

Despertar a la Paz

Las Bases para la construcción de un mundo sin guerras

Conteniendo las 8 llaves para el desarrollo de la paz interior

SRI PREM BABA

INTRODUCCIÓN

Nada parece ser más urgente en este momento de la historia de nuestro planeta y de nuestra “humanidad” que aprender a crear, de forma práctica, la experiencia de la paz. Precisamos, como mínimo, comprender más profundamente qué es lo que impide la manifestación de esta experiencia, que es la meta de todo ser humano, y como transformar esos impedimentos.

Muchas veces nos deja atónitos e impotentes la constatación de que aquello que tanto deseamos evitar, la violencia que impera en el mundo en sus más diversas manifestaciones, comienza dentro de nosotros mismos. La mayoría de las veces somos inducidos a creer que la violencia sucede solamente en otros países, o en la casa vecina, y que es generada por terroristas, bandidos o personas de carácter dudoso. No paramos ni por un instante a reflexionar sobre el origen de esa violencia. Cuando más, nos valemos de estudios teóricos que se ocupan de entender a los otros. De esa forma, huimos de la posibilidad de constatar que somos co-creadores de esa violencia que tanto nos choca.

Estamos tan distantes de nosotros mismos, que no somos capaces de establecer una relación causa-efecto. Por algún motivo creemos que la indiferencia o la agresividad con que tratamos a nuestra esposa, nuestro marido, hijos, país, empleados, jefes, vecinos y todas las personas que componen nuestra red de relaciones no tienen nada que ver con la violencia del mundo. Estamos completamente condicionados para creer que es culpa de otro, sin darnos cuenta que ese juego de acusación, por sí solo, es causa de la violencia en el mundo y que esa “perturbación” o violencia “tan pequeña” generada en tu interior, es una de las fuentes de violencia y perturbación en el planeta.

No nos damos cuenta de que nos falta “humanidad” y, por lo tanto, “valores humanos”; que esa ausencia de nosotros mismos nos hace ver este mundo como un inmenso shopping center y que nuestra vida se convierte en apenas un hipnótico vicio de correr detrás del dinero y de alegrías pasajeras. Es esa ausencia lo que genera el miedo a la escasez, y en consecuencia, la agitación interna –ansiedad, angustia, irritación- y nosotros, en nuestra falta de autoconocimiento, no consideramos que ésta sea, también, una forma de violencia.

Encuentra la paz dentro de ti y te transformarás en un agente diseminador de la paz en el mundo.

La Paz es la más elevada de las virtudes.

Es el ansia secreta de todos los seres. Felicidad y Paz.

Y la Paz no se opone a nada ni a nadie.

Es una aceptación profunda de aquello que es.

La Paz nace de la entrega de todos los problemas a Dios...

Nace cuando tú te retiras del control de la vida y permites que la vida te lleve,

o sea,

Nace de un profundo confiar...

PRIMERA PARTE

Capítulo 1

Autoconocimiento, el ABC de la Paz

Cierta vez escuché algo que me chocó profundamente.... Yo era aún joven y recién había ingresado en una escuela de autoconocimiento en busca de la tan soñada felicidad. En aquella época yo creía que la felicidad llegaría si yo conseguía enamorar a las mujeres y tener el dinero que deseaba. Ah! Claro, si yo fuese importante, ¡MUY IMPORTANTE! Fue entonces cuando escuché la siguiente afirmación:

“El hombre que se autodenomina ser humano, en verdad es nada más que un humanoide, un bípedo tricerebrado, equivocadamente llamado hombre, y, desde donde está, no es capaz de saber lo que es bueno para él. Cree que conseguirá la felicidad si consigue esto o aquello, pero es aún inmaduro para saber que la felicidad, es la paz en el corazón y en la mente.”

¿Cómo era posible? ¿Estaba acaso hablando conmigo? Hay varias personas aquí en la sala... pero no me debo engañar... El está ¡hablando conmigo!

Pucha... como me incomodó escuchar eso... nada menos que yo, que me consideraba “tan hombre”... tan “ser humano”... “tan maduro”... Todo bien, que infeliz, perdido, mas...

La incomodidad fue de gran valor. Me abrió la puerta al salón de la verdad. Poco a poco me coloqué en el camino de conocerme a mi mismo.

Demoró mucho, de cualquier forma, para que yo pudiese aceptar esta VERDAD y comprender el significado de palabras tan sabias. Demoró hasta que yo pudiese comprender que, en lo más profundo, lo que yo buscaba por medio de la realización de la vida material, era ser amado. Demoró más aún para que yo descubriera que esto que yo quería tanto –ser amado- solo sucedería cuando el amor estuviera fluyendo desde mí con abundancia. Demoró hasta yo percibiera que no era solo mi objetivo, sino mas bien el objetivo de toda la humanidad; que este planeta aquí, que llamamos Tierra, es una escuela de amor consciente y que el final del camino es amar a la Tierra y a todos sus hijos; y que ese amor es un disolvente universal para todos los males y sufrimientos, el agente liberador, que promueve la Felicidad y es la Paz.

Sin embargo, para llegar a ese estado de amor maduro y consciente, es necesario purificar y transformar capas y capas de ignorancia, acumuladas a lo largo de la existencia. Una ignorancia

reeditada a golpes de exclusión, de abandono, de rechazo, que crean y recrean imágenes, creencias, que actúan como distorsiones y mas distorsiones de la verdad y hacen que la persona crea o finja ser algo que no es para, por medio de esa idealización, conseguir su objetivo, que es, en síntesis, el forzar a otro a amarla. Culparla cuando esto no sucede, y así, tener mucho de que ocuparse. En otras palabras, un resumen de la ópera de la vida, termina siendo: forzar a otro a darte lo que quieres, en el momento que lo quieres, como lo quieres, y pelear mucho para lograr lo que es irrealizable: ser amado exclusivamente. Por lo tanto, crear varias oportunidades de distraerte mucho tiempo, de perder bastante tiempo, y así siempre, o sea, andar por la mano contraria. O sea, si el objetivo de la escuela o del curso y también del remedio es AMAR... y lo que yo quiero es SER AMADO... demoró tiempo para que yo descubriera que estaba a contramano de la felicidad y muy lejos de la Paz.

RECONOCER QUE ESTAMOS A CONTRAMANO DE LA PAZ
ES EL PRIMER PASO PARA APROXIMARSE A LA PAZ

Demoró también para que yo descubra que no hay nada de malo en la realización material; pero que ella es solamente una pequeña parte del viaje – ella no proporciona la PAZ.

LA PAZ SOLO LLEGA CUANDO TU TE SIENTES PARTE DEL TODO,
CUANDO TE SIENTES PERTENECIENDO, CUANDO OCUPAS TU LUGAR EN EL MUNDO.
EN OTRAS PALABRAS,
CUANDO LA GOTA DE AGUA SE ACUERDA QUE ES OCÉANO Y SE PERMITE VOLVER A EL.

Mas eso sólo es posible cuando te desprendes de la necesidad infantil de ser amado con exclusividad para dar paso a tu verdadera naturaleza, que es darse al otro. Esto significa que la paz se manifiesta CUANDO TU AMAS CONCIENTEMENTE.

¡Pucha! Como agradezco aquellas palabras. Fue como una espada para este orgullo tan antiguo. Orgullo que me hacía creer ser algo que no tenía nada que ver conmigo. Qué ironía... Orgullo que me impedía ver y aceptar que la perfección divina solo es posible cuando se aceptan las imperfecciones humanas.... Inclusive, poder admitir que no se ama. Más que esto: no sólo que no se ama, sino que tal vez, ni sabía lo que es el amor... Descubrí que el ser humano es muy displicente en el uso de esa palabra. Ella es utilizada para designar cosas que nada tienen que ver con ella. Se utiliza la palabra amor como sinónimo de carencia, de sexo, de dependencia, de apego. A veces el amor es confundido hasta con el odio.

¿Cómo es eso?

Así es. Lo que estás sintiendo por el otro es odio. Pero, como aprendiste desde chico que es malo expresar sentimientos negativos, tú lo escondes usando la máscara del amoroso. Máscara de amor no es amor. Basta con que el otro no haga lo que quieres para que se revele lo que está por detrás de la máscara. Es eso lo que lleva a una persona a llegar al extremo del autoengaño y creer que mató por amor. Es horroroso, pero es verdad.

EL AMOR ES CONFUNDIDO CON EL MÁS PROFUNDO EGOISMO

Sólo cuando se es capaz de ir más allá del orgullo, de la obstinación y del miedo, es que se puede admitir el dolor que está por detrás de todas esas capas de protección –o máscaras- y también el YO real y amoroso que está por detrás de todo.

Hoy, más viejo y más maduro, más maduro, claro, después de vivir, de permitirme la experiencia de la vida, concluyo algunas cosas:

La Paz llega de a poco. En la misma medida en que la “verdad” se va manifestando en tu vida. Me refiero a la verdad en el sentido en que en Oriente llamamos Saccha o verdad irrefutable. Aquello que ES. Es lo que está después de remover todas las creencias, juicios, conceptos y preconceptos; cuando sintonizas tu mente con el momento presente. Entonces, naturalmente, pasas a manifestar VALORES HUMANOS y es solo cuando el hombre puede manifestar VALORES HUMANOS que puede ser llamado SER HUMANO. Antes de eso, no es diferente de un salvaje luchando por la sobrevivencia; matando para comer.

Y si se trata de un ABC, tal vez sea oportuno tratar estas cuestiones. Pero es claro que si hay algo que debe ser dicho: lo primero es que MAS ALLA DE TODAS LAS SOMBRAS, IMÁGENES O APARIENCIAS, TU ERES UNA MANIFESTACION DEL AMOR DIVINO, UN RAYO DE LUZ. LA PAZ ES UNA CONSECUENCIA DE LA PERCEPCIÓN DE ESTA VERDAD. “LA VERDAD ES DIOS Y DIOS ES EL VERDADERO HOMBRE”

Lo segundo es que TÚ TE PUEDES APROXIMAR VIGOROSAMENTE A ESTA VERDAD.

El rey ignorancia, que está sentado en el trono de la consciencia, puede y debe ser destronado. La sagrada sabiduría debe volver a ocupar su lugar.

Con el pasar del tiempo pude descubrir o percibir que existen LLAVES que abren las puertas de la comprensión y que nos conducen a la experiencia de la PAZ. Pero antes de hablar sobre las LLAVES quisiera hacer algunas otras reflexiones que considero importantes.

OBSERVACIONES SOBRE EL CAPITULO 1

Observación 1:

El hombre moderno, con todos sus avances, con toda la tecnología y la intelectualidad, pero que manifiesta VALORES HUMANOS, no es diferente del salvaje, que mata para comer. Es peor, porque tiene el intelecto, desarrollado con una inmensa base de datos a su disposición para incrementar sus disputas, su competencia, su “sobrevivencia”, su “juego de sufrimiento y destrucción”. Destrucción de sí mismo y de la vida a su alrededor. ¡Ciego por la necesidad de tener para aliviar la profunda marca dejada en su pecho por el miedo a la escasez, restringe su potencial inherente de amor y paz! Pasa la vida apegado a aquello que le proporciona una alegría

momentánea intentando evitar lo que le causa dolor, creyendo saber qué es lo que es bueno para sí mismo y para otros.

Después de mucho observar, siento que esta idea de YO es la raíz de la ignorancia que genera todo tipo de violencia y sufrimiento en este mundo. El olvido de sí mismo y de los valores inherentes a la vida humana, como el amor, la ética, la no-violencia, la verdad y la paz, abortó el potencial humano y hacen del hombre un toro, corriendo detrás de la felicidad que está aquí y ahora. Así, si tuviese que elegir cual es el principal veneno que impide la manifestación de la Pa, diría que es el egoísmo, de él nace el deseo o la aversión que provocan agitación en la mente. La eliminación de esta perturbación, de forma definitiva, solo es posible con la eliminación de los factores que la causan, o sea con la eliminación de los apegos –deseos y aversiones- y de su generador, el egoísmo. Para eso es necesario dominar la mente para, entonces, librarse de ella.

Observación 2:

¿Qué ES LO QUE HAY POR DETRÁS DEL EGOISMO?

¡MIEDO! Un profundo no-confiar. Un sentimiento de falta, de inadecuación, de impotencia. ¿Y de donde viene eso? De la ilusión de separación, que hace que la entidad humana se sienta sola en el mundo. Sola y desamparada. Biográficamente esa marca se reedita desde los primeros meses de vida, en la relación con la madre, cuando el bebé se siente sin dominio de aquello que representa su mundo. Está rodeado por la ilusión de separación de Dios. Es así: TODO SUFRIMIENTO ES PRODUCTO DE LA ILUSIÓN DE SEPARACIÓN. EL PRODUCTO DE ESA ILUSIÓN ES A SU VEZ UNA ILUSIÓN. EL SUFRIMIENTO ES UNA GRAN ILUSIÓN QUE TU CREES QUE ES VERDADERA.

Estoy diciendo que, en lo más profundo, el sufrimiento es generado por los deseos y las aversiones. ¿Cómo entender mejor el deseo? En otras palabras, el deseo es un querer. Este querer nace de la falsa idea de que hay algo que falta. Esta “carencia”, generalizada en toda la humanidad, nace de la propia identificación con la forma, que nos hace tener una falsa idea de separación. Entonces, ese sentimiento de falta o carencia (y aún más, de insuficiencia o impotencia) es una cuestión de identidad. Tú crees que tú eres tu ego –tu cuerpo, tu nombre, tu historia.... Eso es lo que te hace sentir solo e incompleto. Y por eso es lo que desea esto o aquello para agregarle valor a la idea de tu ego. Porque crees que si lograras tener esto o aquello se cubrirá el vacío, se eliminará la carencia. Pero eso sucede sólo por instantes.

Al conquistar el objeto deseado, te sientes completo, tu mente momentáneamente abandona la búsqueda, se vuelve al presente, y tienes la experiencia de la felicidad. Sin embargo, como dije antes, ese sentimiento de completitud es solamente momentáneo. En algún lugar de tu mundo interno tú crees que solo serás feliz si logras satisfacer otro y otro y otro deseo más, y eso no tiene fin, porque estás intentando tapar el sol con un tamiz.

Estoy diciendo que esta identidad basada en la forma, es falsa. Por más que creas en ella, tú no eres tu cuerpo, ni tu nombre, ni tu historia. Tú eres lo eterno. Olvidarte de esta verdad es lo que

te lleva a identificarte con el ego y lo que por lo tanto, genera el miedo de perder lo que no existe; y te hace pasar la vida intentando agregarle valor a esa idea siempre incompleta de tu ego.

Observación 3:

O BIEN ACTÚAS A PARTIR DEL AMOR Y ENCUENTRAS LA PAZ

O ACTÚAS A PARTIR DEL MIEDO Y ENCUENTRAS EL SUFRIMIENTO

Observación 4:

LAS CONSECUENCIAS DE ACTUAR SOBRE LA BASE DEL EGOISMO

La primera consecuencia es que tú no ves al otro. Eres incapaz de sacar tu atención de tu propio ombligo. Siempre que te mueves en dirección a otro es para satisfacer alguna necesidad personal (egoica). Y la consecuencia directa de eso es la soledad y una profunda insatisfacción que alguno perciben, otros no, porque se adormecen con la comida, el sexo y la búsqueda de dinero.

No hay intimidad en tus relaciones. Apenas hay superficies que se relacionan con superficies. No hay un centro encontrando otro centro. Por más que eso quede en el inconsciente, hay una parcela consciente que sabe de esas motivaciones egoístas y siente vergüenza y a veces se rebela.

Imagine las múltiples reacciones que se manifiestan en toda su red de relaciones, inclusive más allá del plano personal –amigos, vecinos, trabajo. Visualice este juego de destrucción manifestado en las corporaciones, en la política y en todo el medio social. Mire también su principal consecuencia –y la más dañosa- que es el mecanismo de defensa que niega esas actitudes y culpa al otro por el sufrimiento generado por uno mismo.

Ese juego de acusaciones es insidioso y se manifiesta en todas las capas de la vida humana: una persona culpa a otra y no asume responsabilidad por su propia autodestrucción. Esta es una gran barrera para el restablecimiento de la paz.

LA PAZ SE REVELA A PARTIR DE LA AUTO-RESPONSABILIDAD

Para eso, bucea dentro tuyo para encontrarte. La auto-responsabilidad es una consecuencia del auto-conocimiento. Encontrando la paz dentro tuyo, ella se manifestará a tu alrededor. Conscientemente compártela con la humanidad. Este es tu destino. Y escapar de este destino es lo que te produce insatisfacción y amargura.

*El verdadero altruismo es una inmensa puerta abierta
a la felicidad y a la paz.*

*El egoísmo restringe tu capacidad de amar, de unirte, de sentir que perteneces,
y por lo tanto impide que sientas la felicidad y, consecuentemente, la paz.*

*Convertirse en un hilo de la corriente de Paz:
del egoísmo al auténtico altruismo.*

Aprendí en esta escuela otra enseñanza profunda: cuando tú quieres la felicidad o la paz solo para ti mismo, no se manifestará. Y si sucede, será siempre pasajero. Al alcanzar una meta egoísta te invade una alegría pasajera, que luego se disipa. La única posibilidad de vivenciar la felicidad y de establecer la paz es convirtiéndose en un hilo de la corriente y transmitiendo a los demás las bendiciones que tú has recibido. Todo lo que Dios da, debe ser transmitido. Al convertirte en un canal de la manifestación divina, que es alegría y es paz, tú manifiestas constantemente alegría y paz.

- ¡Pero yo soy muy agradable!

Tú sabes que no estoy hablando de eso. Amor forzado no es amor. Hacer el bien movido por el sentido del deber, por obligación, es un mal tan grande como actuar cruelmente en relación al otro. Se trata de un truco de la mente, que usa la máscara del sumiso, del débil, del caritativo para manipular a otro. Esa “caridad” termina siendo muy cara.

Me refiero al verdadero altruismo, que brota de tu corazón desbordante de amor. Ese altruismo nace de la compasión y LA COMPASIÓN COMIENZA A EXPRESARSE EN TU SER CUANDO PUEDES RECONOCER Y AGRADECER LOS DONES QUE RECIBISTE DE DIOS.

Todo ser humano, sin excepción, recibió algún don especial, alguna bendición que puede manifestar de diferentes formas. Por ejemplo: puedes haber recibido la bendición de una relación madura, amable; puedes haber recibido la bendición de una vida financiera próspera; una actuación profesional feliz; y así en todos los campos. Todos recibimos presentes para que sean distribuidos y compartidos con el mundo.

Es momento de cambiar el foco de tu visión, que puede estar concentrada en aquello que está faltando para pasar a focalizarte en aquello que ya tienes –y que probablemente debes tener en abundancia. Hay que liberarse de los sentimientos negativos que te entrelazan en esa visión de lo que falta, tales como: envidia, celos, rabia, sentimientos de injusticia y muchos otros de esta naturaleza, y hay que reconocer tus talentos naturales, permitiéndote agradecer por haber sido bendecido con ellos. Al inicio puede sonar un poco falso.

Tal vez no sea fácil aceptar lo bueno y reconocer tu valor real, si durante mucho tiempo te has sentido una víctima, un olvidado de Dios. Pero continúa firmemente en tu propósito de ver lo bueno y reconocer las bendiciones que has recibido; permítete estar agradecido por eso. Entonces, utiliza la oración y con honestidad máxima pregúntate cómo puedes convertirte en un hilo de la cadena de la vida, y retribuir por aquello que recibiste. ¿Cómo es que puedes compartir los dones y regalos que recibiste con tu mundo? Al practicar este ejercicio estarás entrando en armonía con la propuesta de la vida. Inevitablemente el resultado de estar en armonía con el flujo cósmico es la experiencia de la alegría, del contentamiento.

Estarás, entonces, realizando la gran transición: del egocentrismo al altruismo. Estarás practicando lo que el Señor Krishna enseñó hace millares de años a su discípulo Arjuna, como una forma de alcanzar la meta final: renunciar al fruto de las acciones, en otras palabras, abrirse al amor.

Permítete realizar el siguiente ejercicio:

Pregúntate a ti mismo: ¿Cuál o cuáles son los dones y regalos que yo traigo? No cedas a la voz de tu ego inferior que dice que no recibiste nada, o que nada tiene valor, o que nada hay que pueda servirle a otro. Oír esas voces quizás puedan ayudarte en el proceso del autoconocimiento, en el que sí debes reconocer las creencias limitadoras y que te paralizan. Pero en este momento no les prestes atención, en el sentido de pensar que esa sea tu realidad final, porque no lo es. Son apenas creencias, nacidas de imágenes, de concepciones erróneas introducidas en tu mente, o sea, condicionamientos que limitan tu potencial.

Tú recibes y has recibido muchas cosas buenas. Recibiste y continúas recibiendo dones y regalos para que puedan ser compartidos con el mundo. ¿Cuáles son los tuyos? Cierra los ojos, respira suave y profundamente y deja que el Maestro que hay en ti responda. Brete para recibir las verdades. Anota las respuestas. Puede ser que descubras que tu don es algo bien simple. Bien diferente de aquello que a tu ego le gustaría que fuese. El ego siempre se apoya en aquello que está afuera. El otro es la referencia. En este momento, olvídate del otro. No te preocupes si tu don no es bonito a los ojos de otros –según tu pensamiento- o que es inferior al don de otro – también según tu juicio. Simplemente acepta la respuesta.

Continúa el ejercicio haciendo una oración a Dios, que es la inteligencia creadora, que está en todo y en todos, que actúa en ti y a través de ti (Iniciando con la pregunta: ¿Cuáles son los dones y regalos que yo traigo?). Si te facilita, visualiza una llama de luz azul celeste vibrante y radiante en el centro de tu pecho, Luz que representa el Maestro, el Cristo interior, el Buda interior, o el Yo Superior, el Yo Real, o simplemente Dios, y dialoga con la Divinidad.

Aquello que viniste a hacer lleno de entusiasmo. Lo que no haces por dinero, sino por placer. Así, cuando todo lo que haces está bien hecho, lleno de amor y de presencia, inevitablemente, la ley del retorno se acciona y te da todo lo que necesitas. Tal vez descubras que tu don es hacer teatro o música o, quien sabe, hacer pochoclo o cuidar de un jardín... o quizás administrar una empresa... Sea lo que fuere, hazlo a partir de la conciencia del servicio.

OBSERVACIONES SOBRE EL CAPÍTULO 2

Observación 1:

Si tú te consideras compasivo y altruista y no experimentas felicidad y paz, probablemente te estás engañando; no te dices la verdad a ti mismo. Si observas mejor encontrarás los intereses por detrás de las “buenas” acciones.

Observación 2:

Utilicé muchas veces la expresión “Dios”, “ser el canal de Dios” o cosas así. Pero no puedo dejar de decir que esa palabra también fue tremendamente desvirtuada en su dignificado. Aquello que tu intelecto o tu mente consciente entiendo que es Dios a veces no tiene nada que ver con lo que dice tu inconsciente. Para que puedas hacer un uso adecuado de esa palabra y moverte verdaderamente en dirección a Dios, primeramente toma conciencia de lo que SIENTES en relación a Dios, aun cuando eso sea contradictorio con aquello que PIENSAS sobre Dios. Tal vez te sorprendas. Normalmente lo que sientes sobre Dios es un desdoblamiento de lo que sentiste por tus padres o por las figuras de autoridad que te educaron. Si esas figuras fueron hostiles o benignas, así será la IMAGEN que tú tienes de Dios.

Todo niño fue reprimido en la expresión de su placer –muchas veces por su propio bien, pero es claro que muchas otras veces por la ignorancia de los padres, bajo la forma de miedo, egoísmo, cosas de género- y tú asociaste la figura represora, que te prohibió el placer, a la figura de Dios.

Los padres representan la autoridad sobre la vida del niño, y Dios es la representación de la autoridad máxima. Es natural la proyección de la autoridad negativa a Dios. Además de asociarlo a todo lo que escuchaste sobre “El” en todas las Iglesias por las que pasaste. Tanto el fanatismo como el ateísmo nacen de esas proyecciones, o sea, es por esas imágenes que tu cargas en tu mente el respeto a Dios. Pero recuerda que la imagen es sólo un reflejo distorsionado de la realidad. Es bien probable que la imagen que tienes de Dios NO TENGA NADA QUE VER CON DIOS.

El comentario que hice respecto a las distorsiones de la palabra amor, también se aplican a la palabra Dios. Generalmente ella expresa a un ser inaccesible, que está afuera –bien lejos- allá en el cielo, pero que tiene el poder de verte donde quiera que te encuentres, para controlarte; para ver el tamaño del pecado que estás cometiendo. Este Dios es más que un monstruo, es un gran demonio. SOLAMENTE PODRÁS APROXIMARTE AL VERDADERO DIOS CUANDO TE LIBERES DE ESAS IMÁGENES DE EL. DIOS ES LA VIDA ÚNICA, LA INTELIGENCIA CREADORA QUE FLUYE EN TI, A TRAVES DE TI Y EN TODO LO QUE ESTÁ VIVO. ES TU YO REAL. DIOS ES AMOR. POR ESO, LLEGAS A LA PAZ CUANDO LLEGAS A DIOS, CUANDO LLEGAS AL YO REAL, AL AMOR.

Observación 3:

EL PODER DE LA ORACIÓN

Tal vez ya hayas llegado a la comprensión de que es “humanamente” imposible promover los cambios internos solamente por medio de la fuerza de voluntad consciente. El ser humano, con su ego consciente, es incapaz de realizar semejante transformación. Tal vez ya estés suficientemente despierto como para comprender que el Orgullo es uno de los principales obstáculos para la realización. Un quantum de humildad es necesaria para aceptar que, sin el auxilio Divino, nada se moverá de su lugar.

- Pero tú acabas de decir que Dios está en mí y actúa a través de mí.... ¿cómo es eso?

Si, Dios es tu Yo Real o Yo Superior. O más bien tu SER. Mientras tanto, en este estadio evolutivo, tú te identificas con tu Yo Inferior o con la máscara. Cuando digo “tú” me refiero a esa partícula de consciencia que siente la voluntad de cambiar, que consigue moverse en la dirección de este mensaje. Llamo a esta partícula del ego consciente que es la manifestación del Yo Superior más próxima y perceptible, pero no todavía, de ninguna manera, El en toda su refulgencia y gloria. Sin embargo, es este yo consciente el que realiza la gran obra. Es él quien identifica las varias partículas de personalidad dividida (el yo inferior o la máscara) y se identifica con el Yo Superior, disolviéndose en ÉL. Eso sucede solo cuando el yo consciente está suficientemente fortalecido; cuando aprendió a superar las frustraciones y a llegar a acuerdos con los deseos. En este estadio, está preparado para abrirle espacio a la humildad, que trae la sagrada comprensión de que la propia idea de individualidad es producto de la ignorancia. Entonces, la parte que se encuentra separada reza a la totalidad. El Ego Consciente le reza al Yo Superior en cualquiera de sus infinitas formas. A estas alturas, creo que rezar para que la divinidad te otorgue esto o aquello es una pequeñez. Creo que la oración debe ser siempre para conocerse. Cuando tú seas tú, tendrás todo. Hoy tú no sabes lo que es bueno para ti. Entonces, está claro que la oración debe ser para que seas consciente de aquello que aún eres inconsciente.

Mencioné varias veces que el primer paso hacia la luz, es reconocer la ignorancia. Así, pida poder ver esa ignorancia para poder salir de ella. Este pedido tiene que salir de tu consciencia. Los espíritus de la Orden Divina, o manifestaciones del Yo Superior, no pueden jamás forzar cualquier situación. Ellos sólo pueden ayudar, jamás forzar. Tú debes dar los primeros pasos. La verdad revela que Dios está siempre esperándote, porque EL es tu última realidad. Es necesario que despiertes lo suficiente de este juego de lujuria y apego, para entonces querer despertar completamente.

Siento que la oración debe ser, en primer lugar, un pedido para que salga a la superficie todo aquello que aún está oculto en tu personalidad y que te impide manifestar la paz. Pide poder ver tu responsabilidad siempre que te encuentres estancado con alguien. Pide poder ver, comprométete a querer ver, por más que eso hiera tu vanidad. Si pides en verdad, por la Verdad, inmediatamente la verdad de Dios se revela. Esta oración prepara el camino para que puedas, entonces, verdaderamente rezar por la comunión, o sea, pedir transformarte en uno con la Divinidad: QUE YO SEA UNO CONTIGO. QUE LA OLA PUEDA DISOLVERSE EN EL OCÉANO.

Después de eso, si quieres pedir cualquier otra cosa, hazlo a voluntad –pedir por alguien, o hasta alguna cosa material que estés queriendo-, pero no te olvides que eso es todavía negociación. No quieras huir del sufrimiento. No quieras a Dios para huir del sufrimiento. Eso es muy vulgar. Te acuerdas de Dios sólo cuando estás afligido y luego que eres atendido, te olvidas. A Dios no le cabe otro lugar que no sea el primero. Busca por amor a EL, porque ya puedes entender que DIOS ES LA UNICA REALIDAD.

El silencio es fundamental para crear el campo de la oración. Procura aquietarte y entonces sintoniza tu mente con lo Divino, di tu oración y vuelve al silencio. Las respuestas podrán venir en este espacio de silencio o en otro cualquiera. Mantente alerta para percibir las señales o la sincronidad, ya que la sincronidad es el lenguaje de la existencia. Es así que Dios habla contigo. ¿Pero cómo sabes que Dios te respondió? ¿Cómo sabes que accediste al Yo real? Cuando llega la respuesta. Es muy obvio, ¡pero es así! Cuando tú superas la resistencia siempre presente, el NO a Dios siempre presente (sea por las imágenes que crea tu mente o por tu imposibilidad de sustentar el placer, tu energía vital se engancha con esa negatividad), experimentas un flujo de sabiduría que responde a todas tus dudas. SIENTO QUE LA MANIFESTACIÓN DIVINA MAS CLARA ES LA ALEGRÍA. LA ALEGRÍA ES LA OTRA CARA DE LA PAZ, QUE ES UNA MANIFESTACIÓN DIVINA.

Por otro lado, tú puedes decir:

¡LO QUE PASA ES QUE MIENTRAS MAS REZO, MAS SOMBRAS APARECEN!

Este es un dicho popular que tiene su parte de verdad. Es como un cuarto oscuro que permaneció cerrado durante mucho tiempo. Un cuarto donde había muchas cosas viejas guardadas, a veces lleno de polvo y hasta con bichos venenosos. Cuando tú abres la ventana, la luz que entra deja que toda la realidad allí presente se vea. Necesitarás hacer una gran limpieza. No te desanimes por eso. Al contrario, agradece la oportunidad de ver, porque es obvio que en un momento u otro, puede ser que una rata o una cucaracha invadan otros recintos de la casa. Es obvio también que el mal olor y la energía negativa, originados en ese estancamiento, afecte todo y a todos a su alrededor. Tener acceso a la verdad es siempre una bendición. Por más desagradable que sea.

Continúa con tus oraciones. En síntesis la oración es para ampliar tu coeficiente de luz. Siempre digo que: NO IMPORTA DONDE ESTÉS NI CUÁL SEA TU SITUACIÓN, LLAMA A DIOS Y ÉL ACUDIRÁ. DIOS ES TU MEJOR AMIGO.

Y esto puede hacerse también sin diálogo. La oración perfecta es la que yo llamo de auto-observación. Se trata de un proceso de enfrentamiento a sí mismo o de revelación de la verdad de sí mismo. El diálogo puede ayudarte si no estás regateando con Dios; si no estás “adulando” esto que tu llamas Dios (que tal vez sea solamente una proyección de tu padre o tu madre negativos) para conseguir aquello que tú crees que precisas, o sea, la víctima orando a quien lo abandona o intimida.

Mas, hablando de la oración en forma de diálogo, no puedo dejar de mencionar un ejemplo que me toca profundamente. Soy parte de un linaje espiritual que trabaja para realizar un “Sankalpa” o promesa que está dividida en cinco ítems.

El segundo ítem del Sankalpa es la REMOCIÓN DEL VELO DE LAS TENDENCIAS MALICIOSAS, entendiendo el velo como todas las máscaras y manifestaciones del yo inferior, que son creaciones de la mente humana, esto es, la ilusión cósmica –Maya- manifestada en forma de dualidad.

Mi amado Gurují, o maestro espiritual, al explicarme este segundo ítem del Sankalpa expresó una oración que así me enseña:

“Removiendo el velo de las tendencias maliciosas.

O Señor remueve de mí el velo de las tendencias maliciosas. No soy poderoso, pero estoy conectado a ti, que eres omnipotente y establecí mi unicidad contigo. Tu luz entra en mí y yo recibo tu Sabiduría. Mi naturaleza inferior –ira, deseo, avaricia, envidia y apego- desaparecen automáticamente frente a la luz de tu Sabiduría. No tengo que removerla ni destruirla. Tú, en ti mismo, eres el Testimonio de mi deseo, ira o avaricia. El día en que tu mirar descienda sobre mí, el mismo día en que tú comiences a mirarme, mi naturaleza inferior y mis limitaciones humanas serán transformadas a través de ti y serán transformadas en naturaleza divina.” “Estoy apenas esperando que me mires. Preciso solamente que llegues hasta mí y me aceptes. Tú te conviertes en mi testimonio. Que tus cualidades, tu naturaleza, me invadan. Estoy cubierto por el velo de la ignorancia y en este juego de mi naturaleza inferior, no puedo verte. Estoy imposibilitado de acceder a ti porque las paredes de este velo son tan gruesas... No puedo quebrarlas. Para ti, Señor, eso es un juego. Es un trabajo solo por un momento. Para ti no hay velo y tú no tienes limitaciones. Mi transformación está en tus manos. Mi destino es un juguete en tus manos. Sé bondadoso conmigo, ten compasión por mí. Ven hacia mí donde quiera que yo esté. Traspasa ese velo. Estos son obstáculos para mí, estoy desamparado. Para ti ese velo no existe. Con apenas una señal tuya, mi naturaleza inferior se transforma en tu naturaleza. Ya estoy hartado, hartado de este juego de ignorancia. Estoy cubierto por esto desde hace ya mucho tiempo. Estoy impotentemente arruinado dentro de esto. Estoy ansioso por encontrarte, me esfuerzo a cada momento. Es por eso que por miles y miles de vidas voy girando en este círculo de ignorancia. Mi objetivo eres tú. Estoy buscándote. Estoy buscándote. Tú sabes muy bien esto. Tú también conoces mi impotencia. Después de hacer millones de esfuerzos no consigo salir de este círculo. De mi sentimiento de ansiedad, donde quiera que yo vaya, me siento rodeado de este círculo de ignorancia. Oh Señor protégeme, sálvame, hazme uno solo contigo. Haga que yo deje de soñar. Llévame hacia ti. Estoy cansado de luchar. Yo entiendo mis limitaciones. Por mucho tiempo he estado luchando. Oí decir que tú estás lleno de compasión, de bondad y que el perdón es tu naturaleza. Dame eso es tu objetivo, entonces, ¿cómo puedo estar sin

eso? Oh Señor, Creador, mi individualidad es producto de la oscuridad de la ignorancia. Tú eres un rayo de Luz. Una vislumbre de ti tiene el poder de destruir la oscuridad de la ignorancia. Oh Señor mi ilusión es creada sólo por ti. Dime: ¿es posible destruirla a través de mi propio esfuerzo? Oh Señor, no me pruebes más. ¡Quiebra en pedazos esta corriente de ilusión de muchas vidas!

Oh Señor, el crecimiento de esta ignorancia y el mundo del disparate sucede por las acciones de muchas vidas. Yo mismo estoy creando esta cadena. ¿Cómo puede este "Yo" existir sin Ti? Oh Señor, ésta es mi ignorancia. Oh Señor solamente a través de tu gracia es posible destruir este velo de ignorancia y de diferencia. Ese velo de ignorancia puede ser hecho cenizas a través de tu conocimiento, solamente con tu mirada."

"Esta oración no es para la destrucción de la ignorancia sino para recibir conocimiento. En el momento que el conocimiento llega percibimos que la ignorancia no existe. Entonces no es cuestión de un velo, ni de tendencias maliciosas".

En la segunda parte de la oración, Saccha Baba ve la fuente de Sabiduría y conoce la realidad de la Verdad. El dice: "Oh Señor, dame tu Sabiduría y la luz de la Devoción, destruye el velo de las tendencias maliciosas". Entonces el canta: "Señor Sol, oh Sol, dador de la luz de la realización de Dios, ven descende hasta mi nivel y conviértete en uno conmigo".

"En el Sankalpa, al convertirse uno con el Dios Absoluto, la ignorancia se disuelve. Se considera que el Conocimiento encarna en la forma del Dios Absoluto. Existen dos caminos bien conocidos para que un ser humano se pueda elevar. De acuerdo con los pensamientos expresos en el Sankalpa, si el individuo se puede expandir más allá de sus limitaciones y se torna uno con lo ilimitado, entonces puede ser transformado y comprender a dios. Entre tanto, si el ser humano quiere hacer eso solo por medio de sus propios esfuerzos, esa transformación espiritual llevará mucho tiempo y será muy difícil.

El otro camino ofrecido por Saccha Baba enseña una práctica para despertar a los seres humanos basada en el conocimiento de que Dios, por sí mismo, es el creador de los obstáculos, que llegan bajo la forma de ignorancia. Así, el camino más fácil para disolverlos es llamar a Dios. A través del llamamiento, Dios viene y la ignorancia se va. De una forma natural, ellos son transformados en divinidad y luz.

Esto es un ejemplo de lo que puede ser hecho, hasta que tú no precises más dialogar con la divinidad, porque ya no existe distancia entre tú y ella. Tú revelaste tu divinidad. Entonces, orar es comulgar con el viento y con las flores; es simplemente estar presente.

Todo el conocimiento adquirido a lo largo de la vida será devuelto a la tierra junto con tu cuerpo, si no es transformado en sabiduría.

El agente alquímico capaz de realizar este milagro, es la práctica. Más vale una hora de práctica que mil libros leídos. La teoría sirve sólo para preparar el campo para la experiencia.

Las 8 llaves de oro

para el desarrollo de la Paz interior

¿CÓMO COMENZAR?

& Primera llave: EL SILENCIO

EL SILENCIO ES LA ELOCUCIÓN DE DIOS.

Todo comienza con el SILENCIO.

Es por medio del SILENCIO Y SÓLO POR MEDIO DEL SILENCIO, que puedes comenzar a escuchar la voz de Dios, que te indica la dirección hacia la PAZ.

Experimenta quedarte solo en un aposento, sentado confortablemente y, por algunos minutos, permítete a ti mismo desprenderte de todos los problemas y preocupaciones. Si fuera posible, alinea tu postura de forma que la cabeza sea una prolongación de tu columna. Puedes sentarte en el suelo o en una silla, el lugar no es tan importante; lo que es importante es que te sientas cómodo. Desconéctate del mundo: nada de información que venga desde afuera, ni siquiera uses música. Experimenta quedarte quieto contigo mismo. Los ojos son las ventanas de la mente, por lo tanto, cierra los ojos. Respira suave y profundamente. En este primer momento la respiración es consciente, pero, poco a poco, deja de preocuparte por ella. Permite apenas que acontezca naturalmente y observa lo que pasa por detrás de tus ojos cerrados. Observa, como si estuvieras mirando una película. Esta película puede desarrollarse en la forma de imágenes o de diálogos internos, emociones o sensaciones, o bien todo eso junto. Observa todo con desapego. Evita juzgar. No retengas nada, ni siquiera una buena idea. Deja que todo pase, así como el cielo observa las nubes que pasan. A veces las nubes son claras, a veces oscuras, y el cielo simplemente observa. Tú eres el cielo y todo lo que ocurre en tu mente –pensamientos, emociones, y sensaciones- son nubes. No te identifiques. ---y si sucede que te identificas, es decir cuando te encuentras dialogando internamente, creyendo que eres una nube, respira profunda y prolongadamente y comienza de nuevo el proceso que acabo de describir. En otras palabras; no persigas tus pensamientos; evita cualquier conversación. Apenas observa la respiración. Comienza dedicando 15 minutos de tu mañana y 15 minutos de tu tarde a este ejercicio. Hasta que poco a poco puedas prolongar el tiempo hasta una hora.

Cierta vez un alumno me buscó para que diera una charla. El es muy joven y está estudiando en la Universidad en los Estados Unidos.

-Prem Baba -me dijo- un amigo mío me cuestiona mucho mi entrega a la vida espiritual. El me pregunta ¿cómo es que puedes desperdiciar una hora de tu día meditando?

Prefiero no transcribir lo que le respondí. Pero sí afirmo que este equívoco es natural, porque se toma lo real como irreal y lo irreal como real.

La meditación es el alimento del alma. Como tú crees que eres cuerpo, sólo alimentas el cuerpo. Pero, si te quieres aproximar a la verdad es importante comenzar, aunque sea tímidamente, a armonizarte con el silencio. Es desde el silencio que nace todo lo que existe. El es la fuente y es sintonizando con la fuente que la verdad se revela.

Al comienzo quizás enfrentes un poco de dificultad; una resistencia manifestada a veces simplemente con la falta de voluntad, la pereza, o con justificaciones semejantes a la citada más arriba. Confía en que esa resistencia solo se debe a tu egoísmo y a tu apego al viejo y falso mundo. Identifica esas voces o sensaciones como originadas en tu yo inferior y no les prestes atención. Obsérvalas, pero no las alimentes. Continúa con firmeza de propósito y, poco a poco, la práctica se volverá natural y extremadamente gratificante.

& Segunda llave: LA VERDAD

ES BIEN PROBABLE QUE YA HAYAS ESCUCHADO LA CÉLEBRE FRASE ATRIBUIDA A NUESTRO MAESTRO JESÚS: "LA VERDAD NOS HARÁ LIBRES" LA EXPERIENCIA ME DEMOSTRO QUE EFECTIVAMENTE LIBERA. DESCUBRI QUE DONDE QUIERA QUE HAY MALESTAR, ES PORQUE ALLI EXISTE ALGUNA MENTIRA.

Al escucharme hablar sobre esto quizás pienses que estoy sugiriendo que te abrases a la bandera de la "verdad" y salgas por ahí diciendo todo lo que piensas de los otros. No es así. El yo inferior es muy astuto y puede muy bien utilizar una virtud del alma o un valor humano para lograr satisfacer sus deseos de manipulación. Cuando me refiero a la verdad, me estoy refiriendo a la verdad que palpita en tu corazón. ANTES QUE HABLAR SOBRE LAS VERDADES DE OTRO, TIENES QUE SER VERDADERO CONTIGO MISMO. Lo que sugiero es que puedas mirarte, percibirte e identificar dónde es que no estás siendo honesto contigo mismo. Para comenzar, es más fácil si localizas dónde es que NO ESTAS SIENDO VERDADERO; adónde es que no eres espontáneo, o mejor, dónde es que no consigues ser tu mismo.

Localiza todo tipo de mentira que existe en tu vida. Una buena señal es la insatisfacción. Donde quiera que haya insatisfacción, angustia o sufrimiento es señal de que hay una mentira y, por lo tanto, falta la verdad. Cuando tú comienzas a alinear pensamiento, palabra y acción, generas un espacio para que la verdad se manifieste en tu vida. La consecuencia natural es que tú puedes comenzar a tomar decisiones más sensatas y que sean expresión de la verdad. Cuando la verdad

se expresa con palabras, teniendo como base el silencio, siempre es transmitida con sabiduría y amor y sólo puede traer consigo construcción, aunque en un primer momento parezca destructiva, porque la mentira se está desmoronando. Es que los errores tienen que desmoronarse para que la verdad pueda instalarse y esta transición no siempre puede ocurrir en forma tranquila.

Ser consciente de las mentiras cometidas en relación a otro en tu día a día también puede ayudar. Desde las pequeñas mentiras expresadas por vergüenza hasta aquellas en las que tu engendras, de modo articulado, una forma de obtener poder sobre otro, de tomar ventaja del otro o cosas por el estilo. Percibe tu inseguridad, tu modo de vida, tu miedo de revelar la VERDAD.

La verdad a veces puede ser bastante desagradable. Y ninguno quiere oír verdades poco lisonjeras respecto a sí mismo. Estas verdades poco lisonjeras siempre hablan acerca de las capas de protección. Aún no se trata de la verdad definitiva, del Yo Real, pero comienza tomando consciencia de la verdad relativa hasta que la verdad definitiva se revele naturalmente.

La verdad se manifiesta cuando tienes el coraje de reconocer y deshacerte de las máscaras, yendo más allá del miedo y la vergüenza. Por lo tanto, identifica las incongruencias en tu vida –donde estás siendo deshonesto con la vida y contigo mismo, donde es que tú trastabillas, donde eres tramposo... Te sugiero hacer un inventario de tus mentiras e hipocresías y, claro, experimentar la práctica de la verdad.

Hasta que un día puedas llegar a la verdad máxima: RECONOCERTE COMO LUZ Y AMOR. Mientras esta verdad no se revele para ti, significa que alguna película de mentira todavía te envuelve. Continúa tu viaje de autoconocimiento.

El texto que sigue es una transcripción de un satsang que Prem Baba ofreció el 24-10-08 en Rishiksh, India.

Pregunta: Yo generalmente escucho hablar sobre el camino espiritual, sobre atravesar el desierto. ¿Puede Usted explicarnos eso un poco?

Prem Baba: Aquello que comúnmente llamamos un viaje espiritual es lo que llamamos la travesía de lo irreal a lo real; es lo que llamamos la de la imagen a lo real, o aún más, del egoísmo al altruismo, del estado de separación, de aislamiento, al estado de unión.

Hoy por la mañana hablábamos de una ley espiritual que dice que el error debe desmoronarse. ¿Qué es lo que es un error? El autoengaño ¿y qué es el autoengaño? Es la auto imagen que tú creaste acerca de quién eres tú. En algún momento esa imagen comienza a ser deconstruída. Este es el inicio del viaje espiritual, cuando tu mundo personal, creado por medio de tu mente, a partir de tu idea de ti mismo, comienza a desmoronarse. Porque la única posibilidad de que tu verdadera identidad se manifieste es cuando existe espacio, y este espacio es creado cada vez que tú abandonas una mentira, cuando abandonas lo falso. La falsedad que te pasaste la vida creyendo que era verdad.

¿Quién eres tú? Tu puedes contar una bella historia acerca de quién eres tú: “Yo soy fulano de tal, tengo estas cualidades, nací en tal familia, viví tales y tales experiencias, tengo tal profesión”, pero esa descripción no significa que estés hablando de ti mismo. Puedes estar hablando de tu autoimagen, que fue creada a partir de adquisiciones de cosas que venían del mundo de afuera y a las que tú te apegaste porque te dan un sentido de identidad, te dan una cierta seguridad. Pero ¿quién eres tú por detrás de tu nombre? ¿Quién eres tú por detrás de esa historia? ¿Quién eres tú por detrás de esa personalidad? ¿Cuál es tu programa? ¿Qué es lo que viniste a hacer aquí, de hecho? Entonces el viaje espiritual es una travesía desde aquello que tú crees que eres hacia aquello que eres. Mientras estés identificado con aquello que tú crees que eres, inevitablemente sufrirás. El resultado de esa falsa identificación es la insatisfacción, la ansiedad, tristeza e irritación. Tú quieres salir de esa situación de malestar pero al mismo tiempo no quieres desprenderte de esa identidad. Por lo tanto existe una ley que dice que en algún momento lo falso se desmorona –gracias a Dios. Pero no es tan fácil, porque si estás identificado con lo falso y eso se está extinguiendo, tú sientes que estás muriendo, sientes que estás siendo aniquilado y sientes el terror del aniquilamiento. Ese terror está amplificado por la idea de que la deconstrucción es negativa y perjudicial. Lo que te ayuda es comprender que este proceso de deconstrucción es positivo. Porque lo viejo tiene que irse para que lo nuevo llegue, porque lo falso tiene que irse para que llegue la verdad.

Entonces, en ese viaje, poco a poco, comienzas a percibir la vislumbre de tu verdadera identidad. Cada vislumbre de la verdadera identidad es una experiencia de contentamiento, una experiencia de plenitud, una experiencia de paz, alegría, amor. Y tú vas subiendo y bajando. La verdad y la mentira van caminando lado a lado, hasta que en algún momento la oscuridad se ilumina. La ignorancia da lugar a la sabiduría, lo falso da lugar a lo verdadero, el egoísmo da lugar al altruismo, el odio da lugar al amor, el estado de separación, de aislamiento, da espacio para la experiencia de unidad. Ese es el camino espiritual; eso es realmente ingresar en el camino de la religiosidad.

Religión quiere decir re-ligare, sinónimo de yoga. Es la ligación del alma individual con lo Absoluto, del individuo con la totalidad. La religión es fácilmente confundida con las sectas, que son creaciones de la mente humana. Yo hablo acerca de la Religión eterna que es el camino de la iluminación.

Existe un ejemplo en el Vedanta, para explicar ese estado ilusorio en que vive el hombre común, que habla acerca de un hombre que ve una cuerda y una paleta de colores y una cobra. Y allí por extensión yo digo: ese hombre usa su vida para convertirse en un buen entrenador de cobras. Pasa su vida entrenándose para ser el mejor entrenador de cobras, sólo que la cobra no existe, es una cuerda. Entonces la identidad del entrenador de cobras debe caerse. ¿Quién eres tú detrás de esa idea de que eres un entrenador de cobras? Sólo cuando tienes esa percepción de quién eres tú es que verás la cuerda y la paleta de colores en esa cuerda, y no una cobra. Entonces sí, estarás viendo espiritualmente y podrás tener una vida auténtica, porque podrás ser tú mismo. De lo contrario, es un profundo engaño:

la cobra no existe y tú crees ser un entrenador de cobras. Y compites con otro porque crees que el otro es un mejor entrenador de cobras que tú. Peleas con otro, tienes envidia, porque crees que el otro es mejor entrenador que tú. Tienes celos y creas guerras por esa causa, sólo que la cobra no existe.

Cuando hablo acerca del tránsito de lo material a lo espiritual es eso lo que estoy diciendo. Lo que estoy llamando material es ese estado ilusorio, esa idea de que tú eres un entrenador de cobras. Claro que, si te pasaste tu vida creyendo que eres un entrenador de cobras, involucraste a mucha gente en esa idea –tienes tu tarjeta, tienes un site.... Trabajas entrenando a otros para que sean entrenadores de cobras, entonces es lógico que cuando ese proceso de deconstrucción comienza, pases a veces por un desequilibrio, a veces por un profundo terremoto, porque, a veces, todo es mentira en tu vida.

El camino espiritual es un camino en dirección a la verdad. ¿Qué es la espiritualidad? Es la experiencia de la verdad, es la experiencia de la realidad. Saccha es la verdad irrefutable, es aquello que queda después de remover todas las creencias, toda la imaginación, toda la fantasía. Vivir espiritualmente es vivir una vida auténtica y existe un camino. En ese viaje pasarás por diversos estadios. Por ejemplo: muchas veces es mucho más loable una rabia verdadera que una sonrisa falsa.

Pregunta: Prem Baba, en ese proceso de desmantelamiento del ego, cuando pasamos por ese período de turbulencia, por no entender, por no comprender lo que está sucediendo, es posible que detengamos ese proceso, ¿o sucede independientemente de nuestro miedo?

Prem Baba: El proceso sucede de cualquier manera, sin embargo, si puedes comprenderlo será posible liberarte de mucho sufrimiento innecesario, además de acelerarlo. Porque toda tu resistencia es a desprenderte de lo falso. Te estás negando a aceptar lo verdadero.

Continuación de la Pregunta: Yo ya pasé por eso algunas veces y realmente tuve miedo. No entendía muy bien lo que estaba sucediendo. Hoy yo ya entiendo, ya comprendo, pero me quedo pensando si no me saboté antes...

Prem Baba: Lo que pasó, pasó. El pasado solo puede ayudarte cuando aún eres víctima de él, cuando aun te percibes repitiendo un sendero dentro de ti. Eso significa que estás preso del pasado; de algo que no has aceptado; entonces es necesario mirar para atrás y enfrentar lo que no puedes enfrentar y aceptar lo que es preciso que sea aceptado. Fuera de eso, el pasado solo sirve como una referencia. Por ejemplo: yo utilizo una frase que leí en el texto Vedanta para poder explicar el fenómeno que está ocurriendo aquí, en el momento presente. ¿Para qué mas sirve el pasado? Para nada más.

Pregunta: Déjeme ver si yo entendí. Para desprendernos de cualquier identidad.... Yo aprendí que todo lo que colocamos después del “yo soy” es parte de nuestra identidad,

sea bueno o malo, y que es así como nos relacionamos con el mundo. El mundo pregunta ¿Quién eres tú o qué es lo que haces? Y respondemos: soy esto y hago aquello. Su ejemplo del entrenador de cobras ¿es un mensaje para que nos deshagamos de toda nuestra identidad?

Prem Baba: Veámoslo bien, tú vives en el mundo material, estás encarnado en un cuerpo físico, este tridimensional de Euclides: altura, longitud y profundidad, que está sometido al tiempo y al espacio. Yo llamo eso horizontal. En este mundo no puedes vivir sin tu registro (RG), sin tu pasaporte, porque no puedes viajar de Europa para India sin ellos; necesitas una cuenta en el banco para guardar tu dinero. Ok! No te libras de eso. Pero no te engañes; eso es solo la máscara que tú usas conscientemente para moverte en lo horizontal, eso es para ti andar en la matrix.

Yo estoy aquí de doti, pero en el día a día estoy igual que todo el mundo, uso pantalón y camisa, estoy en la matrix. Entretanto le digo a mis alumnos: no se engañen, yo soy un agente secreto de la reina. En verdad digo, “my name is Baba, Prem Baba”. No me olvido de eso. La cuestión es que Prem Baba es mi manifestación vertical pero para moverme en el mundo horizontal se hace necesario respetar algunas reglas. El problema es que el ser humano se apega fácilmente a esas reglas y se vuelve dependiente de ellas, es sólo eso. Si tienes una percepción clara de quién eres tú, no existe esa cuestión de lo sagrado y lo profano, ni de cielo e infierno: todo es sagrado.

Pregunta: Dentro de ese camino, ¿cuál es la función de la renuncia? ¿Qué es la renuncia?

Prem Baba: Muy bien. En ese viaje de lo irreal a lo real, inevitablemente, en algún momento, debes renunciar a lo falso; deberás renunciar a tu apego a lo falso. Sin esa renuncia no habrá manifestación de la verdad. Ahora bien, esa renuncia no puede ser forzada; en algún momento eres copado por el espíritu de la renuncia y allí tu largas todo, no te preocupas con mas nada. La verdad es que te deja de importar porque te desapegaste. En algún momento el espíritu de la renuncia toma el control y ahí te desprendes hasta de la ropa, ¡te quedas pelado!

Pregunta: ¿Eso puede tener relación con el nivel de fricción interna que la persona está viviendo en ese momento?

Prem Baba: Tiene que ver con la comprensión. Esa experiencia de verdad solo es posible con comprensión. En algún momento la comprensión te ilumina y entonces ves que tu apego no es una cuestión moral, de correcto o equivocado, simplemente percibes que es ignorancia y es entonces cuando simplemente lo sueltas. Llega un momento en que brota la comprensión y entonces dices: “¡Pucha! Que ignorancia estos celos” No es una cuestión de combatir los celos, no es una cuestión de combatir tu vanidad, no es una cuestión de combatir tu avaricia, porque jamás saldrás victorioso. Porque esas fuerzas no pueden ser destruidas por medio del combate. Si te opones, ellas crecen. No se trata de resistencia.

Llega un momento en que comprendes: es ignorancia, no tiene ningún sentido y entonces lo sueltas.

Pregunta: En ese momento ¿puedes dejar ir todas las imágenes?

Prem Baba: Si, es posible.

Continuación de la Pregunta: Entonces ¿no precisas retirar capa por capa para soltarlo?

Prem Baba: Normalmente lo que yo veo que sucede es un proceso gradual, hasta que llegas a un punto en que ocurre un cambio de rumbo, de eje, un accidente. Sucede que está desarrollándose gradualmente y ya puedes liberarte de muchas imágenes, pero aún así, crees que nunca conseguirás llegar a un estado de total libertad. Sin embargo es posible. Llega un momento en que Dios te recogerá y entonces no importa cuán antigua sea la oscuridad, ella desaparece y tú te iluminas. Yo lo veo así: todas las imágenes, todas las poses, todos los apegos, todas las manifestaciones de tu yo inferior como los celos, la envidia, la lujuria, en realidad están en el plano de la oscuridad. Cuando la luz se enciende la oscuridad desaparece.

Todos aquí están en la búsqueda de esa verdad, están en búsqueda de esa luz, están queriendo que el impostor que ocupó el trono sea depuesto. El impostor es la ignorancia, que ocupó el trono de la sabiduría. Poco a poco la ignorancia se va disipando y la sabiduría comienza nuevamente a iluminar tu vida.

Bendecido sea cada uno de ustedes. Recibe la luz que te ayudará a percibir la realidad de quien eres. Hasta nuestro próximo encuentro.

Namasté!

& Tercera llave: LA ACCIÓN CORRECTA

LA ÉTICA DE ESTE NUEVO MILENIO DEBE SER PAUTADA POR LA ACCION CORRECTA,

QUE ES AQUELLA ORIENTADA POR EL CORAZÓN Y NO POR EL SENTIDO DEL DEBER.

Esta es otra valiosa llave para crear un campo de paz en tu vida. La única manera en que puedes librarte del sentimiento de culpa, que es uno de los principales venenos del psiquismo humano y uno de los principales obstáculos para la paz, es actuar de acuerdo con lo que determina el corazón. Si estás utilizando adecuadamente la primera llave presentada en este ABC de la paz – que es el Silencio- podrás, en cualquier momento, comenzar a escuchar la voz de la intuición, que te da el poder de actuar éticamente o de hacer lo correcto.

De todas formas, aún siguiendo el corazón, puedes ser acosado por la culpa, generada por el hecho de que aquello que tu corazón determina se opone a aquello que tu mente –cargada de

condicionamientos- desea. Una culpa materializada bajo la forma que le da tu familia, o tu grupo de amigos u otro grupo social al que pertenezcas, que te piden que hagas algo bien diferente a aquello que dicta tu corazón. La culpa o el conflicto en este caso, tienen origen en el miedo de colocarte o de hablar de “la” verdad. Siendo así, debes explorar tus sentimientos de inseguridad, tu sentido de autovaloración y el reconocimiento de que tal vez haya llegado el momento de dejar la infancia y entrar en la vida adulta.

Un adulto maduro se comporta con claridad y autoconfianza, aún cuando le desagrade a otro. Ser tu mismo, aun al precio de desagradar a otro, es señal de madurez. Está atento al hecho de que tu yo inferior también puede valerse de esa necesidad de tu alma para tiranizar a otro, para descargar tu venganza por haber sido reprimido tanto tiempo. Si tu comportamiento sale con violencia es porque todavía no estás listo y estás atacando a otro para defenderte, porque el otro todavía te amenaza. Continúa tu trabajo de auto-observación e identifica el niño herido, que se siente insuficiente e inadecuado, actuando en ti. Hasta que puedas manifestar tus sentimientos y “verdades” en forma clara y amorosa.

Hago referencia a las manifestaciones sutiles de la acción correcta o la ética, pero, dentro del espectro que va de lo sutil a lo denso, podemos percibir muchas actitudes en el día a día que revelen la dimensión de la eliminación de ese valor humano. Percibe cuanto engañas, mientes, robas y manipulas a otro en la vida, eso es, en lo más profundo, lo que te haces a ti mismo. Todo como consecuencia de estar lejos de manifestar lo que te dicta la voz del corazón.

Armonízate con la voz de tu corazón y consecuentemente con el mundo a tu alrededor. No existe injusticia en este mundo. Aquello que tu consideras injusticia es solamente una reacción a una acción cometida. Tú te olvidaste pero el tiempo no. SI TE SIENTES TRATADO INJUSTAMENTE, PARA Y BUSCA DENTRO DE TI MISMO DONDE NO ESTÁS SIENDO O DONDE NO FUISTE ETICO. TU ACTUAS DE FORMA ANTIÉTICA PORQUE TE SIENTES TRATADO INJUSTAMENTE E INTENTA HACER JUSTICIA CON TUS PROPIAS MANOS, YA QUE TE SIENTES UN YO SEPARADO Y POR LO TANTO NO CONFÍAS EN LA JUSTICIA DIVINA.

LA ACCIÓN QUE NACE DEL CORAZÓN ES SIEMPRE A FAVOR DEL BIEN COMÚN.

EL CORAZÓN ES DIOS, ES LA TOTALIDAD, ES LA UNIDAD. EN ESTE PLANO NO EXISTE EGOÍSMO.

Sugiero que tomes conciencia de todo aquello que crees que es injusto en tu vida y en el mundo. Apártate del papel de víctima y permítete percibir cuál es tu responsabilidad.

& Cuarta llave: NO-VIOLENCIA

EXISTE UNA PALABRA EN SÁNSCRITO, AHIMSA O NO-VIOLENCIA, QUE ES COMUNMENTE INTERPRETADA COMO UN PRECEPTO MORAL DE NO AGREDIR A OTRO FÍSICAMENTE. PERO SIGNIFICA MUCHO MÁS: SIGNIFICA QUE DEBES EVITAR CUALQUIER ACTO O EXPRESIÓN QUE PROVOQUE ALGÚN TIPO DE SUFRIMIENTO A OTRO SER VIVO.

Si, en el camino para la Paz, aquí está una llave de oro, muy poco comprendida a lo largo de la historia, que siempre creyó que la no-violencia puede generar algún tipo de sumisión. La historia “comprueba” esa fragilidad cuando nos recuerda que civilizaciones enteras fueron diezmadas por ser pacifistas o no-violentas. Quizás Mahatma Gandhi sea el único ejemplo de éxito en la adopción de la no-violencia como recurso de combate. ¿Y por qué? Simplemente porque aún hay un miedo muy grande en el planeta. El mismo miedo crea la situación que confirma su creencia. La violencia es solamente una defensa. Si actúas a partir del miedo, inevitablemente tu acción será violenta. Aunque la violencia o el mal no sea explícita. Ahimsa significa actuar sin miedo. Acción a partir del corazón o del amor. El otro puede sentirse herido, pero esto que él está llamando una herida, es en realidad una oportunidad de crecimiento, si estás verdaderamente con el corazón abierto. Pero si tu corazón estuviera cerrado, solo podrás generar sufrimiento y todos tus actos serán violentos.

La crueldad, que es sinónimo de violencia, es el resultado de un entorpecimiento del alma. El niño, en su proceso de desarrollo, vive shocks de exclusión, abandono, humillación, o aún más, la tan común contradicción –que para él es lo mismo que una paliza- entre el padre y la madre cuando no dicen lo mismo o cuando dicen una cosa y hacen otra. Para soportar el dolor, él inconscientemente desvía su energía vital del placer para evitar el shock. De ahí nacen los pactos de venganza y el círculo vicioso del sadomasoquismo. Es donde ocurre una inversión de la energía o de la corriente de placer positivamente orientada hacia una corriente de placer negativamente orientada. En otras palabras, es donde el amor se transforma en odio, la confianza se transforma en miedo y la apertura y la receptividad, o la capacidad de hacer empatía y de sentirse parte de otro, se transforma en separación y hostilidad.

Esa insensibilidad en relación al propio dolor también se manifiesta en relación al dolor de los otros. La crueldad es el resultado de ese entorpecimiento, que se puede manifestar en relación a sí mismo y en relación a otros –y en este caso, se puede manifestar de forma activa o pasiva. La forma activa es la más conocida. Pero la forma pasiva, que es la INDIFERENCIA (o sea, la vida cotidiana de la mayoría de la humanidad), no es identificada como crueldad. Sin embargo, a largo plazo, es tan dañosa como la crueldad activa. Se trata de un desprecio, como si el otro –e inclusive uno mismo- estuviera muerto, y lo lastiman constantemente retirándole todo amor y atención. El resultado de ese juego de defensa y ataque es la culpa, y mas y mas sufrimiento.

Debemos atender también la violencia contra la madre, manifestada en el cuerpo físico del planeta Tierra. Toda la crisis de sustentabilidad que el planeta enfrenta –que enfrentamos- es una reacción a la violencia contra ella, contra nosotros mismos. Ya causamos mucho dolor a la Madre y ahora ella nos hace sufrir con la falta de agua, de recursos para la estabilización del clima y tantos otros hechos graves que comenzarán a surgir. El descuido con la basura, por ejemplo, o con el consumo irresponsable... Lo mismo se da en relación a nuestro cuerpo físico. Las dolencias son el resultado de los malos tratos. Eso por no hablar de lo que hacemos con los seres de otros reinos, como los animales, por ejemplo. No existe un castigo, pero existe una relación causa-efecto. Una verdad que puede doler a muchos pero que debe ser dicha:

En términos globales, MIENTRAS HAYA MATANZA DE ANIMALES NO HABRÁ PAZ.

Y aún más, MIENTRAS HAYA MATANZA DE ANIMALES HABRÁ HAMBRE EN EL PLANETA. Lo que dificulta aún más la experiencia de la Paz.

Uno puede experimentarla en términos individuales siguiendo las sugerencias que estoy ofreciendo, pero en términos globales.... Aún tenemos que eliminar muchos malos hábitos, antes de que el planeta pueda experimentar una era de amor y paz.

Aquí son muchas las posibilidades de una práctica. Identifica dónde y en relación a quién has sido especialmente más cruel. Investígate a ti mismo, buscando comprender la relación entre la causa y el efecto y ábrete hacia una vida nueva, que tenga como base la no violencia.

Reflexiona sobre esta frase, tan repetida en nuestra experiencia cotidiana: “No debo querer para otro, aquello que no quiero para mí”.

& Quinta llave: NAMASMARANA

RECORDAR QUE DIOS ES EL SECRETO

Repetir el nombre de Dios se trata de una práctica espiritual de enorme poder. Escoge uno de los tantos nombres de Dios y ponte a repetirlo internamente. Si quieres, puedes también cantar ese nombre como una práctica devocional. En cualquier caso, mi propuesta es que la repetición del nombre sea un instrumento que te ayude a dominar tu mente. Para eso, poco a poco, vacía tu mente de todos los pensamientos y solamente repite el nombre escogido y visualiza la imagen de esa divinidad.

La mente es normalmente arrastrada hacia el mundo exterior –el mundo transitorio- a causa de la identificación con los objetos que promueven la satisfacción de los sentidos. Es natural que tu –conciencia- sea arrastrada hacia el mundo exterior. Si puedes auto observarte verás que piensas compulsivamente y que los pensamientos repiten siempre las mismas cosas, generalmente conceptualizando, juzgando, analizando, atacando o defendiendo puntos de vista.... Todo basado en tu identificación con el cuerpo y, consecuentemente, con los objetos que se relacionan con él – siempre para reafirmar esa idea de identidad.

La consecuencia de esa identificación es la decadencia. Eres tú enredado en lo transitorio. La práctica de la repetición del nombre de Dios te ayuda a reconducir tu mente hacia adentro, desarrollando la concentración y la focalización en el “sí mismo”. Está atento para percibir qué es lo que te desvía de la intención, lo que promueve una perturbación en tu mente. Toma conciencia de los deseos que desvían tu atención hacia el mundo exterior.

Sexta Llave: PRESENCIA – LA LLAVE MAESTRA

LA PRESENCIA ES, SIN DUDA, LA LLAVE MAESTRA QUE ILUMINA TODA OSCURIDAD.

¿Por qué llave maestra? ¡Porque te lleva directamente a la experiencia de la Paz!

¿Y por qué entonces no vamos directamente a la llave maestra? Simplemente porque no todos están lo suficientemente maduros como para utilizarla.

Son pocos aquellos que se encuentran maduros como para abandonar al pensador compulsivo. Porque éste te da un sentido de identidad. Claro, de una falsa identidad, pero... ¡Identidad! Por eso, muchos intentan utilizar la llave maestra y luego se desaniman. Son arrastrados por los pensamientos que los llevan, incluso, a olvidar el contrato. Sin embargo, cuando uno está maduro, y estar maduro significa tener el sistema liberado de sentimientos negados, ésta es la llave. Utiliza las llaves anteriores hasta que te encuentres lo suficientemente maduro como para utilizar la llave maestra, que, en síntesis, es abandonar al ego o a la idea de yo.

La práctica se subdivide en: Observación y Totalidad en la Acción. Algunas veces en las que hablé sobre esta llave fui mal interpretado. Alguien me dijo:

-Si pongo el foco en el presente, lo que veo es miseria. Mi vida está hecha una miseria.

Y yo dije:

-Tú no estás entendiendo lo que estoy queriendo decir con presencia o presente.

Este presente, que es determinado por los sentidos, sólo puede percibir lo que está al alcance de la mente. Me refiero al presente que está más allá de la mente y que es el portal para la eternidad.

En el año 2005 tuve la oportunidad de dar un satsang en India, en el cual abordé más profundamente este tema. Transcribo, a continuación, una parte de ese mensaje.

EL PODER DEL SILENCIO

El trabajo que realizo acontece por medio del silencio y no por medio de las palabras. Utilizo las palabras como una herramienta. Es mi sacrificio, porque sé que ustedes no pueden comprender este silencio. Pero, aquello que tengo para compartir sólo es posible que sea compartido por medio del silencio y no por medio de las palabras. Si te prendes de las palabras, te pierdes aquello que estoy transmitiendo. La transmisión se da en el silencio y solamente si estás conectado a mí con el corazón, podrás recibir aquello que estoy transmitiendo. Yo utilizo las palabras con la esperanza de que, poco a poco, puedas mirar hacia mí, hacia mi interior, para que puedas percibirme verdaderamente.

La transmisión de aquello que está siendo transmitido acontece más allá de la mente. Si intentas entenderme con tu mente, te perderás de algo. Así, lo que te digo es: procura escuchar con el corazón. Sólo escuchar aquello que te estoy diciendo no te ayudará. Las palabras no promueven la transformación, así como tienes leídos tantos libros y oído tantos discursos y continúas siendo el mismo. Lo que promueve la transformación es el poder que emana del corazón. Entonces procura escucharme con el corazón; lleva el escuchar para el plano del sentimiento. No me oigas como quien asiste a una clase: óyeme como oyes el viento, el canto de los pájaros, el río corriendo. Esa actitud evoca a la presencia, evoca al corazón y, así, tú puedes recibir; algo puede verdaderamente acontecer. Sólo así puedes romper con el ciclo vicioso de amor inmaduro generado por tu identificación con la mente.

El amor es el puente. Para eso, es necesario un confiar, es necesario algo de fe. Confiar es escuchar con el corazón y no con tu mente dudosa, cuestionadora y juzgadora.

Ok, si quieres continuar así por un tiempo más. Sin embargo, la transformación sólo puede ocurrir si abres un espacio y te tornas vulnerable. Si te relacionas conmigo como un alumno, te esforzarás para aprender, pero no es seguro que esto ocurra. Porque estás intentando mejorar y este intento está en el futuro. Y lo que te estoy diciendo es que la única posibilidad de mejorarte está aquí y ahora. Sólo cuando abandonas tus intentos de mejorar es que, en efecto, mejoras. Mientras estés actuando como un alumno, intentando mejorar, nada podrá acontecer realmente. Cuando te estés moviendo en dirección a mí como un amante en dirección a otro, algo podrá acontecer. Este es el misterio de la relación gurú-discípulo.

Estos días me sentí apasionado por mi gurú y, en ese estado de amor, bebí cada palabra que él me dijo. Pude percibir que las palabras no estaban, para nada, cerca de lo que él me estaba transmitiendo. Pero fue el amor que siento por él lo que me hizo vivir esa experiencia. Mientras me relacionaba con él como un alumno, estaba preso de las palabras, intentando acertar, intentando hacer las cosas bien. Todavía había una crianza herida intentando ser importante. Este es un fenómeno que ocurre en el plano de la mente, pero el misterio sólo es revelado en el plano del corazón.

La vida no es algo para ser entendido con la cabeza: la vida es un misterio a ser vivenciado, a ser disfrutado y el único camino que permite esta experiencia es el camino del corazón. Sin embargo, en algún momento, te has desviado de este camino; te has dejado envenenar por tu mente y has abandonado al corazón. Entonces, la única posibilidad de hallar una salida del laberinto de la mente es a

través del corazón. No procures entender lo que te digo, sólo siente aquello que estoy transmitiendo.

La cuestión básica, por detrás de esa dificultad en confiar en la intuición, es que tú acreditas que no es posible vivir sin problemas-yo ya pasé por eso. Tú, en una habitación o en una sala, sin tener una televisión, sin música para escuchar, sin un libro para leer, no te soportas y precisas distraerte. Tu mente necesita ocuparse con alguna cosa. Cuando no, duermes para continuar soñando, así, tu mente continúa ocupada. Este es tu vicio.

A la mente le gustan las cosas complejas. Cuando te digo: “los problemas no existen”, tú creas una pelea conmigo porque estoy tirando tu muleta. Y tú te desesperas porque quieres continuar en ese juego de la mente, afirmando la existencia de un pasado que te da una sensación de identidad, o fantaseando, proyectándote en el futuro, creando una esperanza de que, algún día, quién sabe, alguna cosa acontezca. Eso es una locura. Es así que funciona el plano mental. Te estoy diciendo eso, sin embargo percibo tu dificultad para escucharme. Escuchar significa sentir lo que estoy diciendo.

¡Los problemas no existen! Pero si tú, por algún motivo, resuelves creer en algún problema, yo te digo: ¡ok! Acepta el problema; enfréntalo. Porque aquello que tú llamas problema es la no aceptación de algo. Eres tú resistiéndote a aquello que es. Es a eso que llamas problema. La negación es el origen de todos los problemas. Cuando aceptas, el problema desaparece inmediatamente. Sin embargo, es importante que comprendas la mecánica del sufrimiento. El sufrimiento actúa como una entidad y obra a su rebeldía. Cuando menos lo esperas, estás ahí, siendo tomado por el sufrimiento. Observa cuando la sombra de ese sufrimiento comienza a llegar...Una irritación, un desanimo, un malestar...Si en ese momento estás dormido, en pocos instantes habrás sido tomado por el sufrimiento, creyendo que el problema existe. Algunas veces el sufrimiento es tan profundo que oscurece la visión a tal punto que no consigues ni siquiera entender de dónde viene el problema ni cuál es el problema. Sólo sientes incomodidad, sólo sientes malestar. En ese momento, es importante que hagas uso de tu memoria y recuerdes lo que te digo: “Prem Baba dice que estoy soñando. Estoy perdido en una pesadilla que yo mismo creé. Inventé un problema para mí porque me gusta sufrir”.

Entonces, ¿cuál es el problema? Enfréntalo, míralo de frente, no huyas. Porque esta es otra gran trampa de la mente: quedarte dando vueltas alrededor del problema, sintiendo malestar y no encararlo directamente. Porque si lo encaras directamente, el problema desaparee. Él se hace del viento.

Es muy importante que comprendas la diferencia entre el cielo y las nubes. Por más de que tú quieras creer que eres la nube, no eres la nube, eres el cielo. Las

nubes vienen, las nubes se van, y tú continúas allí mismo. A veces las nubes son claras, a veces oscuras y tú continúas allí mismo. ¿Cómo es que te tienes percibido? ¿Cómo nube o como cielo? Al percibirte como nube, estás identificado con los pensamientos, por lo tanto, identificado con el sufrimiento, víctima de aquello que llamas problema. Si estás identificado, te digo: para, respira. Siéntete completamente presente, siéntete ocupando cada parte de tu cuerpo, siéntete ocupando cada célula. No pienses al respecto de esto; simplemente siente. No estás pensando acerca de; estás realizando. Esa presencia amplía tu energía tremendamente y crea un vacío en el flujo de tu mente, y tú vuelves a casa.

Tu mente, ella se fue más allá de los límites; la mente humana se fue más allá de sus límites. Ella ha aspirado toda tu energía y no ha dejado nada para el corazón. Esto se tornó un vicio. Lo que estoy proponiendo es que pares ese círculo vicioso. El encarcelamiento de la mente en el tiempo ha hecho de ti un esclavo y no un señor de tu mente, porque tú no has sabido diferenciar el tiempo psicológico del tiempo del reloj. El tiempo del reloj es una necesidad. Estás en un mundo donde la forma es un vehículo y, para que la forma esté en movimiento, es necesario que respetes el tiempo del reloj. Si tú acuerdas un compromiso y no llegas a la hora acordada, tal vez las cosas se compliquen. Ésta es una cuestión. Debes aprender a usar esto sabiamente.

La mente sirve para estas cosas: determinar, clasificar, dividir, multiplicar y situarse en ese plano horizontal, en ese tridimensional de Euclides-largo, ancho y profundidad. Tú estás ocupando este cuerpo y este cuerpo se mueve en este plano tridimensional. Entonces, es sabio de tu parte hacer un buen uso del tiempo del reloj. Sin embargo, sólo harás un buen uso del reloj cuando te liberes del tiempo psicológico, que es la gran ilusión. Un día de estos, en un momento de samadhi, recorrí el universo entero, y, cuando pregunté por la hora, no había pasado casi nada de tiempo. Estoy compartiendo con ustedes una experiencia. ¡Es verdad! Yo la viví. El tiempo es una ilusión. Y, si tú quieres realmente entrar en el reino de Saccha, si quieres disfrutar de la verdad, es necesario abandonar el tiempo; el tiempo psicológico.

Al ego le gustan las cosas muy complejas, pero la llave es simple: PRESENCIA. Ocupa tu cuerpo, ocupa cada espacio. Cuando te percibas corriendo atrás de un pensamiento, regresa. Ocupa el cuerpo, respira, libértate del juego del sufrimiento. Es un juego de sufrimiento, pero, para eso, es necesario que tú ya estés comprendiendo que el pensamiento no tiene una utilidad. Esto todavía no está aconteciendo. Tú todavía le das mucha importancia a tu pensar. Todavía crees en Descartes: "pienso, luego existo". Descartes se equivocó. Tú no eres el pensamiento.

Esta confusión de identidad necesita ser esclarecida. Tú eres la vida única por detrás de todos los nombres, por detrás de todas las formas; eres el espíritu divino que habita en cada forma; la energía eléctrica que pasa iluminando las lámparas. La lámpara es solamente tu vehículo. Es necesario que tú reconozcas esta verdad. Tú estás muy identificado con la idea de ser una ola y no el mar.

Esta idea de "yo" es la que ha generado la necesidad de "mío y toda la compulsión del pensamiento. ¿Para qué sirve el pensamiento? Para afirmar tu identidad. Pero, ¿si tu identidad es ilusoria? Hay alguna cosa errada en el medio del camino. ¿Para qué tienes usado el pensar, si no es para defender tu historia de vida, para afirmar que eres aquello que piensas que eres? Y tú piensas que eres aquello que eres porque tienes una historia, tienes un pasado, tienes un nombre, una forma. Esta es tu gran ilusión. Esta es la principal base de Maya, esta falsa identidad.

Cuando consigues, en efecto, comprender que este proceso de pensamiento compulsivo es tan solo una enfermedad, puedes dar un paso decisivo y real en dirección a la iluminación, que es la disociación con tu mente. Es cuando el cielo puede observar las nubes. Es cuando tú te reconoces como cielo y puedes observar las nubes. Si puedes observar las nubes, comienzas a percibir, entonces, que no eres la nube. ¿Tengo dicho esto hace ya cuantos años? De tantas maneras variadas...Intento de una manera, intento de otra, con la esperanza de que yo te pegue de sorpresa. En algún momento te distraes (COCHILA), tu ego se duerme, y ahí el mensaje entra. Como dije, el mensaje no está en las palabras, está entre las entrelíneas. ¿Es posible comprender esta verdad que estoy transmitiendo por medio de las palabras? ¿Por medio de la lógica? ¿Con el razonamiento? ¿Es posible? Estoy intentando...Yo estoy siempre intentando de varias formas; mejoro (APRIMORO) la manera de hablar para ver si te encanto...Y en este encantamiento, en este enamoramiento, de repente, algo acontece.

Sin embargo ustedes tienen mucho miedo de la vida-unos más, otros menos. Miedo de disfrutar la vida, de vivir la vida. Una vida sin problemas, una mente despreocupada, sin nada que hacer. Esto es una mente meditativa. Pero la verdad es que tú no soportas esta desocupación. Tú tienes que ocuparte, tienes que permanecer ocupado. Ahí, ¿qué lo que haces para ocuparte? Creas un problema; inventas, a veces, de la nada. Te has tornado un especialista en eso, te has vuelto realmente bueno.

Es esto lo que quiero decir cuando hablo de que la mente se pasó de sus límites: ella se tornó especialista en crear problemas. Ella se ha vuelto el gran general del sufrimiento. Tu mente ha estado al servicio de esta entidad llamada sufrimiento. Te estoy invitando a relajarte, a desocupar la mente. Tendrás que correr el riesgo. Es necesario correr el riesgo, abandonar los viejos hábitos y simplemente ser. Tú

estás ocupado intentando ser. Todos los problemas que te has creado vienen de este intento de ser. Abandona este intento, simplemente sé. ¿Cómo es que tú intentas ser? Creando problemas para poder superar los. No hay necesidad alguna de crear problemas. Para esto, es necesario que corras el riesgo de simplemente ser.

Te estoy invitando a disfrutar cada momento de la vida; saborear cada momento, sintiendo la vida y no pensando sobre ella y no intentando resolverla como resuelves un problema matemático, sino viviendo como quien vive un misterio, disfrutando del misterio. Cuando estás enamorado de alguien, ¿no quieres develar ese misterio? Es así que puedes ser más feliz: siendo más amigo de la vida. Has sido enemigo de la vida y esto te ha generado muchos conflictos.

Se hace necesario que te armonices con la vida, que te armonices con la naturaleza, que puedas volver a escuchar el canto de los pájaros, las aguas del río corriendo, la brisa soplando en los árboles; que te sientas parte de esto, integrado, en unidad, en comunión-en comunión con la vida. Y esto sólo es posible con el corazón. Escucha estas palabras con el corazón y permite que ellas hagan eco dentro de ti. Permite que el mensaje llegue hasta ti.

No tienes por qué defenderte. Este sentimiento básico de amenaza es un personaje más de la película mental. Ilusión. Respire, ocupa tu cuerpo, trae la atención al momento presente y todos esos fantasmas serán exorcizados, porque la luz del momento presente ilumina toda y cualquier oscuridad.

El poder del amor, que se revela cuando estás en el momento presente, es capaz de curar todas las enfermedades. Es con amor, aceptación y comprensión que la verdad se revelará y toda la transformación que fuera necesaria acontecerá.

Un ejercicio que te puede ayudar: en los quehaceres del día a día, recuerda, de tiempo en tiempo, de preguntar a ti mismo: ¿dónde estoy? ¿Qué estoy haciendo? Detente, respira profundo, ocupa tu cuerpo y traiga la atención al momento presente. Sé total en la acción, libre de todo pensamiento. Cuando estés caminando, subiendo una escalera, alimentándote, tomando un baño, sentándote en el asiento del coche, siente lo que estás haciendo, no hagas sólo por hacer.

& Séptima Llave: AMOR – La Llave Redentora

EL AMOR ES LA SAVIA DE LA VIDA, ES TU VERDADERA NATURALEZA, EL SOLVENTE UNIVERSAL PARA TODOS LOS MALES Y DISTINCIONES.

Tú estás aquí, encarnado en este planeta, para realizarte en Dios, que es lo mismo que decir: para manifestar tu verdadera naturaleza, que es luz y amor. En el hinduismo, se utiliza la palabra Moksha para designar este estado de liberación. Así, tú estás aquí en la Tierra para liberarte de ella, para romper con todos los apegos. Sólo puedes ser libre cuando todos los apegos se rompen. PERO ESTA LIBERTAD SÓLO SE MANIFIESTA CUANDO ERES CAPAZ DE AMAR A LA TIERRA Y A TODOS SUS HIJOS.

Así, la condición para la liberación es amar incondicionalmente. ¿Por qué? Porque el amor es tu última naturaleza, es tu esencia. Tu Yo Real es amor. Dios es amor. ¡Esta es la verdad que te libera!

Pero tú te has olvidado de esto. Si existe un mal en este mundo, él se llama olvido. Y tú estás en busca de esa memoria divina, de tu verdadera identidad.

¡Lo que buscas, sin saber, es a Dios! ¡La verdad es Dios! ¡La Paz está en Dios! Y Dios es amor, ¡que se expresa a través de ti!

MAHAMAYA ES LA GRAN ILUSIÓN CÓSMICA, QUE SE MANIFIESTA POR MEDIO DE LA DUALIDAD.

¿Y qué es lo que hace la ilusión? Restringe tu capacidad de amar. Hace que tú creas que el amor está fuera y que tienes que recibirlo en vez de darlo. Esto es para ayudarte a percibir que el amor fluye de dentro.

Comprende que todas las llaves anteriores fueron transmitidas para ayudarte a revelar el amor que se encuentra guardado en tu corazón, así como todos los acontecimientos que surgen en tu vida están al servicio del amor, para ayudarte a revelar el amor, porque el amor llama al amor. El amor se abastece a sí mismo (EL AMOR SÓLO NECESITA DE SÍ MISMO). Todo se resume en él.

Cuanto más maduro es el ser, más amor él expresa en sus actitudes y en sus palabras. Cuanto más inmadura es la entidad humana en desarrollo, menos amorosa es y más presa está de la convicción –ilusión- de que existen culpables por su infelicidad; ella se ocupa de acusar a otro, o sea, se ocupa de odiar.

LA AUTO-RESPONSABILIDAD EVOCA AL AMOR, A LA ESENCIA. LA NO RESPONSABILIDAD EVOCA AL ODIOS Y A LA IDENTIFICACIÓN CON EL FALSO YO.

Puede ser de gran ayuda si tú puedes identificar dónde, con quién, cuándo y por qué no puedes ser amoroso. Identificar dónde es que la vida está reprimida, o que la retienes y por qué puede ayudarte a liberarte.

LA PAZ ES LA CONSECUENCIA DE PERCIBIRTE COMO UNA FUENTE DE AMOR.

El texto de abajo es una transcripción de un satsang transmitido en India, en Rishikesh, el 16/02/08.

AMOR

(Poesía de Khalil Gibran)

Cuando el amor os llame, seguidle,

Aunque sus caminos sean duros y escarpados;

Y cuando sus alas os envuelvan, entregaos,

Aunque la espada oculta en su plumaje pueda heridlos.

Y cuando os hable, creed en él,

Aunque su voz pueda despedazar vuestros sueños

Así como el viento del norte desbasta los jardines.

Porque, así como el amor os corona,

Así también os crucifica.

Y de la misma forma en que él contribuye para vuestro crecimiento

Trabaja para vuestra poda.

Y de la misma forma que se eleva hasta vuestras copas

Y acaricia vuestras ramas más tiernas que se estremecen bajo el sol,

Así también desciende hasta vuestras raíces

Y las sacude en su apego a la tierra.

Como gavillas de trigo, él os aprieta junto a su corazón.

Él os desgarrá para desnudaros.

Él os trilla para libraros de vuestra paja.

Él os muele hasta volveros blancos.

Os amasa hasta que te tornéis maleable.

Entonces, él os lleva al fuego sagrado

Y os transforma en el pan místico del banquete divino.

Todas estas cosas hará el amor por vosotros

Para que conozcáis los secretos de vuestros corazones

*Y con ese conocimiento, os convertáis
En un fragmento del corazón de la Vida.
Pero, si en vuestro temor,
Procurad solamente la paz del amor y el placer del amor,
Entonces, más vale que cubráis vuestra desnudez
Y abandonéis la era del amor,
Para que entréis en un mundo sin estaciones,
Donde reiréis, pero no todas vuestras risas,
Y lloraréis, pero no todas vuestras lágrimas.
El amor sólo da de sí
Y nada recibe sino de sí mismo.
El amor no posee, ni se deja poseer.
Pues al amor le basta con el amor.
Cuando améis, no debéis decir:
“Dios está en mi corazón”,
Sino más bien:
“Yo estoy en el corazón de Dios”.
Y no imaginéis que podéis dirigir el curso del amor,
Porque el amor, si os halla dignos,
Determinará él vuestro curso.
El amor no tiene otro deseo
Que el de alcanzar su plenitud.
Pero si aún amáis y habéis de tener deseos,
Que sean estos vuestros deseos:
De diluïros en el amor*

Y ser como un arroyo que canta su melodía a la noche;
De conocer el dolor de sentir demasiada ternura;
De ser herido por la propia comprensión que se tiene del amor
De sangrar de buena gana y con alegría;
De despertarse al alba con un corazón alado
Y dar gracias por un nuevo día de amor;
De descansar al mediodía
Y meditar sobre el éxtasis del amor;
De volver a casa a la noche con gratitud;
Y dormirse con una oración en el corazón para vuestro amado
Y con una canción de alabanza en los labios.

Prem Baba: El amor es el mayor poder de este mundo. Es el solvente universal para todos los males, para todas las distinciones, para todas las separaciones. Es con amor, aceptación, comprensión, que podemos resolver cualquier conflicto. Este amor puro, que es la propia expresión de lo divino, habita en tu corazón. Es la expresión de su ser real y verdadero. Es lo que sobra después de que depuras todas las creencias, todas las imágenes, todos los condicionamientos. Lo que sobra es una manifestación de amor divino y quien está realizando este proceso de depuración es el propio amor. Y es tu ser que se está queriendo manifestar plenamente. Él quiere inundar tu conciencia y, para eso, va haciendo su camino, como un arroyo en dirección al mar. Muchas veces un arroyo, para llegar hasta el mar, pasa por muchos desafíos: sube montañas, desciende montañas, a veces se adentra en la floresta, a veces se encuentra con un desierto árido. A veces él precisa regresar al fondo de la tierra; o tiene que volver a una nube, para después transformarse en agua de nuevo, para encontrar otro sendero. Hasta que un día pueda desembocar en el mar.

Es el amor quien te conduce. El encuentro con el mar es cuando el amor alcanza su plenitud. La gota puede recordar que es el océano. Esta visión me hizo comprender que todas las situaciones de esta vida están al servicio del amor, para la realización del mismo; para que la ola pueda disolverse en el mar; para que el arroyo pueda encontrar la inmensidad del océano.

Como canté en estos días:

No importa el sufrimiento

Que me trae el desamor

Si con el aprendo

Cuál es el verdadero amor

El sufrimiento que trae el desamor: son estos procesos de purificación; purificación de las creaciones mentales. Es el proceso de disolución de este mundo tuyo personal que tú creaste y al cual te has apegado tanto, has quedado tan fascinado por él. Y el amor pasa, entonces, aceptarlo, va a triturarte hasta que sobre solamente la esencia; para que sobre sólo la verdad. Y la verdad es ésta: tú eres una manifestación de amor divino. Tú eres luz, esta es la verdad. Tú eres prosperidad, tú eres salud, tú eres la vida eterna, esta es la verdad.

Tú, identificado con tus pensamientos, eres como un arroyo, que tal vez esté muy lejos de esta verdad, pero un día esta verdad se realiza, porque es tu destino. Tu destino es recordar tu verdadera identidad, recordar tu naturaleza divina. Lo que te ayuda a estar consciente del camino es tener en tu mente al mar, no importa cuán distante estés de él. Fija tu mente en él, solamente en él, así no te pierdes del camino.

Esta es la práctica más simple y más antigua, enseñada por el Señor Krishna hace ya tantos milenios atrás: “Fija tu mente en mí y, de pronto, Yo te salvaré del círculo de muerte y renacimiento”. No importa la dimensión de los pecados o de la sombra que tú cargas. El Señor Krishna dice: “Hasta el mayor pecador puede atravesar el océano de samsara¹ y alcanzar la bienaventuranza si fija su mente en mí”. Entonces, no te preocupes por tus pecados, no te preocupes por tu sombra; solamente fija tu mente en el océano, canta el nombre de Dios. Poco a poco te disuelves en Él. No pierdas tu tiempo pensando: “Ah! ¿Será que yo lo consigo? Estoy tan lejos...” No pierdas tu tiempo con pensamientos de esta naturaleza. Al contrario, dirige toda esta energía para focalizarte en el océano, para que el amor pueda direccionarte hacia el océano.

El arroyo es una partícula de amor; es una partícula, consciente o no, pero es una partícula de amor. Estoy aquí tratando de ayudarte a ser consciente de ello: que, aún como un arroyo, tú eres una manifestación de amor. Si tienes consciencia de ello, de que tu objetivo es el océano, te centras en el océano. Porque es más o menos así: imagina que tú tienes tu casa, con tu familia, y que ella se está prendiendo fuego y tú tienes que correr

¹ Ciclo reencarnatorio

para salvarla. Tú no vas a parar en el camino para tomar un té, no vas a parar a comer un bocadillo, porque tú sabes que necesitas salvar a tu familia, pero, si no sabes lo que está sucediendo, paras a tomar un tecito. Por eso, estoy diciendo la importancia de estar consciente de la trayectoria y de la meta; al mismo tiempo, no necesitas tornarte ansioso en querer llegar. Tú debes simplemente focalizarte en el océano, y el foco nace de la presencia: desde donde tú estás, focalízate, lo que significa estar en comunión con lo divino. Esta comunión nace de la presencia.

Entonces, tú puedes sentir el viento acariciando tu piel y comprender que esto es oración, porque el viento también es el océano y el océano está en todo; está aquí y ahora. Todos esos caminos tortuosos por los cuales pasa el arroyo son para comprender que el océano está aquí. Calma tu mente y percibirás esto; calma tu mente y la verdad se revela. Y, para ayudarte en ese proceso, te estoy diciendo que focalices tu mente en Dios.

Si tú tienes más facilidad para el camino de la meditación, simplemente ancla la presencia, coloca el foco en el cuerpo, siéntete ocupando el cuerpo, siéntete completamente presente, total en la acción. Si es más fácil para ti el camino del corazón, haz el japa, repite el nombre de Dios internamente, canta para Dios. Si no sabes cuál de los dos caminos es más fácil para ti, haz los dos. Durante algunos momentos del día practicas simplemente este anclaje de la presencia, totalidad en la acción y, en otros, dedícate a la devoción. Son dos caminos.

Este es un momento fuerte. En el pasado yo hable al respecto de estos primeros meses del 2008. Es un año regido por Marte y dije que estos tres primeros meses serían más intensos. Algunos lo sienten más nítidamente, otros no lo sienten tanto, algunos tienen el merecimiento de, en este momento, no precisar sentir esto. Pero es un momento intenso, que se refleja en varios desdoblamientos de la sociedad, en la forma de diversos conflictos -conflictos entre países, entre familias, entre parejas. Donde quiera que haya karmas para ser purificados, esto acaba siendo realmente más intenso en este momento. Incluso aquí en el ashram también está habiendo un proceso fuerte de depuración de algunas situaciones relativas a la parte estructural, política de su organización. Como el ashram es uno con el universo, entonces esto es sólo un reflejo de lo que está aconteciendo con el mundo, y, al mismo tiempo, es lo que está aconteciendo dentro de ti. Es el arroyo en dirección al océano. Es el arroyo que a veces encuentra una floresta, a veces encuentra un desierto. Lo que te estoy enseñando es a no identificarte con estos procesos, a entender todo como un instrumento de aprendizaje. Es realmente el amor realizando tu trabajo, es el amor queriendo alcanzar la plenitud.

Entonces, siempre que te sientas perturbado, busca qué es lo que está provocando esta perturbación. Si te sentiste incómodo, encuentra la fuente de este malestar dentro tuyo, porque él es un obstáculo más que remueves en dirección al océano. Siento que era esto lo que tenía para decir hoy. Vamos a cantar un poco.

& Octava Llave: SERVICIO-EL AMOR EN ACCIÓN

AL DONARTE VERDADERA Y DESINTERESADAMENTE A LA DIVINIDAD QUE HABITA EN EL OTRO, TU SER SE LLENA DE VIGOR, DE ALEGRÍA Y CONTENTAMIENTO.

Descubrí, por medio de un médico, que todas las células del cuerpo humano trabajan, no para sí mismas, sino para el conjunto. Ninguna de ellas es egoísta. Son todas altruistas. Él dio un ejemplo: “Imagine una célula del hígado trabajando sólo para ella...sin tener en cuenta a los riñones o al corazón...olvidándose del resto del cuerpo...¿qué pasaría? ¡Nacería un cáncer!”

¡Pues es así! Esta es la realidad del cuerpo físico, pero no es la realidad del cuerpo emocional ni del cuerpo mental que, totalmente identificados con el egoísmo, sólo piensan en sí mismos. El cuerpo físico sigue una dirección, atendiendo a la apelación de toda la vida, y los cuerpos emocional y mental siguen otra, atendiendo a las exigencias del falso yo. El resultado de esto es lo que llamamos enfermedad. Al experimentar seguir el llamado de la vida y colocarte al servicio del otro, inevitablemente experimentarás alegría.

¡Experimenta querer ver AL OTRO BRILLAR! Cambia de a poco. Deja tu ombligo de lado solo por un instante y experimenta hacer un giro hacia el suceso del otro. Si puedes, haz un giro hacia el suceso de aquel de quien tienes envidia o celos. ¿Será que puedes, por lo menos, imaginar el alivio que tal actitud traería para el planeta? Experimenta al menos rezar por el otro, si todavía es muy difícil sentirte listo para decir de corazón, y no por la sensación del deber: ¿cómo puedo ayudar? La oración es un instrumento de gran poder.

Ahora voy a sugerir una práctica de meditación y visualización que contempla esta llave:

MEDITACIÓN DE LA COMPASIÓN

DEL BODHISATTVA ATISHA²

Existen muchas maneras de realizar esta práctica. Cada instructor, de acuerdo con su orientación, puede sugerir uno u otro elemento que pueda agregar algo a esta práctica universal. Pero, de manera general, se trata de un ejercicio de concentración y visualización para la apertura del corazón y sustentación del auténtico altruismo. Esta forma me fue inspirada por ShantiMayi-un ser de mucha luz, una de las herederas del linaje Saccha.

Acomódate confortablemente, como fue sugerido en la descripción de la primera llave de oro: silencio. Encuentra el silencio y pasa a respirar suave y profundamente. Coloca toda tu atención en el corazón-en el centro del pecho- y visualízate como un ser de diamante; como un gran yogui

² Ver la explicación en la página 113

listo para servir al mundo por medio de la compasión, generando el estado propicio para la iluminación de todos.

Llena tu corazón con la luz de la compasión. Llénalo totalmente e ilumínalo.

Visualízate sentado sobre un trono de una flor de loto blanca, situado sobre una pequeña montaña. La montaña es suficientemente alta como para que veas a lo lejos. Hay una larga fila de personas que vienen hasta ti. Ellas vienen a entregarse, para llevar la luz del mantra Prabhū Aap Jago³ y su bendición transformadora. Ellas vienen para calmarse y vaciarse de la discordia; para recibir su oración para curar sus corazones y despertar la verdad.

Antes de que la primera persona de la fila llegue hasta ti, comienza a inspirar y a exhalar lenta y profundamente, con intenciones de paz. Conforme las personas van aproximándose, siente la profunda paz en todo tu cuerpo y en el ambiente. La respiración lenta y armoniosa trae una profunda sensación de paz. Las personas se están aproximando hacia ti. La primera se coloca frente tuyo ahora.

Tu inspiración comienza a empujar la negatividad para fuera de aquel que se aproxima. La negatividad va directamente hacia la luz inmaculada de la compasión dentro de tu corazón y se transforma en exhalación a través de la bendecida claridad. Esta exhalación, dulcemente perfumada, es bendecida e intensificada con el mantra Prabhū Aap Jago y es liberada por la luz de la transformación, en el centro de tu corazón.

Las personas vienen hacia ti, una a una. Algunas de ellas tú conoces, otras no. Voy a dejar ahora que tú cuides de aquellos que vienen hasta ti. Recibe el sufrimiento de ellos, tíralo para dentro por medio de la inspiración y quémalo con la luz de la compasión de tu corazón. Exhala la bendición de todos los Budhas sobre ellos, de adentro hacia afuera, y derrama sobre ellos la exhalación de rosas de la bendición de Prabhū Aap Jago.

Lleva alrededor de 20 a 30 minutos esta meditación activa.

Mira a las personas y verás que la fila no termina. Ellas forman una fila interminable, que viene del horizonte.

Comienza a reducir el escenario de tu visualización, de forma que sea un poco menor ahora. La escena completa: todas las personas, las respiraciones, el Bodhisattva⁴ sobre la montaña, el horizonte distante, son todos reducidos a un cuadro pequeño, conforme ves cada detalle de esta meditación activa.

...pasa 1 minuto.

³ El significado de Prabhū Aap Jago está en la página 118

⁴ Ser que escogió el camino de la compasión

Reduce gentilmente la visión a la luz de tu corazón.

...pasa 1 minuto.

Todo en la visualización continua: el Bodhisattva está sentado recibiendo la fila interminable de seres y continúa bendiciéndolos con el corazón repleto de luz de compasión. La bendición continúa dentro de ti, con el ritmo de tu respiración natural.

...pasa 1 minuto.

Reduce la escena a una pequeñita estrella en tu corazón. Ahí, en esta pequeñita estrella, que brilla por medio de la continuidad del mantra Prabhū Aap Jago, la bendición seguirá circulando con la rueda de la vida. Durante el día, presta atención a este proceso e intensifícalo. Regresa a la escena en tu corazón y ella continuará durante todo el día. Cuando caiga la noche, la escena se irá a disolver en el vacío.

...pasa 1 minuto.

Permanece inmóvil ahora y cierra la visualización, calmadamente.

...pasan 5 minutos.

Lenta y gentilmente, trae tu conciencia nuevamente para la sala y lentamente abre tus ojos.

Preserva la energía del Bodhisattva Atisha, que trae el diamante, claro y tranquilo, fuerte y brillante, dentro de ti, a medida que regresas a la sala.

Puedes regresar a tu corazón en cualquier momento del día y abrir la visualización nuevamente, permaneciendo en tu corazón, y en el cuerpo del ser de diamante de la compasión hacia todos.

Lentamente...Lentamente...

Gentilmente...

Gentilmente...

Ve a tu día.

Un profundo saludo a Saccha.

OBSERVACIONES SOBRE EL CAPÍTULO 3

Observación 1:

Esta mediación se conoce como una práctica budista –ciertamente por el hecho de que Atisha es un seguidor del budismo. Sin embargo sabemos que la verdad no es propiedad de religión alguna. La verdad es algo espiritual y la religión es producto de la mente humana. Este es uno de los puntos críticos que deben ser comprendidos para que verdaderamente podamos abrir un espacio para la paz.

La palabra “religión”, viene del latín, “re-ligare”, que significa “Unión” o “Re-unión”, expresando la vuelta al hogar, a la unión del alma individual con lo absoluto. En este caso es sinónimo de Yoga, que significa “Unión”. Si una persona se dice religiosa o practicante de una religión, pero se considera dueña de la verdad, cuando menos es una persona pseudo-religiosa, ya que la religión agrega todas las diferencias; une todo a todos.

Sin embargo, la persona, en su delirio de individualidad separada, quiere darle valor a su yo insuficiente. Y no tiene valor mayor que el misterio, ya que Dios es invisible. Mas, de repente, si eres muy especial y puedes hasta conversar con “El”... eres el escogido “De Él” y puedes tener acceso a “El”... entonces está claro que sabes cuál es la verdad y es natural también que te creas con derecho a ser el dueño de la verdad!

EL FANATISMO RELIGIOSO ES UNA DE LAS

PRINCIPALES CAUSAS DE GUERRA EN EL MUNDO

Fanatismo quiere decir que solo tú tienes la verdad. Solo tú –y tu grupo de escogidos- está en lo correcto. Solo tu religión sabe cuál es el camino hacia Dios. En este momento puedes exclamar:

- ¡Pero yo puedo estar aún en lo cierto!

Y yo te respondo: ¡puedes! Pero si tú estuvieras realmente en la verdad, no querrías convencer a nadie de ello. No necesitas probarle nada a nadie. EL VERDADERO RELIGIOSO NO QUIERE CONVERTIR A NADIE.

LA GUERRA SANTA O LA GUERRA EN NOMBRE DE DIOS ES LO MISMO QUE DECIR QUE MATASTE POR AMOR. ¿DESDE CUANDO EL OUDIO Y EL EGOISMO SON AMOR?

Observación 2:

LA RELIGION ETERNA ES EL CAMINO PARA LA ILUMINACIÓN

Observación 3:

LA GUERRA NUESTRA DE CADA DIA

El fanatismo no se limita sólo a la religión. Fanatismo es el acto de aceptar o rechazar algo sin la debida experimentación, porque “crees” que ya sabes la Verdad. Así es con la política, con el deporte... Sólo su partido sabe cuál es el camino, sólo su equipo es el mejor... Y de ahí en más. Observa que existen varios egos y egos fanáticos dentro tuyo. Desde aquellos más groseros que son bien visibles, hasta aquellos bien sutiles, casi invisibles. Pero tú sabes que están allí, actuando en ti.

Observa y verás, cuánto tiempo y energía pierdes en la vida defendiendo puntos de vista, intentando mostrarle a otro que eres mejor. OBSERVA CUANTO TIEMPO Y ENERGÍA PIERDES EN PROBARTE Y EN PROBARLE ALGO A OTRO, para obtener alguna cosa de él. ¿Qué cosa? Energía. Energía que alimenta tu creencia de que tú eres lo que crees ser.

Observación 4:

EXPLICACIÓN DEL MANTRA

PRABHU AAP JAGO

**El texto de abajo es una transcripción del libro: Enseñanzas de Saccha Baba
de Sri Hans Raj Maharajji**

“PRABHU AAP JAGO, PARMAATMA JAGO,
MERE SARVA JAGO, SARVATRA JAGO”

(¡Dios despierta! ¡Dios despierta en mí!

¡Dios despierta en todos los lugares!)

Y por extensión un creyente añadió:

“DUKHAANTAK KHEL KAA ANT KARO,
SUKHANTAK KHEL PRAKAASH KARO”

(Acaba con el juego del sufrimiento, ilumina el juego de la alegría)

Un ser humano no es nada; es solamente un ser lleno de emociones. Un ser humano puede ser llamado una máquina de emociones-pensamientos-sentimientos. La emoción, cuando evoluciona, se convierte en una con la Verdad. En la historia de la humanidad, la más elevada emoción, resulta oración. La oración viene del corazón del mundo emocional.

Allí reside el Dios Absoluto, creando la danza de Leela (Juego Divino). La oración es un pedido de Dios para Dios; es cuando un devoto bucea profundamente, entra profundamente dentro de sí mismo y quiere inmediatamente estar cerca de Dios. En ese encuentro, y también en la separación, surgen sentimientos profundos en el corazón del devoto: eso se llama oración.

“Prabhu Aap Jago, Parmaatma Jago” es una vocalización de Dios para Dios. Toda vez que Dios siente que es necesario, viene entre nosotros bajo la forma de un Santo, trabajando en la dirección de la liberación de todo el mundo, elevando a los seres humanos y estabilizando los valores sociales. El es visto frecuentemente orando y estableciendo esos valores. El profeta de este gran mantra, el Santo Saccha Baba⁵, encarna solamente para decir esta oración. Encontrando a Dios dentro de él, entrando profundamente en esa conciencia. El despierta a Dios dentro de él. Dios está escondido dentro de todos los seres conscientes y no conscientes. Saccha Baba olvidándose de su propio nombre y forma, comienza a cantar:

“PRAABHU AAP JAGO PARMAATMA JAGO”

Este gran Santo ve que el Universo como un todo, que es la forma de Dios, está adormecido. Viéndolo adormecido, permite que la compasión fluya de su corazón para despertarlo. Los profetas de los Vedas, los grandes Rishis, viendo el mundo como Dios adormecido, vocalizan este mantra.

“UTTISHTHAT JAGRAT PRAPYA VARANNIBODHT”

(Despierta, levántate y ve hacia los sabios)

En los tiempos actuales hay un enlace de continuidad en la corriente de los Rishis: el gran revolucionario Santo Saccha Baba. El armoniza la melodía de todos con su propia melodía y nos despierta.

“PRABHU AAP JAGO, PARMAATMA JAGO”

El Santo Tusildas dice: “¡Este es un sueño de lujuria y, en este mundo, que está lleno de apego, todos están adormecidos!” Todos los seres están en una tierra de sueño. Aquellos cuyos sueños se hicieron añicos y aquellos que fueron más allá de los sueños y traspasaron las fronteras del apego. Ellos comienzan a mirar a Dios. Los Rishis, viéndote adormecido, comienzan a sentir compasión por ti. Sus corazones se derriten. Ellos entienden tu condición. Estos Santos saben que todos los nombres y todos los cuerpos pertenecen a Dios. Toda la creación pertenece a Dios y es un juego de Dios. Tú que eres expresión de Dios, comienza a pedir y a orar a Dios:

“PRABHU AAP JAGO, PARMAATMA JAGO,

⁵ Saccha Baba es el Gurú de Hans Raj Maharajji, pero el espíritu de los Gurús es uno solo.

MERE SARVA JAGO, SARVATRA JAGO”

Aquél que es el Señor del mundo, aquel mismo Señor que vino al mundo y se vuelve el mundo, El está adormecido. Cuando dormimos, olvidamos todo. No nos acordamos de nada en el sueño –nombre o forma. El sueño remueve todo; te saca todo: tu cultura, sociedad y educación. Solamente el sueño permanece. El sueño quiere una completa soledad. No se compromete con el cuerpo. Ese estado es el que se llama de sueño profundo. Para el desarrollo de la vida y para la evolución de la consciencia, el sueño es muy importante. Es una necesidad pues nos trae un cierto tipo de alegría. Es interesante que cuando alguien intenta dormir, no está claro que se va a adormecer. Cuando dejamos de hacer esfuerzos para dormir, cuando no estamos haciendo nada, la mente se vuelve inerte y, solamente entonces, nos adormecemos.

Estamos adormecidos en este mundo, donde hay envidia, odio y avaricia en los negocios. Cuando miramos solamente hacia el mundo y estamos buceando en nuestros apegos, nuestro Dios interior está adormecido. El mundo es un estado, lo mismo que el estado adormecido. Si nos despertamos del adormecimiento, entramos en un estado de despertar.

El mundo también es como un sueño. Cuando ya tuvimos suficiente de ese sueño, nos podremos desapegar de ese mundo y entenderemos que es falso. Así es que si tuvimos suficiente de este mundo, comenzaremos a sentirnos ansiosos e incómodos, y nuestra consciencia comenzará a buscar otro estado de vida. Entonces, nuestra consciencia actual estará lista para irse a otro lado. Entramos en un estado que está en el nivel de Dios. Allá, no hay mundo, ni atracción, ni apego.

Aquellos que entran en ese estado, tienen la experiencia de que todo ser vivo en este mundo está adormecido en la noche de la ilusión y el apego. Aquellos que pueden ver son llamados Rishis. Ellos comprendieron la Verdad y, después que comprendieron, sienten compasión porque también estuvieron adormecidos en la noche del apego. Así, es natural para ellos sentir compasión, reconociendo el Ser en sus hermanos, hermanas y amigos. El sentimiento de que todos juntos tenemos que despertar a las personas se extiende en sus corazones. Es como si naciera el sol y tú rápidamente intentarás despertar a tus hijos. Tú vas inmediatamente hacia ellos, recordándoles que es hora de ir a trabajar. De esa misma forma los Rishis, nuestros Profetas, nos despiertan cuando perciben que estamos adormecidos. Ellos vocalizan:

“PRABHU AAP JAGO, PARMAATMA JAGO

MERE SARVA JAGO, SARVATRA JAGO”

El Dios todopoderoso que está adormecido en nuestra forma y en su forma, en la noche de la ilusión, que es el estado de apego o de egoísmo, es invocado:

“Oh Dios todopoderoso, Tú estás en todos los lugares. Tú eres todo. Tú despiertas en todos porque todos los nombres y formas son Tu expresión. Si Tú estás despierto en mi forma y mi nombre entonces definitivamente tienes que despertar en otros.”

Ésta es la llamada de los Santos. Esta oración de los Santos es para el Dios todopoderoso que debe ser despertado. Dios está en la obscuridad del apego y se volvió mundano. El tiene el poder de despertar y es por esta razón que estoy hablando de eso. Es por eso que esta música viene de mí y esto se vuelve un mantra de mi vida. Un mantra no es nada sino una oración a Dios, un llamado a Dios. Es la vocalización de Dios para Dios.

Saccha Baba contó esta historia:

“Una vez fui a Jagannath. En aquel templo yo encontré inspiración. Algunas personas estaban allá. Viendo la condición precaria de esas personas, me surgió una canción y comencé a cantarle a Jagannavas (una forma de Dios):

“JAGO JAGO JAGANNIVAS AB TUM JAGO JAGANNIVAS”

(Despierta Jagannavas, ahora tú despiertas,

Despierta Dios, ahora tú despiertas)

“Esa oración se prolongó por toda la noche. Durante toda la noche lloré. Un flujo continuo de lágrimas se deslizó de mis ojos. Observando la condición del mundo y de las personas mundanas, el flujo de lágrimas no paró. Me volví hacia Allahabad (ciudad de la India), pero esas palabras perforaban mis oídos. En 1960, nuevamente tuve la experiencia de una corriente de compasión en mí. Continué cantándole a Dios en la forma del mundo, que se adormeció luego de estar entre nosotros.

“PRABHU AAP JAGO, PARMAATMA JAGO

MERE SARVA JAGO, SARVATRA JAGO”

Esta oración se convirtió en un mantra para mí. Al poco tiempo, las personas del Ashram⁶ comenzaron a cantarlo. Por tres años, continuamente, día y noche desde 1960 hasta 1963, prosiguió este Kirtan⁷. En aquellos días, un devoto estaba a mi servicio. El sintió en su corazón que este Kirtan debería continuar por nueve años, y solamente en virtud de ese pedido continuó hasta 1972. Ahora muchas personas repiten ese mantra, pidiendo a Dios en sí mismos.

“PRABHU AAP JAGO, PARMAATMA JAGO

MERE SARVA JAGO, SARVATRA JAGO”

⁶ Comunidad espiritual o casa del Maestro

⁷ Mantras con melodías o cánticos devocionales

“Este es mi pedido para Aquel que es el Ser Superior, que debe despertarnos. El debe traer Su conciencia hasta nosotros. El ser humano está muy débil y sin poder. No puede despertarse a sí mismo, pero Tú, Dios, estás lleno de poder. Tú tienes el poder de quebrar el ego del ser humano. ¡Oh Señor del universo! Danos el conocimiento de la vida y del mundo hecho por Ti

Y para completar la idea que quiero transmitir sobre el servicio, abajo transcribo parte de un Satsang que fue transmitido el 05/07/08 en la Saccha Mission Ashram en Nazaré Paulista en San Pablo – Brasil.

EL SERVICIO ES EL AMOR EN MOVIMIENTO

Cuando es posible manifestar la presencia y expresar la conciencia amorosa universal, la acción está repleta de sabiduría y compasión. El amor en movimiento es lo que llamamos el servicio. Claro que este servicio es una acción completamente desinteresada.

El amor no tiene intereses, así como el sol, que simplemente ilumina todo y a todos sin ninguna distinción. No está preocupado con la retribución, simplemente se da. Así como la naturaleza de la flor es perfumar, la naturaleza del amor es amar y darse.

Muchas personas dicen: “Yo estoy sirviendo a Dios, pues estoy sirviendo al Maestro”. Pero, al mismo tiempo que está sirviendo al Maestro está maltratando a su hermano. Digo que estás equivocado.

El Servicio sucede cuando reconoces que Dios está en todos los seres vivos y sirve a todos ellos. ¿De qué forma? Dando lo mejor de ti, compartiendo tus dones y talentos. El talento cuando es usado sin amor se torna árido y solo irá aumentando en ti la sensación de esclavitud; irá fortaleciendo el egoísmo y la vanidad. Por otro lado, cuando tus dones y talentos están al servicio del amor, te conviertes en un hilo en la cadena de felicidad y abres un espacio para llegar al otro; te conviertes en un transmisor del amor de Dios al otro. Te conviertes en un canal de gracias y la bienaventuranza pasa por ti. Así, cuando tu sirves verdaderamente, la consecuencia natural es sentir la bienaventuranza, sentir la gracias o alegría divina, porque el amor de Dios está pasando por ti, la verdadera felicidad está pasando por ti, para que puedas transmitirla.

Participar de ese servicio divino es convertirse en un trabajador de la luz en pro de la iluminación del planeta y de la paz en el mundo. Para eso, no necesitas de un gran proyecto de salvación; basta comenzar extendiendo la mano a quien está a tu lado. Para que eso ocurra es importante que tú dejes de oponerte a otros; dejes de querer que otros

se pongan de tu lado: acepte al otro de la forma que es y simplemente dale lo mejor de ti, extiende tu mano para que él se pueda aproximar al Dharma⁸.

El servicio es una forma muy profunda de oración, porque Dios solo tiene tus manos para realizar su obra; no tiene otra forma. Hay mucho para hacer en este mundo porque todavía hay mucho sufrimiento, mucha guerra y mucho desamor. Si tú crees que no puedes hacer absolutamente nada, por lo menos no estropees lo que otro está haciendo – no critiques, no juzgues, no hables mal, no hables. De esa forma ya estarás ayudando mucho. Si no entiendes lo que otro está haciendo, quédate quieto. Este es un gran servicio que tú estarás prestando, porque la maledicencia es un gran obstáculo en la vida. Al revés de realizar un servicio, estarás haciendo un no-servicio, perjudicando el trabajo que otro está haciendo con tus juicios, tu condena, tu crítica negativa, tu maldad. Si no entiendes, quédate quieto, porque de ese modo ya estarás ayudando; no interfieras en la vida del otro. Sin embargo, si comprendes, da de ti lo mejor, extiende tu mano, comparte tus dones y talentos para hacer de este mundo un mundo mejor. No importa cuál sea tu talento; si, por ejemplo, tu don es hacer palomitas de maíz, haz buenas palomitas de maíz y entrégalas con amor, con mucho amor. Si tu talento es cuidar las flores, sé un jardinero del jardín del Señor, hazlo con amor, cuida las flores con amor.

Poco a poco permítete abrirte de esa actitud tan enraizada y mal educada de querer siempre alguna cosa a cambio de lo que haces. Permítete abrir la mano, deja el toma y daca, deja el hábito de comercializarlo todo. Colócate al servicio, haz una experiencia; entrega una sonrisa o una flor sin esperar nada a cambio; experimenta colocar esa clave en acción y mira lo que sucede.

Tengo consciencia de la simpleza de estas enseñanzas y, al mismo tiempo de su profundidad. Sin embargo, si no te das cuenta de algo tan simple, que dirás de cosas más complejas...

Estas guardando el amor en un cofre desde hace tanto tiempo ¿por qué?. ¿Qué crees que puede tener de errada la actitud de dar? ¿Por qué tienes tanto miedo de entregarte para alcanzar la paz en tu vida? Yo se que estás viciado de guerra, pero podemos reeducarnos, paso a paso. Estoy yendo de a poquito, de una forma bien simple, para que no tengas dudas.

Rezo para que puedas poner en práctica estas enseñanzas, porque de lo contrario nada de esto tiene sentido. Toda la energía que yo doy vuelve hacia mí. Tú vienes hacia mi presencia, recibes energía, recibes Darshan⁹ y te abasteces, pero, si no pones en práctica las enseñanzas, toda la energía vuelve a mí. ¿Cuánto tiempo más te quedarás en esa situación? Sin cambiar nada; apenas para seguir teniendo otro motivo para reclamar.

⁸ Camino o ley

⁹ La visión del Maestro o la bendición del Maestro

¿Cuál es tu responsabilidad por el hecho de que tu vida todavía no pueda estar en paz?

No quiero que te castigues, que te cobres y te culpes, ese no es el camino. Quiero que te responsabilices y hagas una evaluación sincera de tus responsabilidades, de lo que de hecho puedes hacer y realmente realizar. Dios está con los brazos abiertos. Es claro que eso es solo una figura del lenguaje, porque Dios está aquí, ahora, adentro y afuera de ti; es la inteligencia creadora que todo permea; es la vida única que se expresa en todo aquello que está vivo. Dios está constantemente diciéndote que sí, está esperándote y llamándote.

Y, para atender ese llamado, está claro que tienes que tomar consciencia de tu no, de tu condición negativa, de tu apego a ese vicio de pelear, de guerrear, ese vicio tuyo de oponerte a la paz. Para tomar consciencia, necesitas adoptar una actitud, dar un paso que sea. Sinó, mi querido hermano... Esta vida pasa tan rápido... Esta vida es nada. Cuando lo percibes, ya estás muriendo y no hiciste nada en dirección a la paz, en dirección a la realización de la meta, que es realizarse en Dios, y pasas tu vida solo peleando, reclamando, quejándote y gimiendo.

Hacer alguna cosa es poner en práctica las enseñanzas; ese es el paso que das en dirección a Dios; ese es el sí que tú das. Cuando pones en práctica las enseñanzas estás diciéndole sí a la vida.

Mi misión es poner fin a esa guerra. Vine aquí solo para eso, para crear las bases para un mundo sin guerras. No quiero que te engañes: yo te estoy llamando para que me ayudes en eso. ¿Escuchaste mi llamado? ¿Viniste hasta aquí? Yo mismo te llamé. Yo te estoy llamando y estoy llamando a mucha gente; hay mucha gente llegando, de todo el mundo. Todo aquel que está con el corazón realmente preparado para ayudarme, para establecer las bases de un mundo sin guerras, va a llegar.

Si tienes alguna cosa para ofrecer yo quiero que la ofrezcas. ¿Qué es lo que tú puedes dar para ayudar a disminuir la matanza y la muerte en este mundo? ¿Cuál es tu don o tu talento? Lo que te estoy pidiendo es que dejes de apresar el amor; deja de guardar tu amor en un cofre; que puedas esparcir ese amor por todas partes así como las flores perfuman el jardín. Eso es lo que yo quiero y eso es lo que estoy haciendo. Ese es mi don y mi talento, ese es mi servicio y no quiero nada a cambio, absolutamente nada. Mi trabajo es despertarte, despertar el amor que está adormecido en tu corazón. Solo quiero verte brillar tan intensamente como una estrella, porque sé que puedes brillar como una estrella; se de tu capacidad de amar.

Tú puedes no saber, pero yo sé. Tú puedes dudar de ti mismo y de tu talento, pero yo no dudo.

¿Cuándo voy a conseguir que confíes en tu capacidad de amar y de estar bien? Yo no tengo duda ninguna en relación a eso.

Te quiero conmigo para ayudarme a despertar ese potencial que tal vez tú todavía no has percibido. Estar conmigo significa estar conectado con mi corazón; es estar juntos en espíritu; no precisas estar físicamente a mi lado. Te quiero dando un sí a este proyecto de paz y de amor; este proyecto de poner fin a ese coreo de malas noticias, ese juego de acusaciones y de destrucción de este planeta, de esa nube oscura que lo envuelve, esa nube de odio y destrucción. Abrir tu corazón es tu trabajo. Ese es el primer paso para la verdad que estoy enseñando. Eso es todo lo que te pido; que des un paso para poner en práctica un pedacito de lo que estoy transmitiendo, sólo eso. Ese es el mayor regalo que me puedes dar.

Está llegando el día de Gurupurnima¹⁰, vamos a alabar al sabio Vyasa que es el primer Gurú, y así honraremos a todos los Gurús. Todos van a traer regalos, hacer sus comparaciones, pero el mayor presente que me puedes dar es poner en práctica aquello que estoy enseñando, ese es el regalo que yo quiero.

¹⁰ Día de celebración en honor del Gurú

SEGUNDA PARTE

En unos de los Satsangs donde hablaba de estos asuntos, un alumno me cuestionó:

-Prem Baba, ¡todo eso es muy lindo! Pero la verdad entonces, es que yo estoy muy lejos de la paz. En verdad, ni siquiera estoy muy preocupado con eso. Aún me siento un preso del Muladhara Chakra (el centro de energía que se encuentra en la base de la columna entre el ano y los genitales, que determina la dimensión de la conciencia ligada a la sobrevivencia); yo tengo aún muchos deseos materiales. Perdóname, pero ¿será que tu compasión se puede extender hasta alcanzarme a mí y ayudarme a realizar mis necesidades materiales? ¿Cómo puedo pensar en paz cuando deseo tanto? Yo quiero dinero, sexo, quiero crecer profesionalmente...

ESTES DONDE ESTES

ESTE ES EL LUGAR DESDE DONDE COMENZAR

*El Mundo Externo es un reflejo
de tu mundo interno.*

*Todos los llamados “problemas externos”
son puertas de acceso al inconsciente.*

*Las repeticiones negativas son reediciones
de la herida infantil en la edad adulta.*

*Son decisiones inconscientes, que ocurren
por medio de un mecanismo de proyección,
donde tu intentas forzar a tus malos padres
a que se conviertan en buenos padres.*

*Podríamos también decir que
los “problemas externos”
son simbólicos o representativos
de cómo su energía sexual fue bloqueada,
aún en su infancia.*

Tú estás allí donde te colocas

Volviendo entonces, a aquel inicio de mi búsqueda espiritual, cuando fui en búsqueda de la felicidad y escuché aquella frase que abrió mi proceso, recuerdo también haber escuchado la siguiente frase: TU ESTAS DONDE TE COLOCAS; EL MUNDO EXTERNO ES UN REFLEJO DEL MUNDO INTERNO.

Hoy veo que se trataba de otra maravillosa constatación. También fue un golpe, pero apenas un desdoblamiento de la primera frase, que fue un nocaut (KO).

¿Pero cómo es eso? Si allá afuera las cosas no están de la forma en que me gustaría que fuesen, ¿es porque existe algo errado adentro mío?

Esta escuela decía que no existe absolutamente nada que suceda en el mundo exterior que no haya sido atraído por ti. Decía que existen imágenes, que son como creencias o condicionamientos mentales que cargamos en nuestro mundo interior, que determinan aquello que entendemos como realidad. Es que esas imágenes fueron creadas cuando el mundo ordenado de la niñez fue destruido; cuando el niño sufrió un golpe de abandono, exclusión, rechazo, vergüenza u otras manifestaciones de exclusión o desamor. Allí, vivió una experiencia de inseguridad y hubo una distorsión del poder o de la energía constructiva, creativa. Fue cuando la confianza se convirtió en desconfianza, el amor en miedo, y de ahí en más igual. El hecho es que cada imagen funcionaría como un imán.

Se me dio un ejemplo: un determinado alumno cargaba una angustia continua, él no lograba realizarse ni profesional ni financieramente. Era verdaderamente “desafortunado” en esas áreas; todo le salía mal. Hasta que, con mucho esfuerzo y con ayuda terapéutica, consiguió algún progreso. Era profesor de música y consiguió alquilar una casa para hacer funcionar allí una escuela de música. Consiguió reformar la casa, colocó un lindo portón, con una linda placa anunciando las actividades... Estaba ya sintiéndose feliz, pensando que la palabra “desafortunado” era parte de su pasado. Tuvo que viajar a otra ciudad, a cientos de kilómetros de distancia para resolver una cuestión familiar. Cuando estaba en esa Ciudad hubo un accidente en la calle de la

escuela: un camión entró portón adentro y destruyó no solo la placa, sino también el lindo portón, el muro y no sé cuantas cosas más... El “pobre” joven cuestionó tal enseñanza

-Yo estaba en otra ciudad, ¿qué tengo que ver con el hecho de que un camión haya roto los frenos? Y el escuchó:

-¡Todo! El camión no entró en la casa de la izquierda o en la casa de la derecha, entró en TU casa y esto tiene que ver contigo. Tal vez haya una imagen en tu inconsciente que determina que, cuando estás bien, un accidente debe ocurrir que aleje tus posibilidades de éxito. Tal vez esta imagen esté relacionada con una negación para el placer, por ejemplo...

-Pucha... que historia...

-Y esto ¿se aplica a cualquier cosa? ¿Hasta para el tropezón en una piedra, o el computador que se rompió, la gripe que me contagié, la enamorada que me dejo?

-TODO eres tú el que lo atrae. Puedes, claro, tener un evento u otro que ocurra solamente por la ley de causa y efecto, como todo en este mundo, que no se origine en una imagen, pero todos los eventos repetitivos se originan en una imagen¹¹. La imagen genera pensamientos y los pensamientos crean la realidad a tu alrededor.

“Cada manifestación desagradable, problemática o generadora de ansiedad que experimentas, es el resultado de la repetición del evento original de esta vida, en el que la fuerza positiva del placer fue bloqueada, impedida o prohibida y, por lo tanto, se transformó en displacer”¹².

-¿En serio? ¿Y cómo salir de eso?

-Es necesario traer esas imágenes a la conciencia y re-significarlas.

Es a partir de esas imágenes que tú emites constantemente pensamientos destructivos, que generan las situaciones destructivas que limitan tu realización. Observa aquellos pensamientos “triviales e insignificantes” que pasan por tu mente de una forma casi desapercibida, por el simple hecho de que ya se han convertido en parte de tu día a día. Por ejemplo, estás conduciendo y pasa por tu cabeza: el auto se va romper, me van a asaltar, aquel plan no va a funcionar, etc.

“Los seres humanos tienen todos esos tipos de pequeños pensamientos todos los días en todas las horas de la vida. No les prestan atención, pero esos pensamientos significan mucho. Los pensamientos tienen mucho poder. Todo pensamiento crea. Tus pensamientos, de la misma

¹¹ Las imágenes que no se disuelven en esta vida son reeditadas en la próxima reencarnación.

¹² Texto del libro “No temas el mal”, Eva Pierrakos e Donovan Thesenga.

forma que tus sentimientos, crean tus acciones y tus experiencias. Crean el estado de tu cuerpo, de tu mente, de tu alma y de tu espíritu.”¹³

La cuestión es que los pensamientos negativos normalmente no están en el foco de la mente consciente. Es necesario un ejercicio especial de observación para detectarlos y también para percibir que, normalmente, se trata de una compulsión generada por la conjunción de la corriente vital con el sufrimiento.

-¿Entiendes? ¿Te parece demasiado?

Presta atención al hecho de que:

Cuando tu esfuerzo para superar la negatividad está bloqueado, es extremadamente importante que puedas sentir en ti mismo el aspecto placentero de esta negatividad, sin importar cuánto dolor sientes en la conciencia superficial, y percibir la dimensión de destrucción que esta actitud está causando.

En síntesis, estoy diciendo que:

1. Lo externo es, si, un reflejo de lo interno.
2. Si lo externo no te satisface, toma conciencia de tus insatisfacciones.
3. Observa que tú mismo generas pensamientos negativos que atraen tales eventos, y que esto es el resultado de pactos de venganza.
4. Tú obtienes placer no displacer del problema, y este placer, vinculado al sufrimiento, es el que impide que te liberes del hábito negativo. El placer es vida, y soltar el hábito significa, para tu mente condicionada, soltar también el placer, que es vida, o sea, temes morir si sueltas el hábito. Pero, eso es ilusorio.
5. Es necesario que tomes conciencia de esta trama y te estudies a ti mismo para percibir el origen. Tal vez el placer en un mal hábito sea el de castigar o el de usar una corriente de fuerza que dice: si yo soy suficientemente infeliz, eso le mostrará al mundo que errado está en no darme aquello que yo quiero.
6. Por eso, normalmente, fijas tu mente en aquello que NO QUIERES, aunque conscientemente digas lo contrario.

¹³ Ídem

Por eso, el primer paso para que puedas llegar a un acuerdo con la materia, para generar un espacio para la paz, es: tomar conciencia de aquello que no quieres. Debes mantenerte consciente de tu insatisfacción.

7. Intenta imprimir pensamientos positivos, pero no con la intención de enterrar aún más los negativos, porque si haces esto, lo negativo tendrá aún más fuerza sobre ti. Después de un examen minucioso de tu intencionalidad negativa o destructiva, puedes comenzar el tránsito hacia la intencionalidad positiva.
8. Procura pensar y visualizar solamente aquello que quieres ver realizado en el plano material.
9. Lo que te ayudará a realizar esta transición es la experiencia de la gratitud. Agradecer por todo aquello que has recibido. Por todo aquellos que ahora puedes comprender y por todo aquello que aún no comprendes.
10. Eso te llevará a una nueva forma de ver la vida. Mira las cosas buenas. Evita darle fuerza a lo negativo a través de juicios y de miedos. Procura mirar al otro más allá de todas las sombras y descubre en él lo Divino. Mira los fenómenos que interpretas como negativos y descubre en ellos la posibilidad de aprender y evolucionar.
11. Comprende definitivamente que Dios está de tu lado. El es tu mejor amigo, actúa en ti y a través de ti.
12. Comprende que eres un SER HUMANO; una MANIFESTACIÓN DEL AMOR DIVINO y no un conjunto de hábitos dando vueltas por ahí.

OBSERVACIONES DE ESTE CAPITULO

Observación 1:

En otras palabras...

Muchos seres humanos, desgraciadamente, no consiguen hacer ninguna conexión entre los eventos infelices de su vida actual con los episodios de desamor: abandono, rechazo, exclusión y humillación vividos en la infancia.

Mientras más grandes fueron estos golpes, mayor fue la amortiguación y por tanto la amnesia en relación a estos eventos –sentimientos negados y reprimidos. Al punto de pensar que tu infancia fue solo amor. Si te percibes repitiendo situaciones negativas, sin que tu consciente pueda interferir en el rumbo destructivo, es porque inconscientemente estás preso de un pacto de venganza. Aún sin que lo sepas, te mueves a partir del odio de que te hayan impedido ser tú mismo. En términos generales, el ser humano no tiene idea de cuánto su subconsciente está comprometido en recrear la “obra”, con la esperanza de que esta vez va a ser diferente. Es por medio de este mecanismo que escoges tus compañías y atraes todas las demás situaciones de tu vida. Al comprender este mecanismo, podrás entender el valor de tus problemas actuales. Ellos funcionan como una puerta de acceso a ese pasado no aceptado y no elaborado y que, por eso, continúa actuando en tu sistema.

Por ejemplo: toma un problema presente e intenta retirar las capas superpuestas de tus reacciones más comunes. Normalmente la primera capa es aquella que dice que otro tiene la culpa. No importa cuál sea el problema, esa capa es sólo una racionalización que intenta “probar” a toda costa que otro tiene la culpa de tu sufrimiento; claro que movido por la dificultad de asumir la responsabilidad. Entonces, por más obvio que sea aparentemente –de acuerdo a tu racionalización- la culpa del otro, remueva esta idea porque es falsa; se trata de una distracción en tu viaje hacia el despertar.

En la siguiente capa seguramente encontrarás sentimientos como rabia, resentimiento, dolor, frustración, ansiedad... sentimientos generados por la pérdida de la ilusión de omnipotencia. Puedes entonces desplazarte de acusar a otro y pasar a acusarte a ti mismo. Esta capa es todavía

una distracción que puede ser muy complicada, porque también puedes usar la racionalización para justificar tu enojo o tu condición de víctima. Y por detrás de todas estas capas vas a encontrar el dolor de no haber sido amado. Este dolor actual y el dolor del pasado son lo mismo. Este sentimiento te llevará a la imagen del pasado que podrá ser elaborada e integrada. Este es un proceso que normalmente sólo puede ser exitoso con la ayuda de un buen terapeuta.

Observación 2:

Lo externo es reflejo de lo Interno

La naturaleza no da saltos. Existe una ley que dice que tú sólo estás listo para partir cuando llegas. Se aplica a muchos fenómenos psíquicos, inclusive al proceso de maduración psicológica. Solamente estás listo para comprender que la Paz viene de adentro, cuando te realizaste afuera, o cuando llegaste a un acuerdo con la materia. No creo que necesites ser millonario para entender que la felicidad no está en tener dinero, pero sé que es necesario llegar a una conclusión respecto de esa búsqueda, o deseo. Y sé que no es negando tu "necesidad" que llegarás a esta conclusión, sino permitiéndote vivir la experiencia. Primero es necesario que descubras que eres libre para vivir lo que quieras vivir y para tener lo que quieras tener.

Otro aspecto fundamental que debe ser parte de esta reflexión es que existe una ley espiritual que determina que todas las capas externas que no tienen un anclaje interno se deben deshacer. Cuando la realidad es creada a partir de la máscara y no de la esencia, en algún momento ella se deshará. Por lo tanto, inevitablemente, en algún momento, los deseos caerán y podrás experimentar la Paz de Dios.

Conclusión

La paz reside adentro tuyo. Toda búsqueda por el lado de afuera es parte de la escuela de la vida para proporcionarte madurez. La comprensión de que todo lo que necesitas está dentro de ti mismo es el resultado de esa madurez. Es lo que nos enseña la célebre inscripción en el templo de Delfos: “CONÓCETE A TI MISMO, así conocerás el Universo”; o también una antigua escritura sagrada de la India, el Kurlanava Tantra, que dice: “AQUELLO QUE NO ESTÁ AQUÍ, NO ESTÁ EN LUGAR ALGUNO”. Ambas sugieren que el corazón es el altar del altísimo. Es el Santo Grial.

El amor permite la confianza. La confianza posibilita la entrega. La entrega hace posible la libertad. Y la libertad proporciona la Paz de Dios. Esta conciencia de sí mismo es lo que llamamos la realización en Dios o el estado iluminado, que es tu derecho y es tu destino. Por más que te desvíes o huyas, en algún momento en esta existencia estarás riendo, bailando y celebrando la vida en Paz. Pero, si puedes, o sea, si ya has desarrollado tu conciencia al punto de poder poner en práctica las enseñanzas transmitidas aquí, incuestionablemente tu progreso se acelerará y contribuirás en la construcción de un mundo sin guerras. Este es mi desafío, este es tú desafío. Vamos a colocar el amor en movimiento para hacer de este planeta nuestro hogar, dulce hogar.

OM SACCHA!

Mi Gurú dijo:

*“La Madre divina está sufriendo
los dolores del parto, Ella quiere parir una verdad”
Una chispa de verdad se manifestó aquí,
por medio de este libro.*

*Este conocimiento es lo más sublime y puro que hay,
y se encuentra vivo dentro de cada uno.*

*Ten el coraje de abandonar los malos hábitos
que crees que son parte de tu identidad
y la verdad se revelará.*

*La única salida de este círculo vicioso es la muerte del yo,
o sea, la muerte de la identificación con el cuerpo.*

Como se mencionó al inicio, este texto fue escrito a solicitud de un alumno para orientarlo en la realización de un proyecto de Paz. Abajo está una explicación de la idea.

PROYECTO DE LA CORRIENTE DE PAZ

por Carlos Sabino

En mi búsqueda personal de la Paz, una de las primeras lecciones que aprendí es que intentar cambiar el mundo de afuera es bastante más trabajoso y mucho menos eficiente que cambiar nuestro mundo interno. Solamente cuando estamos satisfechos con nuestro momento presente, aceptamos el pasado y tenemos plena confianza en el futuro es que estaremos verdaderamente en Paz. Todo es muy fácil decirlo pero extremadamente difícil de realizar.

Fue con la orientación de mi querido profesor, el Maestro Sri Prem Baba, que obtuve verdaderamente este entendimiento y resultados concretos en mi búsqueda. Por medio de su maestría, he podido experimentar el camino más eficiente para la Paz, el interno. El trabajo interno del individuo es lo que posibilita la superación de nuestros momentos difíciles sin perder la sensación de equilibrio y armonía.

No podemos evitar todos los factores externos, pero es solamente conociéndonos que podemos construir la confianza y madurez necesarias para mantener nuestra integridad, superarnos y aprender con las dificultades que enfrentamos en nuestras vidas.

Fue justamente en uno de estos momentos difíciles en mi vida que surgió la inspiración de realizar el proyecto de La Corriente de Paz.

La propuesta del proyecto es justamente contribuir para que los individuos alcancen esta confianza y madurez.

Estoy eternamente agradecido por todo lo que he recibido de mi amado maestro y me siento feliz y realizado de poder llevar todas estas enseñanzas a todos aquellos que realmente desean alcanzar la Paz.

Este proyecto está totalmente dedicado y entregado a Él, Sri Prem Baba, pues, habiendo ya realizado ese viaje, nos orienta y nos enseña a caminar con nuestras propias piernas el camino de la Paz.

Muy agradecido

Namasté

Si quiere más información
sobre el proyecto de La Corriente de Paz, entre a

www.essenciadapaz.com.br