

CAMINO REAL

4 • 2019

Radha Soami Satsang Beas
Habla Hispana

CONTENIDO

- 03 ¿A quién amar?
- 08 ¿Quién me puede consolar?
- 09 El Shabad es el verdadero gurú
- 13 El maestro en la forma física
- 21 Reflexiones
- 22 Del amor físico al permanente
- 24 Otro cuento en el Café Maya
- 32 Objetivo: la liberación
- 34 Cartas espirituales
- 37 Crece el amor
- 38 Ser positivo ante el problema
- 42 ¿Por qué me pasa a mí?
- 50 El maestro responde

CAMINO REAL

Fundación Cultural RSSB Andalucía (España). Carretera del Prat, 57. -08940- Cornellá L. (Barcelona).
Camino Real Internet ISSN 2564-8489. DL B-29136 -1993. Todos los derechos reservados.
Copyright © 2019 Fundación Cultural RSSB Andalucía (España).

Nada puede ser más grandioso que el deseo de cambiar las limitaciones y miserias de un ser humano transitorio por la eterna felicidad del Ser perfecto.

M. Charan Singh

Al reflexionar sobre las palabras de un maestro espiritual en cualquiera de sus inspirados discursos, encontramos una sabiduría que nos ayuda a responder muchas de nuestras incertidumbres e inseguridades.

No hace falta ser un profundo buscador de la espiritualidad para darse cuenta de que sus palabras no son baladíes. Un maestro espiritual toca nuestro corazón porque su mensaje está dirigido al ser humano que está extraviado en esta creación, que ha perdido el sentido y la razón del porqué de su existencia. Cuando estamos ante un maestro espiritual, solo hace falta escuchar la voz de nuestra conciencia y no intentar acallarla con superficialidades momentáneas sino abrirnos a su verdad.

Es común a todos afrontar en la vida experiencias trascendentes: la muerte de seres cercanos, pérdidas inesperadas, enfermedades que nos crean mucho dolor y un sinnúmero de pensamientos y sentimientos derivados de tales hechos sobre los que no tenemos explicación.

Muy a menudo cosechamos vacíos y frustraciones que no tenemos más remedio que encajar, y en medio de ellos seguir

adelante. ¡La vida no se detiene y no tenemos otra opción! Sin embargo, nos preguntamos: ¿qué camino seguir en la vida? ¿Adónde dirigirnos cuando todo tiene un final?

Las palabras del maestro son como luz diáfana que penetra en lo más profundo de nuestra mente, y desde una dimensión que nos transmite la más franca certeza y confianza, él dice sin vacilación: Escúchame, todos los apegos y amores que tenemos en este mundo, mientras vivimos en nuestro cuerpo, son falsos porque no durarán, perecerán. En una cita de Gurú Nanak leemos:

¿A quién amar y hacer amigo cuando todos están de paso?

Discursos espirituales, vol. II

Justamente esa es nuestra pregunta: ¿A quién dedicar nuestro amor y alegría?, ¿a qué puerto seguro dirigir el bote de nuestra vida?

El maestro ha venido a ayudarnos y a resolver todas nuestras inquietudes, inicialmente con sus palabras y presencia entre nosotros y definitivamente con la acción. La cuestión es si de la comprensión teórica pasamos a la acción, y siguiendo sus instrucciones logramos las experiencias necesarias para hacernos sentir la realidad que integra su mensaje, y que dará a nuestra vida la verdad de la que carece.

Busca por toda la creación, dicen los místicos, no encontrarás nada ni a nadie que sea digno de tu amor, amistad y atención, excepto el Señor. ¿Por qué? Porque todos estamos de paso, y no nos pertenecemos los unos a los otros.

Nuevamente, ¿a quién amar que nunca nos defraude y que nos garantice un amor duradero que no acabe con pena y dolor?

Curiosamente, el único que nos pertenece no lo consideramos nuestro, y no intentamos establecer una relación con él. Al contrario, vagamos interminablemente por la creación angustiados intentando poseer todas esas falsas posesiones que jamás podrán pertenecernos.

Los falsos quedan para siempre apegados a lo falso, enamorados de lo falso, y en consecuencia viven olvidados del Señor supremo.

Discursos espirituales, vol. II

El maestro nos dice que pensemos muy bien en lo siguiente: Hemos visto como nuestros seres queridos ya se han ido y si no ha sido así un día u otro partirán, pero... ¿y cada uno de nosotros?, ¿quién vendrá a ayudarnos en ese momento? ¿Quién nos prestará apoyo? Nuestros familiares y amigos, por los que tan frecuentemente sacrificamos nuestros más preciosos valores, ni siquiera saben de dónde vienen los agentes de la muerte, ni adónde nos llevan. ¿Qué ayuda pueden ofrecernos esas personas cuando ni siquiera saben de dónde venimos ni adónde vamos? Están tan incapacitados como nosotros para prestarnos ayuda.

Nuestro verdadero amigo, defensor y familiar es alguien que se preocupa por nuestro bienestar y procura lo mejor para nosotros; no quien busca su propio beneficio. ¿Quién nos ayudará en ese momento? ¿Quién podrá socorrernos?

Excepto el Nam, no tienes otro amigo o compañero.

Gurú Nanak. Adi Granth

Los místicos desean sacarnos del estado de sufrimiento y vacío debidos al olvido de nuestro Creador, aconsejándonos que no

pasemos toda nuestra vida enredados en el tejido del amor y apego mundano. Este amor al mundo siempre se acaba, este amor nos ata, este amor nos mata. Debemos prestar atención al propósito para el que Dios nos ha dado la oportunidad de un nacimiento humano.

¿Qué camino seguir? ¿Adónde te diriges viajero cuando todos los caminos tienen un destino final?, nos pregunta el maestro. Y como agua deliciosa que sacia la más intensa sed llega esta respuesta:

Hermano mío, la entrega de la vida al sendero del amor confiere a la vida un sabor único y exquisito que solo puede gustar el amante o uno cuyo rostro irradie intenso amor.

Filosofía de los maestros, vol. I

El destino es el amor, y el sendero es el del amante cuyo rostro irradia amor. Todo está en nuestro interior. Nuestros sueños o imaginaciones más extraordinarios nunca podrán representar la grandeza que hay en el interior. Ese tesoro nos pertenece y está ahí para cada uno de nosotros; podemos conseguirlo cuando vayamos al interior. Es el camino interior del amor. ¡Esta es la respuesta que buscamos!

Puedes creermelo de una vez por todas, todo está dentro de ti, incluyendo al mismo Creador, y todos los que lo han experimentado, lo han conseguido entrando dentro del foco del ojo. No existe ningún método más fácil que la meditación.

Joyas espirituales

Los maestros nos dicen: Pregunta, infórmate sobre la espiritualidad y el método interior de la meditación. No busques fuera

de ti, todo está dentro. Camina con paciencia y sigue el camino de la vida, el que te lleva al interior. Completa el proceso de la concentración. El maestro estará siempre a tu lado velando cada uno de tus pasos. ¡Nunca te desanimes!

Amigo mío, tienes un potencial con el que puedes permitirte soñar lo más hermoso. Podrás hacerlo realidad porque alguien está contigo: el maestro espiritual. Él te enseñará a quién amar, cómo hacerlo y por qué. Si te comprometes a seguir la estela del camino que él señala, tus días habrán sido vividos en el sentido y la comprensión verdadera de la vida, no te atemorizará como hasta ahora la pérdida o el dolor, se acabará toda incertidumbre y cosecharás el fruto de una vida humana plena.

La tendencia natural del alma es elevarse, puesto que es un ave muy especial cuyo origen no es este mundo material. La mente y el cuerpo hacen que permanezca aquí abajo, nuestra forma de vivir equivocada y desorientada la ha retenido, pero ahora es tiempo de dejarla volar. Cuando el cuerpo y la mente se inmobilizan, el alma empieza a elevarse hacia el foco

No la retengas más, dale alas y encomiéndate a este camino del amor. Busca a un maestro y aférrate muy fuerte a él, y te enseñará el verdadero amor.

¿QUIÉN ME PUEDE CONSOLAR?

... Fuera del agua, el pez se retuerce de dolor,
 sin la flor de loto, la abeja negra no encuentra
 descanso;¹
 el pájaro de la lluvia suspira constantemente
 añorando las gotas del swaanti²
 y nada consuela a esa madre
 que llora la muerte de su hijo.
 Ahora mi dolor es tan hondo como el suyo.
 ¡A quien le contaré el dolor de mi separación!
 nadie lo entiende.

Solamente me puede consolar Radha Soami,
 quien conoce los secretos de mi corazón;
 él que lo sabe todo.
 Decididamente me he dedicado a su bhakti,
 cortando así infinidad de ataduras de mi mente.
 Cada día canto alabanzas a Radha Soami,
 pues mi corazón anhela refugiarse en sus
 sagrados pies.
 ¿Cómo describiría yo su ilimitada compasión?
 Día a día recibo la dicha de una gracia única...

Soami Ji. Sar Bachan poesía. Bachan 1, shabad 1

1. La bella abeja negra (ali o bhamra) revolotea alrededor de las flores, alimentándose de su néctar y disfrutando de la fragancia mientras las poliniza.

2. Las gotas de lluvia del swaanti que caen en las conchas de perlas se convierten en perlas.

En el libro *Spiritual Perspectives, vol. III*, leemos la respuesta de Maharaj Charan Singh a alguien que le pregunta sobre cuál es la relación del discípulo con el maestro, y él responde:

¿De qué hay que hablar? ¿Quién es el discípulo y quién el maestro? Ni el cuerpo del discípulo es el discípulo, ni el cuerpo del maestro es el maestro. El alma es el verdadero discípulo, y el Shabad o Verbo el verdadero maestro. Por tanto, la verdadera relación del discípulo con el maestro consiste en unir el alma con el Shabad en el interior.

Con frecuencia, cuando Baba Ji está dando satsang en punyabí dice: “Shabad gurú, surat dhun chela”. Lo que quiere decir: “El Shabad es el gurú y el alma es el discípulo”. Una interpretación más amplia sería: El Shabad es el gurú interior sin forma, y la atención concentrada en el sonido es el discípulo. En otras palabras, el verdadero gurú es el Shabad y el verdadero discípulo es nuestra atención inmersa en el Shabad. Tanto el verdadero gurú como el verdadero discípulo están en el interior. Ambos carecen de forma. La fuente de nuestra felicidad, el amor y la sabiduría están dentro de nosotros. Todo lo que tenemos que hacer es prestar atención a nuestro verdadero gurú en el interior.

La forma física del maestro no es Dios

Desde el momento en que descendemos de la región de espíritu puro al reino de la mente y después al mundo de materia, el maestro Shabad interior ha estado esperando que nos pongamos

en contacto con él. Ahora, tras muchas vidas de devoción, el maestro Shabad sin forma se ha dado a conocer en el mundo de materia como el maestro físico.

Como ser humano, el verdadero maestro encarna el ideal humano de perfección, lleno de sabiduría y compasión desinteresada. Su vida está dedicada al bienestar espiritual de sus discípulos. El maestro físico es un místico auténtico y humanitario, que ayuda e inspira a todo el que se cruza en su camino. Él demuestra, con su ejemplo, que en la forma humana, la iluminación es una posibilidad real.

Sus cualidades son muchas, pero estas cualidades no le convierten en Dios. Dios no tiene atributos físicos; es invisible e insondable. El Shabad es su verdadera forma, que es sutil, consciente y sin forma. Es en esta 'forma sin forma' como él lo impregna todo.

El satgurú es el Shabad personificado. Él es la encarnación física del Shabad que es Dios, pero no es Dios. Cuando le preguntaron a Baba Ji si él era Dios, contestó: "¿Cómo puede lo limitado ser lo ilimitado?".

En otras palabras, la forma física es limitada y, por tanto, no puede ser el ilimitado Dios. El Gran Maestro dice exactamente lo mismo en *Joyas espirituales*:

El cuerpo físico no es la verdadera forma del gurú. Es un simple traje que viste en este mundo y que abandonará aquí. La verdadera forma del gurú es el santo sonido; con esa forma el gurú está presente en cada cabello de tu cuerpo, y está dentro de ti.

Dios o el Shabad es ilimitado. La forma física del gurú está sujeta a limitaciones como son la enfermedad, la vejez y la

muerte. Más aún, cuando el maestro físico muere, no deja nada en esta tierra que pueda mantener su consciencia sujeta a este mundo de materia. Él queda libre de las limitaciones del cuerpo y de la mente y se funde de regreso en el Shabad, lo mismo que una gota de agua se funde en el océano. Esta experiencia no puede considerarse como una prolongación de su personalidad en el tiempo. La personalidad del maestro físico no sobrevive a la muerte del cuerpo. Cuando la gota de Shabad-consciencia, que estaba confinada en los cuerpos físico, astral y causal, se funde de vuelta en el océano del Shabad lo hace completamente y pierde su propia identidad transformándose en el océano. A partir de ahí, es el Shabad sin forma el que continúa guiando al discípulo.

El maestro que ha dejado el cuerpo no permanece en los reinos físico, astral o causal. Por ejemplo, cuando Maharaj Charan Singh falleció y abandonó el cuerpo, se fundió completamente en el Shabad. Él no permaneció en las regiones astral o causal esperando a que sus discípulos muriesen para poder llevarlos a sach khand. Naturalmente surge la pregunta: si el maestro a quien hemos conocido en la tierra se funde enteramente en el Shabad, ¿a quién encontramos en las regiones interiores? Lo que encontramos es al Shabad, proyectándose a sí mismo como la forma astral o radiante del maestro que el discípulo conoció en la Tierra. Esto tiene lugar debido al inmenso amor que el Shabad tiene por nosotros y se hace en beneficio del discípulo, que probablemente confiará más en la forma de su maestro que en cualquier otra forma.

La auténtica forma del maestro ha sido siempre el Shabad. El Shabad utiliza un cuerpo para establecer contacto con nosotros y para que podamos, de una vez por todas, salir de este reino de consciencia inferior y acabar con el ciclo de la reencarnación en que estamos atrapados. Maharaj Charan Singh dice en *Spiritual Perspectives*, vol. III:

Siempre que nosotros vemos la forma radiante del maestro, él proyecta su forma desde el Shabad en nuestro interior. No es la forma física del maestro la que ha entrado en nosotros; es la forma radiante del maestro, y él proyecta esa forma desde el Shabad. Este es nuestro verdadero maestro, él proyecta su forma desde el Shabad en nuestro interior.

Así como el mundo de materia es como un sueño que carece de realidad, de igual modo las regiones astral y causal carecen de realidad intrínseca propia; también son ilusorias. Ignorar cual es nuestra auténtica naturaleza nos mantiene enredados en los reinos material, astral y causal, los cuales no tienen realidad por sí mismos. Es por esto que cuando el maestro-Shabad deja de utilizar la forma física regresa al Shabad, la única realidad que existe. Las regiones material, astral y causal existen únicamente mientras ignoramos nuestra naturaleza auténtica original. El Shabad es todo lo que existe. Sach khand no es un lugar. Es la realización de nuestra verdadera naturaleza. El Shabad es nuestra verdadera naturaleza y la verdadera naturaleza de nuestro gurú. Nuestra verdadera naturaleza es nuestro gurú real. El verdadero gurú está en el interior. El modo de establecer contacto con el gurú interior se le explica al discípulo al ser iniciado en el sendero del Shabad.

from self to Shabad

El cuerpo no es el maestro, sino solamente lo que lo cubre.

El sendero de los maestros

Baba Ji habla a menudo de la importancia de las enseñanzas con respecto a la forma física del maestro. Explica que la forma física del maestro es perecedera, se queda aquí. En ocasiones bromea con su jubilación o habla de la muerte. Quiere que tengamos claro que no es a su forma física a lo que hay que apegarse. El maestro ha obtenido la realización del Shabad y puede hablar del desapego mundano, sin embargo, nosotros que estamos luchando por ese desapego, nos cuesta comprender lo que nos dice. Es más, creemos que la forma física lo es todo. Por eso nos preguntamos: ¿cómo no vamos a apegarnos al maestro físico?

Si el maestro es nuestro norte, si el maestro es la fuerza que nos empuja a levantarnos cada mañana para seguir adelante. Si recorreremos kilómetros y kilómetros para verle, para cruzarnos con una mirada suya. Ahorramos durante todo el año. Nos organizamos para poder ausentarnos del trabajo. Vamos donde sea. Una vez allí madrugamos, dispuestos a hacer largas colas con tal de conseguir un buen sitio para estar lo más cerca posible. Estudiamos al detalle todas las variables que intervienen a la hora de encontrar un buen lugar para sentarse.

Cada uno tiene sus trucos y sus preferencias. Cada uno a base de horas de dedicación, ha ido elaborando su propia teoría. Se podría incluso decir que hay quien tiene hecho un auténtico máster en cuál es la mejor manera de ver al maestro.

Pero este no es el único máster. Hay otros. Está el máster en tener los pasos del maestro controlados. Llenos de amor e ilusión intercambiamos información con todo lujo de detalles. Donde está, qué ha hecho, con quién se ha encontrado, adónde se dirige... ¡Qué bien que lo pasamos! Emocionados queremos saber más y más de él. Cualquier cosa por insignificante que parezca es tan valiosa... La forma como se riza el bigote, lo impecable que está su turbante, si llegó dos minutos antes o después...

Hay todo un mundo alrededor de la forma física de Baba Ji. Un mundo apasionante del cual nos hemos hecho casi profesionales, porque el maestro nos tiene conquistados: sus bromas, sus gestos, sus miradas, sus sorpresas, sus zapatos, sus andares.... Nos enamora sin remedio ¡Qué felices nos sentimos ante su presencia! ¡Cuánta inspiración emana de su persona!

Queremos ver al maestro, estar literalmente postrados a sus pies. No es extraño que en las sesiones de preguntas y respuestas surjan cuestiones y comentarios relacionados con este hecho del tipo: ¿Cuándo va a ir a tal o cual país? ¿Cuándo sacará una foto nueva? ¡Está tan guapo...! Y ahora Baba Ji hace hincapié tranquilamente en que tenemos que desapegarnos de la forma física del maestro. Y no lo hace porque sí, tendrá algún sentido, ¿no?

Baba Ji es el que sabe, el que manda, el maestro al que tanto queremos seguir. Así que solo por eso y por mucho que nos pese, deberíamos tomarnos en serio sus palabras y preguntarnos si lo que dice es de primera necesidad. Porque preguntarnos si el maestro está interfiriendo en nuestro camino suena raro, ¿verdad? Principalmente, porque precisamente fue él quien nos mostró el camino. Sin embargo, responder esta pregunta es nuestra responsabilidad. Por incómoda que pueda parecer y por evidente que se intuya la respuesta a simple vista, hay que armarse de valor y revisar si es que sí, es que no, o un quizás o a veces.

Estaremos de acuerdo que el encuentro con el maestro físico, ha sido seguramente lo mejor que nos ha pasado en la vida. Y si existe alguna posibilidad que de alguna forma u otra estemos malinterpretando esta relación tan importante en nuestra vida, merece la pena revisarlo. Del mismo modo que se revisaría una relación de pareja para que el amor no se estancara y pudiera seguir creciendo.

Maharaj Charan Singh dice en *Spiritual Perspectives, vol. III*:

Seguir al maestro significa seguir sus enseñanzas, vivir el estilo de vida de Sant Mat, meditar, retirarse de los placeres sensuales. Seguirle no significa ir tras el físicamente.

Aquí lo importante es seguirle espiritualmente, seguir su ejemplo.

En una ocasión, Baba Ji para ilustrar este tema comparaba las enseñanzas con una pizza y al maestro con el chico que lleva la pizza. Imaginemos que estamos en casa con un grupo de amigos y decidimos pedir pizza para cenar. Llamamos: *"Hola quiero una pizza vegetal de masa fina con extra de champiñones. Tamaño gigante, por favor"*.

Al rato suena el timbre. Es el repartidor de pizzas que viene a traérnosla. Allí está, plantado delante de la puerta. Y al verlo suspiramos: ¡Por Dios, que chico tan guapo!, ¡qué bien que le sienta el uniforme!, ¡qué sonrisa!, ¡cómo habla! Un repartidor especial que no es como los demás.

Imaginemos la situación del pobre repartidor intentando darnos la pizza y nosotros ni caso, haciéndole ojitos y echándole piropos... Imaginemos que estamos tan centrados en el chico que incluso se nos olvida que habíamos pedido pizza para cenar.

El objetivo del repartidor es darnos la pizza. Es amable, guapo, simpático, especial, pero él ha venido a traernos la pizza y punto. No ha venido a darnos conversación ni a dejarse querer ni a que le riamos las gracias. Viene a traernos la pizza y si no nos la quedamos, su presencia en nuestro domicilio no tiene ningún sentido. Objetivo no cumplido por su parte y por la nuestra, porque nos quedamos sin cenar. Fracaso para todos.

Es en este contexto donde cobra sentido la idea de no apegarse a la forma física del maestro, o al chico de la pizza. El objetivo son las enseñanzas, el maestro es el medio por el cual se nos transmiten las enseñanzas. Nunca hay que perder esto de vista. El cuerpo del maestro se queda aquí. Su barba tan blanca y su turbante se quedan aquí.

En el libro *Concepts & Illusions* leemos:

Es esencial comprender que nuestra fe no debe basarse en la forma humana del maestro. (...) Los mitos que creamos sobre la forma física y las acciones del maestro proceden de nuestra imaginación. Nos hacemos ilusiones creyendo que el maestro está aquí para protegernos de la enfermedad y la muerte, para hacernos ricos y famosos, para eliminar nuestros karmas, para satisfacer nuestros deseos materialistas y para aconsejarnos sobre la vida. Esperamos que el maestro sea mago, médico, agente de bolsa, consejero matrimonial y astrólogo, todo en uno.

El texto continúa explicando que perseguir su forma física, esperar algún milagro o pretender que resuelva nuestros problemas personales es desviarse del camino. Las disputas familiares, los problemas financieros, la carrera que deben estudiar nuestros hijos o si es buen momento o no para empezar un negocio son acontecimientos que nos toca vivir a nosotros, y decisiones que

nosotros debemos tomar. Efectivamente, el ejemplo del maestro y la práctica de la meditación nos pueden ayudar mucho en tales situaciones, pero eso de ‘pasarle la pelota’ al maestro en esos casos no forma parte del trato. Esa es nuestra responsabilidad. Hacerlo de otro modo, sería como si el albañil de la obra le pidiera al arquitecto que hiciera la mezcla en la hormigonera.

En el prefacio del libro *Concepts & Illusions* leemos:

Tenemos la extraordinaria habilidad de crear conceptos que nos convienen y los convertimos en interpretaciones innovadoras. Tejemos maravillosas redes de fantasías y falacias, idealizamos el sendero, malinterpretamos las enseñanzas, sacamos conclusiones absurdas de las palabras del maestro, encontramos excusas para huir de nuestros compromisos, y jugamos al juego de buscar culpables con la teoría del karma. De este modo, nos apartamos totalmente de la realidad y nos alejamos cada vez más de las enseñanzas del maestro.

Complicamos la sencillez de las enseñanzas con nuestras fantásticas ilusiones, conceptos, e interpretaciones erróneas, en lugar de utilizar nuestro sentido común. ¡El sendero es sencillo, pero nosotros lo complicamos!

Tal como dice la cita, “¡el sendero es sencillo, pero nosotros lo complicamos!”. Seamos claros, dejémonos de ambigüedades: el maestro es un guía espiritual y viene a eso, a guiarnos espiritualmente. Viene a mostrarnos la verdad.

Todas las religiones lo explican a su manera, pero todas coinciden en que la realización de Dios, la verdad, hay que buscarla en el interior de uno mismo. Tenemos que experimentarla por nosotros mismos.

El maestro es el camino. Es fundamental, sin él, el resto no puede suceder. El maestro físico viene a recordar que la espiritualidad está dentro. La mejor manera de demostrar que el maestro nos importa es tomando lo que nos trae, acogiendo sus enseñanzas en nuestro corazón y transformándolas en hechos. Todo lo demás sería hacernos un flaco favor a nosotros y a él. Imaginemos la cara del repartidor de pizza si no tomamos la pizza que nos ha venido a traer y nos quedamos solo mirándolo.

Cada minuto en presencia del maestro físico es valioso, en la medida que nos empuja a meditar más y mejor. Esa es la única medida que cuenta.

Si esa gran atracción que sentimos por el maestro nos sirve para buscarle en el interior, entonces objetivo cumplido. Lo que recibamos lo vamos a recibir del interior y es allí donde hay que buscarlo.

Debemos asumir que el turbante y la barba de Baba Ji también se desvanecerán un día. Igual que lo hicieron los turbantes y las barbas de Maharaj Charan Singh, Sardar Bahadur Jagat Singh, Baba Jaimal Singh y de tantos otros. Por lo tanto, deberíamos aprovechar todo el amor y la devoción que despierta en nosotros, para seguirle de verdad como él quiere que le sigamos. El cuerpo físico es la herramienta que el maestro tiene para despertar en nosotros las ganas de buscarlo en su forma radiante. Toma aviones, viaja por todo el mundo, da satsangs, nos visita por sorpresa, crea nuevos centros... Cualquier excusa es buena para salir a nuestro encuentro e invitarnos con su presencia a meditar cada día más y mejor.

La verdad es tan sutil que es imperceptible a los ojos y a los oídos humanos. Si el maestro no se presentara primero en su forma física, la verdad pasaría desapercibida. El maestro físico está conectado con el Shabad para que nuestros ojos y oídos que solo

están preparados para ver lo que es temporal, puedan vislumbrar un atisbo de la verdad interior en su presencia. Digamos que el cuerpo del maestro es el papel de regalo en el que viene envuelta la verdad. Es evidente que sin la forma física del maestro nunca hubiéramos podido acceder a ella, pero él no va a estar siempre en el cuerpo: eso también lo sabemos.

La forma física es el punto de partida del viaje espiritual. La fuerza, la energía y el amor que genera en nosotros tienen que transformarse en meditación. Toda la fuerza, la inspiración y las buenas intenciones que Baba Ji despierta en nosotros son para cerrar los ojos y los oídos y entregarnos a la meditación.

La mejor manera de materializar todo aquello que sentimos es transformarlo en simran: las palabras que le diríamos si un día nos lo cruzáramos por la calle, las conversaciones que tenemos con él en nuestra cabeza, las ganas de verle, las anécdotas, los recuerdos... Agarrarlo todo, compactarlo con mucho cariño, sentarse con los ojos cerrados y empezar a repetir los cinco nombres.

Si hacemos eso y solo si hacemos eso, entonces podemos seguir con nuestros másteres en escoger los mejores sitios y nuestras especulaciones acerca de qué hace y deja de hacer nuestro hermoso y querido maestro, porque sabemos que lo más importante es el encuentro interior con su forma radiante.

La relación maestro y discípulo es la más estrecha de las relaciones. Pero todo tiene un ritmo y cada cosa tiene su momento. Al principio nos llama la forma física, y empezamos a amarla de tal modo que amamos también lo que dice y lo que hace. Y lo que dice y hace el maestro es ir al interior. Llega un punto en que el anhelo es tan grande que el discípulo solo quiere más y más darshan, y con la práctica de la meditación llega a la forma radiante.

Es entonces y no antes cuando el discípulo comprende la importancia de la forma física, y es entonces cuando el círculo se cierra. Este es el orden de los acontecimientos. Esta es la paradoja que los místicos explican y que ahora mismo nosotros no llegamos a comprender.

Es desde esa realización que, después de que Baba Jaimal Singh hubiera dejado ya el cuerpo, el Gran Maestro dijo que lo daría todo por un último darshan de su maestro. Alguien podría preguntarse: ¿qué sentido podría tener el darshan físico para alguien que tiene el darshan interior a voluntad? El Gran Maestro hablaba como alguien que tras conocer la forma radiante reconoce lo valiosa que es la forma física. Un lugar por descubrir para muchos de nosotros. Es el lugar que Baba Ji nos invita a visitar en todo momento. Nos está diciendo: Aquí estoy, en el centro del ojo, disponible a todas horas. Aquí no hay que viajar en avión ni comprar billetes, ni entrar en un sorteo para hacer preguntas. Aquí te doy una entrevista cuando quieras.

Tal como decía Maharaj Charan Singh:

*Que el amor por la forma
culmine en el amor por el que no tiene forma.*

Lo mismo que el calor del sol ayuda a la maduración que proporciona frutos dulces, y el calor del fuego permite preparar deliciosos platos, así también el calor de la añoranza estimula en gran manera al devoto a progresar en el sendero espiritual. Es en realidad la piedra de toque del amor, y al mismo tiempo purifica el amor y devoción del devoto, de igual modo que un orfebre purifica una pieza de oro poniéndola en el fuego.

Filosofía de los maestros, vol. I

Un corazón atrapado en la red de su amor está contento y liberado de ambos mundos. Ve la cara de la realidad interior en todas partes. El espejo que refleja esta unicidad lo otorga Dios mismo.

Sarmad: Martyr to Love Divine

La intensa añoranza ejerce una profunda influencia, ya que es una poderosa corriente de energía. El devoto dominado por ella se olvida completamente de su cuerpo y de sus ropas, porque es atraído por el imán del recuerdo del Señor, y su mente se halla totalmente absorta en la contemplación del Señor.

Filosofía de los maestros, vol. I

Cada iniciado tiene que esforzarse en elevarse lo mejor que pueda para alcanzar el centro del ojo y encontrar la forma radiante; para volverse firme como una roca, indiferente a los vientos y tempestades de las pasiones.

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

- M. Maestro, ¿sentimos inclinación por apegarnos a la forma física, y entonces no intentamos alcanzar la forma radiante?
- R. Al final el afecto o el amor y la devoción por la forma física, nos llevarán hasta la forma radiante interior. Al final, sucederá eso, porque ambos, el maestro y el discípulo, abandonarán sus formas físicas. Las formas físicas no pueden ir más allá de este mundo. La asociación que el alma crea con el Shabad, la luz y el sonido, que es nuestro verdadero maestro, es permanente. Sin embargo, el alma no podrá ponerse en contacto con ese Shabad a menos que ambos, el maestro y el discípulo, se encuentren en la forma física en el momento en que el discípulo es iniciado.

Por eso se dice que el verdadero santo, nuestro verdadero maestro, es el Shabad. Pero puesto que solo podemos estar apegados al Shabad a través de la forma física, mostramos respeto y amor por la forma física. Sin ella, jamás hubiéramos sido puestos en contacto con el Shabad, la forma radiante del maestro dentro de nosotros. Sin embargo, al final, el amor y la devoción por la forma física nos conducirán hasta la verdadera forma del maestro, que es el Shabad.

Cristo también dijo: “Dentro de poco ya no me veréis; y dentro de otro poco, me volveréis a ver” (*Juan 16:16*). Esto quiere decir que ‘ahora él está en el cuerpo, está con nosotros, pero tiene que dejarnos. Sin embargo, se nos manifestará otra vez en la forma de Shabad. No nos va a abandonar’. A continuación, también dice que es en nuestro propio beneficio el que nos deje ahora (*Juan 16:7*), porque el amor que hemos desarrollado por él mientras estaba en la forma física, dirigirá nuestra atención hacia su forma radiante, su forma de Shabad en nuestro interior.

Dice: “Ahora tenéis muchas dudas y preguntas, pero cuando veáis mi forma interior, ya no tendréis dudas ni ninguna pregunta que hacer” (*Juan 16:22-23*). Él deja muy claro en San Juan, que está refiriéndose a la forma radiante.

Esto significa que el discípulo, estando en el cuerpo físico, se llena de amor y devoción por el maestro. Y luego, cuando el maestro abandona este cuerpo físico y mortal, el discípulo no puede encontrarlo en el mundo exterior. Sin embargo, dice: “Conocéis el camino, conocéis la verdad, y sabéis adónde voy” (*Juan 14:4*). El discípulo sabe dónde buscar al verdadero maestro, y su amor por la forma física del maestro le obliga ahora a dirigir su atención hacia el interior para encontrar al verdadero maestro. Esto quiere decir que entonces nos concentraremos y veremos la forma radiante del maestro en el interior.

Es así como el amor exterior nos ha ayudado a ir al interior. Es por esto por lo que dijo: “Os conviene que yo me vaya” (*Juan 16:7*).

M. Charan Singh. *Luz sobre San Mateo*

Camino Real 2-19 publicó el primer cuento cósmico perteneciente al libro from self to Shabad, a continuación le sigue otro:

Volvamos a unirnos nuevamente con Murshid y Jiva en el Café Maya. Ellos encontraron una mesa y obtuvieron sus bebidas. Murshid tomó un sorbo de su chai y dijo: “Jiva, hoy te encuentro raro. ¿Qué te preocupa?”. “Murshid –dijo Jiva–, he tenido pensamientos perturbadores de lujuria y codicia”.

“¿Cómo es eso, Jiva?”. “Pienso en dinero y sexo todo el tiempo, y me preguntaba si el remedio para solventar esta fijación es cambiar mis pensamientos de lujuria y avaricia por pensamientos opuestos de virtud”.

“Dime, Jiva, ¿por qué quieres prestar atención a pensamiento alguno? ¿Por qué no abandonas todos los pensamientos? De ese modo no te verás alterado por los malos pensamientos ni por los buenos, ni por nada. Todos los pensamientos te mantienen alejado del centro del ojo”.

“Pero Murshid, es muy difícil mantener a la mente en la sede de la consciencia. ¿Qué puedo hacer?”. “Bien, Jiva, haz el simran o vuélvete receptivo a cualquier sonido interno que escuches, no como una represión sino como la concentración de tu mente en algo mejor y más placentero”.

“Así, ¿debería reprimir mis pensamientos de lujuria y codicia?”. “No Jiva. No es eso lo que quiero decir. La represión no resuelve

el problema. La represión es como poner una serpiente en un cesto. Con ello no resuelves el problema. Cuando la serpiente salga del cesto seguirá mordiéndote”.

“¿Debería, entonces, entregarme a mis deseos?”. “Entregarse a los deseos sería como intentar apagar un fuego con gasolina. Solo conseguirás hacerlos más fuertes. Tanto la represión como la autoindulgencia mantienen tu atención en el mundo. Ambos extremos validan y fortalecen la ilusión en la que vives. Si tienes un teléfono anticuado y alguien te ofrece uno nuevo, con la última tecnología, no te importará desprenderte de él, ¿no es así? Del mismo modo, el único camino para trascender los placeres mundanos es encontrar algo que te proporcione mayor placer. Necesitas saborear algo mejor. El simran y el bhajan te ayudan a mantener la atención en la sede de la consciencia, donde hallarás más felicidad que la que puede ofrecerte el mundo”.

“De acuerdo, Murshid, ya lo entiendo. Así pues, cuando me asalten pensamientos de codicia y lujuria, los sustituyo por el simran o haciéndome receptivo al sonido, ¿es eso?”. “Sí, y no solo cuando tengas pensamientos sobre esto o aquello. Cambia el patrón de tus pensamientos por el simran tanto como puedas. Desarrolla el hábito mental de hacer simran o volverte receptivo al sonido. Haz simran en el desayuno, la comida y la cena. Haz de ello un hábito mental. Conviértelo en parte de ti”.

“Bien. Lo intentaré, pero Murshid, tú ibas a relatarme una o dos historias a propósito de Maharaj Ji. Me gusta escucharlas y siempre aprendo de ellas algo útil”. “Tienes razón. ¿Te he hablado de aquella ocasión en que a Maharaj Ji le preguntaron sobre la posibilidad de que el fin del mundo estuviera próximo y él respondió: ‘¡Cuanto antes mejor! ¿No hemos visto suficiente de este mundo?’. “Sí, Murshid, lo hiciste. Pero ibas a contarme algo a propósito de los discípulos que no pueden ver a su gurú”.

“Es verdad. Gracias por recordármelo. En cierta ocasión, cuando Maharaj Ji estaba respondiendo preguntas, la lámpara de pie que estaba a su lado empezó a caer sobre él...”. “¿Y qué hizo Maharaj Ji?”. “No hizo nada. Simplemente miró la lámpara como si estuviera cayendo a cámara lenta. Cuando estaba a punto de golpearle, apareció la mano de un sevadar no se sabe de dónde y, con mano firme, cogió la lámpara y la detuvo antes de que golpeará a Maharaj Ji.

Todos los asistentes respiraron aliviados. A Maharaj Ji parecía divertirse lo ocurrido. Inmediatamente, un discípulo preocupado se dirigió al micrófono y dijo: ‘Maharaj Ji, no podemos permitir que esto vuelva a ocurrir’. Maharaj Ji dijo: “¿No podemos?”. “No, Maharaj Ji, la lámpara casi te golpeó. Deberíamos sujetar la lámpara para que sea segura y para que también ilumine tu cara, de modo que todos podamos verla claramente”. Respondió Maharaj Ji: “Tú puedes hacer lo que quieras con la iluminación. De todos modos, ellos no pueden verme”.

“Bien, Jiva, Maharaj Ji estaba remarcando que la forma física no es el verdadero gurú. Nuestros ojos físicos solo pueden ver el mundo dual. No pueden ver al verdadero gurú, que es el Shabad, tu consciencia superior que no tiene forma. Si deseas establecer una relación auténtica con el gurú tienes que hacerlo en el nivel de la consciencia, no en el nivel físico, intelectual o emocional, sino en un nivel de consciencia superior. De hecho, yo no soy el cuerpo, la personalidad o el pensamiento, ni siquiera la mente. Todo esto son herramientas que quedarán atrás. Yo trasciendo las formas. Tu verdadero gurú es tu consciencia superior. ¿Comprendes esto?”. “No, Murshid. No lo comprendo”. “Jiva, la consciencia sin forma que hay en ti es tu verdadero gurú”.

“Bien, Murshid, pero si el verdadero gurú es el Shabad sin forma, ¿tú quién eres?”. “¿Un fraude?”, respondió Murshid. “No, en serio,

¡dime!". "Te lo estoy diciendo. Yo podría ser el mayor fraude que hay aquí". "Vamos, Murshid. No seas humilde ni ingenioso, por favor; tan solo dime: ¿Tú quién eres?". "¿Quién piensas tú que soy, Jiva?". "¡Murshid, pienso que eres Dios!".

Entonces, Murshid explicó: "Jiva, si algo tiene forma, por definición ha de ser temporal y limitado, y si es limitado, ¿cómo puede estar eternamente en todas partes y en todas las personas? Y si no está en todas partes y en todos los seres, ¿cómo puede ser Dios? El Shabad está en todas partes, ¿verdad? El Shabad es ilimitado. El Shabad no tiene forma. Aun no teniendo forma tiene más inteligencia, sabiduría y consciencia que la suma de todo lo demás. El Shabad tiene consciencia y es consciente de sí mismo. El Shabad es lo que tú llamas Dios y otros pueden llamar Alá, Krishna, Cristo, naturaleza de Buda, Tao, y otros muchos nombres. Es la consciencia misma. Se encuentra en todas las formas y en todas partes. El Shabad es el verdadero gurú. Está en ti y tú eres uno con él. Puedes acceder a él directamente. Está más cerca de ti que tu propia nariz, porque él eres tú, el verdadero tú".

"Bien, Murshid, si el Shabad es el auténtico gurú, ¿para qué te necesito a ti?". "¿Para nada...?", respondió Murshid. Jiva miró desconcertado a su maestro espiritual y dijo: "De nuevo te muestras humilde. Dime, por favor, si el Shabad es el verdadero gurú, ¿cuál es tu papel?". "Mi papel consiste en iniciarte en el conocimiento de tu verdadero ser, para que puedas comprender que el Shabad se encuentra dentro de ti. Yo solo soy un amigo que te presenta a otro amigo. Ese amigo es el Shabad. El problema es que el Shabad no tiene forma y, por eso, no es fácil contactar con él. Pero recuerda, tu consciencia tampoco tiene forma; parece limitada únicamente porque tú piensas que eres tu cuerpo y tu personalidad. Por tanto, el primer paso es familiarizarte con esa consciencia superior interior, antes de que mueras. Tú no deseas afrontar la muerte como un simple cuerpo, porque sufrirás

mucho". "Pero Murshid, si no me presento ante el Señor de la muerte como un cuerpo, ¿cómo lo hago?". "Como lo que eres en realidad: consciencia superior".

"Quieres decir, ¿cómo mis buenos pensamientos? ¿Cómo una mejor persona?". "No. Ese no es tu 'yo' real. El 'yo' real es esa percepción que no tiene forma y que trasciende los pensamientos, los sentimientos y el cuerpo. Antes de que te llegue la muerte, precisas familiarizarte con tu consciencia superior y comprender que es eso lo que eres realmente. Luego, cuando la muerte llegue, no dirás 'me estoy muriendo', porque el verdadero 'yo' no muere. Es tu limitada identidad corporal la que está siendo descartada, no tu verdadero 'yo'. Entonces recibirás a la muerte como a una amiga y no le tendrás miedo. Verás, Jiva, mientras te consideres a ti mismo como una persona física con un cuerpo y a mí, tu gurú, como una persona física con un cuerpo, no podrás comprender plenamente mi mensaje ni experimentar la unicidad. Pero ese es el menor de tus problemas. Si no estableces contacto consciente con quién eres realmente antes de morir, permanecerás atrapado en este reino de consciencia. Dime, Jiva, ¿es eso lo que quieres?, ¿es esta enseñanza demasiado difícil de tragar?".

"Bueno, Murshid, es más fácil tragar este enorme 'frappuccino mocha' con soja que tu cuento de terror para dormir".

"¿Por qué tienes tanto miedo a la muerte, Jiva? Acepta que un día tu cuerpo y tu personalidad morirán. Siendo así, ¿por qué no perder la identidad ahora? La perderás de todos modos el día en que mueras. ¿Por qué no familiarizarte ahora con tu consciencia sin forma? ¿Por qué no trabajar en ello ahora, cuando las cosas van razonablemente bien? Todavía estás a tiempo de experimentar quién eres en realidad. Pregúntate a ti mismo: '¿Soy tan solo pensamientos y sentimientos?'. ¿Cuál piensas que es la respuesta a esa pregunta, Jiva?".

“Eso tiene fácil respuesta, Murshid. Soy una combinación de cuerpo, sentimientos y pensamientos. ¿No es así?”. “No, Jiva. Tú no eres nada de eso. Esas son solo herramientas. Tú eres Shabad. Dite a ti mismo: ‘Yo’ no soy mi cuerpo. Yo soy Shabad. Soy la consciencia superior sin forma que hay dentro de mí”.

“Comprendo –dijo Jiva–. ¿Debería empezar por decirme a mí mismo que soy Shabad y fingirlo hasta haberlo alcanzado?”. “Sí, ¿por qué no? –respondió Murshid–, puedes comenzar reconociendo, al menos intelectualmente, que no eres el cuerpo sino Shabad. Considéralo todo desde esa perspectiva y luego practica y practica hasta que comprendas esta verdad mediante la experiencia. Verás, Jiva, cuando llegue la muerte, deberías saber que tu consciencia superior es tu verdadero ‘yo’. Enfrentate a la muerte en esos términos. Solo estarás preparado cuando conviertas la meditación y la vida espiritual en tu prioridad. ¿De qué otro modo lograrás progreso espiritual? ¿Cómo sabrás con certeza que tú eres tu ser superior? ¿Cómo diferenciarás tu intelecto y tus sentimientos de tu ser superior? ¿Crees, realmente, que por leer libros y entender intelectualmente los conceptos o por sentir amor por el maestro alcanzarás tu objetivo? No basta con todo esto. No alcanzarás la realización de tu verdadero ser haciendo seva mental, físico o monetario. Esto te ayuda a ser mejor persona, pero solo la meditación es seva para el gurú. Solo con la meditación puedes acceder al verdadero gurú, a la consciencia superior que hay en ti”.

“¿Qué significa esto realmente, Murshid? ¿Podemos nosotros hacer siquiera la meditación, o es el gurú quien la hace?”.

“Tal como dije la última vez que estuvimos en el Café Maya, en esta dimensión todo es y todo no es. Sí, tú puedes hacer meditación; y no, tú no puedes hacer meditación. Un pensamiento claro es muy importante aquí. Si deseas volar de un lugar a otro, has de

comprar un billete y embarcar en un avión. Pero una vez estás a bordo, tú ya no has de hacer nada. Simplemente estar sentado y disfrutar del viaje. Llevar tu cuerpo al avión es semejante a llevar la atención al centro del ojo. Comprar el billete y embarcar son también escalas necesarias en el viaje. Sin ellas, volar en el avión sería imposible. Del mismo modo, tú has de sentarte a meditar y hacer el esfuerzo de mantener la atención en el centro del ojo. De otro modo la meditación no tiene lugar. Tu gurú te ha dado el mayor regalo que existe. Ese regalo supremo es el simran. Utilízalo para llegar al sonido interno”.

“¿Lo harás tú por mí, Murshid? Estoy seguro de que yo tengo demasiado ego para progresar por mí mismo”. “No Jiva. Esto es algo que has de hacer tú. ¿Qué ganarías si yo lo hiciera por ti? Pero no te preocupes. Tú puedes utilizar tu ego para llevar tu atención al simran y hacerte receptivo a la melodía del Shabad”.

“¿Cómo? Murshid, esto suena como una tremenda contradicción. ¿No es el ego lo que estoy intentando eliminar?”. “Mira Jiva, para tener éxito en algo necesitas ese aspecto positivo del ego que dice: ‘Puedo hacerlo. Puedo tener éxito’. Nuevamente, un pensamiento claro es aquí muy importante. El ego ha de jugar su papel en el proceso de la meditación. El ego, o en sánscrito *ahankar*, es una facultad de la mente. No debe confundirse con quién eres en realidad; no es en absoluto el ‘yo’ real. En la meditación, elevar tu atención al centro del ojo es la parte que tú has de hacer por ti mismo. Esto requiere esfuerzo, el esfuerzo requiere determinación, y la determinación es la actitud del ‘yo puedo hacer esto’. Esto es todo lo que el ego puede hacer y no es poca cosa. En este sentido tú puedes hacer la meditación y has de hacerla por ti mismo. Nadie la hará por ti.

Tu contribución –prosiguió Murshid– es mantener tu atención en las palabras, en el simran y, luego, ser receptivo al sonido. Si

la atención se distrae, la traes de vuelta. Este es tu seva y la parte de la meditación que tú puedes hacer y que se espera de ti. Una vez tu atención esté anclada en el simran, tu mente se ralentizará hasta llegar al sonido interior. Una vez tu atención es receptiva al sonido, tu mente se inmoviliza. Deja de 'hacer' simran y, en lugar de 'hacer', se vuelve receptiva. Simplemente escucha, de la misma forma que la consciencia se eleva por sí sola sin tu intervención. Cuando esto ocurre, tú no puedes 'hacer' la meditación. Desde ese momento en adelante la consciencia superior toma el control y todo ocurre sin tu intervención. Por tanto, desde una perspectiva superior, todo el tiempo era tu consciencia superior la que te empujaba a hacer el esfuerzo y, en ese sentido, tú no hacías la meditación. En realidad, todo ocurre a causa de tu consciencia superior.

Por tanto, incluso si te distraes, yo siempre esperaré pacientemente hasta que decidas reanudar el viaje o hasta que volvamos a encontrarnos al final del próximo capítulo, para una última taza en el Café Maya”.

from self to Shabad

La gracia es solamente lo que puede liberarnos de esta creación y llevarnos de vuelta al Padre. Todo lo que nos traiga de regreso a la creación no es gracia sino condena, puesto que nos mantiene alejados de él.

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

Los maestros verdaderos ven la vida humana presente como parte de una serie de vidas, gobernadas por la causa y el efecto. Las decisiones que tomamos y las acciones que realizamos crean nuestro futuro; un futuro que puede materializarse en muchas vidas. Los maestros enfatizan que el nacimiento humano es un privilegio poco común. Ofrece una oportunidad única para tomar conciencia de la verdadera naturaleza de la vida y para liberarse del interminable ciclo de nacimiento–muerte–nacimiento–muerte.

Cada uno de nosotros ha existido en muchas formas de vida diferentes –como animales, pájaros, insectos, plantas– en otras vidas. Si no hacemos realidad el potencial de este nacimiento humano actual, si vivimos y por lo tanto morimos con nuestros pensamientos y deseos todavía dirigidos hacia las cosas temporales y las atracciones del mundo físico, entonces lógicamente seremos atraídos de nuevo por nuestras inclinaciones y apegos mundanos y volveremos a nacer. Como dice Maharaj Charan Singh en *Spiritual Perspectives*, vol. I:

Nuestro karma puede hacernos bajar a especies inferiores y también puede traernos nuevamente a la forma humana. Eso depende de nuestros apegos, de los deseos y apetitos que no

hemos podido satisfacer o sublimar en el transcurso de nuestra vida, de las semillas que hemos sembrado, cuyos frutos tendremos que venir a recoger más tarde. Todo esto determina a qué lugar tenemos que ir, pero no significa que si morimos jóvenes vayamos a volver al Señor. No, eso es un concepto erróneo, apenas hay diferencia entre morir joven o viejo. Nuestros karmas, nuestros deseos y nuestros apegos son los que determinan adónde tenemos que ir, así como la duración de nuestra vida y si hemos de descender a especies inferiores o volver de nuevo a la forma humana.

(...) En este mundo nada ni nadie dura para siempre. Tenemos miedo a perder todas las cosas que adquirimos. Nadie, rico o pobre, está exento de enfermedad o muerte. A todos nos gustaría ser felices y estar en paz con nosotros mismos, y sin duda deseamos esto también para los demás. La verdad es que nadie puede encontrar la felicidad duradera en las personas y las cosas de este mundo que están en constante cambio. Los maestros explican que la paz y la felicidad verdadera y permanente solo se puede encontrar dirigiendo nuestra atención dentro de nosotros mismos en un plano de existencia más permanente, donde reside el amor y el contento verdadero y duradero. De lo contrario, nuestros apegos y deseos siempre crecientes seguirán trayéndonos de vuelta a este mundo.

Si somos el tipo de persona que disfruta de la vida en este mundo y no se cansa de ella, la idea de volver al mundo y tener otra vida en una forma diferente puede parecer una opción atractiva. Sin embargo, si entendemos que este mundo es una prisión que nos mantiene alejados de un estado de completa libertad, y consideramos la vida como una sentencia a cadena perpetua, ¿por qué querríamos incurrir en más cadenas perpetuas, cuando ya estamos cumpliendo una? El objetivo del camino de Sant Mat es terminar el ciclo de renacimiento, lograr la liberación, fundirse en el amor infinito que es nuestro ser real y estar libres de todas las limitaciones para siempre.

Essential Sant Mat

Verdadero devoto es quien está absorto en la devoción al Señor;
solo él obtendrá al Uno immaculado.
Para quien encuentra al maestro, se abre su puerta interior; él nunca regresará ni nacerá de nuevo. Esta es tu oportunidad, esta tu única ocasión de contemplar y realizar a Dios dentro de tu propio cuerpo.
Una y otra vez Kabir proclama:
de ti depende ahora ganar o perder el juego.

Kabir, el tejedor del Nombre de Dios

Volver aquí de nuevo o elevarse interiormente después de la muerte depende de la tendencia de la atención. Como los platillos de una balanza, el que tiene mayor peso es el que baja. Si este mundo no tiene sentido ni valor para tu mente y realmente lo consideras como materia perecedera que no vale la pena conservar y, en cambio, tu mente está entregada al amor del gurú y de Sat Purush, y anhelas ir a sach khand, entonces no existe ningún poder que pueda hacerte regresar.

Si debido a ciertas circunstancias adversas no se ha dedicado mucho tiempo a la corriente, pero ha habido un fuerte amor por el maestro y deseo por entrar interiormente, incluso así no habrá que renacer. El alma será llevada a trikuti o daswan dwar y se le permitirá superar esta deficiencia y, con el tiempo, será llevada hacia adelante, hasta el final del viaje. Si por el contrario, el amor al Nam

y al maestro es superficial y la mente está entregada al mundo, entonces hay que volver a nacer aquí. Pero este nuevo nacimiento será más favorable para el trabajo espiritual que el anterior. La mente estará en paz y el devoto recibirá la iniciación y la oportunidad de elevarse y sustituir los deseos mundanos por el anhelo de vivir en los planos superiores internos. Por lo tanto, un devoto de la corriente nunca debe temer a la muerte. Él no descenderá de la condición humana en la transmigración. Sus esfuerzos deben dirigirse a terminar su trabajo aquí y ahora.

Tienes razón cuando dices que es nuestro deber aligerar nuestra carga kármica en esta vida, dedicándole a la corriente el mayor tiempo posible. El karma de innumerables vidas tiene que pagarse. Puede parecer difícil, pero es más fácil pagarlo aquí. El acreedor se contenta recibiendo muchísimo menos de lo que se le debe de un deudor que está decidido a marcharse del país e instalarse en otro lugar, y que cuenta con la ayuda de un poderoso emperador (satgurú).

He dicho antes, muchas veces, y vuelvo a repetirlo ahora, que una vez que la semilla del Nam (la corriente del sonido) ha sido sembrada en un terreno (el corazón), un día brotará, crecerá, se convertirá en un árbol y dará fruto. Es imposible destruir esta semilla. El devoto de la corriente tiene que alcanzar sach khand. Esto es inevitable, y ningún poder podrá detenerle.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales, carta 205

Si nuestra fe es firme e inquebrantable, dedicamos diariamente tiempo a las prácticas y no tenemos deseos mundanos, entonces no habrá ningún poder que pueda obligarnos a volver a este plano. Para estas almas no habrá renacimiento. Este es para aquellos que mueren llorando por deseos insatisfechos. Los deseos son la causa del sufrimiento, y

solo es pobre quien no ha podido satisfacerlos. Aquel que está libre de deseos es el más rico. Todos los deseos nacen de la mente, y cuando la mente es controlada y sumergida en la corriente del sonido es cuando se ha triunfado.

El alma está envuelta por la mente, y la mente por el cuerpo. El alma se encuentra impotente en las garras de la mente, y la mente está imposibilitada frente a los sentidos. Un objeto hermoso la atrae y una música dulce la retiene. El alma es pura interiormente, pero sufre a causa de su relación con la mente. Mientras dure esta asociación, el ciclo de cambio y nacimientos continuará, ya sea en el cuerpo material, el astral o el causal. La forma causal tiene una duración mayor, pero también está sometida a la disolución. En sahandsal kanwal, la conexión del alma es con las formas astrales y en trikuti con las causales. Al abandonar la forma causal, el alma encarna en la forma humana o en una inferior, según su estado espiritual.

Un niño va a la escuela y asiste a su clase. Le permiten cambiar a una clase superior si ha hecho su trabajo regularmente y se encuentra preparado. Por el contrario, si ha estado asistiendo a clase pero no ha aprendido, tendrá que repetir el mismo curso. Supón que en lugar de asimilar sus estudios, adquiere malas costumbres y por consiguiente se atrasa; seguro que se le enviaría a una clase inferior.

De la misma manera, si un hombre realiza durante su vida acciones propias del hombre, continuará siendo hombre en el siguiente nacimiento. Si ha intentado buscar la fuente de su ser y ha recibido las instrucciones de un maestro, será elevado a las regiones espirituales y no volverá a nacer.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales, carta 174

Cuanto más amor demos, más crecerá; es algo que no merma al compartirlo. Todas las demás cosas se reducen si las compartimos, pero el amor es algo dentro de nosotros que siempre crece y crece, cuanto más y más damos. Y la única manera de sentir ese amor es retirarlo de los sentidos mediante *simran* y *dhyán*, y apegarlo a la divina melodía interior. Debido a que a la mente le gustan los sentidos, cuando consigue un placer mayor que los placeres sensoriales descarta automáticamente dichos placeres, y cuanto más siente la presencia del *Shabad* y *Nam* en el interior más comienza a brillar el alma, pues ha alcanzado el estado de una conciencia más elevada.

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

Una visita a mi maestro es, para mí, como la peregrinación de un devoto musulmán a la Meca. Mi maestro es, en verdad, la puerta de entrada a la compasión de Dios. Como el peregrino que da vueltas alrededor del santuario de la Kaaba, mi vida gira alrededor de mi maestro; así mi peregrinación se renueva, así renace mi amor.

Sultán Bahu, *bait* 165

Lo que normalmente se llama infortunio, es una bendición disfrazada. Es una manera de pagar una vieja deuda; aligera el peso kármico, y el maestro lo sabe. El maestro está poniendo de su parte, y si el discípulo, a su vez, pone también de la suya, el trabajo de ambos se facilita.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales

¡Es un pájaro! ¡Es un avión! No! ¡Es Superman! Esta es la idea con la que muchos de nosotros crecimos cuando veíamos películas de Superman. Pero aparte de la presencia de Superman, esta frase nos dice mucho más: expresa lo programada que está la mente humana. Por naturaleza, asocia inmediatamente un objeto volador con un pájaro o un avión. Del mismo modo, cuando la mente está expuesta a cualquier dificultad, es incapaz de percibir algo que no sea sufrimiento.

A veces el problema que afrontamos puede que no sea muy importante, pero al pensar repetidamente en él nuestra mente lo exagera, infringiéndonos así un sufrimiento colosal. Por esta razón, los santos dicen que los problemas que tenemos que afrontar suceden de acuerdo con nuestros karmas, sin embargo, el sufrimiento es de nuestra propia creación.

De hecho, también podríamos decir que el sufrimiento que soportamos se debe al carácter negativo de la mente, que nos impide ver el lado positivo que tiene cada problema. Esto se

debe a que a lo largo del tiempo y a medida que la mente se ha visto envuelta en diferentes formas de vida y se ha enfrentado a diversas dificultades en la infinitud de vidas, probablemente ha perdido su capacidad de tener una visión más profunda y, por lo tanto, es incapaz de ver lo bueno que se esconde detrás de cada problema o calamidad. A continuación, el siguiente relato nos ayuda a reflexionar sobre este asunto:

Una vez un cangrejo salió del mar y caminaba feliz por la orilla, orgulloso de las huellas que sus pasos dejaban en la arena. Como se dice a menudo, las cosas más pequeñas de la vida nos proporcionan la mayor de las alegrías. También en este caso, la visión de sus propias huellas llenaba de felicidad al cangrejo. Pero de repente una enorme ola surgió del mar y borró completamente sus huellas. El cangrejo se sintió muy desilusionado y al mismo tiempo engañado; ¿cómo podía el mar, en cuyo regazo había nacido, hacerle esto? Inmediatamente se enfrentó al mar y dijo:

“Desde mi nacimiento, he permanecido en tu aguas y solo te he amado a ti. ¡Muchas veces hemos jugado juntos en esta misma orilla! ¡Pero me arrebataste mi alegría! ¡Borraste todas mis huellas!”.

El mar, con gran compostura y muy pacientemente, le explicó al cangrejo:

“¡Criatura! Vi a un pescador siguiendo tus huellas con la intención de atraparte. Así que para salvarte de él, no me quedaba otra opción que borrar todas tus huellas, pues podían haber sido la causa de tu muerte”.

¡Como en la historia anterior, tales cosas suceden también en nuestras vidas! Muchas veces, según nuestros karmas, nuestro Padre celestial también ha tenido que enviarnos algún problema

o alguna dificultad. Sin embargo, su intención nunca ha sido darnos dolor, sino salvarnos de un problema mayor, ¡de un dolor más grande!

Pero ¿qué hacemos nosotros? Inmediatamente lo culpamos a él. Ni por un momento nos detenemos a pensar que él es nuestro Padre y que un padre es incapaz de lastimar a sus hijos. De hecho, él encuentra el modo con el que podemos seguir pagando nuestra deuda kármica de la forma menos dolorosa. Sin duda, en algún momento de nuestras vidas, todos hemos sentido definitivamente esta lluvia de su gracia y amor. ¡No es fácil percibirla en un momento donde todo parece tan sombrío, y de repente en el siguiente instante todo se arregla! ¿Cómo es posible? Simplemente porque él hace que suceda.

Si tan solo pudiéramos sentir la intensidad del amor y la preocupación del Señor por nosotros, palabras como 'duda' y 'queja' desaparecerían de nuestro diccionario. Pero nuestra mente está tan inclinada hacia la negatividad, que somos incapaces de darnos cuenta de que nuestros problemas son solo una versión diluida de lo que podríamos haber sufrido. Los santos dicen que ver positividad en todo lo que viene a nuestro camino es, de alguna manera, prepararnos para vivir en su voluntad.

Y ¿por qué es tan importante vivir en su voluntad? Gurú Amardas Ji en uno de sus banis, citado en el *Adhi Grant*, dice:

Solo quien vive en la voluntad del Señor podrá alcanzar la verdadera felicidad y volver a fundirse en la Verdad.

Por eso Dios, a través de los maestros, sigue inspirándonos y recordándonos que si queremos encontrarnos con él tendremos que desarrollar una visión más profunda y volvernos hacia la positividad. Ellos nos dicen repetidamente que cambiemos nuestra

perspectiva, y con la ayuda divina de un maestro verdadero y la práctica regular del Nam, seremos capaces de ver que cada nube –por muy densa que sea– que ensombrece el sol de nuestra vida, sí tiene un lado positivo. Si practicamos con determinación, poco a poco empezaremos a ver lo bueno en cada problema, y así ‘vivir en su voluntad’ será nuestra actitud en la vida.

Los maestros han venido aquí únicamente con una misión, con un solo propósito: para redimirnos, para liberarnos de las garras de Kal (el gobernador de todo el universo) y darnos la felicidad eterna. Han venido a quitar todo dolor, todo tipo de espinas de nuestra existencia y, al igual que el mar, a borrar todas y cada una de nuestras huellas de las arenas del *chaurasi* (rueda de la transmigración), para que Kal (el pescador en este caso) nunca más pueda atraparnos ni perseguirnos.

Entonces, ¿qué queremos hacer? ¿Continuar nuestro camino por las arenas del *chaurasi* o comprometernos en la práctica espiritual con amor y fe en nuestro maestro? Definitivamente nos conviene meditar, para que su gracia borre todo rastro de nuestra existencia en esta tierra de Kal antes de que sea demasiado tarde.

*La noche ha terminado, las estrellas se han desvanecido.
Despierta al menos ahora, querido viajero.*

Bulleh Shah

¿POR QUÉ ME PASA A MÍ?

Todo aquello que no deseamos que los hombres no hagan no se lo hagamos a ellos. Esta es la ley absoluta, el resto tan solo son explicaciones.

Hillel ha-Babli. La vida es justa

Todos alguna vez hemos sufrido adversidades en la vida en forma de enfermedades o pérdidas. Puede que incluso ahora estemos pasando por una mala racha de esas que parece que no termina nunca.

¿Por qué me pasa a mí? Es la pregunta que se hace quien no sabe de los entresijos de la ley del karma o quien ni siquiera conoce esta ley. ¿Por qué me ocurren todas estas cosas, si me comporto correctamente...? Desde este punto de vista, es fácil caer en el lamento y en el victimismo y pensar cosas como: '¡Es tan injusto lo que me está pasando! ¡Qué pena de vida! ¡Si soy muy buena persona! ¡Cómo me ocurren estas cosas a mí?'

Los altibajos forman parte de la vida y seguirán haciéndolo en el futuro. La cuestión es cómo los afrontamos y si somos capaces o no de mantener el equilibrio en tales situaciones.

Hay dos conceptos clave que tienen mucho que aportar al respecto. El primer concepto ya lo hemos mencionado: el karma, y el segundo es el libre albedrío. Son dos términos que pueden generar cierta polémica y no es de extrañar, porque en el fondo somos incapaces de comprenderlos. La cuestión que surge a menudo es

que si son los karmas los que marcan el destino de cada persona, si todo está escrito, entonces ¿qué pinta ahí el libre albedrío?

Los maestros lo explican desde diferentes ángulos y le dan diferentes perspectivas. Por ejemplo, para entender que nuestro albedrío es limitado, argumentan la situación de una partida de ajedrez en la que el primer movimiento condiciona el resto de las jugadas de la partida; señalan que el único movimiento libre que pudimos hacer fue el primero, todos los demás quedan condicionados a este.

En el libro *El evangelio de San Mateo* (Mt. 10:30) leemos:

Pues hasta los cabellos de vuestra cabeza están todos contados.

Cabría pensar que si nuestro destino ya está escrito y si nuestro libre albedrío es tan limitado, ¿qué podemos hacer nosotros, si es que podemos hacer algo? Visto así parece que poco o nada podemos hacer. ¿O tal vez sí?

A primera vista no parece fácil la respuesta. Analicemos los siguientes ejemplos: Seguramente la gran mayoría de personas no tenemos ni idea del funcionamiento interno de nuestro teléfono móvil. Si alguien lo supiera podría explicárnoslo. ¿Pero, realmente, alguien tiene interés en saber cómo es su móvil por dentro? Si la placa base es un circuito impreso que contiene a los demás componentes, si la unidad de procesamiento central tiene tantos sensores... Nosotros lo que queremos es saber enviar mensajes, hablar por teléfono, hacer fotos..., y todo aquello que mejore nuestra calidad de vida.

Si nos invitaran a darnos una vuelta en un yate de lujo, ¿nos pondríamos a estudiar ingeniería náutica para saber cómo funciona

el yate? No, simplemente nos relajáramos en la cubierta a tomar el sol y contemplar el paisaje. ¡No nos complicáramos mucho más! En cambio, respecto a la ley del karma y el libre albedrío, parece que tengamos que entenderlo todo en vez de relajarnos y sencillamente seguir las instrucciones del maestro. ¡Qué más da como funcione todo; ya nos iremos enterando! Afortunadamente el maestro deja muy claro todo lo que favorece o perjudica nuestra vida, tanto a nivel espiritual como mundano. Se trata sencillamente de tener en cuenta las pautas básicas que él nos da –los cuatro votos para ser exactos–, y si las seguimos, entonces podemos vivir tranquilos.

Pero nuestra mente tiende a perderse en los conceptos en vez de perderse en la experiencia. El libro *Concepts & Illusions* explica a través de un ejemplo la relación que hay entre el karma, el libre albedrío y el papel que juega el destino. Dice que, por ejemplo, ante una situación donde el karma requiere que nos rompamos una pierna, nosotros gracias al libre albedrío podemos escoger si vamos a salir de la casa por la puerta de delante o por la puerta de atrás, podemos decidir si vamos a empezar a andar primero con la pierna derecha o con la izquierda y cosas así, pero que el destino propiciará las circunstancias para que el karma pueda tener lugar. Sin importar si iniciamos el paso con la pierna derecha o izquierda, o si hemos escogido salir por la puerta de delante o la de atrás, el destino nos pondrá en una situación donde tengamos que resbalar y caernos. El resultado final será que nos romperemos la pierna y el karma se habrá cumplido.

Es cierto que la mente es muy dada a las interpretaciones y a las elucubraciones, y a veces en el afán de querer entender más allá de lo que realmente necesitamos entender, caemos en sus trampas. Una de esas trampas puede ser el adoptar una actitud poco comprometida ante la vida con la excusa que da igual lo que hagamos, que los karmas se pagarán igualmente y que no

merece la pena esforzarnos para ser mejores ni tomar precauciones. Es una buena excusa para eludir nuestras responsabilidades. Pero eso no es lo que aconsejan los maestros.

Los maestros dicen que lo que sí está en nuestras manos es la actitud que tomamos ante los karmas y ante la vida en general. Nosotros podemos escoger...

En el libro *Concepts & illusions* leemos:

Tenemos libre albedrío para adoptar una actitud negativa o positiva, para llorar o reír, para estar contentos o tristes. Esto solo son emociones y actitudes. Las emociones y las actitudes pueden cambiar en un momento dado, pero las circunstancias o situaciones de la vida no pueden cambiar. Podemos creer que la aceptación o el rechazo de una situación cambiará el curso de nuestras vidas, pero eso es una idea equivocada. Nos encontraremos en la situación que el destino marque, independientemente de cuál sea nuestra actitud o emoción.

Parece que esta cita tampoco ayuda mucho a implicarnos y esforzarnos en tener la mejor actitud ante cada situación. Pero pensémoslo bien: en el caso de que en nuestro karma esté escrito que debemos tener un accidente y atropellar a una persona... ¿Cómo será más llevadera la situación? ¿Teniendo ese accidente yendo a la velocidad que marca la ley y conduciendo con prudencia? o ¿yendo a 160 km por hora bajo los efectos del alcohol?

El atropello tendrá lugar sí o sí, pero estaremos de acuerdo en que si hemos sido prudentes será mucho más fácil sobrellevar la situación. Nuestra conciencia estará más tranquila (incluso podremos entregar los resultados de esta acción a nuestro maestro) que si nuestra conducción hubiese sido temeraria.

El libro *Concepts & illusions* sigue diciendo:

La actitud que adoptemos puede ayudarnos a afrontar la situación, ya sea deprimidos o serenos. Dependiendo de si reímos o lloramos el momento puede aligerarse o empeorar.

Motivo suficiente para tener la mejor actitud en todo momento y ante cualquier situación, más allá de lo que al final acabe sucediendo.

Cuando tomamos perspectiva y nos situamos en el escenario de nuestra vida, vemos como nos van pasando los karmas en forma de acontecimientos, y observamos que unos son positivos y otros negativos. Sabemos que es el maestro quien administra los karmas. Él ya nos tiene preparado todo lo que vamos a disfrutar o soportar en la vida actual para que nuestro progreso espiritual se desarrolle de la mejor forma. En el fondo somos los responsables de esos karmas, son nuestras acciones de vidas pasadas las que estamos disfrutando o sufriendo. Así que no hay motivo para quejarse ni para enorgullecerse. Además, cuanto mejor actuemos y mejor nos lo tomemos, mejor los viviremos.

En un fragmento de la carta 187 del libro *Luz sobre Sant Mat*, Hazur Maharaj Ji nos dice:

En gran medida, nuestras vidas y relaciones están basadas en ajustes kármicos y otros factores que se hallan fuera de nuestro control. Nos juntamos debido a estos antecedentes, y a veces tenemos que pasar por situaciones y experiencias para ajustar cuentas kármicas, nos guste o nos disguste. En realidad, la vida en este mundo es como interpretar una obra; y si no olvidamos esto e interpretamos bien nuestro papel, seremos felices...

¡Esa es la actitud! La mejor manera de afrontar las pérdidas o las ganancias es comportarse como meros espectadores de nuestra vida, y actuar como si le ocurriera a otra persona. Sin vivirlo en primera persona, sino como un actor que sabe que tiene que representar el papel que le han asignado lo mejor posible, y cuando termine la actuación será él mismo otra vez.

Hazur Maharaj Ji nos ponía el ejemplo de las nubes que ocultan el sol: cuando el viento se las lleva, el sol vuelve a brillar. Ese punto de equilibrio que deseamos conseguir ante los embates kármicos, solo nos lo puede dar la meditación; solo refugiándonos en los pies del maestro estaremos protegidos de la tormenta. Esta manera de pensar y actuar tiene que formar parte de nuestra vida.

Aparte de pasar por los karmas de destino en la actual vida, también podemos actuar sin realizar más karma. ¿Cómo? Pues haciéndolo todo como si fuéramos un representante del maestro, como si este cuerpo no fuera de nuestra propiedad, porque en realidad no lo es.

Actuamos como si el cuerpo que ocupamos nos perteneciera. Solo que no somos conscientes de que Dios nos lo ha prestado para cumplir con nuestro trabajo. Es como cuando alguien trabaja en una empresa y visita a un cliente para venderle el producto que tiene. No hay nada personal en si vende o no vende, simplemente hace el trabajo como un representante, de manera más impersonal. La empresa es la responsable de todo lo que el representante venda.

En un fragmento de la carta 222 del libro *Luz sobre Sant Mat*, Hazur Maharaj Ji nos dice:

El mejor medio de saldar los karmas y al mismo tiempo impedir la formación de otros nuevos, es hacer las cosas

por deber. Esta actitud en la vida, juntamente con una asidua meditación, es el mejor procedimiento para contrarrestar la atracción del karma.

Cuando dice Hazur Maharaj Ji “la atracción del karma”, se refiere tanto a los positivos como a los negativos. Todos los tipos de karma influyen en nosotros. Por eso nos dicen los maestros que debemos hacerlo todo como un deber, sin pensar en los resultados ni esperar nada a cambio.

Esta es la mejor manera de andar por la vida sin crear karma nuevo. Claro está que crear nuevo karma, no es una cosa que entre en los planes de ningún buscador. ¡Por supuesto que no queremos acumular más karma! Pero ¿qué pasa con la mochila que cada uno trae consigo?

El karma se elimina con la devoción que ponemos en la meditación. En el diálogo de la pregunta 132 del libro *Muere para vivir*, se habla del efecto de la meditación diaria sobre el karma que tenemos almacenado, es decir el *sinchit karma*. El discípulo dice:

“Pero yo tenía la impresión de que nuestras dos horas y media de meditación, solo limpian el karma que producimos durante el día, de forma que para trascender el reino de la mente y maya debemos meditar durante muchas horas, muchas más horas que dos y media...”.

El maestro responde: “¿Quién te dijo eso?”.

Le contesta el discípulo: “He considerado todas las posibilidades, maestro”.

Responde Hazur: “No. Dos horas y media de profunda meditación”.

¿Profunda?, le pregunta el discípulo.

Y el maestro responde: *“Sí. Profunda significa con amor y devoción, con concentración. La devoción limpia una parte muy grande de nuestra carga kármica. Ayuda a aligerar mucho nuestra carga kármica”*.

La gran mayoría de los discípulos no soportamos una profunda meditación. Actualmente no tenemos ese poder de quedarnos en el tercer ojo concentrados, enfocados: de mantenernos ahí. Con esfuerzo y ganas, podemos aumentar el tiempo de la meditación y hacerla con amor y devoción constante. Es el trabajo que nos toca, la tarea que nos ha encomendado el maestro desde que nos inició; sin su gracia poco más podemos hacer.

Esta es la ventaja de tener un maestro vivo que nos guía y nos da las instrucciones exactas para que nuestro progreso no se pare. ¿Qué sería de nosotros sin un maestro, sin esa guía? Estaríamos siendo zarandeados por las tormentas mundanas como una pequeña embarcación flotando en medio de un temporal en el mar.

La ayuda del maestro nos da más perspectiva cuando afrontamos asuntos tanto espirituales como mundanos. Al final, llegamos a la conclusión de que podemos decirnos para nuestros adentros: ‘¿Por qué no a mí? Este mundo es un campo donde venimos a cosechar el fruto de lo que hemos sembrado en otras vidas anteriores, ni más ni menos. El maestro es quien nos administra los karmas ¿Por qué no iba a aprovechar el maestro esta vida, para aligerar mi carga?’.

Se trata de nuestro progreso espiritual y él sabe lo que es mejor para cada uno. Así que..., llegados a este punto, la pregunta podría ser: *¿Por qué no a mí?*

Cuanto más preocupados estemos por el mundo material, tanto más perderemos nuestra perspectiva espiritual.

Vida honesta

- P. Maharaj Ji se nos dice concretamente a los satsanguis, que hagamos nuestro trabajo particularmente bien. ¿Cómo nos aconsejarías evitar involucrarnos demasiado?
- R. Bueno hermana, si estamos atados a una fuerte cadena, solo podremos movernos en un área muy limitada. Así que si estamos atados a nuestra meditación todos los días, no importa cuánto estemos involucrados en otras cosas, siempre permaneceremos dentro del círculo. No podremos salir del círculo. Si la cadena se rompe, entonces evidentemente nos alejaremos por completo y nos involucraremos. Por tanto, la cadena de la meditación no debe romperse. La meditación tiene que practicarse todos los días. Después no importará cuánto intentemos involucrarnos en otras actividades, nunca se nos permitirá desviarnos. Nunca se nos permitirá involucrarnos tanto como para olvidar el sendero verdadero, porque el eslabón de la cadena es muy firme. Es como estar atados a un tractor que no nos permite ir a ninguna parte. Así pues, si no transigimos con eso, todo irá bien.
- P. Maestro, dices que la gente que medita consigue más fuerza de voluntad para pasar por sus karmas de destino. He oído a alguien decir que la gente que medita también puede volverse

más violenta, enfadarse más que la gente que no medita. ¿Es eso cierto? ¿Es este el otro lado de la moneda?

- R. Puede ser. Algunas veces la gente intenta encerrarse en un cuarto y no llevar una vida normal, una vida adulta normal. Intentan meditar todo el día, y entonces la mente reacciona y pierden el equilibrio. Se comportan de una manera anormal. La meditación es un proceso lento. Por eso es conocido como *sahaj-marg* (el sendero natural). Tenemos que ser parte del mundo y también atender a la meditación. No podemos luchar con la mente día y noche. También tenemos que distraerla en asuntos mundanos, pero después volver a traerla a la meditación. De otro modo, en ocasiones se crea demasiada represión y la mente puede reaccionar, a veces, de manera violenta. No es un enfoque saludable. Por lo que nunca se nos aconseja cortar todas nuestras actividades mundanas atendiendo solo a la meditación. Tenemos que llevar una vida normal: ser parte de la sociedad normal y luego también atender a nuestra meditación. La meditación es una forma de vida, no es encerrarse en un cuarto, cortar todas las relaciones y sentarse a meditar. Eso no es meditación. La meditación se debe reflejar en toda la vida, en el día entero. Se convierte en parte de nuestra vida, nuestra forma de vida. De esta manera el día entero se pasa en meditación.
- P. Bueno, supongamos que trabajo únicamente seis horas al día y paso todo el resto del tiempo meditando o intentando meditar.
- R. Personalmente creo que si somos regulares y puntuales en nuestra meditación y vivimos en Sant Mat y para Sant Mat, dos horas y treinta minutos o tres horas al día son suficientes para la meditación.

Spiritual Perspectives, vol. III
