allá.

17 de octubre

Destino: Energías del pasado oculto operando en el presente

Se le da el nombre de “mala suerte” a la fuerza invisible que genera experiencias desagradables y prueba la paciencia de uno, y en la cual el hombre en cuestión se inclina a creer que merece una suerte mucho mejor que esa. En la vida, no hay tal cosa como accidente, casualidad, destino o suerte; esas son todas apelaciones que se dan a los resultados de las propias acciones pasadas.

Cada pensamiento, deseo, imaginación o sentimiento causa una reacción. La virtud genera su propia recompensa; el vicio genera su propio castigo. Este es el trabajo de la ley de reacción. Dios no castiga al malvado ni recompensa al virtuoso. Son sus propios Karmas los que generan recompensa y castigo.

18 de octubre

El carácter bumerán de toda acción

Toda acción está sujeta a reaccionar sobre uno con igual fuerza y efecto. Si le haces algún bien a otro hombre, en verdad te estás ayudando a ti mismo; porque no hay nada además del Ser y Poder omnipresente. Tus acciones virtuosas reaccionarán sobre ti con

buenos efectos. Te traerán gozo y felicidad. Tus acciones erróneas e injustas reaccionarán sobre ti con efectos malos y dolorosos. Te traerán pena, sufrimiento y aflicción. Por lo tanto, vive para hacer el bien a los demás. Se bueno con todos. Nunca causes daño a otro.

19 de octubre

Construye una rueda de buena suerte

Ten deseos santos. Brillarás con Gloria Divina. Con la seguridad de la ley inmutable de causa y efecto, un hombre puede proceder serenamente a buscar lo que desea lograr. Por lo tanto, ten pensamientos divinos. Con seguridad tendrás éxito en tus esfuerzos bien dirigidos. Nada se pierde en la naturaleza.

Las personas de voluntad gigantesca han desarrollado su voluntad mediante el Karma hecho en innumerables nacimientos. Las potencias de esas acciones se juntan y en un nacimiento el hombre que se esfuerza se manifiesta como un gigante como Buda, Jesús y Shankara. Se necesita un esfuerzo paciente e incansable.

20 de octubre

Fatalismo y doctrina del Karma

La creencia en el Karma es diametralmente opuesta a la doctrina del fatalismo. El fatalismo causa inercia, letargo, debilidad de voluntad y esclavitud. Aniquila la fe, induce a la gente al temor, destruye la ética, impide el crecimiento y la evolución. Mientras que la doctrina del Karma es un incentivo para la acción de modo de mejorar las propias condiciones. Es una fuente de solaz y paz. Da oportunidad para el crecimiento y la evolución. Afirma positiva y definitivamente que aunque el presente, del cual el hombre mismo es el creador y autor, sea inalterable e irrevocable, él puede mejorar su futuro cambiando sus pensamientos, hábitos, tendencias y modos de acción. Aún un hombre desamparado e indefenso se vuelve alegre cuando entiende esta doctrina del Karma. Ésta proporciona la explicación más racional sobre el destino.

Capítulo 29

ADVERSIDADES Y CRECIMIENTO ESPIRITUAL

21 de octubre

Progreso mediante el padecimiento

El devoto tiene que pasar por terribles suplicios. Prahlada tuvo que saltar en el fuego. Harishchandra tuvo que vender a su reina y convertirse en esclavo de un barrendero. El rey Shibi ofreció su propia carne. Por lo tanto, estate preparado para pasar por sufrimientos. El sendero espiritual no es un sendero de rosas. Es fácil para aquél que es sabio y está atento, que es firme en sus resoluciones y que tiene una aspiración inalterable por alcanzar la cima más alta de la Verdad.

Si Dios hace pasar por pruebas, Él da también nueva fuerza para soportarlas. No hay cabida para la preocupación. Di, “Que se haga Tu Voluntad”. Crecerás rápidamente.

22 de octubre

Condiciones para la santidad

Las dificultades vienen y se van. Ellas fortalecen tu voluntad y hacen que tu mente se dirija más y más hacia Dios. Los santos y los superhombres han sido moldeados mediante dificultades y adversidades. Ruega, Su Gracia suavizará el camino y te dará fuerza.

La vida es una serie de conquistas. El hombre evoluciona, crece, se expande, gana diversas experiencias por medio de la lucha. Si quieres continuar con tu existencia y progreso en el sendero, las dificultades y la lucha son esenciales. En el momento en que abandonas la lucha, dejas de existir y de progresar. La Realización del Ser y la santidad demandan una lucha muy grande.

23 de octubre

Proceso de reducción del sufrimiento y el dolor

El sufrimiento es un elemento necesario en el crecimiento espiritual o la evolución del alma. Genera espíritu de desapego o Vairagya, desarrolla poder de resistencia y fuerza de voluntad; hace que la mente se dirija cada vez más hacia el Señor. El dolor tiene el poder de purificar y perfeccionar. Corrige y disciplina al hombre; suaviza la dureza de su corazón, apacigua su orgullo y lo ayuda a desarrollar entereza, paciencia, fortaleza de espíritu y compasión. Cuanto más se acerca el devoto a Dios, mayores son sus padecimientos. Estos vienen sólo para fortalecer su poder de resistencia y agotar su Prarabdha Karma. Dale la bienvenida con alegría. Mantén tu paz interior bajo toda circunstancia. Esto es Yoga.

24 de octubre

Necesidad de la adversidad

La adversidad tiene el poder de despertar talentos, capacidades que permanecen dormidas en circunstancias prósperas. Extrae las facultades del sabio, hace que el ocioso se vuelva trabajador. Un océano calmo nunca hizo que alguien se convirtiera en diestro capitán de un barco. Las tormentas de la adversidad despiertan las facultades y talentos individuales, y generan prudencia, habilidad, entereza, valor, paciencia y perseverancia. La adversidad hace que uno piense, invente y descubra. Las grandes personas y los grandes santos han sido probados, fundidos, pulidos y glorificados en el horno de la adversidad.

25 de octubre

Resultado de los padecimientos

El padecimiento es un crisol en el cual la naturaleza arroja al hombre cuando quiere moldearlo en un superhombre sublime. Sin sufrimiento, no puede haber fortaleza ni éxito. Todo sufrimiento tiene como objetivo nuestra elevación y desarrollo. Elimina el egoísmo y aumenta el poder de resistencia, la compasión y la fe en Dios. Entiende esto y desarrolla fuerza interior.

Las dificultades y los sufrimientos son todos transitorios. Pasarán. Ten fe. No temas. No te preocupes. Mantente alegre. Contacta a Dios por medio de la práctica regular de Japa y Kirtan, y mediante el estudio de libros sagrados.

26 de octubre

Secuencias de distribución

El hombre aplaude, comenta y expresa gratitud por la creación y preservación del Plan Divino, pero cuando su secuencia lógica se manifiesta en la forma de destrucción, él ruega al Señor con desesperación y frenesí para que intervenga y lo ayude, como si este proceso destructivo estuviera siendo generado por algún tercer agente diferente del Ser Supremo. El hombre debe mirar a la Verdad directamente a la cara. El reino de la justicia no tiene cabida para el juego de la emoción.

27 de octubre

La forma correcta de la mente

Nunca te condenes. Nunca pierdas la confianza en ti mismo. Trata de conocerte. Alégrate y recobra la confianza. Afirma y realiza que tú eres un hijo de Dios y que toda la riqueza de la Divinidad es tuya. Cierra las puertas de tu mente ante los traidores del temor, la enfermedad y la preocupación, y en su lugar, invita a la confianza, el coraje, la paz y la salud. Si sólo conocieras el poder ilimitado que hay en tu interior, no habría empresa en la que no pudieras tener éxito. El progreso que adquirirías sería increíble. Siembra gozo y lo cosecharás. Distribuye riqueza y tendrás abundancia. Irradia felicidad y la recogerás.

Si la mecha dentro de la lámpara es muy pequeña, la luz también será pequeña. Si la mecha es muy grande, la luz también lo será. Similarmente, si un hombre es puro, si practica meditación, la manifestación o expresión de su Ser será poderosa. Él irradiará una gran luz. Si es incorregible e impuro, será como carbón. Cuanto más grande es la mecha, mayor la luz. Del mismo modo, cuanto más pura es el alma, mayor su expresión.

Capítulo 30

CONTINENCIA Y TÉCNICAS DE SUBLIMACIÓN SEXUAL

28 de octubre

Transformación de la energía seminal

Con el sentido común más perspicaz y la sabiduría más profunda, el Yogui investigador ha visto que la represión y la abstinencia forzada no es un método racional. Ese no ha sido su objetivo; él ha hecho una investigación exhaustiva sobre el tema. Ha perfeccionado con éxito un método de transformar la energía seminal grosera en una fuerza sutil refinada mediante un proceso de sublimación sexual. Por medio de un maravilloso sistema de Asanas, Mudras y Bandhas expuesto en la ciencia del Hatha Yoga, la energía sexual se controla, conserva y convierte.

La energía vital o Virya que sostiene la vida, que brilla en tus ojos chispeantes y tus mejillas radiantes, es un gran tesoro para ti. Es la quintaesencia de la sangre. La convierte en Poder espiritual.

29 de octubre

Mantenimiento del Brahmacharya

Está prohibido incluso mirar a una persona del sexo opuesto, porque la actividad creativa del aparato psicológico se manifestará de inmediato y comenzará su función de diversificar. No está permitida ninguna clase de contacto con el sexo opuesto. Incluso un pensamiento sexual tiene un efecto nefasto de irritar el poder creativo. El control de la acción de la psiquis creativa se pierde tan pronto como ésta es invadida por el pensamiento del sexo opuesto. Así, la energía espiritual se desintegra y no sirve para el propósito de la Realización constructiva. Debe prescindirse de los objetos que despiertan las pasiones bajas y debe evitarse la compañía de personas en las cuales haya preponderancia sexual.

30 de octubre

Psicología espiritual de la atracción del Ser

La atracción sexual, los pensamientos sexuales y el impulso sexual son los tres grandes obstáculos en el sendero de la Realización del Ser. Aún si el impulso sexual se desvanece, la atracción sexual continúa por largo tiempo y perturba a los aspirantes. El órgano de la vista causa grandes problemas. Destruye la mirada lujuriosa, el adulterio de los ojos. Trata de ver al Señor Divino en todos los rostros. Genera repetidamente las corrientes de desapego, discernimiento e indagación espiritual.

La falta de Sadhana espiritual es la principal causa de todas las atracciones sexuales. La sola abstención teórica de la sensualidad no te dará buenos resultados. Debes cortar sin compasión todas las formalidades de la vida social y llevar una vida piadosa. La indulgencia hacia las tendencias internas inferiores te conducirá a la región del sufrimiento.

31 de octubre

Séxtuple método de sublimación sexual

No es posible ningún progreso espiritual sin la práctica del celibato. Debido a que el semen es una fuerza dinámica, debe ser convertido en Ojas o energía espiritual mediante el séxtuple método de sublimación sexual: (1) Por medio de pensamientos puros y sublimes, (2) mediante la repetición del Nombre del Señor, (3) por medio de plegarias y adoración, (4) mediante la meditación, (5) por medio de sentimientos espirituales y (6) mediante la práctica de Pranayama. De esa forma, se debe transmutar la energía sexual en Ojas Shakti y luego acumularla en el cerebro. Puede ser utilizada para la contemplación en la Divinidad y para fines espirituales. Un hombre que tiene mucha Ojas en su cerebro puede hacer un trabajo mental inmenso, es muy inteligente, tiene un aura magnética alrededor de su rostro y posee un raro brillo en sus ojos. Tiene una personalidad imponente.

1° de Noviembre

Filosofía y formas de pasión física

En cuanto aparece un deseo lujurioso por alguna persona, hay infidelidad psicológica. El cuerpo astral opera pensando. Además, Brahmacharya es definido no sólo como la restricción de las fuerzas de reproducción sino también de las de auto-preservación. La glotonería, la arrogancia, la ira, la codicia, la avaricia, la audacia, los celos, el apego y tales tendencias materiales son una caída del Brahmacharya y un fracaso en el esfuerzo por obtener perfección espiritual. La ira es el producto de la pasión; el excesivo dormir

y la inercia forman los aspectos negativos de la codicia. El hablar demasiado es un mal uso de la energía constructiva y una ruptura del Brahmacharya. Brahmacharya es una abstinencia de las tendencias objetivas de la mente y una introspección de las mismas para ayudar a la Iluminación del Ser.

2 de noviembre

Sublimación de la emoción de ira

La ira y la energía muscular también pueden ser transmutadas en Ojas. Si la oleada de ira te posee, ve a una habitación tranquila, riete fuertemente a carcajadas y conviértela en una onda pura de alegría y risa. O siéntate quieto y envía ondas de amor, bendición y buena voluntad al universo entero, desde el fondo de tu corazón. Repite una y otra vez los versos sublimes del Shanti-patha de los Upanishads.

Te llenarás de desbordante amor cósmico. Todas las Vasanas de ira desaparecerán en su totalidad, dejando en su lugar una continua emoción de amor desinteresado. Este sentimiento es en verdad indescriptible. Esta Sadhana te dará un poderoso caudal de Sattva y Prem. Encontrarás que eres un ser totalmente diferente incluso después de un solo intento genuino en este proceso de conversión deliberada.

3 de Noviembre

Proceso objetivo de sublimación

Cuando un ataque de naturaleza social asalta al aspirante, él no debe permitirse ser arrastrado al bazar para chismorrear o a salas de lectura cercanas, salones de té o charlas de café. En vez de eso, debe ir adonde están los pobres y afligidos, y ver si puede servirlos de alguna manera. Debe ir a la ruta de los peregrinos y viajeros, y tratar de aliviarlos de su carga y disminuir su peso con una conversación placentera y elevadora. Así, en el mismo proceso de dar, se enriquecerá.

La energía seminal es una Shakti potente. Un Brahmachari que ha practicado celibato ininterrumpido por doce años continuados obtiene el estado de Nirvikalpa ni bien oye el Mahavakya – *Tat Tvam Asi, Tú eres Eso*. Su mente se vuelve muy pura, fuerte y concentrada.

4 de noviembre

Una analogía desde el campo de electrones

Incluso entre los electrones, hay electrones solteros y electrones casados. Los electrones casados se manifiestan en pares. Los solteros existen separadamente. Son estos electrones solteros solamente los que crean fuerza eléctrica magnética. El poder de Brahmacharya se ve aún en los electrones.

Hay cuatro procesos en la práctica del Brahmacharya. Primero, controla los impulsos sexuales. Luego, practica conservación de la energía sexual. Cierra todos los orificios a través de los cuales se filtra la energía. Después, desvía la energía conservada hacia los canales espirituales apropiados mediante Japa, Kirtan, servicio desinteresado, Pranayama, estudio, autoanálisis y discernimiento. Luego, convierte o sublima la energía sexual en Ojas y Brahma-tejas – energía divina y resplandor espiritual – por medio de la meditación en la Divinidad.

5 de noviembre

Control de la práctica instintiva y sus resultados

Aquellos que han comprendido, mediante el discernimiento, el carácter espiritual de la vida humana se abstienen de la práctica instintiva de la reproducción y se dedican a la tarea gloriosa de dirigir la energía potencial hacia la contemplación consciente del Ideal Espiritual a través de la triple transformación de los aspectos activo, emocional e intelectual de la naturaleza humana en general. Tales personas estabilizadas poseen un gran poder de entendimiento, análisis y meditación. Tales Brahmacharins rebosan con una lustrosa fuerza espiritual, la cual maneja con facilidad aún la más formidable de las fuerzas de la naturaleza. El temor les es desconocido y su energía divinizada está centrada en el Ser para ser utilizada en trascender el reino del ego. Ellos han aprendido a expandir su poder reproductor en la plenitud de la vida ilimitada.

La práctica del celibato no está acompañada de ninguna clase de peligro, enfermedad o resultados indeseables, tales como los diferentes “complejos” que los psicólogos occidentales le atribuyen erróneamente. Ellos tienen un conocimiento equivocado e infundado de que la energía sexual no satisfecha asume la forma de diversos “complejos” tales como la fobia al tacto. Ese es un estado mórbido de la mente debido al exceso de celos, ira, preocupación y depresión generado por diversas causas. Por el contrario, aún un poco de autocontrol o una pequeña práctica de continencia es un tónico ideal. Da fuerza interior y paz mental, vigoriza la mente y los nervios, ayuda a conservar la energía física y mental, mejora la memoria, aumenta el poder de voluntad y el poder cerebral. Renueva la constitución, reconstruye las células y los tejidos, estimula la digestión y da poder para enfrentar las dificultades en la batalla diaria de la vida.

Capítulo 31

LA FILOSOFÍA Y EL FILOSOFAR

6 de noviembre

La búsqueda de la filosofía

Un estudio habitual de problemas abstractos dará como resultado un poder bien desarrollado para el pensamiento abstracto, mientras que un pensamiento ligero, precipitado, lanzado hacia un blanco, saltando de un punto a otro, dará lugar a una mente inquieta y mal regulada. El estudio de trabajos filosóficos, el pensamiento correcto, el ejercicio de emociones buenas y nobles, las plegarias, la conducta benéfica y, por sobre todo, la meditación regular y vigorosa son los medios para hacer a la mente mucho más eficaz. Estas actividades generan un rápido crecimiento y una rápida evolución de la conciencia mental. Toma nota cuando estudies libros sobre Yoga o filosofía. Esto te ayudará a recordar las ideas fundamentales. Esto es en sí mismo una clase de Samadhi inferior, ya que la mente está profundamente ocupada con ideas Sáttvicas. Te permitirá controlar las tendencias extrovertidas de la mente haciendo que ésta se dirija hacia el Ser interior.

7 de noviembre

Filosofía: Una ciencia intelectual y un arte de vida

La filosofía es el aspecto racional de la religión. En India, es una parte integral de la religión. Es una investigación racional en la naturaleza de la Verdad. Da una solución

clara a los problemas profundos y sutiles de la vida. Muestra la forma de liberarse del dolor y la muerte, y de obtener inmortalidad y beatitud eterna.

La verdadera filosofía es una ciencia moral e intelectual que trata de explicar la Realidad detrás de las apariencias. Es el trabajo metódico del intelecto que tiene como objetivo el conocimiento y la realización de lo que “realmente es”. También se puede explicar la filosofía como un arte de vida perfecta, no solamente la forma de explicar lo que debe ser sino de experimentar directamente aquello que existe eternamente.

8 de noviembre

Requisitos para filosofar

El pensamiento intenso, persistente y claro de la raíz de todos los problemas, el lidiar con los fundamentos de todas las situaciones intelectuales, la comprensión firme y el análisis de las causas de todo pensamiento y experiencia constituyen la esencia de la Sadhana Vedántica. El pensamiento profundo necesita recurrir a la Sadhana intensa. Se necesita una inteligencia sutil, calma, clara, pura, aguda y concentrada para entender y meditar en el fin más ambicioso de todos los esfuerzos filosóficos: Brahman.

9 de noviembre

Un método para filosofar

Cuando el aspirante ve la forma tentadora y encantadora de una hermosa mujer, un poder fascinante o cualquier otra forma atractiva, debe filosofar así: “Esta hermosa mujer con ojos brillantes, mejillas rosadas y labios carmesí, aunque se vea muy tentadora, no es más que una masa de carne, grasa y huesos. No es más que una combinación de huesos, nervios, piel y cabello, y por lo tanto, está sujeta a decaer. Esta flor hermosa se marchitará en unas pocas horas. Se convertirá en polvo para siempre. La belleza en la forma femenina, en la flor delicada, es sólo un reflejo de la Belleza de bellezas, el encantador Ser interior inmutable, la inmortal Gloria de glorias. Que esa Omnipresencia del Señor Hermoso, la Fuente de toda vida, de todo pensamiento, de toda conciencia y de toda belleza, sea el único objeto de mi amor y adoración”.

10 de noviembre

Algunas reflexiones filosóficas

¡Amigo! ¿No hay una misión superior en la vida además de comer, dormir y hablar? ¿No hay ninguna forma superior de Beatitud Eterna además de estos placeres transitorios e ilusorios? ¿No hay una vida más digna que la vida sensual? ¡Cuántas clases de temores! ¡Qué dolorosa es esta vida mundana! ¿No deberíamos tratar diligentemente de alcanzar un lugar donde haya luz diurna eterna, seguridad absoluta y paz perfecta? ¿No deberíamos amar al Señor, buscar la Verdad y vivir una Vida Divina?

11 de noviembre

El objeto de la búsqueda filosófica

Conoce lo que buscas y después busca. Lo que persigues aquí falla en darte lo que en verdad buscas y retrocede como un espejismo. Nada en la tierra puede darte felicidad duradera. La juventud se desvanece como las flores de la noche, la fuerza desaparece como una nube pasajera; la belleza del cuerpo rápidamente da lugar a la horrible

muerte. ¡Tus centros de placer se burlan de ti, porque has confundido dolor con felicidad, espejismo con agua! El verdadero objeto de tu búsqueda, el tesoro sin el cual estás inquieto es la Realización de la beatitud imperecedera de la Divinidad interior.

12 de noviembre

Ciencia, filosofía, religión y la voz de la experiencia espiritual

El tema de la ciencia es la generalización del fenómeno; la función de la filosofía y el Yoga es explicarlo. La religión es el aspecto práctico de la filosofía; la filosofía es el aspecto racional de la religión. Los científicos tratan de responder acerca del “cómo” del problema; el filósofo y el Yogui, el “porqué” del mismo. Es un error decir que un evento tiene lugar debido a ciertas leyes de la naturaleza. Éstas no dan ninguna explicación real del fenómeno. Es simplemente una afirmación científica en términos tan generales como sea posible de lo que sucede bajo ciertas circunstancias en su expresión de un orden observado o de una uniformidad en un fenómeno natural. La visión de la ciencia difiere radicalmente de las cavilaciones filosóficas. La ciencia muestra una armonía maravillosa de la naturaleza; pero es el problema del filósofo y del Yoga resolver el “porqué” de esa armonía.

Sólo para el hombre ciego espiritualmente, el mundo parece ser diferente de Dios y también de sí mismo, y él es diferente de Dios. Cuando el velo de sus ojos se levanta, él ve lo que realmente es, un océano de pura conciencia, el Absoluto ilimitado donde el mundo y el individuo ya no son seres separados sino una unidad en su gloria indivisible de Infinitud e Inmortalidad. Este es el gran destino de la vida, el propósito de la existencia de todos, el fin de todas las aspiraciones y todos los esfuerzos. Sólo Brahman es real, todo lo demás no tiene realidad independiente de Brahman.

Capítulo 32 EL YOGA DE SÍNTESIS Y LAS LIMITACIONES DE LA CIENCIA

13 de noviembre

Conocimiento científico y experiencia yóguica

La ciencia es un conocimiento parcialmente unificado. Un científico observa las leyes de la naturaleza, experimenta en su laboratorio, investiga, infiere y extrae conclusiones exactas de sus observaciones. Entiende la superficie externa y los aspectos físicos de la naturaleza, no conoce nada acerca del origen, las intenciones ocultas y el destino de la naturaleza. El científico no sabe qué es lo que creó la materia y le otorgó a sus partículas el maravilloso poder de variada interacción. Por el otro lado, el Yogui obtiene realización divina interior, ve con su visión yóguica los rudimentos sutiles de la materia, tiene una experiencia íntima del Poder Supremo y del Ser Supremo detrás de toda la naturaleza. Obtiene control sobre los cinco elementos y, mediante el conocimiento intuitivo directo, entiende claramente todo el misterio de la creación.

14 de noviembre

Ciencia y percepción yóguica

La ciencia percibe las cosas como aparecen ante la percepción humana normal, es decir, como parecen ser, mientras que el Yogui las percibe como realmente son. El Yogui percibe las cosas de modo intuitivo y las conoce en su estado esencial. Mientras que cada teoría, cada descubrimiento que la ciencia presenta un día es contradicho y probado como falso por uno nuevo al día siguiente, las experiencias logradas por medio del Yoga son infalibles, ya que constituyen las percepciones directas con el instrumento más fino, la mente purificada y sintonizada con el Infinito.

15 de noviembre

Las limitaciones de la ciencia

Los científicos no han entendido todo el código de las leyes de la naturaleza. Ellos no tienen conocimiento del aspecto oculto de las cosas del plano astral y de otros planos superiores tales como Brahmaloaka. El mundo invisible tiene mucho más importancia que el universo visible para el ojo físico. Un Yogui completamente desarrollado puede funcionar en todos los planos y puede tener así un conocimiento completo de la naturaleza manifestada. Los científicos no tienen conocimiento de los rudimentos sutiles de la materia. La vida se vuelve más completa y rica cuando uno desarrolla la visión interior por medio de la práctica de Yoga. El conocimiento de los científicos es sólo fragmentario o parcial, mientras que el conocimiento de los Yoguis es completo y perfecto.

16 de noviembre

No una magia oriental sino un sistema de autodesarrollo

El fenómeno supra-físico que tiene lugar en la práctica de Yoga y la experiencia del practicante en planos más sutiles es visto con sospecha y considerado como pura magia oriental. El Yoga no es algo fantasioso ni contiene nada anormal sino que apunta al desarrollo integral de todas las facultades del hombre. Es la forma racional, probada por el tiempo, de tener una vida más completa y bendita que todos seguirán naturalmente en el mundo del mañana. La naturaleza eminentemente práctica del Yoga genera un puente racional entre el idealismo de la pura filosofía y el duro realismo de la vida terrenal. Se ocupa de la Vida Trascendental y, aún así, te pide que no consideres nada como seguro. Debes seguir métodos definidos, llegar a resultados tangibles y experimentarlos en tu propia vida.

17 de noviembre

Bases de la práctica de Yoga

Todos los métodos de Yoga tienen entrenamiento ético y perfección moral como base. La erradicación de los vicios y el desarrollo de ciertas virtudes conforman el primer paso en la escalera del Yoga. La disciplina de la naturaleza y la formación de un carácter estable y puro mediante el establecimiento de hábitos apropiados y observancias regulares es el paso siguiente. Sobre estos firmes cimientos de un carácter moral y virtuoso bien establecido, se construye la posterior estructura del Yoga.

Sobre la base de la pureza moral, despierta a la realización consciente de tu unidad con el Ser Supremo. Piensa en el Ser continuamente. Como dice Tennyson: "Que tu voz se

eleve como una fuente hacia Mí, día y noche”. Esta es la verdadera práctica espiritual o Brahma-Abhyasa que te llevará a la Realización del Ser.

18 de noviembre

Partes componentes de la práctica

Practicando Yama y Niyama, el estudiante de Yoga purifica su mente. Practicando Asana, obtiene firmeza y estabilidad corporal. Practicando Pranayama, elimina la inquietud mental y destruye Rajas y Tamas. Practicando Pratyahara, obtiene fuerza mental, paz mental y vida interior. Practicando Dharana, logra Ekagrata mental. Practicando Dhyana, llena la mente con pensamientos divinos. Practicando Samadhi, destruye las semillas de nacimientos y muertes, y logra inmortalidad y Kaivalya, la beatitud final, el fin supremo de la vida humana.

19 de noviembre

El punto central de todo Yoga

Una reflexión cuidadosa mostrará que el universo entero es en realidad una proyección de la mente humana, Manomatram Jagat. La purificación y el control de la mente es el objetivo central de todo Yoga. La mente en sí misma no es más que un registro de impresiones que se expresan incesantemente como impulsos y pensamientos. La mente es lo que hace. El pensamiento te impele a la acción; la actividad crea nuevas impresiones en el contenido mental. Yoga ataca la raíz misma del círculo vicioso mediante un método de inhibición efectiva de las funciones de la mente. Yoga revisa, controla y detiene la función principal de la mente, es decir, el pensamiento. Cuando se trasciende el pensamiento, comienza a funcionar la intuición y sobreviene el conocimiento del Ser.

20 de noviembre

Una afirmación del positivismo espiritual

La lógica aguda, los hábiles argumentos sobre cosas sin importancia, la gimnasia intelectual y los juegos de palabras no te ayudarán a obtener la Realización del Ser. Debes desarrollar armoniosamente tu cabeza, tu corazón y tus manos por medio de la práctica del Yoga de Síntesis. Sólo entonces obtendrás perfección y desarrollo integral.

Los cuatro Yogas son interdependientes e inseparables. El servicio purifica y expande el corazón. El amor unifica. Sin servicio y amor, no puedes soñar con alcanzar la Realización Adváitica de la Unidad. El amor está incluido en el servicio; el servicio es amor en expresión. El conocimiento es amor difuminado y el amor es conocimiento concentrado.

21 de noviembre

La integración de los Yogas

¿Has visto la imagen de la familia del Señor Shiva? La Madre Parvati está en el centro. Ella tiene a Ganesha y Subrahmanya a ambos lados. Ganesha es el Señor de la Sabiduría, Subrahmanya es el Señor de la Acción. La Madre Parvati es la personificación del Amor. Deberías aprender una lección espiritual de esta imagen. Te enseña que puedes obtener perfección sólo mediante la práctica del Yoga de Síntesis.

La mente humana tiene tres defectos – Mala o impureza, Vikshepa o inquietud, y Avarana o velo de ignorancia. Karma Yoga elimina la impureza; Upasana o adoración destruye la inquietud; Jñana Yoga rompe el velo. Sólo entonces es posible la Realización del Ser.

22 de noviembre

La verdadera síntesis del Yoga

Nuestra religión debe educar y desarrollar todos los aspectos del hombre: su corazón, su cabeza y sus manos. El desarrollo unilateral no es recomendable. Karma yoga purifica y desarrolla las manos. Bhakti Yoga destruye Vikshepa y desarrolla el corazón. Raja Yoga aquieta la mente y la vuelve concentrada. Jñana Yoga elimina el velo de ignorancia y desarrolla la voluntad y la razón. Por lo tanto, uno debería practicar los cuatro Yogas. Tomando Jñana Yoga como base central, el Sadhaka puede practicar los otros Yogas como auxiliares para generar un rápido progreso en el sendero espiritual.

23 de noviembre

Facetas del desarrollo

Acción, emoción e inteligencia son los tres caballos atados al carro del cuerpo. Deberían trabajar en perfecta armonía y unión. Sólo entonces, el carro se desplazará suavemente. Vedanta sin devoción es totalmente insustancial. Bhakti sin Jñana no es perfecto. Tiene que haber un desarrollo integral. Debes tener la cabeza de Shankara, el corazón de Buda y las manos de Janaka.

Sólo el Yoga de Síntesis desarrolla la cabeza, el corazón y las manos, y lleva a la perfección. Contemplar al Ser único en todos los seres es Jñana, sabiduría; amar al Ser es Bhakti, devoción; servir al Ser es Karma, acción. Cuando el Jñana Yogui obtiene sabiduría, es dotado con devoción y actividad desinteresada.

24 de noviembre

Ascenso espontáneo de Kundalini

Generalmente, no hay despertar espiritual genuino en los estudiantes. Sólo hay curiosidad por obtener algunos poderes psíquicos yóguicos. Ese estudiante está lejos de Dios, ya que conserva algún deseo oculto de Siddhis. Observa estrictamente las reglas éticas. Primero transforma la naturaleza mundana. Si te despojas totalmente de los deseos, si destruyes los Vrittis de la mente en su totalidad, Kundalini ascenderá sola, sin ningún esfuerzo, debido al poder de la pureza. Elimina la escoria de la mente. Obtendrás ayuda y respuestas desde tu interior.

25 de noviembre

Singularidad de la ciencia de las Asanas

La práctica de Asanas controla las emociones, produce paz mental, distribuye Prana de modo uniforme en todo el cuerpo y sus diferentes sistemas, ayuda a mantener una función saludable de los órganos internos y da masaje interior a los diversos órganos abdominales. El ejercicio físico lleva el Prana (energía) hacia afuera, mientras que las Asanas lo envían hacia adentro. La práctica de Asanas cura muchas enfermedades y

despierta Kundalini Shakti. Estas son las principales ventajas en el sistema yóguico de posturas que ningún otro sistema posee.

26 de noviembre

Dominio de los poderes de la naturaleza por medio de Pranayama

El cuerpo humano es la copia de la estructura cósmica en miniatura. Prana anima el organismo. Todos los elementos están en la constitución del cuerpo. La fuerza clave detrás de todas las fuerzas de la naturaleza es Prana. Prana es la esencia manifiesta de todas las fuerzas que existen. El sistema cerebrospinal es un conmutador sutil en el hombre. Los diferentes centros psíquicos sutiles dominan los elementos particulares de todas las fuerzas de la naturaleza. Obteniendo maestría sobre los centros astrales vitales interiores, el hombre obtiene control sobre todas las fuerzas de la naturaleza.

Si puedes controlar Prana, puedes controlar todas las fuerzas del universo, físicas y mentales. Un Yogui puede controlar también el Poder manifiesto omnipresente, en el que tienen su origen todas las energías tales como el magnetismo, la electricidad, las corrientes nerviosas, las fuerzas vitales, las vibraciones del pensamiento, etc.

27 de noviembre

El Principio Carnegie y el Raja Yoga

“Gana amigos e influye a la gente”: Este principio de Dale Carnegie no es más que una página del antiguo volumen indio sobre la ciencia mental-espiritual. Si practicas Yoga, el mundo entero te adorará. Inconscientemente, atraerás hacia ti a todos los seres vivos; incluso los dioses estarán a tu entera disposición. “Ganarás amigos” aún entre las bestias salvajes y los insensibles entre los rubios. Sirve a todos; ama a todos. Despliega tus poderes internos mediante la práctica del Raja Yoga.

Recuerda a Dios. Dirígete hacia Dios. Medita en Dios. Mora en Dios. Ve a Dios en todos. Repite el Nombre de Dios. Realiza a Dios aquí y ahora. La humanidad te adorará por centurias como ha adorado a Jesús y a Buda.

28 de noviembre

Usos del Yoga

Por medio de la práctica del Yoga, puedes superar todas las dificultades y erradicar todas las debilidades. Mediante la práctica de Yoga, puedes convertir el dolor en felicidad, la muerte en inmortalidad, la pena en gozo, el fracaso en éxito y la enfermedad en salud perfecta. Por lo tanto, practica Yoga diligentemente.

Por medio de la disciplina yóguica, la mente, el cuerpo y el órgano de la palabra trabajan juntos armoniosamente. Mediante su práctica, puedes tener calma mental en todo momento. Puedes descansar bien cuando duermes. Puedes aumentar la energía, la vitalidad, la longevidad y tener un alto estado de salud. La forma yóguica de vivir profundiza tu entendimiento y te posibilita conocer a Dios.

29 de noviembre

La personalidad de un Yogui

Un Yogui o aspirante maduro, que medita regularmente, tiene una personalidad magnética y encantadora. Aquellos que entran en contacto con él se ven muy influenciados por su voz dulce, su hablar poderoso, sus ojos brillantes, su complexión radiante, su cuerpo fuerte y saludable, su buena conducta, sus cualidades virtuosas y su Naturaleza Divina. La gente obtiene gozo, paz y fuerza de él. Se sienten inspirados por su palabra y elevados mentalmente por su sola presencia.

Si el magneto es más poderoso, influenciará a las limaduras de hierro aunque éstas estén a gran distancia. Así también, si el Yogui es una persona avanzada, tendrá gran influencia sobre las personas con las cuales se contacte. Puede ejercer influencia aún cuando ellas estén lejos, a miles de millas.

30 de noviembre

Trasmisión de ayuda por medio de agentes sobrenaturales

Por medio de sus vibraciones espirituales y su aura magnética, los verdaderos Yoguis desconocidos ayudan al mundo más que los “Yoguis” de las plataformas. Predicar en púlpitos y estrados pertenece a los hombres de espiritualidad de segundo grado, que no tienen conocimiento y nunca pusieron en uso las facultades sobrenaturales y los poderes latentes que hay en ellos. Los grandes adeptos y Mahatmas transmiten su mensaje mediante telepatía a aspirantes meritorios en diferentes rincones del mundo. Los medios de comunicación sobrenaturales para nosotros son totalmente naturales para un Yogui.

1º de diciembre

El método más prominente

Los sabios de la antigüedad han formulado ciertos métodos bien definidos y prácticos por medio de los cuales el hombre puede establecer unión con la Divinidad. Es un modo de comprimir la propia evolución en una sola vida, incluso en algunos años de esta vida en particular. De los numerosos métodos ampliamente aceptados y seguidos, el sendero de Dhyana es el sistema de Maharshi Patañjali, altamente científico, práctico y gradual, conocido también como Ashtanga Yoga. La razón de su importancia única es que el sistema de Patañjali Maharshi está basado en una consideración racional y comprensiva del hombre en todos sus aspectos. Ha tomado al hombre en su constitución fundamental, desprovista de asociaciones incidentales. Toma al hombre como un centro de conciencia pura dentro de envolturas de materia de diversos grados de densidad. Concebido de este modo, el hombre es básicamente el mismo en todo el mundo y en todo tiempo. Este sistema es universal y para todos los tiempos, y ofrece un proceso que es practicable para todo tipo de aspirante espiritual. Se caracteriza por una síntesis muy inteligente y una graduación muy hermosa.

2 de diciembre

Innumerables métodos de enfoque

El Absoluto puede ser concebido de múltiples formas y muchos son los métodos de abordarlo según la naturaleza de la mente humana. Cada criatura que reflexiona tiene en realidad su propia religión basada en un pensamiento firme que los hombres llaman “filosofía”. La filosofía es la teoría religiosa de la práctica espiritual. Declara que los seres, aunque no lo quieran, están impulsados por una Verdad de existencia indivisible

para encontrarse en su centro de experiencia. La aspiración humana culmina en la posesión feliz de la vida eterna; nada más que eso.

El Yoga contiene diversos métodos de enfoque y experiencia del Absoluto para la experiencia de Dios. Yoga es la ciencia de la vida divina; no tiene nada que ver con ninguna creencia religiosa, fe tradicional, color, vocación o clima. Yoga no es de Oriente ni de Occidente; es del mundo, de la humanidad en general. En toda actividad de la vida, en toda etapa, uno puede ser un Yogui; Yoga admite grados. El fin del Yoga es hacer que el propio ser y la conciencia se vuelvan más amplios, profundos e inclusivos; la meta del Yoga es hacer que el hombre se una con la Divinidad. Toma para la práctica cualquiera de los diversos métodos que Yoga te ofrece y realiza a Dios aquí y ahora.

Capítulo 33

VEDANTA: SUS DISCIPLINAS Y SU VALOR

3 de diciembre

Funciones del Vedanta

Vedanta nos ilumina, ennoblece, eleva e instruye con su gran fórmula “Tat Tvam Asi”. Nos imparte el mensaje de que, en la ley de nuestra existencia, ese Ser Supremo penetra todo lo que existe. La esencia constitutiva y la sustancia de nuestro ser más íntimo es la única Realidad Divina que es immanente y trascendente a un mismo tiempo. El sentimiento de unidad con toda forma de vida, el sentido de unidad de toda la existencia y el deseo de usar lo mejor de nuestras energías en el servicio dinámico a otros sólo pueden surgir de una comprensión firme de la naturaleza espiritual esencial en nosotros y en todos los que nos rodean.

4 de diciembre

Significado de “Ser uno mismo”

El sendero del Vedanta es el más natural. Consiste en manifestar exactamente lo que eres en esencia. Sé tú mismo. Tú eres el Atman resplandeciente. Establécete en esa Conciencia Suprema. Tu verdadera naturaleza es eternidad. Experimenta esto aquí y ahora. Tu vida es profunda como el océano. Nada puede causarte daño. Tú eres el alma omnipresente e inmortal.

5 de diciembre

El Testigo: Una explicación filosófica

El Atman es llamada “Testigo” no en verdad sino desde la perspectiva individual de la experiencia fenoménica en el plano de ignorancia o Avidya. Cuando el Atman es experimentada, no se presencia nada. Esta idea del testigo es sólo una concepción individual del Atman. No significa que haya algo diferente del Atman. El ser relativo personal incluye la idea de individualidad pero al Atman Absoluta no incluye la distinción de sujeto-objeto.

El ser más íntimo en ti es el Testigo; es la Realidad Infinita. Es la naturaleza de Satchidananda. Tú eres Eso. Experimentalo y sé libre.

6 de diciembre

La percepción del Ser Único

Cuando veas cualquier persona u objeto, piensa y siente que él o eso es el Atman o Narayana. Mediante esta práctica incesante, Nama-rupa (nombre y forma) desaparecerán y el Atman o Narayana brillará. La noción del mundo desaparecerá. Esta práctica demanda un esfuerzo intenso y prolongado. Durante el curso de la práctica, tus viejos Samskaras te molestarán. Debes luchar contra ellos valientemente. Esta práctica espiritual de Samyag Jñana, te dará Samyag Darshan del Atman. Trasmutarás todos los objetos en Atman. Piensa y siente que todas las acciones son Atmapuja. La idea de inferioridad y la idea de servicio menor desaparecerán debido a que verás a Narayana, el Atman, en todas partes.

7 de diciembre

Principios de la Sadhana Vedántica

Elévate por sobre los deseos. Abandona la actitud mendiga de la mente. Siente tu propia majestuosidad. Identificate con el glorioso Brahman pleno e independiente. Entonces todos los deseos morirán de muerte natural; quedarán satisfechos. Este es el secreto de la satisfacción de todos los deseos. La naturaleza te obedecerá y podrás dar órdenes a los elementos. Los ocho Siddhis y los nueve Riddhis estarán a tus pies. Esta es la enseñanza sublime del Vedanta.

Contempla al Ser homogéneo en todo. Siempre que percibas una forma, repite mentalmente la fórmula o Mantra “OM Eka Sat-chit-ananda Atma” – “Hay *un Infinito que es Existencia-Conocimiento-Deleite*”. Niega los nombres y formas ilusorios, y trata de identificarte con la Esencia inmortal subyacente.

8 de diciembre

Técnica vedántica de auto-trascendencia

Cuando las emociones e impulsos te perturben mucho, sé indiferente (Udasina). Reflexiona: “¿Quién soy?” Siente: “Yo no soy esta mente, soy el Atman, el Espíritu omnipresente, Shuddha Sat-Chit-Ananda. ¿Cómo pueden afectarme las emociones? Soy Nirlipta, desapegado; soy Sakshi, testigo de esas emociones. Nada puede perturbarme”. Cuando repitas estas sugerencias de Vichara o reflexiones del Vedanta, las emociones morirán solas. Este es el método de Jñana para superar las emociones y las luchas con la mente.

9 de diciembre

El mundo: Un maravilloso parque de atracciones

El mundo es un inmenso y maravilloso parque de atracciones. Padre, madre, esposa, hijos, amigos, parientes son personas que se encuentran en esta feria. No hay duda de que es así. Riqueza, honor, títulos, estatus, toda pompa y todo esplendor son juegos de Maya. Son sus tentaciones para capturar a los Jivas apasionados. Este cuerpo impuro de carne, huesos y sangre es una burbuja en el océano del Samsara. No confíes en el cuerpo, los sentidos y este mundo tentador. Alcanza el Samadhi y experimenta tu identidad con la Realidad Infinita y el Deleite Supremo mediante una Sadhana intensa. Esta experiencia destruye el anhelo por los objetos fugaces del mundo. Entones ya no

hay más mundo de percepción. Hay Experiencia Infinita. Hay Plenitud. Hay Perfección. Hay Beatitud.

10 de diciembre

Visión Upanishádica del alimento

Los Upanishads se refieren a “alimento” como aquello que es experimentado por la conciencia, ya sea directamente por sí misma o indirectamente a través de ciertos órganos. El objeto que es presentado ante un sujeto consciente se convierte en el alimento de ese sujeto. Aquello que sostiene, mantiene o preserva una cosa es su alimento. En resumen, el alimento es aquello que nutre y sostiene la individualidad. De allí que, en los Upanishads, “alimento” esté identificado con Materia.

11 de diciembre

El método de conocimiento vedántico

Si el cuerpo fuera el alma, tus esperanzas y expectativas deberían incrementarse o disminuir cuando la energía se incrementa o disminuye debido a la buena salud o la enfermedad. Pero no es así. Aún si estás moribundo, tus esperanzas no terminan. Aún en esas condiciones, tienes la esperanza de mejorar. No quieres dejar tus posesiones. Esto indica claramente que el alma en el cuerpo debe ser completamente distinta del cuerpo en sí. No tiene fin, aún si el cuerpo muere.

12 de diciembre

Usos del Vedanta

La práctica de Vedanta ampliará tu perspectiva. Te liberará de las ideas estrechas, los deseos erróneos y toda clase de nociones falsas. Te posibilitará obtener Felicidad Inmortal. Mediante la meditación profunda y el Samadhi, tendrás experiencia de la Conciencia Absoluta. Estarás desprovisto de temor, serás perfecto, lleno de salud y gozo. El Vedanta eleva la mente a las alturas magnánimas de Esplendor Divino o estado de Brahman; esta experiencia destruye todas las barreras que separan a los hombres entre sí, genera concordia, paz imperturbable y armonía en la humanidad sufriente. Sólo el Vedanta puede realmente unir, sobre la base de un Ser común, a hindúes y musulmanes, católicos y protestantes, irlandeses e ingleses, jainas y persas. El Vedanta, mil veces bendito, es válido para todos los hombres.

13 de diciembre

Influencia de Oriente sobre Occidente

La “Superalma” de los filósofos occidentales es el Brahman de los Upanishads, el Atman de los Vedánticos. El Alma Suprema que es el sostén de todos los individuos es la “Superalma”. Es la “Sustancia” o la “Cosa en sí misma” de Kant. La esencia del Vedanta se ha infiltrado lentamente en la mente de los filósofos occidentales y ahora han aceptado la existencia de un principio eterno, que es distinto del cuerpo y de la mente.

Occidente se ve irresistiblemente atraído por la filosofía práctica del Vedanta, porque ésta declara que uno no debería ser egoísta o estar apegado a objetos fugaces sino que debería vivir en la conciencia de la amorosa hermandad y unidad, y del Ser o Atman del

universo, que la Verdad de la existencia es Una e indivisible, que división o separación, odio, enemistad, peleas y egoísmo están en contra de la Verdad Eterna, que el dolor del nacimiento y de la muerte es causado por el deseo que genera la ignorancia de esta gran Verdad, que el estado supremo de experiencia o perfección es la Vida Inmortal, la Realización de Brahman, que todos nacen para este propósito supremo, que todos los otros deberes son sólo ayudas o auxiliares para ese gran Deber de la Realización del Ser, que uno debería cumplir con los deberes prescritos de la vida con espíritu de desapego y de dedicación al Ser Supremo, que todo aspecto de la propia vida debería culminar en esta Conciencia Suprema.

Capítulo 34

RELIGIÓN: SU FILOSOFÍA Y SUS FINES

14 de diciembre

La religión y el carácter moderno

La religión no es un dogma, una fantasía reconfortante o un hobby de cierto grupo de personas. La religión es la expresión del impulso universal que nadie puede resistir. Todas las personas piensan de forma diferente y, aún así, dirigen su pensamiento hacia el único Ser Supremo. Las diferencias están en los caminos y las escaleras, no en la ciudad que se alcanza o el techo al que se sube. Es la aspiración humana, no la tendencia subhumana, lo que devasta los valores de la vida por medio del desprecio a los temperamentos extranjeros y el odio hacia otros habitantes de la tierra, dando como resultado finalmente guerras religiosas, pobreza, sufrimiento e inquietud: La civilización moderna desprecia la religión, porque entiende por religión un arrebato de espíritu irracional. ¡Lejos de eso! La religión es la Luz que ilumina la vida más racional, la manifestación del brillo eterno de la inteligencia que observa a través incluso del genio más grande del mundo. No puede haber civilización sin religión y no hay mérito en la religión si está desprovista de espiritualidad. No hay asiático, americano, europeo, hindú, cristiano o musulmán sino que son todos hijos de Dios adorándolo en el Templo del Universo.

15 de diciembre

El tema central de las verdaderas religiones

No tiene sentido pensar que uno puede ser feliz después de negar a Dios, condenar a la religión, ignorar la ética y la moral, y desviarse dirigiendo su poder contra otros. Los rostros empapados por las lágrimas y los estómagos abrasados por el hambre serán testigos de la criminalidad de las manos que ha alterado la paz del mundo. La paz es de aquellos que se ven a sí mismos en todos. Aquellos que alteran la felicidad de otros no pueden ser felices. Se experimenta infortunio como reacción contra la desdicha causada a otros. El gozo es el fruto de la alegría dada a otros. “No hagas a los demás lo que no quieres que te hagan a ti.”

16 de diciembre

Una definición de verdadera religión

La religión es fe por conocer y adorar a Dios. No es un tema de discusión en la mesa de un club. Es la percepción del verdadero Ser. Es la satisfacción del anhelo más profundo

del hombre. Ten a la religión como el fin de tu vida. Vive cada momento de tu vida para lograr su experiencia. Una vida sin religión es muerte en verdad.

La verdadera religión es un proceso de vivir en Dios. La religión no es meramente una pequeña plegaria que un hombre eleva cuando sufre de un cólico intestinal o disentería crónica. Es preeminentemente una vida de bondad y servicio, pureza y meditación.

17 de diciembre

La religión del corazón

La única base de la unidad verdadera y duradera de toda la humanidad es la religión del corazón. Ésta es la religión del amor. Los hombres pueden unirse sólo si están libres de celos, odio y mezquindad. Primero purifica el corazón. Enfrenta el odio con amor y buena voluntad.

La esencia de la religión yace en la experiencia inmediata de la Divinidad. El hombre se vuelve Dios por medio de la disciplina, el autocontrol, el cultivo del compañerismo, el servicio desinteresado, la devoción y la meditación. La religión es práctica espiritual diligente y Realización del Ser.

18 de diciembre

Unidad esencial de todas las religiones

La pluralidad de “Creencias” se transformará en una Fe Universal para aquél que ha purificado su visión por medio de la fe en los fundamentos de su propia religión y que se ha esforzado diligentemente por lograr el fin establecido por el fundador de su religión. Las diferencias son superficiales; la esencia es una y la misma en todas las religiones. Todos los profetas se han referido al mismo Dios en diferentes términos.

Una religión es tan buena como otra. Un sendero hacia el Supremo es tan bueno como otro. Las vacas tienen diferentes colores, pero el color de la leche es uno. Hay diferentes clases de rosas, pero el perfume es uno. La religión es una, pero muchas son las formas de su práctica. La diversidad es el orden de la creación. La religión no es la excepción.

19 de diciembre

Sabiduría detrás de las observancias religiosas

Los videntes de antaño han previsto la inhabilidad del hombre común para aplicarse total y perfectamente a la Sadhana con el fin de lograr la Realización de Dios. Además de los deberes diarios que debe cumplir como ser humano, él también tiene que responder al eterno llamado de la Verdad Divina que está oculta en él. Con este fin, los Rishis dirigen al hombre instándolo a dedicarse totalmente a tal adoración en días especiales como Shivaratri que son psicológica y astronómicamente propicios para el crecimiento espiritual.

20 de diciembre

La religión culmina en ética y sociología

En lo que concierne al espíritu de servicio desinteresado, la religión se encuentra con la filosofía moral y la sociología, porque la primera postula que un Ser Divino Único

penetra toda la existencia. De allí que todo servicio prestado a otros equivalga a un beneficio concedido a nosotros mismos. Cuanto más se reconozca y adopte esta base sublime de la acción humana, más rápida será la evolución del hombre hacia la perfección y la divinización.

La religión es la verdadera base de la sociedad, el origen de toda bondad y felicidad, la base de la virtud y la prosperidad del individuo, y a través del individuo, de toda la humanidad. Civilización, ley, orden, moral y todo lo que eleve al hombre y de paz al mundo constituyen los frutos de la práctica de la religión.

21 de diciembre

Religión de religiones

El poder universal de la Religión Absoluta para infundir gozo debería apoderarse de todos los corazones. No hay otro propósito en la vida que no sea el de obtener Perfección absoluta, Paz y el Gozo del Ser Eterno que todos buscamos directa o indirectamente, y que puede obtenerse sólo cuando la gente entiende que las concepciones de Dios son aspectos de la Presencia Única, Suprema, Inmortal y Divina, y que todas las formas de religión son aspectos del Gran Camino hacia esa Verdad Única. El conocimiento apropiado de este hecho corregirá todos los errores de la vida y mostrará el método para generar paz en el mundo y hacer a la humanidad perfecta.

22 de diciembre

Unidad de las religiones

Imagina un lienzo blanco puro en el cual está pintado un hermoso escenario nocturno de un grupo de peregrinos sentado alrededor de un fuego flameante junto a un arroyuelo del bosque. Qué absurdo, pensarías, si el agua en la pintura sintiera hostilidad hacia el fuego pintado allí, porque sabes que esos dos factores son sólo un truco de un poco de pintura y aceite. Debajo de él, encuentras sólo el lienzo puro y permanente. ¡Oh, Rayo de Luz Divina! Mora para siempre en la conciencia amorosa de esta unidad dulce y gloriosa que vibra en el corazón espiritual de la humanidad entera. Estarás ayudando de forma invalorable a la causa de la solidaridad humana si te empeñas en sentir, afirmar y manifestar esta unidad, y propagar este mensaje de unidad.

Apéndice

BASES DURADERAS PARA IDEALES INTERNACIONALES

23 de diciembre

La textura de la antigua sociedad de India

El ideal de la ética social del Gita es Lokasangraha, bienestar y solidaridad del mundo. Cada individuo genera esto mediante el cumplimiento de Svadharma (el propio deber) en el espíritu de desapego y auto-entrega. Al mismo tiempo, Svadharma conduce a Sarvabhutahita, el bien de todos los seres. La trama de la sociedad debe estar constituida de forma tal que ayude a sus miembros a realizar el Ideal supremo de la vida. Debido a que todos los seres comparten una Vida que es el todo y de la cual son partes, su desarrollo yace en estar en armonía con la misma. La perfección de la parte está en la Unidad del Todo. El Amor mutuo y el cumplimiento del deber es lealtad al Todo, es el

medio para la bendición del individuo y la sociedad. Cuando cada uno cumple con su deber sin desgano o deseo en su mente, el bienestar de la sociedad está asegurado, porque dondequiera haya acción que esté en armonía con el conocimiento del Propósito Divino que está detrás de este universo visible, habrá prosperidad, victoria, gloria y normas de conducta firmes.

24 de diciembre

India y la civilización moderna

La civilización moderna no se ha preocupado por entender el significado fundamental de la vida sino que está satisfecha con solo flotar en la superficie perceptible de la existencia física. La ciencia actual, por más perspicaz que pueda ser, es después de todo una investigación del mundo de experiencia común en el estado de vigilia; ha descartado el significado profundo de los cambios que el hombre sufre en los estados de su vida más profunda. India ha obtenido el crédito de haber encontrado la raíz de la vida y de haber descubierto el Terreno Permanente sobre el cual se desarrolla el drama de la vida. Si hay algo valioso en la vida como un todo, es el conocimiento de la solución del aparente misterio de la existencia, y esa es la gloriosa herencia de India.

25 de diciembre

El bien individual y el bienestar de la humanidad

La superestructura de la vida nacional, social y doméstica puede ser erigida de modo de lograr el mejor equilibrio entre el bien individual y el bienestar de la humanidad en general. La ausencia de egoísmo es una virtud que combina el bien individual con el bienestar social. En el telar de la ausencia de egoísmo, el bien individual y el bien social conforman la urdimbre y la trama, produciendo el tejido de una mancomunidad en la cual todos los individuos viven felices, prósperos y en paz; la tela de una civilización que se caracteriza por la paz y el progreso general. Trabajemos vigorosamente para alcanzar esta cima.

26 de diciembre

Ideas viables para las Naciones

El fin de las naciones debería ser dirigir su poder hacia la transformación de los corazones de la gente desde una naturaleza subhumana y débil a la naturaleza humana correcta y la naturaleza divina por medio del gobierno correcto, hacia la educación apropiada y la insistencia en el recto vivir basadas en la Verdad perfecta. Esto producirá un gran renacimiento para una vida saludable y pacífica de todos en la tierra, y también para la Vida Eterna trascendiendo la vida terrenal.

El hombre no puede desechar la prosperidad material ni tampoco ignorar el refinamiento espiritual. O bien efectúa un equilibrio entre la prosperidad material y el progreso espiritual, y se asegura de esa forma paz y bienestar, o se destruye a sí mismo mediante la adoración a las deidades del materialismo, por medio de sus genios serviles, las armas de destrucción.

27 de diciembre

Detrás de la barbarie civilizada

Es digno de recordar que la degeneración universal del carácter humano y el juego libre de las pasiones más bajas en la vida individual y social constituyen la raíz de las repetidas ondas de barbarie científica y civilizada que se impone en el mundo una y otra vez. La pasión humana descontrolada de seguro sumirá a las naciones en guerras feroces en el futuro. Una fe viva en los valores espirituales y una religión práctica sería parecen ser una esperanza si la humanidad tiene que vivir. El refinamiento, ennoblecimiento y sublimación de la pasión humana y del deseo son las funciones especiales y el propósito de la verdadera religión. Los dictados de la lógica elemental y la racionalidad se dirigen claramente a rescatar a la humanidad del presente y protegerla en el futuro, la forma correcta es reconocer el rol importante de la ética.

28 de diciembre

Hacia un mundo único

Ve al Ser en todos; aquél que sabe que la misma vida que vibra en las cavernas más íntimas de su corazón, vive también en otros, no se atreve a dañar a otros; porque si lo hace, se daña a sí mismo. En una pelea, uno puede herir a su hermano. Pero bajo ninguna circunstancia uno quiere perjudicarse a sí mismo. Cuando una persona que va a robar siente que está robando su propiedad ganada con trabajo duro, cuando alguien asignado para matar a otra persona perteneciente a una comunidad rival siente que se está matando a sí mismo, cuando una nación que comienza a expandirse siente que está en verdad explotando y masacrando a su propia gente, sólo entonces vendrá el llamado interior para desistir de esos actos salvajes. Ese espíritu de unidad debe ser cultivado e intensificado en todo ser humano.

29 de diciembre

Razón de ser de toda relación

Si la familia, sociedad o nación es considerada un medio para separar a unos de otros, por más grande que sea su inclusión de seres humanos, tal familia, sociedad o nación no puede triunfar. Se espera que toda relación termine en la unidad absoluta de la existencia, sin excluir nada. Debería tenerse en cuenta este fin de la vida en el proceso de nuestras actividades diarias de modo que nuestras acciones estén libres de egoísmo y estén en sintonía con el movimiento universal de la naturaleza. La vida es una adoración divina. La conducta apropiada de la familia, la administración del país y la sociedad son parte del Gobierno Universal que mira a todos los seres con una visión estricta e imparcial.

30 de diciembre

Reconciliación de la ciencia y la tecnología con la cultura dadora de paz

¿Qué hay de malo en la ciencia? ¿Cuál es el defecto de la tecnología? Los implementos que ayudan al hombre a cocinar su alimento pueden matarlo si hace mal uso de ellos. La electricidad se ha convertido en el mismo “aliento de vida”. Pero debe ser usada con precaución y con el único fin de estar subordinada al deseo desinteresado del hombre por servir a su prójimo. La ciencia no es el enemigo de la cultura; ciencia y cultura son hermanas. Pueden vivir juntas amigablemente y ayudar a convertir la casa (el mundo) en un paraíso si hay un lazo de verdadero amor uniendo sus corazones. Una vez que se acepta e implementa la ideología básica, ¿por qué no debería la ciencia elevarse al gran

estatus de una institución cultural? La tecnología sería una rama de la cultura nacional. Puede promover el bienestar espiritual del hombre, enriquecer su corazón, ampliar su visión e iluminar su alma tan profundamente como cualquier otra rama de la cultura.

No es porque haya algo diabólico en el avance científico que la cultura lo observe con sospecha y temor. Esto se debe a que el cáncer de las pasiones incultas, bajas y animales carcomen la misma vida del hombre en cuyas manos pecadoras la ciencia sirve como el mejor agente suicida. Si la cultura entra en el corazón del hombre, si las instituciones culturales reciben el correcto lugar de honor en todos los planes y esquemas de la construcción de la nación en todo el mundo, entonces la ciencia promoverá la cultura.

31 de diciembre

**El último mensaje – Realiza:
“Yo soy el Ser Inmortal”**

¡HERMANO! El coraje es tu derecho de nacimiento, no temas. Tu herencia divina es la paz, no te inquietes; es inmortalidad, no mortalidad; fuerza, no debilidad; salud, no enfermedad; felicidad, no pena; conocimiento, no ignorancia.

Tú eres Divino. Vive de acuerdo a ello. Siente y realiza tu naturaleza divina. Tú eres el amo de tu propio destino. No te desalientes cuando se manifiesten penas, dificultades y tribulaciones en la batalla diaria de la vida. Extrae valor y fuerza espiritual del interior. Hay un vasto e inagotable cargador de poder y conocimiento en tu interior. Explótalo. Sumérgete en las aguas sagradas de la Inmortalidad. Te refrescarás, renovarás y vivificarás completamente cuando vayas a la fuente divina y experimentes: “Yo soy el Ser Inmortal”.

Confía en tu propio Ser. No seas esclavo. Eres el Ser Inmortal. Destruye el complejo de inferioridad. Extrae poder, coraje y fuerza del interior. Sé libre. No creas en ningún dogma. No tengas fe ciega. No aceptes nada sin razonar cuidadosamente. Nunca te desvíes debido a emociones ciegas y repentinas. Domínalas. No seas intolerante. Expándete. La meditación constante en tu propio Ser Inmortal es la llave maestra para abrir los reinos del Conocimiento. Tu naturaleza esencial es Sat-Chit-Ananda, Existencia-Conocimiento-Felicidad absoluta. La envoltura externa, este cuerpo físico mortal, es un producto ilusorio de Maya. Tú eres el Ser sin sexo, el Rey de reyes; eres Inmortal e Infinito. Siéntelo. Afírmalo. Reconócelo. Realiza, no desde mañana sino ahora mismo. ¡Oh Bendito! ¡Tú eres Inmortal!

GLOSARIO

Abhimana: Egoísmo; identificación con el cuerpo.

Adharma: Opuesto a la virtud; vicio, ausencia de rectitud, irreligiosidad.

Adhi: Enfermedades mentales o primarias.

Adváitico: No dual, monista.

Agamas: Vedas; manual de adoración práctica.

Aham Brahmasmi: Yo soy Brahman, Dios.

Ahamkara: Ego, egoísmo.

Ahimsa: No violencia.

Akáshico: Perteneciente al Akasha, éter o espacio.

Alat Chakra: Círculo trazado por una varilla encendida.

Antarmukha: Pensamiento dirigido hacia el interior.

Asamprajñata Samadhi: Estado supremo de conciencia en el cual la mente y el ego son totalmente aniquilados. Equivale al estado de Nirvikalpa Samadhi en el Vedanta.

Asana: Postura, asiento.

Ashtanga Yoga: Yoga de las ocho partes; Raja Yoga de Patañjali Mararshi.

Asúrico: Malo, negativo, demoníaco.

Atma-Jñana: Conocimiento del Atman.

Atman: Alma o Ser.

Atmapuja: Adoración del Atman o Ser.

Avatara: Encarnación Divina.

Bahirmukha Vritti: Pensamiento dirigido hacia el exterior.

Bandha: Atadura, lazo, nudo; cierta clase de ejercicios de Hatha Yoga.

Bheda Samadhi: Todo objeto tiene cinco características Nama-Rupa-Sat-Chit-Ananda. Las primeras dos (nombre y forma) son transitorias y variadas, mientras que las tres últimas (Existencia, Conciencia y Felicidad Absolutas) constituyen la Naturaleza Esencial presente en todos los objetos por igual. El sabio logra el estado de Bheda

Samadhi dejando de lado Nama-Rupa para quedarse solamente con la naturaleza esencial de Sat-Chit-Ananda.

Bhagavat-Sakshatkara: Experiencia de Dios.

Bhakta: Devoto.

Bhava Samadhi: Estado de súper-conciencia alcanzado por los devotos mediante una intensa emoción divina.

Bhava Sáttvico: Actitud o sentimiento puro.

Brahma Jñana: Conocimiento de Brahman.

Brahma Sutras: Escritura vedántica atribuida al sabio Vyasa caracterizada por la lógica más elevada.

Brahma Vidya: Conocimiento de Braman.

Brahma-Abhyasa: Meditación en Brahman o Nididhyasana, reflexión sobre Brahman, conversación sobre Brahman y demás prácticas conducentes a la Realización de Brahman.

Brahmachari: Estudiante célibe.

Brahmacharya: Celibato, pureza.

Brahmakara Vritti: Pensamiento en Brahman.

Brahmaloka: Mansión de Brahma, el Creador; el séptimo plano de existencia también llamado Satya Loka.

Brahman: El Ser Supremo, la Realidad Absoluta, la Conciencia Absoluta.

Brahma-tejas: Resplandor Divino.

Buddhi: Intelecto; entendimiento; razón.

Chandala: Descastado, el hombre más bajo generalmente nacido de una madre Brahmana y de un padre Shudra.

Chitta: Mente; mente subconsciente; memoria.

Chitta Shuddhi: Purificación de la mente y el corazón.

Daivi Shakti: Poder Divino.

Dama: Control de los sentidos; una de las seis virtudes necesarias para el aspirante espiritual.

Darshan: Visión de la Divinidad o de un santo.

Dharana: Concentración mental.

Dharma: Forma recta de vivir según lo ordenado por las Escrituras; virtud.

Dhyana: Meditación.

Dhyana Yoga: Yoga de la meditación.

Divya Chakshus: Ojo divino.

Divya Gandha: Perfume divino.

Ekagrata: Concentración de la mente en un punto.

Gandharva: Músico celestial.

Ganga: El sagrado río Ganges; la Diosa del río Ganges.

Ganga Sagar: Lugar en que el Ganges desemboca en el mar.

Gangotri: Lugar en el Himalaya donde nace la Gangá (río Ganges).

Gunas: Cualidades o componentes de la materia densa o sutil. Las Gunas son tres: Tamas o inercia, Rajas o acción, y Sattva o pureza, equilibrio.

Hiranyagarbha: Brahma, aspecto creativo de Dios.

Hridayaguha: La cueva del corazón.

Indriyas: Cinco Karmendriyas, órganos de acción físicos y externos, y cinco Jñanendriyas, órganos de conocimiento e internos.

Ishtam: Deidad elegida.

Ishvararpana: Ofrenda al Señor.

Jagrat Avastha: Estado de vigilia.

Japa: Repetición del nombre de Dios o de un Mantra.

Jiva: Alma encarnada.

Jiva Chaitanya Abhasa: Conciencia individual reflejada.

Jivanmukta: Liberado en vida.

Jivatman: Alma individual.

Jñana: Conocimiento; sabiduría sobre la Realidad o Brahman, el Absoluto.

Jñana Chakshus: Ojo de la sabiduría o de la intuición.

Jñani: Sabio.

Kaivalya: Liberación.

Karma: Acción; es de tres clases, Sañchita (Karma acumulado en nacimientos anteriores), Prarabdha (Karma maduro que está operando en la vida actual) y Agami (Karma generado en el presente que tendrá su efecto en el futuro). Ley de causa y efecto que ata al alma individual a la rueda de nacimiento y muerte.

Karya Brahman: Hiranyagarbha; aspecto creativo del Señor.

Katha: Narración de historias del Señor o Sus Encarnaciones.

Kirtan: Canto de los nombres y glorias del Señor.

Kriya Yóguica: Práctica de purificación.

Kundalini: Energía cósmica primordial en el individuo que yace enroscada como una serpiente tres vueltas y media, con la cabeza hacia abajo.

Kutastha: Absolutamente inmutable; el Ser que mora en todas las criaturas desde Brahma, el Creador, hasta las hormigas; el Testigo inmutable de todos; otro nombre de Brahman.

Lokasangraha: Solidaridad con el mundo, elevación del mundo.

Maha Mrityuñjaya: Mantra que permite vencer a la muerte.

Mahatma: Gran alma.

Mahavakyas: Grandes dichos o declaraciones de los Upanishads, cuatro en total, que expresan las verdades vedánticas más elevadas acerca de la identidad entre el alma individual y el Alma Suprema.

Manas: Mente; la facultad de pensar.

Manomatram Jagat: Mundo proyectado por la mente.

Manonasha: Destrucción de la mente.

Mantra Chaitanya: Potencia dormida en el mantra.

Mantra Shakti: Poder del Mantra.

Mantra Siddhi: Perfección en la práctica de Mantra-japa; maestría sobre el Devata o deidad del Mantra que hace que el mismo otorgue su gracia al devoto cuando éste lo invoca.

Maya: Poder ilusorio de Brahman; poder que vela la Realidad y proyecta la ilusión del mundo haciéndolo aparecer como real.

Moksha: Liberación de la esclavitud del Karma y la rueda de nacimiento y muerte; Experiencia del Absoluto.

Moksha-mantra: Mantra que otorga Liberación.

Mudra: Sellado de energía, gesto.

Nama-rupa: Nombre y forma.

Narayana: Nombre de Dios; el Ser Supremo que sostiene todas las cosas; *Nara + ayana*, aquél que penetra todas las cosas, el que duerme en las aguas. Narayana es representado como descansando sobre un lecho de serpiente en el océano de la Conciencia Cósmica, también llamado océano de leche.

Neti-neti: “No esto, no aquello”. Proceso analítico que consiste en una negación progresiva de todos los nombres y formas para llegar a la Verdad eterna subyacente.

Nigamas: Escrituras tántricas consistentes en diálogos sobre sabiduría entre el Señor Shiva y Su Consorte Parvati.

Nirlipta: Desapegado.

Nirodha Samadhi: Estado de súper-conciencia logrado mediante el control de la mente.

Nirvana: Liberación; emancipación final.

Nirvikalpa Samadhi: Estado de súper-conciencia en el cual no hay mente ni idea alguna.

Nityamukta Atman: Alma eternamente libre.

Ojas: Energía espiritual; fuerza espiritual desarrollada mediante el poder creativo del celibato y la Sadhana de Yoga.

Pañchadashakshara: Mantra de quince sílabas.

Pañcha-koshas: Cinco envolturas o vainas que cubren al alma. Ellas son Annamaya o física, Pranamaya o energética, Manomaya o mental, Vijñanamaya o intelectual, y Anandamaya o envoltura de felicidad.

Paramatman: Ser Supremo.

Paripurna: Completo, Perfecto.

Prajña Chakshus: Ojo de la sabiduría.

Prakriti: Materia primordial.

Prana: Energía vital.

Pranayama: Regulación de la respiración.

Prarabdha: Karma maduro que determina la vida presente.

Prashthanatraya: Los tres textos en los que se basa la filosofía Vedanta; ellos son el Bhagavad Guita, los Upanishads y los Brahmasutras.

Pratyahara: Abstracción o retiro de los sentidos de sus respectivos objetos.

Prem: (Prema) Amor.

Preta: Alma en pena.

Preyas: Lo placentero o agradable.

Puranas: Poemas que transmiten sabiduría en la forma de historias y leyendas.

Purusha: Alma.

Purushartha: Esfuerzo propio; cuatro fines de la vida – placer, riqueza, rectitud y liberación

Raga-Dvesha: Atracción y repulsión.

Raja Yogui: Adepto que sigue el sendero de Raja Yoga del sabio Patañjali.

Ramayana: Escritura que narra la historia de la Encarnación Divina de Shri Rama.

Riddhis: Deleites sensuales superiores; nueve variedades de extraordinaria exaltación y grandeza que le vienen al Yogui en la medida en que avanza en el sendero espiritual. Al igual que los Siddhis o poderes, los Riddhis son grandes obstáculos en Yoga.

Rishi: Sabio, vidente.

Sadahara: Sendero noble de la virtud.

Sadhaka: Practicante espiritual.

Sadhana: Práctica espiritual.

Sadhana Shakti: Poder generado por la práctica espiritual o Sadhana.

Sadhu: Hombre piadoso; Sannyasin o renunciante.

Sadhya: Objeto de meditación.

Sahaja Samadhi Avastha: Estado natural y continuo de Súper-conciencia.

Sakshi: Testigo; Kutastha que observa las acciones del cuerpo y de los sentidos.

Samadhi: Estado de súper-conciencia.

Samsara: Rueda de nacimiento, sufrimiento y muerte.

Samskara: Impresión de experiencias pasadas; recuerdo; tendencia.

Samyag Darshan: Visión apropiada.

Samyag Jñana: Conocimiento de la Verdad.

Sankalpa: Pensamiento, deseo, imaginación.

Sannyasa: Voto de renuncia.

Sarvabhutahit: El bien de todos los seres.

Sarvavid: Aquél que todo lo sabe.

Satchidananda: Ser Absoluto que es Sat (Existencia), Chit (Conciencia) y Ananda (Felicidad).

Sattva, Rajas y Tamas: Cualidades de pureza, acción e inercia, respectivamente.

Sáttvico: Aquél que posee la cualidad de Sattva, pureza.

Satyam: Verdad, veracidad.

Saumya: Dulce, bueno.

Shama: Tranquilidad, control de la mente; calma mental; mantener a la mente en el corazón sin permitirle la exteriorización; constante erradicación de las tendencias mentales.

Shanti: Paz.

Shanti-patha: Conjunto de Mantras que se repiten con el fin de generar paz.

Shivaratri: Celebración de la Noche de Shiva.

Shodashakshara: Mantra de dieciséis sílabas.

Shri Vidya: Sistema de adoración a Dios como la Madre Divina o Shri.

Shrutis: Los Vedas; escrituras reveladas de los hindúes; aquello que ha sido oído.

Shuddha: Puro.

Siddha: Yogui perfecto.

Siddhi: Poder.

Smritis: Escrituras “recordadas” transmitidas por los sabios; las mismas contienen leyes y códigos de conducta.

Surya Mantra: Mantra de invocación a la Divinidad visible en el Sol.

Svadharm: El propio deber.

Svarupa: Naturaleza esencial.

Tapas: Acción purificatoria, austeridad, penitencia, sacrificio.

Tapasvin: Practicante de “tapas”, austeridad o sacrificio; asceta.

Tapasya: Acción purificatoria, austeridad, penitencia, sacrificio.

Tejas: Brillo o resplandor espiritual.

Titiksha: Resistencia a los pares de opuestos tales como calor-frío, placer-dolor, etc.

Trishna: Sed o deseo de objetos sensuales.

Turiya: Estado súper-consciente; el cuarto estado.

Tushnim Avastha: Estado de la mente en el que no hay atracción ni repulsión; estado silencioso.

Tushti: Contentamiento; satisfacción.

Tyaga: Renuncia.

Upanishads: Escrituras vedánticas que constituyen la última parte de los Vedas dedicada a la Verdad Suprema.

Uparati: Saciedad en el goce de objetos sensuales; absoluta calma, tranquilidad; renuncia.

Upasana: Adoración, contemplación o meditación en Dios.

Uttama Adhikari: Aspirante espiritual de primera clase.

Vairagya: Desapego.

Vasana: Tendencia, deseo.

Veda Angas: Auxiliares de los Vedas. Los Vedangas son seis: 1. *Shiksha*, ciencia de la articulación y pronunciación adecuada. 2. *Kalpa*, rituales y ceremonias. 3. *Vyakarana*, gramática. 4. *Nirukta*, explicación etimológica de las diferentes palabras védicas. 5. *Chhandas*, ciencia de la prosodia. 6. *Jyotisha*, astronomía.

Vedanta: El fin de los Vedas; escuela filosófica basada en los Upanishads.

Vichara: Indagación en la naturaleza del Ser, Brahman o la Verdad; reflexión siempre presente acerca del cómo y porqué de las cosas; inquisición en el significado real del Mahavakya “Tat-tvam-asi”; discernimiento entre lo Real y lo irreal.

Vikshepa: Inquietud mental.

Virat-Svarup: Dios en su aspecto cósmico o universal.

Virya: Energía vital; semen.

Vishaya: Objeto.

Viveka: Discernimiento entre lo Real y lo irreal, entre el Ser y el no Ser, entre lo permanente y lo transitorio; reflexión intuitiva correcta.

Vritti: Onda de pensamiento, modificación mental.

Vyadhi: Dolor o enfermedad que aflige al cuerpo.

Vyavahara: Actividad mundana; actividad relativa opuesta al Ser Absoluto; mundo fenoménico; relación mundana.

Yama-Niyama: Reglas de conducta ética y moral.