

CAMINO REAL

1 • 2023

Radha Soami Satsang Beas
Habla Hispana

CONTENIDO

- 03 La verdad que buscamos
- 06 La más amorosa guía
- 09 El maestro responde
- 12 El perfume de la divinidad
- 21 Reflexiones
- 22 La vida dirigida al seva
- 26 La preeminencia del amor
- 27 Creer es crear
- 36 La habilidad del maestro
- 40 Cartas espirituales
- 43 Queda mucho por mejorar
- 50 El verdadero discipulado

CAMINO REAL

Fundación Cultural RSSB Andalucía (España). Carretera del Prat, 57. -08940- Cornellá Ll. (Barcelona).
Camino Real Internet ISSN 2564-8489. DL B-29136 -1993. Todos los derechos reservados.
Copyright © 2023 Fundación Cultural RSSB Andalucía (España).

La verdad está dentro de ti y dentro de todo el mundo. Sin esa verdad, no podríamos vivir ni un segundo. Igual que el sol está en el firmamento y sus rayos iluminan la tierra, de la misma manera, la verdad está dentro de nosotros –detrás del foco del ojo– y sus rayos activan todo el cuerpo.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales

A menudo decimos que Sant Mat es un sendero de autorrealización y realización de Dios. ¿Qué es la realización? ¿Qué significa realizar algo?

Comúnmente, “realización” significa que algo ya es un hecho, de por sí real, ya presente; solo que nosotros no lo sabíamos. No nos dimos cuenta. Para nosotros no era real. Por ejemplo, supongamos que estamos muy concentrados llevando a cabo una tarea –cocinando, leyendo, cuadrando nuestro extracto bancario– y nuestro amigo entra en la habitación. No nos damos cuenta, así que nuestro amigo espera. Entonces miramos a nuestro alrededor, sorprendidos, y decimos, “¡Oh! ¡No me di cuenta de que estabas aquí!”.

Sant Mat es un sendero de realización en este mismo sentido. Es una manera de despertar a la realidad más profunda de la vida. Nuestro amigo –nuestro verdadero amigo– está justo aquí, a nuestro lado, y no nos damos cuenta.

El actual maestro nos explica que el Shabad está sosteniéndonos en todo momento. Simplemente no somos conscientes de ello. El maestro nos da un toque de atención: El Shabad nos cuida a cada segundo, a todos nosotros. Estamos bajo la protección del Shabad. El Shabad nos sustenta. El Shabad nos vivifica. El Shabad es lo que somos. Ahora mismo. Sin el Shabad no estaríamos vivos; no existiríamos. En realidad... *somos Shabad.*

Nuestro ‘viaje’ espiritual simplemente es una cuestión de despertar a este hecho. Realmente no estamos viajando hacia una meta lejana, aunque a menudo usemos esta metáfora. Únicamente nos damos cuenta de lo que ya es una realidad. Aquí mismo. Ahora. Dentro de nosotros. Acerca de nosotros. Para nosotros.

La meditación es la técnica por la cual despertamos a lo que es real. Del flujo de pensamiento incontrolado y disperso que ahora nubla y confunde nuestra percepción de la realidad, gradualmente llegamos a un lugar de claridad y quietud. Nos damos cuenta de quién y qué somos.

Nuestro compañero –nuestro querido y fiel maestro– es nuestro amigo durante todo este proceso. Primero lo vemos como al ser humano que se sienta en el estrado, la persona que nos instruye y responde a nuestras preguntas: un ser humano que posee unas determinadas costumbres, manera de vestir, forma de expresarse, un ser humano que reside en un lugar particular, quizás lejos de donde vivimos nosotros.

Paulatinamente, mediante el proceso de la meditación llegaremos a reconocerle como una presencia. Seremos conscientes de su presencia en nuestra vida, especialmente, y más concretamente, de su presencia en nuestra meditación. La idea de que está en nuestro interior, esperándonos en el centro del ojo, poco a poco se convierte en una realidad para nosotros. No es

una simple ilusión, ni un concepto o una doctrina, sino una experiencia.

Nosotros que nos hemos sentido solos durante tanto tiempo, descubrimos que no estamos solos, que nunca hemos estado solos; que él está siempre con nosotros, amándonos. Jamás hemos estado separados de él.

Con la práctica adecuada, con regularidad y disciplina, el discípulo al final se da cuenta de que el maestro y el Shabad son uno. Es entonces cuando se vuelve real la afirmación, repetida a menudo en el satsang, de que el verdadero gurú es el Shabad y el verdadero discípulo es la atención sintonizada con la divina melodía del Shabad.

Cuando a través de su gracia comenzamos a escuchar el Shabad reverberando en nuestro interior, despertamos a la realidad que siempre estuvo ahí. Los místicos nos explican que esta experiencia está más allá de la dicha más grande que la mente pueda nunca imaginar, y más allá del más elevado entendimiento que el intelecto pueda obtener jamás. La magnitud infinita de esa experiencia está más allá de la comprensión humana. Esa es la verdad que buscamos.

Disfrutemos de la realidad que nos rodea y que está dentro de nosotros. Tomemos consciencia para reflejar su esplendor en todo lo que hacemos.

A Wake up Call

Un maestro verdadero nos enseña los pasos prácticos necesarios para superar las ilusiones, que tan profundamente han arraigado en nosotros, y así experimentar la verdad por nosotros mismos. Esa verdad se encuentra oculta en cada ser humano. Hemos recibido el raro privilegio de un nacimiento humano, y con la ayuda de un maestro verdadero podemos buscar esa verdad y encontrarla en nuestro interior.

Sant Mat esencial

Escuchamos, a menudo, que cualquier persona motivada por vivir la espiritualidad, necesita guía y orientación por parte de alguien experimentado en esta materia.

Los maestros de Sant Mat nos hablan de esta necesidad de guía. Nos explican que el ser humano no tiene la capacidad suficiente para adentrarse solo en la espiritualidad porque está extremadamente apegado al mundo, y como consecuencia su consciencia está confundida y oscurecida. Gráficamente, ponen el ejemplo de una persona caída en un profundo pozo, que por más que desee desesperadamente salir de él, no puede hacerlo sola y necesita la ayuda de alguien. Igualmente, aunque en todos nosotros existe el impulso natural del alma por salir de esta creación y abrazar a nuestro Creador, hundidos como estamos en la oscuridad de este mundo, ninguno de nosotros puede lograrlo si no es con la ayuda de un maestro espiritual realizado. En el libro *Budismo* leemos:

La espiritualidad es un tema mucho más difícil y complejo que cualquier otro, porque trata de la realidad última que trasciende a la mente y los sentidos. En materia de espiritualidad estamos completamente ciegos y sordos, perdidos y confundidos. Es imposible para nosotros encontrar el sendero correcto, liberarnos del ciclo de nacimiento y muerte y alcanzar la iluminación sin la ayuda y orientación de un guía competente o adepto espiritual.

Cuando el Señor quiere que las almas vuelvan de regreso a él, hace que las circunstancias de la vida de esa persona se dispongan de tal modo que llegue a encontrarse con un guía espiritual. Tras este primer y necesario paso, le llega la claridad mental, la fuerza interior y la influencia apropiada para reafirmarse en su búsqueda espiritual; y en esa medida, el maestro le revela el camino y la forma de completar el regreso al Padre.

Conocer a un maestro espiritual y recibir su instrucción espiritual no es algo habitual, sino excepcional. En el mismo libro *Budismo*, leemos:

*Difícil es obtener un nacimiento humano;
difícil es la vida humana.
Difícil es poder escuchar las enseñanzas verdaderas;
y rara es la presencia de los seres iluminados.*

Es muy conocida la analogía budista de la ‘tortuga en el océano’, que señala tanto lo excepcional que es el nacimiento humano, como llegar a conocer las enseñanzas de un maestro espiritual. Shāntideva, el conocido exponente del Mahāyāna del siglo VIII, dice en el libro *Budismo*:

Es extremadamente difícil obtener un nacimiento humano. Es como una tortuga que por azar mete su cabeza a través del hueco de un yugo que emerge del fondo del vasto océano.

Esta analogía nos explica que el océano es el estado del *samsāra* (ciclo interminable de existencia); la tortuga, nosotros; su ceguera, la ignorancia; el yugo, las enseñanzas del Buda.

Nosotros, por la gracia infinita de Dios, disponemos de esas circunstancias que se dan raras veces en la vida, y además de poseer un cuerpo humano tenemos a nuestra disposición las enseñanzas de un maestro espiritual. Y debido a esas circunstancias, nos hemos sentido atraídos por él, y hemos entendido que hay verdad en sus palabras, en lo que él nos enseña.

La enseñanza del maestro es sencilla, fácil de entender; nos explica que nos hemos alejado de nuestra naturaleza interior –que es espíritu–, que el Creador no nos ha olvidado y siempre tiene una mano tendida hacia nosotros a través del maestro. El maestro espiritual es quien nos explica el extraviado curso que hemos seguido en esta creación, dándole la espalda a Dios y situando prioritariamente nuestro amor por el mundo y sus seres. Él nos enseña a reemplazar este amor al mundo por el amor al maestro, por eso el maestro es fundamental; es el prelude para alcanzar el abrazo final del Padre. Él nos enseña a meditar y a vivir de manera armónica y con el máximo respeto hacia todos los demás seres de la creación. Y, especialmente, nos recuerda que no debemos olvidarnos nunca de aquel a quién se lo debemos todo. Por eso, tenemos que darle gracias y recordarle a través de la meditación. Esta es su enseñanza, y nos ofrece toda la ayuda y la *más amorosa guía*. Es más, él ha puesto su vida al servicio de este fin, guiándonos y acompañándonos en el trance de salir de la oscuridad hacia la luz eterna.

Es motivo de una alegría muy especial saber que a través del maestro, cumpliendo los requisitos que él nos pide en la iniciación, el camino de unión a Dios será una experiencia real para cada uno de nosotros.

Bendito sea el instante en que encontré al maestro y me entregué a sus pies. Todas mis dudas se han despejado y la tranquilidad se ha establecido dentro de mí. Por su gracia he cruzado el océano de la existencia. ¿Quién podría ser un mayor benefactor, y qué momento el más auspicioso?, pregunta Tuka.

Tukaram: The Ceaseless Song of Devotion

- P. ¿No hay otra manera de alcanzar la realización de Dios si no es con la ayuda de un maestro?
- R. Hermano, para cualquier cosa que aprendemos en este mundo siempre necesitamos un maestro, alguien experto en esa materia. Hemos conocido a muchos médicos, abogados, ingenieros, y ninguno de ellos ha llegado a ser médico, abogado o ingeniero yendo simplemente al laboratorio o leyendo libros. Incluso después de haber pasado muchos años en facultades y universidades, han tenido que recibir formación práctica antes de avanzar en su carrera. Para el conocimiento mundano y para obtener ganancias mundanas, se necesitan maestros a fin de poder aprender de ellos. Y la espiritualidad es la asignatura más difícil. Por tanto, necesitamos un maestro, un profesor de espiritualidad.

Él nos dice por qué hemos de conocer al Señor, dónde está, cómo encontrarle, qué es lo que nos mantiene alejados de él y la manera de eliminar estas barreras. Podemos llamarle maestro,

guía, hermano mayor o amigo. Son solo nombres para poder reconocer a alguien en este mundo. La palabra 'maestro' no debe confundirnos. Podríamos llamarle profesor o cualquier otro nombre, pero debemos tener a alguien que nos ponga en el sendero y nos hable sobre él.

Existen muchos obstáculos en el camino. Hay demasiadas tentaciones que pueden desviarnos. A menos que haya una persona que nos guíe y nos ayude a seguir el camino, nunca seremos capaces de andar por él. Esto es lo que sabemos externamente; interiormente es incluso más difícil viajar sin el guía adecuado, sin el maestro apropiado. Hay muchas tentaciones en el interior. Cuando nos concentramos en el centro del ojo para avanzar en nuestro viaje espiritual encontramos muchos escollos. Sin un guía estaremos perdidos.

Si necesitamos un maestro en este mundo para aprender tantas cosas, ¿por qué no íbamos a necesitar un maestro para ir al interior y caminar por el sendero que nos llevará de regreso a nuestro hogar? Si no hubiese existido la necesidad de un maestro, ningún santo hubiese venido a este mundo.

Sabemos la influencia que ejercen las compañías que frecuentamos. Mantener la compañía de personas buenas, nos influencia y queremos ser como ellas. Si estamos con personas malas, nos veremos influenciados por sus malos pensamientos y nos descarriaremos junto con ellas. Así pues, necesitamos a un maestro que nos ayude a crear un ambiente de devoción, a fin de poder seguir ese camino e ir hacia el interior.

Si en este mundo no podemos conseguir nada sin un guía o maestro, ¿cómo vamos a lograr la realización de Dios sin un maestro o guía interior?

- P. Maestro, sobre el tema de regresar, ¿es imprescindible volver con el maestro? ¿Podemos alcanzar otros planos superiores con nuestros propios esfuerzos?
- R. Siempre necesitamos a un maestro. Estamos tan influenciados por la mente, por los sentidos, que a menos que venga alguien que nos desarraigue de aquí para llevarnos de regreso a él, nunca podremos alcanzarlo. Estamos inmersos en un sueño muy, muy profundo. Estamos todos muertos. Necesitamos a alguien que nos insuffle vida. Necesitamos a alguien que nos proporcione el ojo con el que podamos ver en nuestro interior; necesitamos a alguien que nos dé el oído con el que tenemos que oír, alguien que nos dé el agua viva con la que volver desde la muerte a la vida. Cristo hizo referencia a esa agua viva, al ojo interior o único, al oído interior, cuando dijo: Tenéis oídos para oír, pero no oís, pues es con el oído interior con el que escuchamos dentro. Él resucitó a los muertos, es decir, despertó a los que estaban espiritualmente muertos, aunque vivos en un cuerpo humano. Él fue el guía espiritual de su época.

Podemos llamarle como queramos, pero definitivamente necesitamos a un maestro que nos enseñe la ciencia de la espiritualidad. Y es totalmente imposible realizar el viaje interior sin un guía.

M. Charan Singh. *Perspectivas espirituales, vol. I*

En el libro *Kabir, The Great Mystic*, leemos el extracto de unos bellísimos versos referidos a la poderosa influencia de un maestro espiritual, y el beneficio que proporciona a todos aquellos que siguen sus enseñanzas:

*... Mantén la compañía de los santos, Kabir,
aunque tengas que vivir de pan seco.
Su compañía es más valiosa
que todo el resto en este mundo (...)*

*Mantenerse en la compañía de los santos,
es como visitar la tienda de un vendedor de perfumes;
pues, aunque él no te dé ningún perfume,
tú gozas inevitablemente de la fragancia. (...)*

*Los días que permaneciste sin la compañía de los santos
fueron malgastados completa y totalmente,
pues la vida sin amor hacia un santo
es meramente como la vida de los animales...*

Kabir, nos hace reflexionar en estos versos sobre aspectos importantes de la espiritualidad. Establece la comparación de que estar en la compañía de los santos es más valioso que cualquier cosa de este mundo, aunque tengamos que vivir de pan seco. Esta expresión indica auténtica necesidad, y sitúa el satsang como algo básico en la espiritualidad y más importante que el alimento de este mundo: por eso deberíamos asistir al satsang como mendigos, con actitud humilde, con mente abierta, sencilla, buscando el pan espiritual, ese alimento básico e imprescindible que nuestra impura mente tanto necesita.

También expresa que mantener la compañía de los santos es como visitar la tienda de un vendedor de perfumes. Es decir, la presencia de un santo o místico emana el perfume de la divinidad y, por lo tanto, nos influencia y nos impregna de esa misma divinidad. Y finalmente se reafirma en vivir inmersos en el amor a los santos, y no malgastar la vida dejando que el paso del tiempo la consuma en los placeres efímeros del mundo. Aquí Kabir marca claramente un sentido de dirección y utilidad en la vida, para que intentemos dedicar nuestro tiempo y atención a Dios, considerando inferior cualquier otra meta.

¿Por qué los místicos nos hablan de la necesidad de la compañía de los santos? Porque nuestra mente todo el día está nutriéndose de la materialidad del mundo. Sin embargo, en su compañía recibimos una influencia espiritual, nos inspiramos y llenamos de devoción, reafirmandonos en la importancia de vivir enfocados hacia el objetivo de la realización de Dios.

¿Y cómo lograr la compañía de los santos? Asistiendo al satsang del maestro, buscando ahí su enseñanza y su guía. Su influencia nos encauza hacia el esfuerzo en la meditación, y renueva nuestras ganas de vivir con más dedicación y consciencia el modo de vida de Sant Mat.

En el libro *El amanecer de la luz*, el Gran Maestro dice:

Las personas que asisten a los discursos de un satgurú son atraídas de manera natural hacia la espiritualidad. Por consiguiente, el satsang, la compañía de almas espiritualmente despiertas, es indispensable para tener éxito en la práctica de la disciplina espiritual.

La influencia tan poderosa que ejerce el satsang en nosotros, se debe a que en él se habla de temas relacionados con las enseñanzas

del sendero místico, y se hace especial énfasis en la realidad del Nam o Verbo de Dios presente en todo lo que existe, siendo el redentor o salvador de la humanidad en esta creación... ¡Tal es la fuerza del satsang!

En *Spiritual Perspectives, vol. II*, leemos:

El satsang es una reunión en la que lo fundamental es hablar del Shabad y del maestro; donde se honran al Shabad, al maestro y a Dios; donde se inculca la singularidad del Shabad como liberador de la humanidad; y donde se pone de manifiesto el papel de los santos como exclusivos donantes de ese tesoro.

El espíritu es, pues, la clave de esa elevación sutil que sentimos, porque en esencia somos Espíritu, Shabad, y cuando escuchamos con atención las palabras de los maestros, sentimos una genuina e irresistible atracción. Por eso, asistir a estas reuniones espirituales eleva nuestra visión, alza nuestra mirada hacia lo que de verdad es importante, y fortalece la voluntad para dedicarnos de forma más profunda y comprometida a la meditación y a vivir una vida espiritual. Para un alma sincera, para un buscador auténtico, el satsang es necesidad, es puro alimento para el espíritu.

Conforme vamos madurando, nos damos cuenta de que tenemos una necesidad muchísimo más profunda que alimentar o vestir al cuerpo y responder a los dictados de la mente. Con el paso del tiempo, sentimos la necesidad de volvernos mejores y más completos. Como decía San Pablo: "Sed completos en la divinidad", en efecto, se trata de vivir plenamente como seres humanos despertando nuestra dimensión espiritualidad y no existiendo meramente. Este proceso de mejora va acompañado de una necesidad de hacer el bien, de ser mejores personas, de orar, etc.; pero solo cuando empezamos a dar nuestros pasos

en el sendero espiritual bajo la guía de un maestro, estamos propiamente encauzando el anhelo del alma para regresar con el Creador.

Hazur Maharaj Ji afirma en *Spiritual Perspectives, vol. I*:

Un anhelo verdadero nos conduce a la auténtica práctica espiritual, y esta, a su vez, nos lleva a la realización de Dios. Ese anhelo puede crearse en nuestro interior por el satsang, por la compañía de los santos y compañeros del sendero, y por el estudio de la literatura además de la práctica espiritual.

Asistiendo a las reuniones de satsang, hacemos una parada entre las muchas tensiones, problemas y preocupaciones del mundo. Un mundo cada vez más desorientado y alborotado, más lleno de presión y estrés; por eso, en el satsang, en ese rincón de paz y armonía, juntos con los demás seguidores del sendero nos convertimos en fuente de apoyo y fortaleza espiritual entre nosotros.

Hazur Maharaj Ji dice en *Spiritual Perspectives, vol. III*:

En las reuniones debemos ser fuente de energía para los demás, una fuente de ayuda en el sendero. Debemos inspirarnos unos a otros y salir llenos de amor y devoción por la meditación, por el maestro, por el sendero, por vivir esta forma de vida.

Sabemos que en la vida cuando alguien está muy cansado, se apoya en el hombro de un amigo para poder caminar y llegar a casa. Ciertamente, nosotros un día u otro, nos caemos aquí o allá..., así que necesitamos el apoyo de alguien que nos ayude a levantarnos para seguir caminando... Esa ayuda siempre la

encontramos en el satsang: es más, es uno de sus propósitos. Por eso, lo más importante es que al salir lo hagamos repletos de amor y devoción, habiendo disfrutado de la dicha del ambiente amoroso que creamos todos con el recuerdo del maestro, y que nos lleva a practicar fervientemente la meditación. Ese es el ambiente que debemos crear entre todos.

Kabir, en el poema, expresa 'el gozo que nos otorga la fragancia de los santos'. ¿Cuál es la fragancia de los santos? ¿Qué aroma desprenden? Las abejas vuelan hacia las flores por su fragancia; de la misma manera los buscadores acudimos al maestro para participar de su riqueza espiritual y de su generosidad. Porque él nos prepara para percibir ese perfume tan excelso que es el Nam, e intenta por todos los medios que dediquemos nuestra vida a él. La intensidad espiritual de su fragancia nos inspira, nos hace reflexionar y pensar, nos llena de fuerza para dar pasos decididos hacia él.

Baba Ji suele comentar que nuestra mente funciona como un ordenador. Es como un gran almacén de memoria, y todo lo que entra en esa memoria, tarde o temprano sale en forma de acción. De este modo, si entra en esa memoria el mensaje de los santos, su amor hacia nosotros, toda la bondad que percibimos con su asociación, toda la verdad y claridad que se desprende de su persona, recibiremos una influencia muy poderosa que nos hará profundizar en nuestra comprensión de las enseñanzas, lo cual se traducirá en una intensa predisposición hacia la práctica espiritual.

En *Conceptos e ilusiones*, leemos:

Una de las muchas maneras en que el maestro nos ha agraciado es a través de la creación de propiedades de satsang en todo el mundo. Estas propiedades se han adquirido para que el sangat pueda realizar seva y asistir a

satsang. El satsang y el seva nos ofrecen una morada donde la atmósfera de la presencia del maestro eleva nuestro espíritu y refuerza nuestra determinación de recorrer el camino.

Así que nos encontramos en los centros de satsang, en nuestro Dera particular, cada uno en su lugar de pertenencia. Porque ¿qué es Dera? Maharaj Charan Singh, al explicar lo que es Dera, decía que no es un lugar hecho de ladrillos, mortero u otras cosas materiales. Él, en el libro *Equilibrium of love*, dice exactamente:

Dera es solo vuestro amor, vuestra armonía, afecto, comprensión y cooperación mutua. Eso es Dera.

El amoroso mensaje de Hazur Maharaj Ji es que nuestro verdadero centro de satsang no es un lugar físico. Más bien, es un espíritu de amor y armonía mutua. Debemos llevar ese espíritu a nuestra vida, a nuestras actividades cotidianas, independientemente del lugar en el que vivamos.

Hazur Maharaj Ji enfatiza en *Spiritual Perspectives, vol. III*, la importancia de nuestro esfuerzo en llevar la atmósfera de Dera con nosotros. Él dice:

Tienes que construir tu propio Dera a tu alrededor. Tienes que vivir en tu propio Dera. Tienes que llevarlo contigo dondequiera que estés; y eso está dentro de ti. Tienes que construir esa atmósfera, ese ambiente en el que tienes que vivir. Todo eso está dentro de ti, no fuera en ladrillos y cemento.

Y una manera práctica de construir y llevar la atmósfera de amor que se desprende de la meditación es tratar de vivir con nosotros mismos, amar nuestra propia compañía.

Hazur Maharaj Ji dice también en *Spiritual Perspectives*, vol. III:

Verás, nuestro problema es que siempre amamos la compañía de los demás; no amamos en absoluto nuestra propia compañía. Si te sientas en una habitación durante cinco minutos, encenderás la televisión, llamarás a alguien, o empezarás a leer un periódico o alguna revista, porque no tienes el hábito de vivir contigo mismo...; y cuando intentas vivir contigo mismo, piensas: "estoy aburrido". No intentamos vivir con nosotros mismos en absoluto.

Y continúa:

... debemos aprender a vivir con nosotros mismos, independientemente de cualquier cosa en este mundo. Cuando se adquiere ese hábito, entonces resulta muy fácil construir esa atmósfera en la que tenemos que vivir.

¿Y qué mejor manera de estar con nosotros mismos, si no es sintonizándonos con nuestro maestro a través del simran? Practicar la repetición de las palabras dadas por el maestro, facilita la concentración de la mente. Si procuramos estar en la presencia del maestro hasta en el acto más insignificante de nuestra vida mediante el simran, si nos esforzamos y hacemos que sea nuestra compañía mental preferida, veremos que nuestros actos serán muchísimo más bondadosos y mejores. Estaremos más concentrados, más alertas, pero sobre todo recogeremos los frutos de ese esfuerzo durante las dos horas y media de meditación regular. La meditación es mucho más gozosa cuando el día se ha vivido junto al maestro.

No hay escasez de medios o ayudas para vivir las enseñanzas, para crear la atmósfera amorosa a la que se refiere Hazur Maharaj Ji. El maestro nos ha dado muchos libros, revistas, satsangs..., incluso nos ofrece una web disponible siempre. Todo este material está

a nuestra disposición para ayudarnos a dirigir nuestra atención hacia el interior y para realizar mejor nuestro seva más importante: la meditación diaria.

En la tercera y última estrofa, Kabir se reafirma en vivir inmersos en el amor a los santos, y no malgastar la vida dejando que el paso del tiempo la consuma en los placeres efímeros del mundo. Esta estrofa sugiere la distinción del ser humano del resto de seres de la creación. Y nos hace formularnos una pregunta obligada: ¿Para qué vivimos? ¿Solamente para llevar una vida familiar, profesional y personal exitosa por el corto periodo de nuestra vida, en la que está ausente el amor a los santos?

Todos los santos enfatizan el hecho de que si siendo criaturas con discernimiento (facultad que el resto de especies no tienen), no le damos a nuestra vida la finalidad más elevada de realizar a Dios, entonces habremos vivido en vano. El propósito final de nuestra existencia, como dice Kabir, es despertar nuestro amor a Dios. Por eso afirma que sin el amor divino, nuestros días se malgastan totalmente.

Si no vivimos recogidos en ese amor es porque la mente dirige nuestras vidas. Así que es de suma importancia aprovechar la oportunidad de las enseñanzas de los místicos. Si no lo hacemos, siguiendo a la mente viviremos de manera infructuosa y continuaremos vez tras vez naciendo y muriendo en esta rueda de la reencarnación. ¡No habrá salvación para nosotros! Las acciones gobernadas por la mente, son como sembrar semillas en una tierra perecedera, y nos forzarán a venir para recoger sus frutos de nuevo aquí. ¡Así funciona esta creación!

Baba Ji ha expresado en alguna ocasión que es muy fácil prometer la salvación después de la muerte, muy fácil. Pero ¡qué seguridad tenemos si no conseguimos liberarnos en vida!

Si no conquistamos a nuestra mente ahora, si no amamos a Dios ahora, si no le recordamos y damos los debidos pasos hacia él, a través de la meditación, ¿qué garantías tendremos después?, ¿cómo podremos estar seguros de salvarnos? Si no encontramos la paz ahora, si no tenemos ese amor ahora, ¿por qué creemos que lo lograremos después? Tenemos que hacer esos preparativos y limpiar esta vasija del cuerpo y la mente, para que el alma pueda llenarse con la corriente del sonido o Shabad.

El maestro está incansablemente velando para que este amor a Dios sea una realidad para cada uno de sus discípulos. Su presencia y compañía es más valiosa que todo el resto de este mundo, porque él nos recuerda lo que es más importante, lo único que puede llenar nuestra vida de felicidad: Vivir en el amor a Dios.

La fragancia de los santos, el ambiente de su divinidad, nos ayuda a conducir nuestra mente hacia el amor divino, a esforzarnos por vivir en una atmósfera propicia para la meditación, pues es definitivamente la meditación la que nos otorga la experiencia del amor verdadero, ese 'amor divino' de los santos que, en estos versos, Kabir expresa de forma tan inspiradora.

*Mi corazón busca tu fragancia en la brisa
que sopla al amanecer, mis ojos buscaron
la flor de tu cara en el jardín de la creación.
Nadie me puede llevar a tu morada.
Tan solo la contemplación me enseñó
el camino.*

Sarmad. Martyr to Love Divine

*Tu Nombre y tu memoria son el deseo de
nuestra alma. Con mi alma te he deseado en
la noche, y en tanto que me dure el espíritu
dentro de mí, madrugaré a buscarte.*

Isaías 26:8-9

*El límite de la felicidad es la presencia de Dios,
que llena completamente toda el alma con su
luz eterna. Y el límite de la infelicidad es que
pase y siga su camino..., pues para el alma
estar separada de la contemplación del que
existe es el más grande de los males.*

Toldot Yaakov Yosef, publicado en: *El nombre sagrado*

Si el maestro está en nuestro interior, si siempre estamos inmersos en el amor y la devoción por el Padre, entonces cualquier cosa que hagamos en este mundo es meditación, todo es seva. Pero no debemos olvidarle ni siquiera por un momento. Él debe reflejarse en cada una de nuestras actividades, en cada una de nuestras palabras. Entonces cada aliento es meditación.

M. Charan Singh. *Spiritual Perspectives*, vol. II

Los místicos conceden gran importancia al servicio como medio para someter a nuestra arrogante mente, de manera que podamos sentarnos a meditar con una predisposición y actitud más humilde. De esta forma, podemos llevar a cabo la meditación como lo que es verdaderamente: una súplica al maestro para que se apiade de nosotros, para que nos ayude a apartar todos los obstáculos que se interponen entre nosotros y él.

Hazur Maharaj Ji solía explicar que el maestro está contento cuando el discípulo colabora en el proceso de volverse puro, de meditar para ayudar a quemar toda la basura que se amontona en su mente. Dice así en *Muere para vivir*:

El maestro desea que te hagas puro y limpio con el fin de que puedas sumergirte de nuevo en el Padre. ¿Qué es seva? Seva es conseguir agradar al maestro; cualquier cosa que agrade al maestro es seva del maestro. Le agrada que quemes tu basura, que quemes tu carga de karma cada día,

que te vuelvas más y más ligero y que estés finalmente en posición de volar de regreso al Padre.

Y dice más adelante: "... el tiempo que concedemos a la meditación no es otra cosa que servicio al maestro".

Conforme vamos recorriendo este sendero, crece la necesidad de sentir más al maestro, de querer servirle más, de dedicarnos plenamente a él. Ser sevadar no implica el servicio altruista de unas pocas horas de tiempo, sino la generosidad de sumergirse en las enseñanzas todo el tiempo..., es entonces cuando nuestra vida entera se dirige al seva.

Si nos fijamos en cómo llegamos a hacer seva, a simple vista observamos que las posibles respuestas implican: ser aprobado por el centro donde se realiza el satsang, tener tiempo libre suficiente, tal vez la habilidad o capacidad requerida..., etc. Pero eso sería olvidar que, sobre todo, el seva es el don del maestro. Y, en segundo lugar, que este regalo está ahí para todos nosotros, todo el tiempo, y en todo momento y lugar.

Porque el seva no está reservado a unos pocos privilegiados. Todo el mundo puede hacerlo, ¿por qué no? Todos somos sevadares si todo lo que hacemos, lo hacemos como si fuera para nuestro maestro. Porque convertirse en sevadar es algo que ocurre a través del corazón, cuando priorizamos el sendero.

Lógicamente hay una diferencia esencial entre las acciones que tienen un propósito social y personal, como cuidar de nosotros mismos y de nuestra familia, y las que tienen la intención de servir al maestro y a su sangat. Estas últimas son las que solemos llamar seva, pero, en última instancia, el seva se identifica con ese hilo dorado de la intención, la actitud y la dedicación interior, y nada en la vida nos limita para tener esa actitud.

El mundo se ha vuelto más complicado, más sofisticado... Incluso el sangat total en el mundo ha crecido hasta un tamaño inimaginable debido especialmente a la gran compasión, y a la previsión y trabajo duro de los maestros. Pero Baba Ji de forma muy generosa también nos da muchas más oportunidades de servicio, y en esas oportunidades la relación entre el maestro y el sevadar sigue teniendo su antigua simplicidad, su antigua magia: se llama amor.

El maestro es el ejemplo del verdadero sevadar, y nosotros tenemos que entregarnos a él para poder desarrollar una mejor actitud. Nuestro ego necesita una lección primordial: necesita humildad. Y ser sevadar implica humildad. No es fácil; no es un propósito que se logra en un tiempo determinado: no.

Nuestro orgullo rige toda nuestra vida. La mayoría de nosotros somos capaces de ser pequeños reyes o reinas de un pequeño dominio, aunque no sea más que en la cocina o en el salón de nuestra casa. Nuestro 'yo', siempre aparece imperando a sus anchas... Pero si somos honrados haciendo nuestro servicio regular, debemos preguntarnos: ¿Podemos cumplir las instrucciones que se nos dan con un espíritu positivo y amoroso en vez de cuestionarlas todo el tiempo? ¿Podemos preocuparnos en mejorar nuestro propio servicio y no juzgar el que hacen los demás? Difícil prueba para nuestra mente ¿verdad?

Si en vez de reafirmarnos siempre en nuestras propias ideas vamos aceptando humildemente las de los demás, y las consideramos de manera objetiva y amorosa, estamos progresando en nuestro acercamiento al maestro. Estamos dándole cabida a él y humillando a nuestro ego. Pero sobre todo si nos aferramos mentalmente al simran, si hacemos de esas maravillosas cinco palabras, nuestra compañía preferida, podremos responder afirmativamente a esas preguntas y, por tanto, estaremos en camino de llegar a ser sevadares todo el tiempo.

Hay una historia popular que nos habla de humildad y servicio:

El rey le preguntó a su esclavo favorito: “¿Qué quieres comer?”. Y él contestó: “Oh, rey, lo que me des”.

Preguntó de nuevo el rey: “¿Qué te pondrás?”. “Lo que tú elijas”, respondió el esclavo.

“¿Dónde vivirás?”, dijo el rey de nuevo: “Dondequiera que me pongas”, contestó el esclavo con una sonrisa.

Y finalmente, el rey le preguntó: “Entonces, ¿qué es lo que deseas?”. A lo que sorprendido, el esclavo respondió: “Mi señor, ‘esclavo’ y ‘deseo’..., ¿cómo pueden ir juntos?”.

Bien, la Real Academia Española especifica que esclavo puede significar también alguien rendido, obediente, enamorado... ¿Somos obedientes con las instrucciones del maestro? ¿Nos sentimos llenos de amor hacia él y nos rendimos a su amor, o somos esclavos de nuestros deseos todo el tiempo? Tenemos mucho camino que andar para ser como este esclavo, pero al mismo tiempo sabemos que nuestros pasos son más firmes cada día... Solo hay que afianzar nuestro simran y meditar con mucho amor y devoción.

Aunque hablara la lengua de los hombres y de los ángeles, si no tengo amor soy como bronce que suena o címbalo que retiñe. Aunque tuviera el don de la profecía y conociera todos los misterios y toda la ciencia; aunque tuviera plenitud de fe como para trasladar montañas, si no tengo amor nada soy. Aunque repartiera todos mis bienes y entregara mi cuerpo a las llamas, si no tengo amor, nada me aprovecha.

El amor es paciente, es servicial, el amor no es envidioso, no es jactancioso, no se engríe, es decoroso, no busca su interés; no se irrita; no toma en cuenta el mal, no se alegra de la injusticia; se alegra con la verdad. Todo lo excusa. Todo lo cree. Todo lo espera. Todo lo soporta.

El amor no acaba nunca. Desaparecerán las profecías. Cesarán las lenguas. Desaparecerá la ciencia. Porque imperfecta es nuestra ciencia e imperfecta nuestra profecía. Cuando venga lo perfecto, desaparecerá lo imperfecto. Cuando yo era niño, hablaba como niño, pensaba como niño, razonaba como niño. Al hacerme hombre, dejé todas las cosas de niño. Ahora vemos en un espejo, confusamente. Entonces veremos cara a cara. Ahora conozco de un modo imperfecto, pero entonces conoceré como soy conocido.

Ahora subsisten la fe, la esperanza y el amor. Pero la mayor de todas ellas es el amor.

| Sant Mat aspira a una pura elevación espiritual.

| M. Sawan Singh. Joyas espirituales

‘Nacido para ganar, dispuesto a perder’. ¿Qué tal sonaría esta frase como título de la película de nuestra vida? Si entendemos como perder pasarse una vida existiendo para luego morir, y volver a nacer para volver a hacer lo mismo, está bien como título, ¿verdad? ¿No dicen los maestros que la vida en esta creación es una obra de teatro, una película? Pues bien, este podría ser el título: “Nacido para ganar y dispuesto a perder –escrito en letras de neón–, con la actuación estelar de: *nuestro nombre debajo junto a nuestra mejor foto*”.

Los místicos explican que hemos nacido para ganar, que nacer como hombre o como mujer es nacer para ganar, y que en cambio tendemos a ocuparnos de lo que no importa y acabamos perdiendo: perdemos el tiempo y las respiraciones. Perdemos la oportunidad.

En el libro *Gurú Ravidas, la piedra filosofal*, leemos:

*Este raro nacimiento humano se obtiene
como resultado de acciones meritorias del pasado,
pero pasa en vano debido a la falta de juicio.*

La falta de juicio. Demasiado a menudo vamos por la vida pensando poco lo que hacemos o pensando demasiado y mal. La cuestión es que vamos por la vida picoteando aquí y allá, reaccionando por inercia y acumulando creencias que no llevan

a ninguna parte. Vivimos nuestras vidas por encima como quien lee el periódico, solo fijándose en los titulares.

Estamos tan acostumbrados a la superficialidad, que no acabamos de darnos cuenta de la profundidad del sendero en el que nos encontramos. Tratamos Sant Mat de la misma manera superficial que tratamos el resto de cosas mundanas. Gurú Ravidas dice:

*Mi confianza está solo en Dios
y en el trabajo dedicado a la verdad.
Así se cumplirá el propósito de mi vida...*

El propósito de la vida humana es ganar. Ganar significa dejar de perder el tiempo y las vidas en la rueda de la transmigración. Eso es ganar. Nosotros nacimos para ganar. Y en palabras de Gurú Ravidas, eso se consigue creyendo solo en Dios y creyendo solo en el trabajo dedicado a la verdad.

Creer y crear. Dos verbos con una misma raíz, hasta el punto de que cuando uno dice “yo creo”, no sabemos si se refiere a que está creyendo, o a que está creando. Quizás ambas cosas a la vez. Se suele decir que da igual si pensamos “yo puedo” como si pensamos “yo no puedo”; en ambos casos acertaremos. Lo que creemos es lo que acabamos creando. La vida tiene una cosa curiosa y es que nos da la razón.

Este artículo habla de creer, de confiar, y más concretamente de creernos ganadores para llegar a serlo, porque si no, ¿qué sentido tiene haber nacido para ganar, si luego, vida tras vida, acabamos perdiendo?

El propósito de nuestra existencia es conocer la verdad última, y las enseñanzas de Sant Mat nos proporcionan las herramientas para conseguirlo. Así que estas enseñanzas no son un entretenimiento

más de nuestras vidas; las enseñanzas son nuestra vida, seguirlas es lo único que importa. Esto puede que suene radical, alguien que no conozca las enseñanzas podría pensarlo, pero si se toma el tiempo de estudiar esta filosofía, se dará cuenta de que no va de renunciar a nada sino de priorizar lo que importa y dedicar la vida a conseguirlo. ¿A que íbamos a dedicarla si no? Vivir sin saber lo que es realmente importante es mucho más complicado. Si nuestra vida no tiene un sentido claro, no tiene como fin último aquello por lo que hemos venido a este mundo, es inevitable quedarse aquí atascado entre familia, alegrías, penas y posesiones.

De los versos de Gurú Ravidas, se deducen tres aspectos que trataremos a continuación:

1. Confiar solo en Dios.
2. Confiar en el trabajo dedicado a la verdad: la meditación.
3. Confiar en nosotros mismos. Cuando Ravidas dice: “Así se cumplirá el propósito de mi vida”, está demostrando confianza en sí mismo, en que es capaz de confiar en Dios y en la meditación, y de este modo cumplir el propósito de su vida.

Confiar solo en Dios

Aquí la palabra clave es solo. Cuando solo se confía en Dios, el riesgo de quedarse atrapado en este mundo es nulo, porque Dios no es de este mundo. No significa que no esté aquí, significa que no proviene de aquí. Confiar solo en Dios nos permite vivir con ligereza las cosas que vayamos encontrándonos en esta vida, Estamos en su creación, él la ha creado, y es mucho más fácil disfrutarla o padecerla con cierta alegría si confiamos en su Creador.

Confiar en Dios son todo ventajas, pero desafortunadamente la tendencia es confiar en la creación y olvidarse del Creador. Y no es nada descabellado, porque la creación esta delante de nuestras

narices todo el tiempo; en cambio, el creador, Dios, ¿dónde está? Sí, hemos oído muchas veces que es omnipresente, que está en todas partes, el problema es que a simple vista no lo vemos. Gurú Ravidas dice:

*El santo es tu cuerpo, tu aliento de vida,
solo a través de la sabiduría del satgurú
le he reconocido...*

Gurú Ravidas reconoció a Dios gracias a la sabiduría del satgurú, y a continuación implora que su vida esté inmersa en él:

*Concédeme, oh Dios de dioses, la compañía del santo,
el sabor de sus discursos y el amor por él.
Bendíceme con su conducta y su modo de vida
y ponme al servicio de sus esclavos.*

Pide poder amarle, servirle, seguirle..., ser como él, en definitiva.

Hay personas que aman tanto lo que hacen que son capaces de transmitir ese amor a los demás. Una madre contaba que su hija estaba estudiando ciencias políticas. Al preguntarle de donde le venía el interés por estos estudios –ya que tampoco había nadie en la familia y en su entorno que lo mostrara–, ella contestó que gracias a su profesor de sociales del instituto. Él con su forma enseñar y de explicar, despertó en ella y en otros estudiantes las ganas de saber más sobre la materia. Por eso, unos cuantos habían decidido estudiarla.

Si el amor del profesor por sus estudios puede inspirar de este modo a algunos estudiantes, ¿cómo puede llegar a influenciarnos conocer a una persona que solo confía en Dios? Para esta pregunta cada uno tiene su propia respuesta. No todos los alumnos del profesor acabaron estudiando lo mismo. Tampoco toda la gente que

se cruza con un maestro verdadero siente la imperiosa necesidad de seguirlo, como le sucedió a Ravidas. Lo que hace que unos lo reconozcan como maestro y otros no, habría que preguntárselo a Dios. La cuestión es que si alguien que solo cree en Dios es capaz de despertar en nosotros lo mismo, tenemos una inmensa suerte.

“... solo a través de la sabiduría del satgurú le he reconocido”. Así fue para Ravidas. Él no veía a Dios en todas partes, por muy omnipresente que fuera, pero tuvo la suerte de encontrarse con alguien que sí lo hacía, e inspirado por esa persona de carne y hueso como él, siguió sus pasos y pudo conocer a Dios.

Así lo vivió Gurú Ravidas, y muchos de nosotros podemos sentirnos identificados con él. Porque también sentimos que nos hemos encontrado con un maestro verdadero en quien confiamos, y el amor que quizás nos cuesta sentir por Dios, porque no lo vemos, lo sentimos por el maestro físico que sí lo vemos.

Si sus actos y su manera de ser despiertan en nosotros la imperiosa necesidad de seguirle y lo hacemos lo mejor que sabemos, hay que decir que vamos bien: a Ravidas le fue bien. Seguir al maestro significa seguir su ejemplo y sus enseñanzas, este es el trabajo que importa.

Confiar solo en el trabajo dedicado a la verdad

El maestro nos prepara para este trabajo a través de sus enseñanzas, y este trabajo consiste en meditar.

El sendero espiritual gira en torno a cuatro aspectos: El maestro, el discípulo, el Shabad o Dios, y la meditación. El maestro es el referente directo del discípulo y el responsable de transmitir las enseñanzas para que pueda realizar a Dios. El discípulo es el responsable de poner en práctica dichas enseñanzas, que básicamente están destinadas a favorecer la práctica espiritual.

Lo que importa es meditar. La forma de vida de Sant Mat está enfocada a favorecer la meditación. No tendría sentido que fuera de otro modo. Si la meditación es lo más importante, es imprescindible que todo lo que hagamos que no sea meditar esté enfocada a favorecerla. Satsang, seva, libros, vida honesta, visitas al maestro, comida lacto vegetariana... Todo esto está muy bien si detrás está la meditación. Si no es así, sigue estando bien, nos hace mejores personas y más sanas ¡pero ya está!, aquí nos quedamos, muy sanos y muy buenos para la próxima reencarnación.

Gurú Ravidas habla de confiar en la meditación (*el trabajo dedicado a la verdad, lo llama él*). Es cuestión de que cada uno se pregunte en qué medida confía. Gurú Ravidas dice que cree en la meditación, ¿lo hacemos nosotros? Es importante la respuesta. Alguien que medite podría decir: “Bien, si estoy meditando será porque creo en la meditación” y, sí, puede que tenga razón, pero puede que no. No es lo mismo chutar un penalti creyendo que si chutamos fuerte y bien podemos marcar gol, o chutar pensando que la portería está demasiado lejos y la pelota no va a entrar por muy fuerte que le demos. No chutaremos de la misma manera.

El objetivo de la meditación en teoría está muy claro. Se trata de trasladar cada día a la práctica, la energía y el amor de quien cree en lo que está haciendo. Por eso es necesario saber si creemos en nosotros mismos.

Confiar en nosotros mismos

La fábula del águila y las gallinas cuenta la historia de una cría de aguilucho que nació en un nido de gallina y que nunca voló más alto de dos metros porque le habían dicho que era una gallina y se lo había creído. Había nacido para ser libre y volar alto como águila que era, pero sus creencias le impidieron hacerlo.

Todos tenemos un concepto de lo que significa ser humano, y probablemente esa idea no se corresponda con la realidad. Baba Ji

explica que somos seres espirituales atravesando una experiencia humana, que no somos seres humanos pasando por una experiencia espiritual. Son dos puntos de vista completamente diferentes.

Probablemente no nos veamos como seres espirituales, y esa creencia nos limita. No somos lo que creemos ser. Nuestra realidad es muy diferente de lo que parece. Incluso más diferente de lo que puedan llegar a ser una gallina y un aguilucho. Nuestra realidad es que somos seres espirituales. Llegar a entender eso cambia por completo el sentido de nuestra existencia. Porque nuestro objetivo está en función de nuestra naturaleza, y nuestra verdadera naturaleza no es material sino espiritual. La diferencia entre las dos perspectivas es tan importante... Si creemos que somos seres humanos atravesando una experiencia espiritual, probablemente veremos a Dios como algo lejano, ajeno y, por lo tanto, difícil de alcanzar; mientras que, si nos vemos como seres espirituales que están atravesando una experiencia humana ¡ya estamos allí!, ya no hay distancia, somos de su misma esencia. Esa creencia, esa confianza, nos permite ver la realización de Dios como lo que es, algo natural.

El sol nunca está separado de sus rayos. Desde nuestra posición lo puede parecer, pero es solo una ilusión. Desde la perspectiva del sol, los rayos nunca han estado separados. La separación, la distinción, la creamos nosotros.

No sabemos ser felices porque no sabemos vivir de acuerdo a nuestra condición, ¿cómo va a ser feliz un águila creyéndose que es una gallina? Al menos si sabe que es un águila, aunque siga estando encerrada en un gallinero su vida tendrá una meta: salir del gallinero y poder vivir como lo que es. Estamos buscando la felicidad en la dirección equivocada porque tenemos una creencia equivocada de lo que somos. Todo lo que necesitamos ya está en nuestro interior, solo hay que creerlo y acceder a ello a través de la meditación.

Hay dos maneras de andar por el sendero, y también dos maneras de meditar. La del que cree que no puede y la del que cree que puede.

El primero medita pensando que hoy tampoco va a poder concentrarse. Se anticipa a los acontecimientos, y con ello los limita. Y entonces pone poco esfuerzo, pocas ganas y poco ímpetu. “¿Para qué poner más si igualmente no voy a poder?”, piensa él. Eso es creer más en nuestras propias limitaciones que en el maestro. En unas limitaciones que podemos soltar solo con dejar de creer en ellas.

El segundo se sienta a meditar pensando que puede hacerlo. ¡Para eso le inició su maestro, para eso nació! Y entonces pone todo su esfuerzo, todas sus ganas y todo su amor porque cree en la meditación, cree en el maestro y cree en sí mismo, y con ello está creando su victoria.

El éxito se construye a base de ensayos. Algunos los llaman fracasos, pero en realidad son ensayos que uno detrás de otro lleva al éxito. Amemos esos ensayos y pongamos lo mejor de nosotros en cada uno de ellos. No somos perfectos. Lo sabemos. Pero también sabemos que siempre podemos volver a empezar. Como se suele decir, equivocarse no es el hecho de cometer un error en sí. Equivocarse es no saber rectificar, y estamos en condiciones de rectificar. Todos podemos empezar de nuevo cada día.

Cuenta una historia que una persona está meditando cuando viene otra y le pregunta qué está haciendo: “Nada”, contesta. Al día siguiente esa persona vuelve a pasar por allí justo en el momento en que el otro estaba otra vez sentado en meditación y le vuelve a preguntar qué está haciendo, y recibe la misma respuesta: “Nada”. Entonces el curioso replica: “Creí que esto

ya lo habías hecho ayer”, a lo que el meditador tranquilamente responde: “Es que no he terminado”.

En eso consiste la meditación, en seguir haciendo “nada” tantas veces como haga falta. Hasta que terminemos.

Hablábamos al principio de lo que hay de profundo y de superficial en nuestras vidas, y la verdad es que la cotidianidad del día a día y las prisas en nuestras tareas habituales ocultan muchos sentimientos profundos, pero sobre todo ocultan la profundidad y la importancia que tiene este nacimiento humano. Quizás creamos que lo profundo no puede ser cotidiano, sin embargo, conseguir hacer de lo profundo algo diario es a lo que deberíamos aspirar. ¿Cómo podemos llevar una vida ordinaria cuando tenemos en nuestro interior una cualidad tan extraordinaria? Gurú Ravidas dice:

*Durante innumerables nacimientos
he estado separado de ti,
oh Señor.
Este nacimiento te lo dedico a ti.*

¿A quién vamos a dedicar nosotros este nacimiento? ¿A quién vamos a dedicar nosotros la actuación estelar de esta nuestra última película? Si se la dedicamos al maestro, seguro que la titularemos: “Nacidos para ganar y dispuestos a conseguirlo”.

El maestro verdadero no revela el primer día todo lo que es. A medida que la capacidad del discípulo aumenta, también el maestro se revela más y más.

Filosofía de los maestros

Se cuenta que el hijo de un rey desatendía sus estudios y, en cambio, se pasaba todo el día ocupado con su afición de criar palomas. Un día, un santo visitó al rey. “¡Oh, santo! –le suplicó el rey–, mi hijo descuida sus estudios y pasa todo el tiempo entreteniéndose con sus palomas. Por favor, aconséjale que estudie un poco”.

El santo llamó al muchacho y le preguntó: “¿Cuántas palomas tienes?”. “Veinte”, respondió el muchacho. “No son suficientes”, le dijo el santo. “Deberías tener cien o doscientas; entonces podrías disfrutar verdaderamente de su vuelo”. “De acuerdo, señor”, respondió el muchacho con gran entusiasmo.

Cuando llegaron las palomas, el santo exclamó: “¡Qué gran cantidad tenemos! Debemos ponerles nombres”. Les puso nombres como: A, B, C, etc., y también escribió sus nombres en sus alas. De este modo, el santo enseñó al muchacho a leer y a escribir.

En lugar de forzar a las personas para que hagan algo a regañadientes, es mejor conocer sus aptitudes y enseñarles teniéndolas en cuenta.

Cuentos del oriente místico

Los santos utilizan varios métodos para impartir sus enseñanzas. A menudo suelen emplear breves historias, anécdotas, etc., con las que ilustran con gran lucidez la enseñanza que quieren transmitir a sus discípulos.

En esta narración, la habilidad del maestro consiste en que se vale del interés o afición de su alumno –que nada tiene que ver con el objetivo final que se persigue– para canalizarlo hacia el aprendizaje correcto.

Igualmente ocurre con el maestro espiritual y el discípulo. La sabiduría del maestro, fruto de su experiencia espiritual, le permite tener una visión y comprensión profunda de la condición interior del discípulo. Como leemos en *Filosofía de los maestros*, vol. V:

Un maestro verdadero puede, con una sola mirada, averiguar el estado interior de una persona. Entonces nos instruye de acuerdo con nuestra condición. Cuando alguien lo visita, puede ver el interior del visitante como si esa persona estuviera encerrada en un tarro de cristal transparente, pero lo mantiene en secreto.

Eso le capacita para guiar al discípulo dentro de las circunstancias en las que se encuentra, para que pueda realizar el mejor avance en el sendero espiritual. Así, en *Cartas espirituales*, Baba Jaimal Singh le expresa al Gran Maestro:

Él siempre está contigo y hará lo que considere mejor. Con amor y devoción, mantén las facultades internas y la mente superior siempre conectadas al Shabad-dhun, y permanece contento en cualquier lugar donde él te tenga. El satgurú es el creador de todo y nos dará lo que crea que es mejor para nosotros.

Queda patente en la cita anterior, que el maestro se encarga y responsabiliza de guiar al discípulo en su destino, circunstancias, entorno, en todo, para que finalmente alcance su máxima evolución espiritual. Un maestro espiritual no nos pide imposibles, él nos conoce perfectamente y nos conduce con sumo cuidado por el recto sendero para que transitemos por él de la mejor forma. Él aprovecha nuestras habilidades, amortigua nuestras flaquezas, y equilibradamente las pone al servicio de dicha meta. Con su mejor habilidad lleva nuestro potencial humano al máximo desarrollo para que la divinidad se manifieste realmente en nosotros.

El discípulo, como ese chiquillo de la historia –entusiasmado por la propuesta de contar el máximo de palomas que le llevará al aprendizaje adecuado–, no es consciente realmente de la capacidad del maestro para llevarlo hasta el Padre. Como leemos en *The Spiritual Guide*, vol. I:

El discípulo puede considerar al maestro un alma evolucionada, alguien que puede proporcionar guía, puede verlo como un amigo, una persona mayor, un filósofo, un guía respetable. El gurú desempeña el rol de un asistente que intenta ayudar al discípulo en sus luchas, tanto en el ámbito del mundo como en el espiritual. En el ámbito del mundo, normalmente su ayuda toma la forma de consejos sobre cómo afrontar los problemas de la vida sin perder el equilibrio y preservando los valores morales, tales como la no violencia, en un mundo que parece ignorar o aprovecharse de aquellos que sostienen tales valores. El gurú enseña también a corregir las faltas. En este sentido, el gurú desempeña el papel de un gran y noble profesor.

En el ámbito espiritual, el gurú explica las complejidades de los mundos sutiles que nuestros ojos físicos no pueden ver. Guía al discípulo correctamente en la práctica de su

meditación o practicas yóguicas, para que el discípulo pueda experimentar la realidad espiritual por sí mismo.

Al respecto de la meditación y al hilo de esta narración, un discípulo, con total franqueza, le expresó a su maestro que no se veía capaz de mantener el estímulo por la práctica de la meditación para el resto de su vida, ya que su experiencia no dejaba de ser monótona y aburrida. El maestro le dijo que no se preocupara y que él se encargaría de que no le faltara el estímulo. Le explicó que se fijara en las populares carreras de galgos que recorren un circuito ovalado persiguiendo una liebre artificial. La liebre corre por un carril electrificado, va siempre por delante de ellos, y nunca pueden alcanzarla. El maestro le estaba diciendo que él se encargaría de transformar esa rutina en algo atractivo e interesante. Es decir, siempre que el discípulo corriera –como los galgos–, ‘siempre que meditara’, no le faltaría la motivación.

El maestro ha puesto ante nosotros la más excelsa meta: volver a Dios. ¿Cómo podríamos perder el entusiasmo ante algo tan noble y grandioso? Y el mayor estímulo es que él está a nuestro lado, reflejando ejemplarmente por sus propios logros que en el recorrido del camino a casa encontraremos innegable paz, pureza, y por encima de todo su misericordia. Según describe Shankaracharya en *The Spiritual Guide, vol. 1*, tales son los signos distintivos del maestro, del ser realizado que no deja de inspirarnos a lo largo de todo el camino; así que su método es realmente encomiable.

El progreso espiritual depende en primer lugar del entrenamiento de la mente. En el ser humano corriente, el alma está bajo el control de la mente, y la mente es controlada por los sentidos, y estos son atraídos por los objetos de los sentidos (objetos materiales). La atención se mantiene por esta causa errando de objeto en objeto.

La forma correcta es que los sentidos no corran detrás de los objetos, que la mente no sea desviada por los sentidos, y que el alma controle a la mente y la utilice como un instrumento que sirva a sus propósitos. El alma tiene que restablecer su supremacía sobre la mente, en lugar de seguir siendo su esclava.

¿Por qué perdió el alma su supremacía? Debido a que perdió el contacto con el Verbo y se asoció con la mente. Por tanto, solamente hay un método eficaz para recuperar su supremacía, y consiste en conectar de nuevo al alma con el Verbo. El Verbo es audible dentro de nosotros, en el centro del ojo. Así pues, tenemos que recoger nuestra atención dispersa y ponerla en ese centro, a fin de conectar con el Verbo.

Para recoger la atención en el centro del ojo, el método más sencillo es la repetición de los cinco nombres, manteniendo así la atención ocupada con la repetición en dicho centro. Es un asunto lento. De una manera lenta y perseverante es como se consigue el éxito. Así pues, con fe y perseverancia, continúa este trabajo.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales, carta 26

Pareces estar algo preocupado por la lentitud de tu progreso. El poder –el gurú– está dentro de ti, y siempre está pendiente de que todo te resulte fácil. Ese poder tiene mucho más interés en encontrarse contigo de lo que tú nunca podrías imaginarte. La deuda kármica es de una naturaleza compleja, y es conveniente que sea pagada mientras estemos en la forma física para que después no nos detengamos en el camino interior.

Tu deber es penetrar y llamar a la puerta, y la puerta se abrirá. Este poder interior no se equivoca. Te abrirá la puerta cuando vea que ha llegado la hora. Aumenta tu amor y tu devoción, y entrégate completamente a su cuidado. El poder interior no ignora lo que estás haciendo. Está contigo y continuamente te cuida y te guía. Cuando tu amor por ese poder sobrepase a tu amor por ti mismo, y el ‘yo’ haya sido sustituido por el ‘tu’, la forma del gurú se hará visible en tu interior.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales, carta 47

Un satsangui realiza acciones sin desear su fruto y deja los resultados en la dulce voluntad del maestro. Tenemos que hacer las cosas lo mejor posible y dejar los resultados en su voluntad.

El asunto más importante para ti es el bhajan. Este es el único propósito por el que hemos venido a este mundo. El que tengas sueño quiere decir que la repetición es débil. El devoto que tiene éxito en la repetición de los cinco nombres sagrados, también lo tiene en la concentración y en escuchar la corriente del sonido.

Tu esfuerzo principal debe dirigirse a aquietar tu mente, que es el resultado de la repetición. Intenta hacerla en una sola postura, cambiándola lo menos posible. La mente no

se inmovilizará con menos de dos horas de repetición de una vez. Si practicamos la repetición mientras caminamos o hacemos un recado, o algo parecido, la mente se tranquilizará antes cuando nos sentemos para la repetición.

Mientras estás haciendo tu repetición diaria, no pierdas de vista la concentración en la forma del maestro.

... Ser capaz de ir al interior, requiere amor y fe en el maestro, y una cierta indiferencia al dolor y al placer mundano. Continúa cumpliendo con tu deber y aumentando tu amor y fe en el maestro. Eso es todo lo que puedes hacer. El maestro cumplirá con su deber de protegerte aquí y en el más allá. Nunca dudes de su misericordia y su gracia. El progreso espiritual no es monopolio de ningún individuo ni de ninguna nación.

Por favor, no dejes de leer cada día una parte de algún libro del sendero, como: *Misticismo: El sendero espiritual*, *Con un Gran Maestro en la India*, *Sar bachan*, etc. La lectura de estos libros mantiene a la mente preparada y deseosa de hacer el bhajan.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales, carta 124

Como seres humanos, nuestra grandeza radica no tanto en ser capaces de rehacer el mundo –ese es el mito de la era atómica– sino en ser capaces de rehacernos a nosotros mismos.

Mahatma Gandhi

En alguna ocasión hemos escuchado que el progreso en el camino espiritual es como disparar una flecha en la niebla. Sabes que la has disparado, pero no sabes dónde ha impactado ni hasta dónde ha llegado. Lo mismo ocurre con nuestro progreso espiritual. No podemos ver dónde estamos o cuánto hemos avanzado en el camino, porque no percibimos nada tangible.

Los maestros en Sant Mat, nos explican que cuando nos iniciamos tenemos un “nuevo nacimiento”, y esto significa que volvemos a ser niños y el maestro es nuestro padre. Tenemos que abandonarnos en las manos de nuestro padre y dejar que nos enseñe, poco a poco. Primero gateamos, luego caminamos y después corremos, etc. Finalmente, crecemos hasta poder valer por nosotros mismos y ocupar nuestro lugar en el mundo. Solo que el mundo al que se refiere, es el mundo interior.

¿Dónde estamos ahora? ¿En la etapa de gatear, en la de caminar, en la de correr? El crecimiento en el camino espiritual se produce a través del esfuerzo voluntario, y ciertamente no es fácil.

Pensemos por un momento. En lo que respecta a la vida espiritual, ¿estamos satisfechos con lo que hacemos cada día? ¿Estamos

satisfechos con lo que hemos conseguido desde que nos iniciamos? ¿Alguna vez hacemos balance y analizamos lo que hemos hecho desde que fuimos aceptados para la iniciación? ¿Creemos que cada uno de nosotros puede decir con honestidad: "He hecho todo lo que he podido?".

¡Tenemos tan poco tiempo para dedicar a nuestro viaje interior! Nuestros deberes diarios ocupan casi todos los momentos de nuestro tiempo, e incluso si tenemos tiempo libre nuestras preocupaciones no tienen fin. Siempre estamos preocupados por algo: la salud, el trabajo, etc.

Todos hemos visto en la televisión o leído en los periódicos, o experimentado de primera mano, que el mundo está lleno de miedos, odios, resentimientos y sospechas que bullen entre las distintas naciones, y se requiere una gran fe y valor para no verse afectado y mantener la actitud mental correcta.

Maharaj Charan Singh dice en el libro *En busca de la luz*:

En lugar de inculcar las virtudes de la tolerancia, el perdón y el servicio al prójimo, el mundo se está volviendo violento, intolerante y destructivo.

Hay conflictos entre las personas, familias, sociedades, países, razas y religiones. El mundo entero está lleno de preocupación, ansiedad y tensión.

Y por eso nos acostumbramos a pensar en negativo y a esperar lo peor. Día tras día, cuando vemos lo que sucede en el mundo, llegamos a la conclusión de que las cosas solo pueden empeorar. Estos pensamientos negativos hacen imposible disfrutar de todo lo bueno que está sucediendo en este momento, porque estamos viviendo y temiendo el futuro.

Pero si la preocupación tuviera el poder de resolver un problema, nos convendría preocuparnos las 24 horas del día. La preocupación, desgraciadamente, solo multiplica nuestros problemas y disgustos.

Maharaj Charan Singh añade más adelante:

Preocuparse nunca ha ayudado a nadie y nunca lo hará. Por el contrario, debilita nuestra fuerza de voluntad y nuestra capacidad para afrontar los acontecimientos. Deberíamos centrarnos en su bondad y gracia en lugar de permitir que aparezca la preocupación.

No nos preocupemos por nada, pongamos nuestra fe y confianza en el maestro y en el Shabad, y resignémonos a él.

No podemos cambiar el mundo, no importa lo que hagamos, y tampoco podemos cambiar a las personas. Solo podemos cambiarnos a nosotros mismos y nuestra propia actitud hacia los demás y los acontecimientos.

Maharaj Charan Singh dice algo significativo en el mismo libro:

Nadie puede hacernos ningún bien ni causarnos ningún mal, ni tampoco ninguna persona puede proferir insultos contra nosotros u otorgarnos honores. El maestro mueve las cuerdas desde dentro y hace que las personas se porten con nosotros según nuestros karmas.

Así que si entendemos lo que el maestro nos está diciendo, nos daremos cuenta de que es nuestra propia actitud hacia los demás la que debe cambiar. Todo lo que sucede o nos sucederá en el futuro, ya está ordenado.

Somos responsables de todo lo que nos ocurre. Los karmas que tenemos que pasar en esta vida fueron escritos antes de llegar a este planeta. Ahora estamos donde está destinado que estemos, y nadie puede hacernos daño o concedernos regalos a menos que sea parte de nuestro patrón kármico para esta vida.

Las enseñanzas de Sant Mat son muy simples, pero seguirlas es mucho más difícil de lo que parece. Es una lucha constante con la mente, y tenemos que cambiar toda nuestra manera de vivir y nuestra actitud hacia la vida. Seguir Sant Mat, dicen los maestros, requiere una transformación completa.

Una de las primeras cosas que debemos hacer es liberarnos de todos los sentimientos de resentimiento, antagonismo, odio, envidia y emociones similares. Estas emociones frenan nuestro progreso. ¿Con qué frecuencia nos dejamos llevar por algo que alguien hace o dice, o por algunas cosas que ocurren en nuestro país? Almacenamos algunas imágenes en nuestra mente, y cada vez que pensamos en esas cosas invocamos los mismos malos sentimientos. Empezamos a ‘echar humo’ y a dar nuestra versión de lo que debería pasar y nuestra opinión de lo que pensamos de esta o aquella persona, o de cómo debería dirigirse el país.

Si podemos cambiar nuestra actitud manteniendo la calma, entonces en lugar de que las cosas nos irriten constantemente, conseguiremos que nuestra mente esté libre para hacer simran. En una ocasión, en una sesión de preguntas y respuestas le preguntaron a Maharaj Charan Singh por qué es tan fácil para nosotros criticar, juzgar y herir a otras personas y tan difícil admitir nuestros propios defectos, a lo que él respondió aunque no de manera textual, que no miramos hacia dentro; sino que siempre miramos a los demás, cómo se comportan.

Nunca tratamos de ver lo que somos, cómo nos comportamos y dónde estamos. Solo nos preocupa dónde están los demás.

Queremos que sean perfectos, pero nosotros no somos perfectos. No estamos predispuestos a juzgarnos a nosotros mismos, pero siempre estamos ansiosos por juzgar a los demás. Por tanto, debemos volvernos íntegros, debemos ser puros... Si nos juzgamos a nosotros mismos nunca tendremos tiempo para juzgar a los demás, y tenemos mucho que juzgar y mejorar en nosotros.

Así que debemos ser positivos, ser fuertes, mirar nuestros propios defectos en lugar de mirar los de los demás. Cuando no nos preocupamos por lo que hacen los demás o por lo que ocurre en el mundo, nuestra mente queda libre para meditar y estar en silencio. Siempre habrá personas más fuertes que nosotros, y siempre algunas más débiles que nosotros también. Estamos conectados unos con otros. Nuestras vidas están unidas. Hay una sola corriente de amor que nos atraviesa a todos. Tenemos que elevarnos por encima de las cosas insignificantes de la vida cotidiana, y ser conscientes de nuestra espiritualidad y nuestro objetivo en todo momento. No podemos obtener resultados positivos si tenemos una actitud negativa.

Independientemente de lo que ocurra a nuestro alrededor, debemos recordar que nuestro destino individual ya ha sido planeado, y que en nuestras vidas solo ocurrirá lo que está escrito. Si hemos sido iniciados, nuestro maestro está a cargo de lo que nos sucede ahora y de lo que nos sucederá en el futuro. Así que debemos intentar no preocuparnos. Él nunca nos dará más de lo que podamos soportar.

Finalmente, en una hermosa carta del libro *En busca de la luz*, Maharaj Charan Singh pone de relieve dentro del contexto general de las enseñanzas en el que nos encontramos como discípulos, que nuestra tarea es esforzarnos por conquistar a nuestra mente, y a nosotros mismos. Independientemente de las constantes dificultades que ya están en nuestro destino y que no podemos cambiar,

debemos seguir adelante enfocados en el esfuerzo, cosa que sí está en nuestras manos:

No te dejes cándidamente descarriar por la mente. Sant Mat no predica nuevos senderos, no consiste en ritos y ceremonias. Se limita a mostrar el camino que se extiende por el interior de todo ser humano para retornar al Señor; camino, o sendero, que ha sido creado por el mismo Señor. No es una religión institucionalizada, que podamos descartar un día para seguirla más tarde. Procura entender lo que es Sant Mat, y qué profundo significado encierran sus fundamentos.

La mente es el único adversario que tenemos que dominar, y esto no es cuestión de días, ni siquiera de años. “Se necesita una vida entera para hacerse digno de estar entre los brazos del amado”, dice un místico sufí. Te basta con pensar por cuán largo tiempo la mente ha estado disfrutando de los placeres de los sentidos en este mundo: siempre desde que comenzó la creación. Y puedes deducir por ti mismo cuánto tiempo llevará y cuánto esfuerzo exigirá el cambiar ahora este hábito de la mente.

Sant Mat no interfiere en la vida que estamos llevando en este mundo material; esa está regulada por nuestro destino. Este sendero ha sido designado únicamente para la realización de Dios. ¿Cómo habríamos de posponer el tiempo de la meditación para el futuro, siendo este tan incierto y no teniendo nosotros absolutamente ningún control sobre él? El hombre propone, pero Dios dispone. Cada respiración que efectuamos sin pensar en el Señor, es tiempo perdido. Cada día es un nuevo paso hacia el fin de esta vida. El tiempo es breve, y tenemos mucho que hacer. No sigas la voz de la mente, que está siempre dispuesta a sacarnos del sendero.

(...) Dedicar a la meditación todo el tiempo que puedas, sin esperar ningún signo visible de progreso. Este no está en nuestras manos, sino en las manos de un poder superior. Nuestra obligación es permanecer a la puerta del Señor como mendigos, y pedir su gracia y misericordia.

Una carta maravillosa, llena de claridad y positividad. Recordemos sus palabras en medio del mundo en el que estamos destinados a vivir, no permitamos que nada nos lleve al lado negativo de la vida, sigamos sus sabios consejos. Tenemos mucho que agradecer, y *nos queda mucho por mejorar.*

No puedo enviarte un mensaje mejor que el de recordarte lo que el maestro te dijo en el momento de la iniciación: La vida es preciosa y solo después de miles de años te ha llegado el turno de nacer como ser humano. Esta oportunidad no debe perderse, y cada minuto que puedas dedicar a tus deberes debes dedicarlo al simran para que pronto puedas entrar, y así terminar tu ronda de nacimientos y muertes.

Maharaj Charan Singh. Luz sobre Sant Mat

Oh Señor, ¿cuándo estarás tan cerca de mí
como lo está el agua del pez?

Así como una vida feliz
es legado de toda criatura (...),
similarmente, oh Señor misericordioso,
ruego crees en mi interior
el deseo en mi mente por el amor divino.

The Teachings of Goswami Tulsidas

Maharaj Ji ponía siempre gran énfasis en lo referente al bhajan y simran. En 1920, cuando ocupé un alto puesto en el gobierno del estado de Kapurthala, escribí a Hazur agradeciéndole su gracia por haberme concedido ese empleo, y él respondió:

Mi querido Babu Daryai Lal: Radha Soami.

Que la gracia del satgurú se derrame sobre ti.

He recibido tu cariñosa carta, y me alegra saber que has conseguido un empleo bueno y cómodo. Ahora que el Señor te ha dado desahogo y bienestar material, te corresponde hacer tu meditación; pues sin la meditación el alma no encontrará ni paz ni lugar de descanso alguno.

En los asuntos mundanos el satsangui procura ser puntual, trabajador y aplicado. Sin embargo, cuando se trata de la meditación, recibo cartas pidiéndome que me encargue de

hacer el bhajan por ellos. No, esta no es la actitud correcta. Este no es el verdadero discipulado. Si un satsangui no es negligente en sus ocupaciones mundanas, tampoco debe serlo en su meditación. Es una lástima que se descuide la meditación, la cual constituye el principal deber del satsangui. Profundamente interesados por lograr el éxito en sus empleos mundanos, le dirigen a Dios fervorosas plegarias, mientras falta el interés por la meditación. Esto se debe a que los trabajos mundanos se consideran importantes, y el deber real –la meditación– se toma a la ligera.

Del mismo modo que atiendes a los asuntos mundanos con entusiasmo y diligencia, así también debes practicar la meditación con amor y regularidad. Comienza hoy. Fija una hora para tu meditación diaria y atente a ella. La meditación solo se puede hacer si eres puntual. Si faltas a la meditación, considera que no has ganado el sustento para ese día. Esta es la manera de controlar la mente, esta es la receta para curar su rebeldía.

Querido hijo, pon esto en práctica.

Mantén tu mente en la meditación durante todo el día, incluso cuando estés yendo de un lado para otro y trabajando.

Radha Soami del sangat,
Sawan Singh, 3 de noviembre de 1920

El cielo en la tierra
