

CAMINO REAL

1 • 2026

Radha Soami Satsang Beas
Habla Hispana

CONTENIDO

- 03 Preparación para el viaje final
- 06 La búsqueda
- 07 Hoy, el todo del que disponemos
- 17 Cartas espirituales
- 20 El único viaje que vale la pena
- 24 La parábola de los talentos
- 27 Caminos de búsqueda
- 29 Abrir el corazón al amor
- 38 Reflexiones
- 39 La fortuna de poder meditar
- 43 El maestro responde
- 45 Sed de eternidad

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 © 2026 Fundación Cultural RSSB Andalucía (España)

*Porque sabemos que si nuestra morada
terrestre, este tabernáculo, se deshiciere,
tenemos de Dios un edificio,
una casa no hecha de manos,
eterna, en los cielos.*

2 Corintios 5:1

Estamos demasiado absortos en el mundo y sus objetos. Nuestra mente no tiene tiempo ni espacio en su agenda diaria para considerar ninguna otra cosa. Como el corcho de una botella lanzado al océano, nuestra mente va y viene al capricho de las olas de los sentidos. Como un mono, nuestra mente jamás se está quieta. La mente se halla completamente absorta en cualquier cosa que experimente fuera de sí misma. Cada uno de sus poros está lleno hasta el borde de los placeres de los sentidos. Continuamente estamos siendo bombardeados por las promesas del mundo.

Nuestra interminable actividad mental se refleja en lo obsesionados que estamos con nuestra familia, nuestros amigos, nuestro trabajo y nuestras posesiones. Pero ¿es que esto nos pertenece realmente?

Sabemos que al morir nada irá con nosotros, que tendremos que abandonar nuestros cuerpos y dejar todas las cosas que hayamos acumulado, que nada ni nadie de este mundo han acompañado ni acompañarán nunca a las personas más allá de la muerte, ni jamás lo harán. Abandonaremos todos los bienes que hemos acumulado y diremos adiós a nuestros seres queridos. Lo

queramos o no, todo lo relativo al mundo físico tiene que abandonarse a la hora de la muerte.

En teoría sabemos todo esto, pero ¿no es posible que cuando venga la muerte veamos que nos hemos equivocado, que las cosas que considerábamos reales no eran sino una sombra de la realidad? ¿Es posible que nos demos cuenta de que la vida es algo más que lo que acabamos de pasar?

... La mayoría de la gente convendrá en que es una práctica normal hacer preparativos cuando vamos a viajar a otro país. Por lo menos, consideramos y tomamos medidas respecto a los medios de transporte, y decidimos dónde vamos a ir. Somos tan precavidos en estas actividades mundanas, que rara vez emprendemos un viaje importante sin hacer previamente toda clase de preparativos. Y, sin embargo, para ese viaje que todos hemos de emprender muy pocas personas se preparan. ¿Quién se detiene a considerar adónde conduce ese viaje a través de la muerte o cómo hay que prepararse para que resulte más cómodo?

Para resolver el enigma de la muerte, los filósofos no han escatimado esfuerzos a lo largo de los siglos. Pero el hecho es que falla el entendimiento. Tanto los cultos como los ignorantes son incapaces de encontrar las respuestas. ¡Cuántas personas deben haber pensado lo satisfactorio que sería si alguien regresara del más allá para contarnos sus experiencias reales! Nosotros tenemos ideas sobre lo que significa la muerte, pero son solo eso, ideas o sueños de nuestra imaginación: sueños dorados para tranquilizarnos en esa tenebrosa certeza del final de la vida de cada persona.

Los santos y los maestros espirituales verdaderos han descifrado el misterio de la muerte. Mediante el trabajo que hacen en ellos mismos y con el control que ejercen sobre su consciencia, pueden salir todos los días del cuerpo humano y viajar a otras dimensiones.

Aprendiendo de ellos, nosotros también podemos conseguir los conocimientos necesarios para triunfar sobre la muerte.

Los santos nos enseñan que no hay que temerle a la muerte. Esta solo es el nombre que se le da al proceso en el que el alma abandona el cuerpo. La muerte es simplemente la separación del alma del cuerpo y su entrada en las regiones sutiles. Tan solo es el abandono de nuestro cuerpo. Eso no significa aniquilación. Después de la muerte *hay* vida.

Esta materia ha sido tratada extensamente por los santos. Ellos describen el método de pasar de un nivel de existencia a otro. Siguiendo el método de meditación enseñado por ellos, el discípulo aprende mientras vive a atravesar la puerta de la muerte y regresar al cuerpo a voluntad.

Solo una persona que antes de la muerte haya viajado por los reinos sutiles puede comprender esa realidad; únicamente la experiencia puede transmitirle lo que es.

Espiritualidad básica

Paseé por el jardín de un hombre rico en una mañana soleada,
donde las flores en ciernes, espiando al jardinero, susurraban:
“Hoy él corta las flores ya florecidas; mañana nos tocará a nosotras”.
Y yo pensé: ¿Quizás pronto me toque a mí?

Con los ojos abiertos de par en par, veo a mis amigos perecer.
Ellos también me verán partir algún día.
¡Oh, si pudiera encontrar a Uno que me liberara
de esta rueda trágica del nacimiento y la muerte!
¿Podría hallar a Uno que me instruyera
sobre los problemas profundos de la vida,
y me dijera por qué me ahogo en este mar de terror?

... ¿Podría yo encontrar a Uno que me revelara
el secreto de la razón de la creación,
que derramara su gracia, me hiciera suyo,
y me alejara de este apuro mortal?
Busqué a un amante del Señor,
pero no pude encontrar a ninguno.
Solamente aquel que ama al Señor
puede encontrar a aquellos que están buscando amor.

... Por incontables eras he sido un pecador,
cada partícula en mí está llena de suciedad.
Pero Dador de dicha, destructor de la melancolía es tu nombre.
¡Oh, rescátame de este valle de la muerte interminable!
Oh Señor misericordioso,
rezo con las manos juntas para que me concedas la alegría
de la compañía de tus servidores;
que con tu misericordia infinita me guíes en humildad
a sus sagrados pies.

Extracto del poema: La búsqueda. Kabir. The Great Mystic

Enséñanos de tal modo a contar nuestros días,
que traigamos al corazón sabiduría.

Salmos 90:12

A continuación, se narra una historia breve tomada del libro *Cuentos del Oriente místico*, que nos habla de un niño que está frente a una hoguera viendo cómo el fuego consume las ramas y troncos de madera, y esto lo lleva a plantearse importantes cuestiones. Dice así:

En tiempos de Gurú Nanak Sahib, sus seguidores solían cantar cánticos devocionales durante las primeras horas de la mañana, mientras permanecían sentados ante su amado maestro. El gurú observó que un niño asistía regularmente, y se quedaba de pie silenciosamente detrás de los discípulos mientras duraban los cantos.

“¿Qué es, hijo –le preguntó el gurú–, lo que te trae aquí todos los días tan temprano por la mañana? A esta hora deberías estar durmiendo. Y ¿por qué te interesa el canto de himnos, hermanito? Deberías estar más interesado en jugar con tus amigos”.

El niño miró seriamente y con los ojos muy abiertos al respetado gurú.

“Mi madre me pidió una vez que llevase leña para el fuego –respondió–, y que lo alimentase para que se mantuviera

encendido. Mientras contemplaba las llamas, observé que las ramas más jóvenes y más pequeñas se quemaban y desaparecían mucho más rápidamente que las más viejas y gruesas. Desde entonces le temo a la muerte, porque podría llegarme a mí antes que a las personas mayores. Por eso me gusta vuestra compañía”.

A Gurú Nanak le encantó la sabiduría del niño.

Desde ese día, llamaron al niño Bhai Buddha, o Hermano Sabio. Vivió hasta la época del sexto gurú, Gurú Hargobind. Y fue respetado por su sabiduría por todos los gurús.

La idea de fondo en esta historia es que la muerte puede ocurrir en cualquier momento. Y con ello poner fin a todo lo que conocemos como la experiencia de la vida.

El impacto que generan estas líneas es hacernos “pensar”, algo que normalmente, en el transcurrir del día a día, no hacemos. Como iniciados o seguidores de un camino espiritual cuyo objetivo es volver al Padre después de trascender los dominios de mente y materia –lo cual no es una tarea pequeña–, no deberíamos pensar en que mañana o en el futuro haremos las cosas que son importantes para nosotros (la meditación). El momento es ahora; *hoy es el todo del que disponemos*.

Cuando este niño constata que las ramas jóvenes prenden y desaparecen de inmediato, abrasadas por el fuego, entonces, ante la inseguridad, la incertidumbre y el desconocimiento que le provoca este hecho, busca rodearse de forma instintiva de lo que le reconforta: la devoción, el amor a Dios. Observamos cierta intuición, sabiduría y madurez en este niño que le impulsa a inclinarse del lado de Dios, de la devoción; aquello que pertenece a su interior –el alma–, y que él considera más estable y duradero.

¿Es esta, en profundidad, la razón por la que las personas se acercan a la espiritualidad? ¿Darse cuenta de lo efímera que es la vida, al fin y al cabo? ¿El temor a la muerte? ¿La incertidumbre y el desconocimiento de algo tan trascendental que pone fin a la vida que conocemos?

Los místicos nos explican que es el desconocimiento lo que hace que la muerte nos provoque miedo e inseguridad. Es como estar en una habitación oscura, sin luz alguna, y esa situación nos crea inseguridad y miedo; sin embargo, si encendemos una pequeña luz, empezamos a ver lo que hay en la habitación y vamos ganando confianza y seguridad, hasta que el miedo llega a desaparecer. Así que es el desconocimiento, la ignorancia sobre la muerte, lo que puede causar esas emociones. De ahí que la alternativa que nos dan los místicos es conocer en vida qué es la muerte para evitar que sea una experiencia angustiosa. En el libro *El sendero de los maestros* leemos:

La humanidad teme a la muerte porque no la entiende. Es como un niño que llora en la oscuridad; tiene miedo porque no puede ver lo que hay. La gente teme la muerte porque no sabe lo que implica (...) los maestros saben lo que significa y están listos para impartir su conocimiento a todos los que los escuchen (...) y están dispuestos a mostrar exactamente (...) cómo adquirirlo.

... Los maestros y muchos de sus discípulos atraviesan diariamente las “puertas de la muerte”. (...) Todo esto lo hacen con plena consciencia, como resultado directo de la práctica del Surat Shabad Yoga.

A través de la meditación aprendemos a recoger y aquietar nuestra atención en el centro del ojo espiritual. Una vez que podemos mantenerla en dicho centro, nos volvemos receptivos al Shabad, escuchamos el sonido interior y, al apegarnos a él, nos desapegamos automáticamente del cuerpo y de los sentidos.

Si somos capaces de retirar nuestra consciencia al centro del ojo y apegarla al Espíritu interior, morimos en vida. Y si morimos en vida, conseguimos la vida eterna.

Después de vaciar el cuerpo y llegar al centro del ojo, empieza el verdadero viaje de regreso del alma a su hogar original. Cuando toda la conciencia vital abandona el cuerpo inferior y atraviesa el tercer ojo, estamos fuera del cuerpo y entramos en el mundo astral. Esta es la forma de conocer, mientras vivimos, lo que nos aguarda cuando llegue la muerte definitiva. *“Y cuando llegue ese momento, la concentración que hayamos obtenido en la meditación le dará fuerza y dirección a nuestra mente y a nuestra alma”*, como leemos en el libro *Meditación viva*.

Hazur Maharaj Ji responde en el libro *Muere para vivir* a la siguiente pregunta de un discípulo: “¿Cómo puede alguien estar seguro de que irá a las mismas regiones, a los mismos lugares a los que fue durante su meditación, cuando el alma abandone el cuerpo?”. Y el maestro responde:

La meditación es la forma de estar seguro. En realidad, la meditación es un proceso de morir diariamente. La meditación no es más que una preparación para abandonar el cuerpo (...) Antes de representar tu papel en un escenario, lo ensayas muchas veces, solo para perfeccionarlo. Similarmente, la meditación es un ensayo diario para morir, para perfeccionarnos en cómo y cuándo morir.

A veces, como discípulos de mente inquieta y acostumbrados a cuestionarlo todo, hemos llegado a plantearnos la misma pregunta que se le hizo a Hazur Maharaj Ji y que está escrita en *Muere para vivir*: “Durante la muerte natural, la gente entra en coma y se vuelve inconsciente; por tanto, ¿qué control puede tener?”, es decir, qué grado de conciencia o dominio puede realmente conservarse en ese momento. Y entonces, el maestro responde:

Si tenemos el hábito de hacer simran y hemos hecho algún progreso interior, entonces, incluso estando en coma, podemos estar en contacto interiormente con el sonido y la luz. 'El cuerpo está en coma, no la consciencia'; por lo tanto, dependerá de la persona. La mente se pondrá a meditar en ese momento solo si tienes el hábito de meditar. No podemos decir: Bueno, en ese momento ya haré la meditación y mantendré mi mente en el simran, pero ahora no hay necesidad de que lo haga.

Entonces, en ese momento, la mente no meditará para nada. Los pensamientos del mundo, los deseos reprimidos del mundo aparecerán ante nosotros y la mente no repetirá el simran si no tenemos el hábito de hacer simran, si no tenemos el hábito de meditar. Si tenemos el hábito de meditar, entonces, incluso estando en coma, contactaremos con el sonido.

La certeza de la muerte puede convertirse en un estímulo positivo para cumplir con nuestro deber espiritual, para ser disciplinados y hacer lo que el maestro nos ha pedido. No deberíamos desperdiciar el tiempo pensando que la vida es infinita. Los maestros nos llaman a despertar, a dejar de buscar donde no hay más que cambio, vacío y temporalidad, y a prepararnos: dirigir nuestra atención hacia el centro del ojo, donde podemos experimentar la unidad con Dios a través de la concentración.

Además del desconocimiento, hay otro factor alrededor de la muerte que también nos desasosiega y nos hace perder el equilibrio, a no ser que tengamos cierta preparación espiritual: la inevitabilidad. "Destino es destino"; lo que tenga que ocurrir, el ser humano no puede cambiarlo. Por más esmero y empeño que ponga, llegada la hora, si es el momento, la persona partirá irremediabilmente.

Claro, este mundo material y tecnológico, lleno de grandes inventos, nos hace creer falsamente que podemos cambiar muchas

de las penalidades que se ciernen sobre el ser humano. Actuamos modificando factores de la naturaleza; la ciencia interfiere o transforma aspectos importantes de la vida. Tenemos el hábito de considerarnos voluntades libres que dominan el universo, y esa idea se extiende también al hecho de la muerte. Por eso, cuando alguien querido cercano nos deja o incluso cuando pensamos en nuestra propia muerte, seguimos el mismo patrón de comportamiento que frente a los acontecimientos del mundo: nos resistimos a aceptarla. Sin embargo, como dicen los místicos, la vida y la muerte no están en nuestras manos, sino en las manos de Dios. Todos tenemos un destino.

El Gran Maestro en *Joyas espirituales* explica:

Antes de que el niño salga del vientre de su madre, su destino se graba en su frente, sus manos y sus pies. Es el resultado de nuestras propias acciones realizadas en nuestra vida pasada. Todo lo que sembramos entonces lo tenemos que recoger ahora. Esto no se puede cambiar. El sabio lo soporta con paciencia y hasta con buena voluntad, y el necio llora, aunque lo tiene que sufrir de todos modos.

En efecto, como explica el Gran Maestro, todo está grabado en nuestra frente; hay un día para nacer y otro día para morir. Ahí vemos, entonces, hasta qué punto hemos olvidado que esta creación está regida por un orden dirigido por un sabio poder, al que llamamos Dios o Espíritu, y que nosotros no estamos por encima de él. Aceptar esta voluntad es nuestra mejor opción, y eso debe ayudarnos también a enfrentar con mayor ecuanimidad el hecho de la muerte, la partida final. Esa aceptación puede traer más sensatez al morir, y permitirnos entender que el nacer y el morir son factores naturales de la vida que Dios nos ha otorgado. En consecuencia, podremos asumirlos con más naturalidad y menos afectación, siempre que exista esa comprensión. Esto requiere, además, humildad y menor ego.

De hecho, hay culturas que tienen la muerte más presente o integrada en la vida cotidiana, y su forma de vivir refleja mayor levedad y desprendimiento al despedirse de sus seres queridos. También, su actitud frente a la pérdida de objetos o posesiones es distinta.

Por ejemplo, en el budismo tibetano, la práctica de la meditación sobre la impermanencia fomenta desapego y serenidad; en el Antiguo Egipto, la vida terrenal se vivía con conciencia de la trascendencia; y en todas ellas, la muerte se integra a la vida diaria evitando dramatismos.

Sin embargo, miremos donde miremos, es siempre la meditación de manera universal –el trabajo de retirar la atención del cuerpo, de lo material y mental–, lo que nos ayuda al desprendimiento y al desapego, a evitar el sufrimiento y a vivir menos obsesionados y preocupados.

Como consecuencia, los místicos nos dicen que podemos ser más felices y estar menos preocupados y obsesionados por todos nuestros seres y posesiones.

El Gran Maestro explica en el libro *La llamada del Gran Maestro* que no tenemos ni que desear la muerte ni temerla, sino aceptarla. Kabir dice: “Yo amo la muerte que el mundo teme”. Un satsangui no debería anhelar la muerte ni tampoco temerla cuando llega. Debería resignarse enteramente a la voluntad del maestro. “Muy pocos saben cómo morir. Solo quien sabe cómo vivir sabe cómo morir”, dijo el maestro.

Y proseguía explicando al grupo de discípulos que lo escuchaban, que dejamos de lado el “morir en vida”, siendo la verdadera finalidad de la existencia humana y, en su lugar, vivimos arrastrados por los deseos y pasiones, sin comprender el propósito real de

la vida. Así la desperdiciamos, comportándonos como mendigos en vez de como seres extraordinarios, herederos de una riqueza interior maravillosa: reconocernos a nosotros mismos, conocer a nuestro Creador y regresar a nuestro origen. Esta rara oportunidad, obtenida tras incontables existencias, no debería malgastarse.

Por tanto, el tránsito entre la vida y la muerte depende de nuestro esfuerzo y evolución individual, del destino y del grado de apego a la creación, junto con la gracia del maestro que es completamente inseparable de este proceso. Y solo podríamos decir que desprenderse de esos apegos puede ser doloroso si no nos hemos esforzado en vida; en cambio, si hemos ido adquiriendo la habilidad de retirarnos al centro del ojo, habremos alcanzado el suficiente desprendimiento de las ataduras al cuerpo y podremos fácilmente afrontar ese momento.

Hazur Maharaj Ji responde a una discípula cuando pregunta: “Maestro, ¿es dolorosa la muerte de un satsangui?”. Y él responde:

Si se ha realizado progreso en el interior, será más fácil afrontarla. Si ya hemos ensayado cómo morir, la muerte deja de ser un problema.

Continuando con la pregunta, la discípula insiste: “¿Se desapega la mente por sí misma a la hora de la muerte, como resultado de la meditación?”. Y el maestro responde:

Hermana, por eso se nos dice que, poco a poco y de una manera gradual, tenemos que ir retirándonos al centro del ojo. Si colocamos un trozo de tela sobre un arbusto lleno de espinas y tiramos de él, lo destrozaremos. De la misma manera, si nos retiramos de golpe al centro del ojo será muy doloroso. Por esta razón, los santos siempre nos aconsejan que intentemos ir retirándonos poco a poco, que vayamos

quitando las espinas de una en una, y así podremos recuperar el trozo de tela. El proceso es muy lento, pero solo así deja de ser doloroso. Pero si de repente tenemos que retirarnos, naturalmente será doloroso. Por lo tanto, el consejo que se nos da es que intentemos retirarnos poco a poco.

Hazur Maharaj Ji nos explica en *Perspectivas espirituales, vol. III*:

Toda nuestra meditación no es otra cosa que una preparación para el momento en que el alma abandone el cuerpo. Y debemos preguntarnos: Si hemos dedicado nuestra vida a esta práctica, ¿por qué, llegado ese instante, habríamos de gritar y llorar? Más bien, deberíamos alegrarnos de que ahora se haya materializado la oportunidad de lograr aquello a lo que nos hemos dedicado toda nuestra vida. Así que el miedo a la muerte no debe surgir en nosotros.

Los maestros nos hablan del lado bello de la vida y nos recuerdan que “la vida es para vivirla”. Pero al mismo tiempo insisten en que no debemos olvidar el verdadero objetivo: aprovechar esta rara oportunidad que nos ofrece la forma humana. Tomados de su mano podemos ser realmente felices, siempre que mantengamos el equilibrio. De lo contrario, seremos como la abeja que, al caer en un tarro de miel, se ahoga en aquello mismo que la atraía.

Esto significa que debemos disfrutar de la vida, pero sin perder de vista la meta espiritual. No se trata de renunciar al mundo, ni de vivir como reclusos o ascetas apartados de la sociedad. Al contrario, se trata de vivir como seres humanos plenos y bondadosos, reflejando la verdadera naturaleza que nos ha sido dada y orientando cada paso hacia ese propósito superior. Hazur Maharaj ji dice en *Perspectivas espirituales, vol. III*:

Tenemos que estar en el mundo cumpliendo nuestros deberes, pero nuestros corazones han de estar en el lugar

al que pertenecen. Si una abeja se posa en el borde de un tarro de miel, disfrutará de su sabor y podrá volar con las alas secas. Si la abeja salta al interior del tarro de miel, ni podrá saborear la miel ni podrá salir de él; morirá.

Si mantenemos nuestra atención, nuestra mente, nuestro corazón en el Señor, podremos disfrutar del mundo. Si nos olvidamos de él, el mundo entero se convertirá en un lugar de sufrimiento, pues entonces estaremos enamorados de las cosas que el Señor nos da, pero olvidados del Dador.

Lo que realmente vale la pena en la vida no son los bienes, los placeres ni los afectos pasajeros, sino la devoción y el amor a Dios. Los místicos nos recuerdan que estamos atrapados en los deseos del mundo y, mientras vivimos, olvidamos que la muerte llegará. Día a día vemos partir a amigos y seres queridos sin que nada de lo que poseían pueda seguirlos. Por esta razón, podemos preguntarnos si alguna vez hemos imaginado realmente la hora de nuestra muerte. ¿Quién nos ayudará entonces? ¿Quién nos prestará apoyo?

Salvo el maestro, nadie nos pertenece. Al observar la creación, comprendemos que solo lo eterno es nuestro: el Señor supremo. Aquellos que consideramos cercanos pueden abandonarnos en cualquier momento, pero lo divino permanece. Este entendimiento se refleja en la historia inicial del niño Bhai Buddha, quien comprendió desde muy temprano la fragilidad de la vida y se orientó hacia la devoción, buscando refugio en la compañía del gurú. Su ejemplo nos enseña que la conciencia de la muerte no debe paralizarnos, sino guiarnos hacia lo que realmente importa: esforzarnos por conquistar a la desconocida muerte y, así, acercarnos a nuestra meta definitiva de unión con nuestro Creador.

Un verdadero maestro nos capacita para ser mejores personas, más amables, más eficientes, más amorosas, y para cumplir mejor con nuestras obligaciones diarias. Nos ayuda también a elevar nuestra conciencia sobre las esferas de la mente y la materia. Siguiendo sus instrucciones contactamos interiormente con la energía de Dios. Es la magia de esta energía la que nos libera de todas nuestras limitaciones.

Espiritualidad básica

Puedo comprender bien el estado de ánimo en el que fue escrita tu carta. También percibo algo de la conmoción y el tumulto del agitado período de la vida por el que estás pasando. El profundo sentimiento de soledad del que te quejas no es una experiencia individual tuya. Es común y natural a todos los seres humanos, especialmente a tu edad. Mi propia experiencia es que incluso aquellos que poseen todo lo que vale la pena tener en este mundo son a veces víctimas de este sentimiento. Intentamos escapar de esta soledad aferrándonos a diversas personas y objetos, pero tarde o temprano nos damos cuenta de que, en realidad, nada nos pertenece en este mundo.

A pesar de ser felices poseedores de riqueza, bienes, amigos y familia, seguimos sintiendo que nos falta algo, y nos sentimos solos y sin compañía. Este constante sentimiento de soledad y de que algo falta es, en realidad, la sed oculta y no saciada, y el anhelo del alma por su Señor. Persistirá

siempre mientras el alma no regrese a su antiguo hogar original y se encuentre con su Señor.

Solo entonces encontrará la verdadera satisfacción y la paz eterna. Este sentimiento ha sido puesto deliberadamente en el corazón del ser humano. Si esta inclinación natural del alma hacia su Señor no existiera, tal vez nadie se volvería hacia el Creador en busca de consuelo y paz. Es este sentimiento el que nos hace retroceder de la loca carrera de vivir y morir en la que todos nos vemos envueltos.

Quizás esta perspectiva espiritual y filosófica sea aún demasiado temprana para ti, así que mi consejo es que no tomes la vida demasiado en serio.

Este mundo es un gran escenario y todos somos actores en él. Al transitar por la vida, por favor, nunca olvides que todo es una actuación y que no hay realidad en ello. Si este pensamiento permanece siempre en nuestra mente, nuestro tiempo pasará de forma comparativamente más feliz.

También creo que has llegado a una edad en la que se siente cierta incomodidad al enfrentar la vida en soledad. Así que, si encuentras una pareja adecuada con quien compartir los altibajos de la vida, te sentirás más ligera y este sentimiento de soledad se reducirá mucho. Sé que los consejos rara vez se aprecian y pocas veces resultan de mucha utilidad. Uno siempre aprende las lecciones de la vida a través de sus propias experiencias personales.

En la tormenta y el estrés de la vida, la devoción a Dios resulta ser una verdadera roca donde la barca sacudida por la tempestad encuentra refugio. Solo en este puerto seguro se halla resguardo de los huracanes y tempestades que

rugen en el océano de la vida. Fue con este propósito que te envié varios libros sobre temas espirituales.

Al leer tu carta, también me sorprendí un poco. Creía que eras una joven con gran confianza en sí misma, y que no se dejaría perturbar fácilmente por los golpes de la vida. Sin embargo, por favor, no te preocupes. Dios está siempre contigo para ayudarte, guiarte y protegerte. Vive tu vida con alegría y mantén siempre una actitud feliz ante ella.

En busca de la luz. Carta 10

La frase 'lo que está escrito en la frente' es la manera oriental de decir 'lo que está en el destino de una persona'. Por favor, no lo tomes literalmente, ya que esto no puede verse con los ojos físicos. Es lo mismo que la expresión de que nuestro destino está escrito en nuestras manos y pies, lo cual solo puede leerse correctamente por alguien que realmente conoce esta ciencia. Cada mano es diferente y hay tantos factores involucrados que resulta prácticamente imposible leerlo todo con exactitud. Cuando ni siquiera hay dos briznas de hierba iguales, ¿cómo podría haber una regla fija para leer el destino completo de una persona?

Si un satsangui practica su meditación con regularidad, aunque solo haya logrado hacerlo durante un corto período, con seguridad el maestro le informará de la proximidad de su muerte. Pero en el caso de quien no practica bhajan ni simran en absoluto, depende enteramente del maestro si decide informarle o no. A quien medita con constancia, a veces se le comunica este acontecimiento muchos meses antes de su partida de este mundo, y espera ese día como se espera la fecha de la propia boda.

Luz divina. Carta 203

| Para mí el vivir es Cristo y el morir es ganancia.

| Filipenses 1:21

La vida es un proceso de aprendizaje. La existencia humana es un aula. Nuestro campo de estudio es nuestra propia evolución espiritual: cómo convertirnos en mejores seres humanos, cómo elevar nuestra conciencia espiritual. Y hay, se debe presumir, un propósito divino oculto en este proceso. Debe haber una razón por la cual el Ser único –un ser de puro amor– ha creado un mundo aparentemente imperfecto.

Aunque no podemos esperar que esa razón se exprese en términos humanos, debe haber alguna intención detrás de todo el sufrimiento y la lucha. Algo relacionado con haber sido enviados a la creación, con olvidar nuestra Fuente, con experimentar el dolor y, finalmente, con volver a nuestro hogar divino. Toda la experiencia, con su luz y su oscuridad, debe tener un valor intrínseco.

Desde una perspectiva superior, nadie tiene la culpa de lo que ocurre aquí. “El mundo entero es un escenario”, una ilusión. No tiene realidad duradera. El Ser único ha escrito –y sigue escribiendo– el guion completo y ha creado a todos los actores. Su propósito no es humano, sino algo mucho más allá de nuestra comprensión. Ha hecho a un hombre genio, a otro necio; a uno tirano y asesino, a otro defensor feroz de la justicia y los derechos humanos. Se juega un equilibrio entre la luz y la oscuridad, y el juego continúa. El Ser único es un dramaturgo que incluso ha hecho que algunos actores lo insulten. Es un general que comanda ambos ejércitos, cuyos soldados son seres vivos, partes de sí

mismo que pueden llegar a realizar el Todo. Ese es un aspecto esencial –quizá el propósito principal– de su juego.

En el conjunto de la existencia, incluso la muerte física carece de verdadera importancia. El alma sigue su camino. El bien y el mal, la muerte y el renacimiento, son dos caras de la misma moneda: la separación del Divino. La muerte es necesaria para que haya nueva vida. Ningún cuerpo físico vive para siempre. Tarde o temprano se desmorona. Y así todos giramos en el ciclo de muerte y renacimiento hasta que el sufrimiento se vuelve demasiado para soportarlo, y escuchamos la llamada hacia el hogar, el faro que nos guía hacia la luz.

Esto no significa que no haya lugar para la compasión, la comprensión, la bondad, el servicio a los demás. Al contrario, el juego requiere el máximo esfuerzo para jugarlo bien, para jugarlo de tal manera que pueda terminar. Para jugarlo con amor, y elevarnos más allá de él, de regreso a la fuente, al Ser único que está en el corazón de todo. Es aspirando a las alturas de la verdadera humanidad, a la perfección mientras vivimos en medio de la tentación y la distracción material, que obtenemos la fuerza y la pureza para emprender el viaje de regreso. Entonces podemos atravesar con seguridad, sin desviarnos, todos los reinos celestiales, mundos de existencia llenos de una belleza y fascinación indescriptibles. Las debilidades o imperfecciones humanas son tales simplemente porque nos ciegan ante lo divino y nos atan a la mente y al cuerpo. Son hábitos mentales y físicos que nos vinculan a este mundo, una mala dirección de un don divino.

Todas las facultades humanas tienen un propósito positivo y un potencial negativo. La perfección humana significa el control perfecto de todas nuestras facultades y potencialidades; usarlas en su máxima expresión mientras vivimos como seres humanos, pero sin distraernos de nuestro camino espiritual.

Pensamos que somos simplemente seres humanos, pero en realidad somos seres espirituales atrapados en una experiencia humana. Una gota del océano del Ser temporalmente encerrada en un cuerpo humano, en el que nuestra percepción de lo que ocurre está severamente limitada. Sin embargo, como seres humanos, nuestro instinto más profundo es buscar la Verdad. Nuestra búsqueda, por tanto, debe ser redescubrir nuestra espiritualidad inherente; escapar de la prisión de la materialidad; encontrar una vez más al Ser único dentro de nosotros; recordar quiénes y qué somos realmente.

Si en el gran esquema de las cosas la vida de un ser humano tiene un propósito, es únicamente experimentar la presencia del Divino, de lo sagrado. Conocer al ser que impregna tanto nuestro ser interior como el universo aparentemente exterior. Pero ¿cómo podemos ser conscientes de esta presencia interior? Soltando. “Deja ir, y deja a Dios hacer”. Dándonos cuenta de que él ha estado allí todo el tiempo. Silenciando el flujo interminable de pensamientos y enfocando nuestra conciencia en el ser que somos, no en la actividad incesante de nuestras mentes. Nuestras percepciones, nuestro pensamiento discursivo, nuestras preocupaciones por el pasado, nuestros temores por el futuro, nuestras emociones y deseos, nuestra continua preocupación por nuestro yo individual y por las cosas del tiempo; todo esto ha absorbido la atención de nuestro ser interior hasta el punto de que hemos olvidado al Ser único dentro de nosotros, a la vida o conciencia divina que nos da existencia. Hemos olvidado quiénes somos en verdad.

Pero soltar todo esto, reconectar con nuestro ser más profundo, recordar al Ser único, encontrar al Uno en nuestro interior, requiere gran esfuerzo. Paradójicamente, para que la vida se vuelva sin esfuerzo, el esfuerzo es esencial. Los viejos dichos son ciertos: todo lo que vale la pena requiere esfuerzo. La práctica hace al maestro. En este caso, práctica espiritual, meditación u oración interior.

Es un alma rara la que se encuentra en la presencia divina espontáneamente y sin esfuerzo. La atención plena o el recuerdo del Divino requiere vigilancia constante para mantener la atención enfocada en la esencia más profunda del ser, para conservar la conciencia de nuestro ser esencial. No dejarnos arrastrar continuamente por la corriente del pensamiento y la emoción, sino estar conscientes y atentos. Esta es la respuesta del alma a la llamada divina, y él siempre está esperando que nos volvamos hacia él. De hecho, él es quien nos impulsa desde dentro y nos hace volver.

Ya tenemos todo lo que necesitamos, aquí y ahora, en el presente sagrado, el eterno ahora, dentro de nuestro propio ser. El Ser único siempre está con nosotros, nunca lejos. “Más cerca que la respiración, más próximo que las manos y los pies”. “Da la bienvenida a la eternidad divina en las sombras pasajeras del tiempo. Sombras que cambian, aunque la eternidad que ocultan es inmutable”.

El amado divino es nuestro guía, que nos atrae constantemente. Nuestro esfuerzo es simplemente una respuesta a su llamada. Si damos un paso hacia él, él da cien hacia nosotros. Y él es quien nos hace dar ese primer paso. Su gracia es inconmensurable, su amor incalculable. Vivimos en él, no podríamos existir sin él. Si nuestra atención se distrae y le damos la espalda, podemos pensar que se ha ido. Pero él siempre está presente. No hay otro lugar al que pueda ir. Es impotente en su amor por nosotros, unido por el vínculo de un ser compartido e indistinguible.

Así, encontrarlo es la búsqueda eterna, *el único viaje que vale la pena recorrer* con todo nuestro corazón y alma. Permanecer como buscadores hasta el final del camino. No rendirse jamás, mantenernos positivos, apartar la desesperanza y la negatividad, y despertar a la conciencia del Uno.

Extracto del libro *One Being One*

Aquellos que han podido ir al interior y gozar del Shabad son los verdaderos satsanguis y los que han aprovechado sus vidas al máximo.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales

Todos nacemos inmensamente ricos. Como seres humanos, se nos otorga una increíble suma de capital para invertir: nuestra vida. Lo que hagamos con ella depende de nosotros, pero naturalmente se espera que una inversión genere un retorno significativo. No solo debemos cuidar de no perder el capital original, sino también hacer algo valioso con él. Así ocurre con la vida humana. Los místicos dicen –de una forma u otra– que, en el orden divino, la existencia humana es una puerta a través de la cual el alma debe pasar para comenzar el viaje de regreso a Dios... Jesús relata una parábola que aparece tanto en Mateo como en Lucas. Es la parábola de los talentos:

Porque el reino de los cielos es como un hombre que, yéndose lejos, llamó a sus siervos y les entregó sus bienes. A uno dio cinco talentos, y a otro dos, y a otro uno, a cada uno conforme a su capacidad; y luego se fue lejos. Y el que había recibido cinco talentos fue y negoció con ellos, y ganó otros cinco talentos. Asimismo, el que había recibido dos, ganó también otros dos. Pero el que había recibido uno, fue y cavó en la tierra, y escondió el dinero de su señor.

A cada siervo se le entrega una suma de capital, según lo que merece, y luego se le deja en libertad para hacer con ella lo que pueda. Dos de los tres aumentan el capital, pero el tercero lo entierra.

Después de mucho tiempo vino el señor de aquellos siervos, y arregló cuentas con ellos. Y llegando el que había recibido cinco talentos, trajo otros cinco talentos, diciendo: Señor, cinco talentos me entregaste; aquí tienes, he ganado otros cinco talentos sobre ellos. Y su señor le dijo: Bien, buen siervo y fiel; sobre poco has sido fiel, sobre mucho te pondré; entra en el gozo de tu Señor. Llegando también el que había recibido dos talentos, dijo: Señor, dos talentos me entregaste; aquí tienes, he ganado otros dos talentos sobre ellos. Su señor le dijo: Bien, buen siervo y fiel; sobre poco has sido fiel, sobre mucho te pondré; entra en el gozo de tu Señor.

El regreso del Señor “después de mucho tiempo” representa el momento de la muerte, cuando se realiza automáticamente un balance de cómo una persona ha vivido su vida. Aquellos que han incrementado su riqueza espiritual, conforme a su aptitud natural y sus circunstancias, son recompensados al entrar “en el gozo de tu Señor”: se reúnen con Dios y permanecen con él.

Pero llegando también el que había recibido un talento, dijo: Señor, te conocía que eres hombre duro, que siegas donde no sembraste y recoges donde no esparciste; por lo cual tuve miedo, y fui y escondí tu talento en la tierra; aquí tienes lo que es tuyo. Respondiendo su señor, le dijo: Siervo malo y negligente, sabías que siego donde no sembré, y que recojo donde no esparcí. Por tanto, debías haber dado mi dinero a los banqueros, y al venir yo, hubiera recibido lo que es mío con los intereses.

El siervo que recibió solo un “talento” representa a aquel que no ha hecho nada de valor espiritual con su vida, y que solo tiene excusas para justificar por qué ha desperdiciado su tiempo. El “talento” simboliza las circunstancias difíciles que ha tenido que afrontar en la vida, las cuales han impedido su crecimiento espiritual. Aun así, el señor no se muestra impresionado, señalando que habría sido muy sencillo para el siervo haber depositado el

dinero en el banco, donde habría generado intereses automáticamente, sin ningún esfuerzo de su parte.

Quitadle, pues, el talento, y dadlo al que tiene diez talentos. Porque al que tiene, le será dado, y tendrá más; y al que no tiene, aun lo que tiene le será quitado. Y al siervo inútil echadle en las tinieblas de afuera; allí será el lloro y el crujir de dientes.

Puede parecer injusto que, aunque todos los seres humanos tengan el potencial de realizar a Dios, sus circunstancias en la vida puedan disminuir o aumentar su capacidad real para lograrlo. De hecho, podría considerarse una injusticia, si no fuera porque esas circunstancias –que incluyen tanto el carácter mental de la persona como su situación externa– son el resultado de los pensamientos y acciones del individuo en vidas pasadas, de las cuales él mismo es responsable. Somos los arquitectos de nuestro propio futuro. Cosechamos lo que hemos sembrado. Nuestro presente es el resultado de nuestro pasado. Sin embargo, lo que realmente cuenta es el esfuerzo; y el empeño espiritual en una vida dará como fruto un anhelo espiritual más profundo, así como mejores circunstancias para el crecimiento espiritual en la siguiente.

Este es el significado general de la parábola, pero también tiene un sentido más específico. (...) Se refiere a los beneficios que distintos discípulos obtienen del bautismo. Un maestro viene e inicia a varias almas. A todas les entrega la verdadera perla o riqueza de la Palabra. Ese es su capital espiritual. Luego se espera que hagan el mejor uso posible de esa riqueza. Al momento de la muerte, el maestro ve qué han hecho con el don que les fue otorgado. Algunos han trabajado con determinación en el camino espiritual, aumentando constantemente su riqueza interior. Ellos “entran en el gozo de su Señor” y son llevados de regreso a él.

The Prodigal Soul

*De ti he aprendido a servir;
de ti he aprendido a meditar;
de ti he comprendido la esencia de la realidad.*

Gurú Arjan Dev. Adi Granth

Desde su infancia, Maharaj Charan Singh vivió muy cerca del Gran Maestro, Maharaj Sawan Singh, su abuelo. Cuando tenía dos meses, lo llevaron al Gran Maestro, quien dijo: “Bendito sea este niño, pues acumulará gran riqueza espiritual y enriquecerá a otros con el tesoro de su casa”. (...) cuando tenía cuatro o cinco años, el Gran Maestro sugirió a sus padres llevarlo a Dera “para dejarlo bajo su cuidado, de modo que su educación y formación se realizaran allí”.

A pesar de su juventud, Maharaj Ji se adaptó a su nuevo hogar sin echar en falta a sus padres, gracias al amor del satgurú. El Gran Maestro nunca permitió que fuera solo a Sikanderpur, y aprovechaba cada visita para llevarlo y traerlo de vuelta. Bibi Ralli cuidó de él durante toda su niñez, asegurándose de que asistiera regularmente al satsang y meditase al menos quince minutos al día. Maharaj Ji siempre le profesó gran afecto, llamándola Bua Ji por amor y respeto. Al poco de llegar a Dera, el Gran Maestro le enseñó el método de meditación, indicándole: “Si ves alguna luz u oyes algún sonido, préstales atención”.

Desde pequeño, Maharaj Charan Singh era apacible, afectuoso y alegre, mostrando inclinación espiritual, humildad y desapego... Posteriormente, realizó seva limpiando lámparas de petróleo y

cuidando los zapatos del sangat durante los satsangs. También abanicaba al Gran Maestro durante los satsangs de verano, permaneciendo de pie detrás de él, moviendo lenta y continuamente el pesado abanico. Transportaba sacos de trigo, harina y legumbres, y servía la comida y el agua al sangat con alegría y diligencia, obedeciendo siempre con disciplina incluso cuando los satsangis lo trataban con rudeza.

El 30 de enero de 1933, el Gran Maestro inició a Maharaj Charan Singh, impartiendo los detalles del sendero espiritual de los santos, a través del cual habría de conducir a cientos de miles de almas. Su dedicación a la meditación era tan intensa que el Gran Maestro le dijo: “Aún no es hora de que dediques tanto tiempo a meditar. Presta más atención a tus estudios”.

Cuando el Gran Maestro le preguntó: “¿Qué te gustaría ser cuando seas mayor: un hijo, un mal hijo o un buen hijo?”, Charan Singh respondió: “Todos quieren ser buenos hijos, pero como todo está en tus manos, haz de mí lo que quieras”. Durante sus estudios en Kapurthala y Rawalpindi, pasaba sus fines de semana y vacaciones en Dera, realizando seva y permaneciendo bajo la guía y protección del Gran Maestro. Desde niño, Maharaj Charan Singh mostró amor profundo y devoción hacia su maestro, considerándolo su primera obligación, y realizó todas las tareas asignadas con alegría, disciplina, desapego, humildad y firmeza de propósito.

Extracto del libro: El cielo en la tierra

A la tarde te examinarán en el amor. Aprende a amar como Dios quiere ser amado y deja tu condición.

San Juan de la Cruz. Dichos de luz y amor

En los textos espirituales encontramos muchas veces la palabra corazón. Hablan de la pureza del corazón, de la oración del corazón, de la atención del corazón, etc. Y Soami Ji nos explica en el *Sar bachan prosa*, que cuando escuchamos las palabras o enseñanzas de un maestro espiritual, generalmente en satsang, nos parece fácil entenderlas, pero en realidad si las comprendemos solo con la mente y no permitimos que el mensaje entre en nuestro corazón, esas enseñanzas se desvanecen sin dejar ninguna huella en nosotros. Él dice exactamente:

Es fácil escuchar y comprender; pero si escuchamos y comprendemos solo superficialmente, y no dejamos que entre en el corazón, no servirá para nada. Si entra en nuestros corazones, se reflejará también en nuestra conducta. Es una ley que lo que tenemos en el interior se refleja en el exterior.

Soami Ji, en esta cita, se refiere a la comprensión superficial, a lo que entendemos con el intelecto y que sin embargo no interiorizamos realmente. Y nos explica que mantenerse en ese nivel, impide que lo que escuchamos entre en nuestra consciencia y se manifieste en nuestras acciones y forma de ser. Y así es, porque podemos escuchar buenas palabras, discursos bonitos o leer textos

espirituales que nos emocionan, pero esa emoción poco a poco se va desvaneciendo..., mientras que si ponemos en práctica lo que escuchamos o leemos, estamos contribuyendo a que haya un cambio en nosotros, estamos ayudándonos a ser más receptivos y, por tanto, a mejorar nuestra conducta. En el *Evangelio de San Mateo* (7:24) leemos:

Todo el que oye estas palabras mías y las pone en práctica, será como un hombre prudente que edificó su casa sobre roca...".

Con buen criterio, los santos no nos dicen que no debemos usar el intelecto, sino que lo deberíamos usar para garantizarnos nuestra mejor toma de decisiones, evaluando prudentemente las acciones que realizamos en la vida. Necesitamos, pues, no solo escuchar, sino abrir nuestro corazón, o sea, ir más allá del intelecto. Sin embargo, la mayoría de nosotros hemos ido muy lejos en el valor que le damos a la mente, hasta el punto de que confundimos información y conocimiento con experiencia. Es más, incluso nos hemos contentado y afianzado tanto con nuestras ideas y teorías, que estamos insensibilizados a la necesidad de la experiencia.

En realidad, sabemos poco o nada, aunque hablamos sin cesar creyendo que lo sabemos todo. Defendemos nuestras opiniones y teorías como si fueran ciencia demostrada, aunque es obvio que más información no significa necesariamente saber de verdad. La sabiduría es un grado más elevado que el conocimiento ordinario, algo más profundo: es la capacidad de utilizar lo que sabemos con un propósito moral que nos conduzca a la experiencia del Verbo divino, y solo podemos lograrla cuando las ideas que nos inspiran e iluminan se convierten en una dimensión vivida e interiorizada. Particularmente en la espiritualidad, solo la experiencia personal puede ofrecernos un apoyo sólido y verdadero. En el libro *Sant Mat esencial*, leemos:

Solamente a través de la experiencia, a través de la práctica de la meditación, es como aprenderemos a afrontar los inevitables altibajos en nuestra 'relación con el camino'.

Porque de eso trata el camino espiritual: de comprender que no lo viviremos siempre con un ánimo estable e invariable. Los cambios estarán presentes a cada momento. Sin duda alguna las circunstancias del día a día son cambiantes y nos afectarán, y esas circunstancias harán que nuestro ánimo fluctúe. Pero a pesar de que a menudo la vida nos pone en situaciones difíciles, tenemos que demostrar que este sendero para nosotros es algo más que una filosofía esperanzadora que un día nos cautivó... Es realmente nuestro apoyo fundamental en el vaivén de nuestros karmas.

Un axioma de los maestros es que nuestra existencia está gobernada por la ley del karma, de la acción y la reacción, el principio de “lo que siembras, cosecharás”. Y eso nos hace comprender que el mundo físico funciona por causa y efecto. Si plantamos la semilla de una flor y las condiciones son las correctas, esa flor crecerá y florecerá. Pero si no la plantamos o las condiciones no son favorables, no crecerá.

Igualmente, podemos prolongar nuestra participación en la cadena de causa y efecto reaccionando irreflexivamente ante los acontecimientos y, por tanto, seguir tomando malas decisiones... o podemos reflexionar y evaluar la consecuencia de nuestros actos amparándonos en las enseñanzas del maestro, sobre todo en la práctica de la meditación, para mantenernos interiorizados ante la incertidumbre y el sufrimiento que tenemos que afrontar. En el libro *Sant Mat esencial* seguimos leyendo:

... Es solo al dedicarnos a la práctica regular de la meditación diaria, a pesar de nuestras ocupadas vidas o difíciles circunstancias, cuando apreciamos el valor de leer literatura espiritual y escuchar satsang. Y al mismo tiempo

comprendemos que las actividades externas, por muy útiles que sean, nunca pueden ser un sustituto de la meditación.

Sí, inconscientemente algunas veces podemos pensar que con la lectura de un texto espiritual, escuchando satsang o haciendo seva externo se puede sustituir la meditación; nuestra confusa mente puede decirnos que ya estamos cumpliendo con las enseñanzas..., pero no debemos engañarnos, pues nada sustituye a la meditación y es solo cuando la practicamos diariamente cuando diferenciamos la ayuda que recibimos de ella. Recordemos que todo lo que pertenece al mundo exterior se quedará en el mundo, o sea, desaparecerá; mientras que los logros interiores serán nuestro verdadero legado, no solo ahora sino también en la eternidad.

Lo principal en la espiritualidad es ir más allá de la mente y abrir el corazón a la sabiduría y al amor de un maestro realizado en el Shabad. Y eso se logra practicando todas sus enseñanzas: todas, ¡sin excepción alguna! Porque ¿qué es lo que caracteriza a un maestro verdadero? Lo que le caracteriza es su experiencia en el Shabad; esa es la fuerza que concreta y define su amor a Dios. Y cuando hablamos de este sendero, hablamos de “espiritualidad” en el sentido de realizar todas aquellas acciones dirigidas a priorizar el alma, que son las que nos otorgan la suficiente receptividad como para poder percibir el amor del Señor en nuestro interior, entendiendo que la mente es un poder inferior supeditado al alma y no al revés. Soami Ji afirma en el *Sar bachan* prosa:

Este es el sendero del amor, no del intelecto. ¿Y cómo puede el amor crecer sin el satsang?

Estamos ante un sendero de amor con mayúsculas, un sendero que nos lleva a la experiencia divina interior. Por eso, Soami Ji nos explica que sin la asociación con la Verdad, sin el satsang, no podremos desarrollar un amor más elevado del que nos ofrece la compañía del mundo. El amor espiritual es difícil de alcanzar sin

la ayuda de los santos, ellos nos proponen aprender a romper los límites que nos impone la mente y a amar al maestro sin reservas y de forma incondicional a través de la experiencia espiritual.

Y tal como decía Soami Ji, ese aprendizaje se obtiene en el satsang de los santos. El satsang es nuestra escuela de amor. En él comprendemos que la verdadera dimensión del amor de los santos la obtendremos espiritualizando nuestra vida, y alejándonos del descontrol de la mente. Es cuando nos llega al corazón el amor de los santos hacia Dios, cuando deseamos romper nuestra pequeña y limitada forma de amar para acercarnos a la suya. En el libro *Muere para vivir*, Hazur Maharaj Ji nos dice:

El satsang te ayuda a permanecer humilde y a no convertirte en rival del Señor". (...) el satsang te ayuda a permanecer en su voluntad, que es la verdadera humildad y mansedumbre. Te ayuda a atesorar toda la gracia del Padre que hay dentro de ti.

Hazur Maharaj Ji nos alerta del peligro de ser rivales del Señor, porque en muchas ocasiones de manera inconsciente lo somos: la mente crea sus propias interpretaciones y argumentos incluso para vivir el sendero, y de esta forma nos alejamos de él..., y además lo malo es que lo hacemos de manera imperceptible. Como buscadores espirituales estamos todavía dentro de los límites de la mente, por eso el satsang es tan necesario. Escuchando y asimilando los consejos de los maestros dejamos de dar vueltas en el círculo de nuestros conceptos e ilusiones, que nos alejan de la verdadera devoción, y en su lugar nos esforzamos en la práctica de las enseñanzas.

El satsang, pues, es una buena escuela para la mente. En él aprendemos mansedumbre, humildad... Actitudes que en el mundo no son muy apreciadas, lo sabemos, pero en la espiritualidad son

necesarias para abandonar esos hábitos tan arraigados que tenemos de analizar y cuestionarlo todo; solo de esta manera será posible atesorar la gracia de Dios que la mente nos impide percibir. Como leemos en el libro *Una llamada al despertar*:

Mentes limitadas, ¿somos eso? ¿Tergiversamos e incorporamos nuestros propios conceptos, nuestras interpretaciones erróneas a las enseñanzas de los santos? El problema está en que nuestras concepciones son parciales, fragmentarias. Concebimos el mundo desde la perspectiva limitada de nuestro propio egocéntrico punto de vista.

En este mismo libro, encontramos una analogía que refleja claramente esa subjetividad. Dice así: “Si se pide a tres personas con los ojos vendados que toquen un elefante y que describan qué es, el que toque la trompa dirá que es una manguera; el que toque la pata dirá que es el tronco de un árbol; otro tocará la cola y dirá que es una cuerda... Cada uno está en contacto solo con una parte del elefante”.

Como vemos, estamos limitados en nuestra visión de las cosas, por el contrario, la perspectiva de un santo proviene de la totalidad, es objetiva en el sentido más amplio de la palabra. Nosotros, sin embargo, somos como alguien con los ojos vendados que solo está en contacto con una parte del todo, y que en función de su limitada perspectiva comprende las cosas de distintas maneras. El problema es que insistimos en que nuestra verdad parcial es “la única”, y como la persona con los ojos vendados que se aferra a la trompa del elefante, sostenemos, por ejemplo, que un elefante es sin duda una manguera de jardín.

Este ejemplo tan sencillo es útil para demostrarnos como buscadores espirituales la necesidad de un maestro realizado en el Shabad. Necesitamos su sabiduría y además su guía para conectar

con el alma, esa esencia divina en nuestro interior que puede darnos a conocer la exquisitez del Shabad, ese dulce sonido interior que nos llevará a unirnos con el Padre.

Escuchar con el corazón, implica nuestro mejor y más profundo sentimiento de amor al maestro, es decir, permitir que las enseñanzas nos transformen para que afecten nuestra manera de vivir. Como se desprende de lo que decía Soami Ji, sin esta conexión con el corazón (es decir con nuestra dimensión más humana), las enseñanzas se evaporan. Se quedan como ideas abstractas, aspiraciones en la memoria..., pero no generan cambios internos y prácticos, es decir, no nos transforman. En el *Sar bachan prosa*, leemos:

“... los satsanguis deben ser siempre muy perspicaces y, por regla general, juiciosos en todo momento, porque siempre están bajo la guía del satgurú. De hecho, sin mantener siempre al satgurú en el corazón, el discernimiento no es posible; es decir, sin un protector –la mente, (...)– se interpondrá en el camino del discernimiento correcto.

Por tanto, si tenemos ya la protección del maestro, nos corresponde ser perspicaces y mantener siempre presente en nuestra mente el Shabad y al satgurú. Nunca deberíamos olvidar esto. ¿Y cómo los mantenemos en nuestro corazón? ¿Como estamos protegidos pase lo que pase? Hazur Maharaj Ji da una bella respuesta en *Perspectivas espirituales, vol. II*. Él empieza preguntándonos:

¿Qué es la meditación? Es llamar a la puerta pidiendo la gracia del Señor para que podamos ser capaces de vivir en su amor y devoción, y que nuestra mente no se dirija hacia nada de la creación, sino solamente hacia el Señor. La meditación nos inclina hacia él, nos atrae hacia él, y si él está siempre con nosotros y se refleja en todos nuestros actos, eso es meditación.

Habiéndonos referido, a lo largo de estas líneas, a “la dimensión del corazón”, no podemos pasar por alto que esta dimensión, en un sendero de meditación, está ligada a la devoción. Practicamos la meditación, es decir, repetimos el simran por amor al maestro, y, en realidad, esa es nuestra fuerza transformadora. Porque la devoción o bhakti es la energía que nos permite abrir el corazón y vivir las enseñanzas. La devoción despierta la receptividad del corazón y permite que el amor al maestro se arraigue profundamente en nuestro ser. Por lo tanto, no se trata solo de repetir las palabras del simran como un loro, sino de repetirlas con atención consciente, con devoción, con humildad y paciencia.

Muy a menudo, cuando realizamos algo, nos desespera no ver resultados enseguida, pero en la espiritualidad las cosas son diferentes al parecer de la mente. Aquí solo se trata de dar nuestro amor y confianza al maestro sin esperar recibir nada a cambio, y esa confianza se verá recompensada con creces.

La espiritualidad requiere paciencia. Desarrollemos este aspecto en la siguiente analogía sobre el aprendizaje de la lectura de una niña: Al principio, después de aprender el abecedario, normalmente el profesor le da un papel con unas frases y le pide que lo lea. Ella al ver el papel escrito no entiende nada y se desalienta, pero recuerda que su profesor se lo pidió..., así que lo intenta de nuevo.

Al ver el esfuerzo de la niña, el profesor la anima continuamente, la guía de letra en letra..., pero no le lee el texto entero, sino que deja que la niña más adelante lo lea por sí misma. Así, poco a poco, ella empieza a reconocer las letras, las palabras, luego las frases, y al final con gran alegría logra leer sola. Es entonces cuando comprende que lo importante no era entender ese papel que el maestro le dio, sino aprender a leerlo todo. Y gracias a su esfuerzo, a su obediencia, pero sobre todo a la sabiduría del profesor, descubre un mundo nuevo, se abre a una comprensión mucho mayor.

Igualmente, aunque no comprendamos el efecto de nuestra práctica espiritual, debemos hacerla a diario, porque el maestro nos lo ha pedido. Él es ese sabio maestro que nos llevará a descubrir un mundo nuevo: el mundo del espíritu, y aunque ahora la práctica nos pueda parecer incluso sin sentido, cada meditación lleva a cabo de manera inevitable nuestra transformación: justamente nos lleva a experimentar nuestro ser verdadero.

Hoy por hoy, no entendemos las cualidades espirituales de los nombres que repetimos en la práctica, ni tampoco la dimensión eterna de este pequeño sonido fragmentado que escuchamos, pero si seguimos con confianza y constancia, llegaremos a la meta que el maestro nos ha explicado en la iniciación: unirnos de nuevo con el Padre.

Por lo tanto, lo esencial no es entender con la mente la espiritualidad, sino *abrir nuestro corazón* para que el alma pueda ser una parte consciente de nuestro ser, porque como dice una frase del libro *El principito*: “He aquí mi secreto, que no puede ser más simple: solo con el corazón se puede ver bien; lo esencial es invisible para los ojos”.

La espiritualidad requiere que nos volvamos más humildes en nuestro enfoque de la vida, al igual que un niño cuando está aprendiendo a escribir. El niño sencillamente aprende, practica lo que le enseñan de manera natural. Y la meditación poco a poco aquietta nuestra mente, despierta el alma, y hace que lo esencial, el amor al maestro y a Dios, sean visibles en todos los actos de nuestra vida.

¿Cuánto tiempo más estaremos engañados por la cáscara externa de la vida –su forma, su color y sus adornos– sin mirar dentro del cántaro del cuerpo para descubrir el néctar que yace en su interior? (...) La cáscara no tiene valor por sí misma; está ahí para contener y proteger algo precioso que se encuentra dentro. ¡Exploremos el tesoro que hay en nuestro interior, obtengamos esa perla de gran valor!

Filosofía de los maestros, vol. V

La forma humana es una oportunidad bendita para permitirnos realizar al Señor interiormente y escapar de esta prisión de nacimiento y muerte. Mientras trabajamos con los créditos y deudas kármicas, nuestra atención debe concentrarse siempre en el amor y devoción por nuestro maestro.

Muere para vivir

Todos los devotos y almas puras creen en dos principios religiosos fundamentales: la devoción a Dios y el amor por su creación. Solo si poseemos dentro de nosotros estas cualidades humanas básicas merecemos ser llamados seres humanos. Debemos considerar a los demás como hijos del mismo Padre, compartir sus alegrías y tristezas, y tener un amor ilimitado por el Señor y compasión por nuestros semejantes.

Filosofía de los maestros, vol. V

¿Qué palabras podemos pronunciar para
evocar su amor?
En las horas de ambrosía antes del amanecer,
repite el Nombre verdadero
y contempla su gloriosa grandeza.

Gurú Nanak Dev. *Adi Granth*

¡Cuán afortunados somos de haber llegado al refugio de un maestro verdadero! Qué afortunados somos si hemos sido bendecidos con la oportunidad de sentarnos en silencioso recuerdo y ofrecer nuestro amor. Los místicos nos dicen que este es el servicio más elevado y el máspreciado para el Señor.

La meditación no es solo una actividad que hacemos de vez en cuando; es un proceso de toda la vida para inclinar la mente hacia el amor. Maharaj Charan Singh dice en *Perspectivas espirituales*, vol. I:

En potencia cada alma es Dios, pero tenemos que convertirnos en Dios; tenemos que alcanzar ese nivel de consciencia. En potencia, cada gota es el océano, pero la gota tiene que evaporarse, convertirse en nube y caer en forma de lluvia antes de unirse al océano.

No importa cuánto anhele la gota ser una con el océano, no puede llegar directamente a él. Hay un proceso en marcha. Debe deslizarse desde debajo de la roca y someterse al calor del sol. Esto es todo lo que se requiere de ella: simplemente volver su atención hacia el sol y volverse receptiva. El sol hace el resto:

la separa de la suciedad e impureza, la eleva hasta las nubes, y luego la deja caer para que se funda con el océano. Cuando meditamos, esto es lo que hacemos: nos hacemos receptivos al proceso. El maestro hace el resto. Maharaj Charan Singh dice en *Muere para vivir*: “A través de la meditación, nos volvemos dignos de su gracia y receptivos a su amor”.

Ninguna acción física puede reemplazar el papel de la meditación en este proceso, porque aquel con quien deseamos fundirnos no es físico. Maharaj Charan Singh dice en *Perspectivas espirituales*, vol. III: “El maestro no es el cuerpo, es el Shabad interior. ¿Cómo podríamos fundirnos en ese Shabad sin la meditación?”.

Dado que la meta no es física, el cuerpo no tiene ningún papel que desempeñar en la meditación, salvo no distraer a la mente. Por lo tanto, durante la meditación, el cuerpo se lleva a un estado de quietud absoluta. La mente, por otro lado, tiene el papel principal en este proceso. La meditación es la práctica de volver la mente hacia dentro y llevarla también a la quietud.

El salmista bíblico cantó: “Estad quietos y sabed que yo soy Dios”. (Salmos 46:10). Con el cuerpo y la mente en calma, nuestra atención se retira del mundo de los sentidos y se vuelve receptiva al poder del Shabad que reverbera en nuestro interior, y el alma queda libre para elevarse: Maharaj Sawan Singh dice en *Joyas espirituales*: “La tendencia natural del alma es elevarse, puesto que es un pájaro cuyo origen no es este mundo material. La mente y el cuerpo hacen que permanezca aquí abajo. La crema en la leche sube automáticamente cuando se deja reposar la leche. Cuando el cuerpo y la mente se inmovilizan, el alma empieza a subir hacia el foco”.

Todo lo que hacemos en la meditación es para la mente. El alma ya ama; es la mente la que está aprendiendo a amar. Maharaj Charan dice en *Perspectivas espirituales*, vol. II:

Verás, en realidad la meditación, el amor que estamos tratando de desarrollar, es para la mente... Cuando la mente llega a su propia fuente, de forma automática el alma va al Padre, porque ya está llena de amor por el Padre... Por lo tanto, todos nuestros esfuerzos en la meditación son para crear amor, devoción y fe; todo es para la mente.

Sin embargo, paradójicamente, la meditación también la hace la mente. La meditación es donde el seva de la mente encuentra su máxima expresión. En *Joyas espirituales*, un buscador le pregunta al Gran Maestro qué método había practicado para ir al interior. Y él responde:

Conseguí las instrucciones de mi propio gurú y él me enseñó el método exacto. Ese método es el mismo que utilizan todos los santos; consiste simplemente en concentrar la atención, manteniéndola imperturbable en un centro concreto, el foco del ojo. ¿Qué más puedo decir? Todo consiste en que la atención no fluctúe. Cada rayo de atención tiene que concentrarse y mantenerse allí.

Esta es la esencia del proceso meditativo: desarraigar cada rayo de nuestra atención del mundo físico y trasplantarlo al mundo interior, para reenfocar la mente en el interior y luego mantenerla quieta en el “centro indicado”. Este mismo método de meditación nos lo enseñó nuestro maestro, y tiene tres componentes: simran, dhyan y bhajan.

Simran, la práctica de repetir en silencio los cinco nombres dados por el maestro en la iniciación, saca nuestra atención fuera de este mundo y la eleva hasta el centro del ojo. Dhyan, la práctica de la contemplación de la forma del maestro, mantiene nuestra atención fija en el centro del ojo. El simran y el dhyan se practican simultáneamente; ayudan a enfocar la mente y llevarla a

la quietud, para que pueda sintonizarse con el Shabad que resuena en el centro del ojo. Luego, mediante la práctica del bhajan, escuchamos la melodía divina del Shabad y respondemos a su atracción interior.

Pero el Shabad no atrae la conciencia del alma hasta que todos los rayos de atención se han reunido en el centro del ojo y, para lograrlo, la disciplina del simran es esencial. Hazur Maharaj Ji explica la profunda relación entre el simran y el bhajan en *Perspectivas espirituales, vol. II*:

A menos que lleguemos al centro del ojo, no podremos estar en contacto con el Shabad interior, y a menos que estemos en contacto con el Shabad interior, nada nos atraerá hacia arriba. Si queremos que un imán atraiga a una aguja, tendremos que llevar la aguja a la zona de influencia del imán para que pueda atraerla. El simran es un método para retirar la conciencia al centro del ojo, para que luego el Shabad pueda atraerla hacia arriba.

La meditación regular, practicada diariamente durante al menos una décima parte del día, en la privacidad del hogar y en la intimidad del corazón, es nuestro primer y principal servicio, nuestro “verdadero” seva. Maharaj Charan Singh explica en *Muere para vivir*:

Seva significa ese servicio que se hace para complacer al maestro, y lo que más complace al maestro es que hagamos nuestra meditación. Retirar la conciencia al centro del ojo y conectarla con el sonido es el verdadero seva.

Extractos del libro *Seva*

La cosecha siempre está lista, pero nosotros tenemos que elevar nuestra conciencia al nivel en donde podemos recoger la cosecha... Tan solo cambia tu forma de vida de acuerdo con las enseñanzas y atiende a tu meditación. Eso es todo lo que se requiere. De la meditación, el amor vendrá, la sumisión vendrá, la humildad vendrá. Todo vendrá.

Muere para vivir

- P. Maestro, tengo una pregunta. ¿Háblanos, por favor, de cómo crear amor y devoción en la meditación y cómo relajarnos?
- R. Bueno hermana, la semilla del amor está dentro de todos nosotros. Solo tenemos que ayudar a que la semilla crezca, crezca y crezca hasta llegar a unírnos con el Padre. El alma es una gota del océano divino y siempre se eleva hacia su origen. El alma siempre anhela volver a su propia fuente. El amor y la devoción son propios del alma. Es la mente la que nos mantiene atados a esta creación, mientras que el alma es cada vez más infeliz aquí. Es muy infeliz. Por eso tenemos un sentimiento de soledad, no importa lo que tengamos en esta creación. Siempre nos sentimos solos. Sentimos que nada nos pertenece y que nosotros tampoco pertenecemos a nadie. Solo intentamos engañar a los demás, y ellos intentan engañarnos a nosotros. Sin embargo, el alma realmente pertenece al Señor y él nos pertenece a nosotros. Esa chispa divina de amor está dentro de cada uno de nosotros. Por lo tanto, tenemos que ayudar a esa semilla divina a crecer mediante la meditación.

Si un cuchillo está muy oxidado y lo frotamos con una piedra arenisca, poco a poco el óxido desaparece y el cuchillo brilla. De modo similar, nosotros estamos frotando nuestra mente con el Shabad y el Nam en el interior para que todo el óxido de la mente desaparezca, se elimine completamente y el alma brille desde el interior. Esto es verdadero amor, verdadera devoción. Por eso mismo decimos que Dios es amor y el amor es Dios. Porque la verdadera forma del Señor es el amor, y solo a través del amor podemos regresar a él. Amor significa convertirse en otro ser, fundirse en el otro ser, perder la propia identidad, llegar a ser otro. Esto es amor. Nosotros ya no existimos más, solo existe el objeto de nuestro amor. Eso es amor. Entonces solo existe el Señor, nosotros no. Eso es amor.

El propósito de la meditación es crear ese amor y devoción por el Padre en el interior, porque la relación del alma y el Padre es de amor. No pertenece a ninguna religión, a ninguna casta ni credo. Por eso Cristo dijo: Ama al Señor con todo tu corazón, con todo tu cuerpo, con toda tu alma. Eso es amor. Él también dijo: Bienaventurados los que lloran, porque ellos serán consolados. Aquellos que le echan de menos, aquellos que ansían ser uno con él, aquellos que anhelan llegar a ser uno con él, son los afortunados.

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

Me revelaré dentro de tu alma. Disfrutaremos juntos la dulzura del amor divino. El alimento y la bebida espirituales abundan en mi mesa, así que ven y sacia tu ser.

The Song of Songs

Como seres espirituales viviendo en un cuerpo humano, sabemos en lo profundo de nuestro corazón o al menos sentimos, que hay en nosotros algo más que carne y huesos, más que pensamientos y emociones. Sabemos que debajo de todas las cosas insignificantes que nos rodean, hay algo más grande y elevado, que nuestra intuición pueden reconocer. Hay algo más que los deportes, la televisión, los coches, las películas, etc., más que el cónyuge o los hijos. ¿Qué es ese “más”? No lo sabemos a ciencia cierta, pero en lo profundo de nuestro ser, estamos razonablemente seguros de que existe una conciencia que busca sentido.

Esta cualidad inexplorada, este “más”, es el instinto natural del alma clamando por su propia fuente, su verdadero hogar, es la memoria de lo eterno que anhela regresar a su fuente. Es el alma, nuestro verdadero yo eterno, buscando la realidad última: Dios. Todo lo que hacemos en la vida es un intento de encontrar el camino que nos lleve a él: la búsqueda del placer, de la felicidad, y evitar el dolor, es la búsqueda instintiva del alma por la verdad y la realidad supremas. San Agustín dice en su obra *Confesiones*:

Nos hiciste, Señor, para ti, y nuestro corazón estará inquieto hasta que descanse en ti.

Nuestro problema radica en no saber qué buscamos y, por tanto, dónde encontrarlo. Si queremos saber qué es, entonces debemos entender cuál es el origen de nuestra ansia de felicidad y el método para encontrarla. Los místicos nos explican que como no somos conscientes del simple hecho de que lo que nos falta es la unión con Dios, buscamos consuelo en algún tipo de sustituto.

Rumi dice: “Hay una cosa que nunca debes olvidar. Todos los seres humanos venimos al mundo con una misión particular, y esa misión es nuestro propósito singular. Si no la cumplimos, no hemos hecho nada. Recuerda la raíz profunda de tu ser, la presencia de tu Señor. Entrega tu vida a aquel que ya posee tu aliento...”. Aquí Rumi nos aconseja recordar las raíces profundas de nuestro ser, recordar esa única realidad. Porque si no hemos hecho nada en nuestra vida hacia ese fin, entonces no hemos hecho nada en absoluto que valga la pena en este mundo de ilusión.

Nuestros anhelos, nuestros deseos y pasiones por los objetos mundanos, nos encadenan en la ignorancia, impidiéndonos alcanzar nuestro objetivo; esa “cosa” que cita Rumi. Esta misión, esta verdad, puede llevarse a cabo en la forma humana, a través de la guía de un maestro vivo realizado en Dios. En el momento de la iniciación, el maestro conecta el alma del discípulo con el Shabad, lo cual lleva al discípulo a las profundidades de su alma, donde obtiene el verdadero conocimiento de ese Ser supremo infinito. Esto solo es posible cuando nacemos como seres humanos. Solo entonces podemos lograr esta única cosa. Y hasta que no la alcancemos mediante la ayuda de un verdadero gurú, continuamos atrapados en el ciclo de nacimientos y muertes con todo el sufrimiento y el dolor que conlleva.

El gurú es un vínculo extremadamente importante entre el discípulo y la meta de la liberación. Él es el único poder digno de confianza en la búsqueda del discípulo por la verdad suprema. Él ha fundido su conciencia con lo divino. Su labor

es despertar nuestro ser interior: esa chispa que es la esencia misma del Creador. Al mantener la compañía de nuestro maestro y escuchar sus discursos espirituales, desarrollamos un profundo amor por él; tratamos de seguir sus enseñanzas en pensamiento, palabra y acción; y practicamos la meditación con regularidad y firmeza. Por estos medios, nuestra devoción se intensifica, y la devoción, como nos dicen los santos, es la única manera de agradar al Señor y alcanzar la realización de Dios.

A través del fortalecimiento de nuestra práctica de meditación, nuestra devoción aumenta, hasta que comprendemos que el Shabad, el maestro y el discípulo son uno solo. Los santos nos dicen que el amor es el fruto de la devoción, y la meditación es el único medio para encender esa devoción. Solo en la meditación encontramos la profundidad de nuestro amor por el maestro.

El camino de la devoción comienza simplemente reconociendo la bondad del maestro, sin darlo por sentado. Nuestro anhelo por él y nuestra receptividad a su amor solo pueden aumentar a través de la gratitud: gratitud al maestro por iniciarnos, por enseñarnos qué hacer con nuestra mente y cómo vivir nuestra vida; gratitud por habernos puesto en el camino correcto, por darnos propósito y dirección, por enseñarnos con su ejemplo a amar más allá de nosotros mismos, sin esperar recompensa. Cuando a través de la meditación, somos capaces de relacionarnos con él como la encarnación del Shabad, podremos recibir todo el poder transformador y purificador de sus enseñanzas. La meditación nos da los medios para desarrollar una relación viva con el maestro, una relación que madurará con la experiencia y que nos hace conscientes de cuán bendecidos estamos por tenerlo en nuestras vidas. Nuestro único trabajo es hacer nuestra meditación con toda la dedicación, amor y devoción que podamos.

Estar en presencia física del maestro es un gran privilegio, que trae consigo una conciencia profunda y verdadera de lo que

realmente anhelamos, de la verdadera sed de nuestra alma. El maestro nos pide con sinceridad que tomemos acciones prácticas en este camino, que estemos cerca de él por dentro y que experimentemos la misericordia de su ser. Su misericordia es indescriptible. Él nos llama, nos ruega que demos ese primer paso hacia él, que es nuestro esfuerzo en la meditación.

Consideremos otro aspecto del amor y la presencia constantes del maestro. Si tenemos estos dos dones indescriptibles de él, ¿de qué tenemos que preocuparnos? El amor es un estado de unidad, de plenitud, y eso es lo que el maestro nos ofrece. Él nos ha dicho varias veces que en este camino todo es posible. ¿Por qué? Porque él y su amor siempre están con nosotros y podemos experimentarlos cada día y en cada momento, si tan solo dirigimos nuestra atención hacia él y nos comunicamos con él a través de la meditación.

Para un iniciado, la vida consiste en vivir en el mundo, cumplir con sus deberes y, al mismo tiempo, saber, sentir y ver que la presencia del maestro es una realidad constante; que su presencia viva siempre está con el discípulo. Hay un hermoso poema de Hafiz que dice:

Nadie puede impedirnos llevar a Dios dondequiera que vayamos, nadie puede robar su nombre de nuestros corazones, mientras tratamos de abandonar nuestros miedos y finalmente nos mantenemos victoriosos, no tenemos que dejarlo solo en la mezquita o iglesia por la noche. Nadie, en ningún lugar, puede impedirnos llevar al amado dondequiera que vayamos. Nadie puede robar su precioso nombre del ritmo de mi corazón, pasos y aliento.

Este poema enfatiza el hecho de que nuestra relación con Dios es personal. Lo llevamos en nuestros corazones cuando repetimos el simran, cuando la mente está comprometida en la repetición y

lo recuerda en la vida diaria cumpliendo con las obligaciones y responsabilidades en el mundo. Nuestra mente, cuando se enfoca en esta práctica, está comunicándose con Dios. Recordarlo en todo momento aligera el apego a nuestra carga kármica y nos permite hacer lo que debemos hacer sin preocuparnos por los resultados. Entonces podemos atravesar nuestras vidas sin reaccionar ante las situaciones que afrontamos.

El maestro nos dice que podemos transformar nuestras vidas de recipientes de dolor, sufrimiento y miseria, en recipientes de paz y dicha eterna a través del simran, a través de la meditación. Como expresa el dicho, muy acertadamente: “La oscuridad más intensa es en sí misma la semilla de la luz”. A veces pasamos por períodos de dolor y sufrimiento incesantes, pero si en esos momentos podemos aferrarnos firmemente al simran y mantenemos nuestra fe, los períodos oscuros pasarán. Las dificultades en la vida pueden llevarnos a desarrollar un sentido de desapego en este mundo falso, con el que nos damos cuenta de la naturaleza ilusoria de nuestra existencia y busquemos nuestro verdadero hogar. Cuando las cosas son imposibles de entender, solo podemos *soltar y dejar hacer a Dios*, como dice el dicho. De alguna manera, él vendrá a nosotros en nuestra angustia, mientras el trabajo de purificación continúa. El santo Kabir ha expresado, en uno de sus bellos poemas, la imagen del alfarero que sostiene la vasija con una mano, mientras la moldea y golpea con la otra. Depende de nosotros qué mano vemos: la que golpea o la que sostiene; así como es nuestra elección decir que el vaso está medio lleno o medio vacío.

El maestro está dentro de todos los sucesos y circunstancias de nuestra vida. Lo que nos sucede está en sus manos y bajo su conocimiento. Él está haciendo tanto en nuestra purificación como nosotros le permitimos, pero nos limpiará de cualquier manera que estime oportuna, porque está comprometido a devolvernos a nuestro verdadero hogar. Si tenemos la inmensa capacidad de absorber los buenos momentos, también deberíamos tener la gracia de

atravesar los malos momentos con igual fe y amor. Algunas veces, durante nuestros momentos difíciles, podemos haber pensado que el maestro nos ha dejado solos en este mundo. Pero tenemos que crecer verdaderamente para entender que nuestro Padre espiritual –que no solo está con nosotros en esta vida, sino que ha estado allí desde siempre–, nos ama tanto, que nunca puede abandonarnos. En *Joyas espirituales*, el Gran Maestro explica:

Tu amigo o maestro está dentro de ti, más cerca que cualquier otra cosa y te observa. Siempre que tu atención se dirige hacia el centro del ojo, él te escucha y responde, pero su respuesta se te escapa porque tu atención vacila y se dirige hacia fuera. Si pudieras escucharlo por dentro, estarías en sintonía. Deseo que puedas acercarte a él y verlo por dentro, cara a cara, en lugar de simplemente sentir su presencia.

Deberíamos reflexionar sobre estas cuestiones: ¿La presencia del maestro en nuestras vidas debería eliminar nuestros malos momentos o debería su presencia darnos la fuerza para afrontar cualquier crisis con fe y amor? ¿Nuestra fe es tan débil que pensamos que el maestro nos abandonará alguna vez? ¿Cómo podemos hacernos fuertes para soportar el dolor y aceptar lo que suceda como la voluntad del Señor? Primero y ante todo, debemos creer que el maestro siempre está con su discípulo. En los momentos más dolorosos de la vida, él ofrece a cada discípulo la gracia de la fuerza interior. Si realmente lo buscamos para obtener apoyo, entonces nos volvemos receptivos a su gracia. Podemos recordar el famoso poema anónimo *Huellas*, en el que la voz del Señor se expresa cuando el discípulo cree sentirse abandonado: “Mi queridísimo hijo, nunca te dejé durante tus pruebas y sufrimientos; cuando viste solo un par de huellas en el camino, fue entonces cuando te estaba llevando en brazos”.

En cada momento, él está con nosotros y cuidando de nosotros. No cambiará nuestro destino, pero está allí para darnos todo el

apoyo y la fuerza que necesitamos. Siempre debemos pensar positivamente. Los pensamientos positivos no se basan en esperanzas vagas, sino en una fe profunda en las manos protectoras de Dios. Hazur Maharaj Ji nos anima a hacer nuestra meditación, y esta meditación nos ayuda a aceptar, nos ayuda a apreciar lo que enfrentamos. En *Perspectivas espirituales*, vol. III, leemos:

Intentamos vivir en su voluntad. Intentamos no transigir con los principios. Intentamos dar todo el tiempo a la meditación. Intentamos moldear nuestra vida de acuerdo con la forma de vida de Sant Mat. Así que intentamos vivir en la voluntad del maestro. Eso nos ayuda.

En esencia, la meditación es la verdadera oración, la oración silenciosa, que agrada al maestro. Nos entrenamos para aceptar, soltar y liberarnos, y permitir que los desafíos de la vida cumplan su propósito; y nos acerquen más a él. El escritor Paulo Coelho expresa acertadamente la actitud que debemos adoptar en esos momentos en el libro *Aleph*. Él dice:

Oh Dios, te reconozco en las pruebas que estoy pasando. Permite, oh Dios, que tu satisfacción sea mi satisfacción. Que yo sea tu alegría, esa alegría que un padre siente por un hijo. Y que yo me acuerde de ti con tranquilidad y determinación, incluso cuando sea difícil decir que te amo.

El discípulo que acepta todo en la vida, sabiendo que viene del maestro, no se preocupa, no se queja, sino que vive feliz en su voluntad. No queda nada más que desear. De esta manera, se satisface la sed del alma, recordamos la raíz profunda de nuestro ser, cumplimos el verdadero propósito de la vida y, finalmente, nos hacemos merecedores de recibir su herencia espiritual.