

CAMINO REAL

4 • 2023

Radha Soami Satsang Beas
Habla Hispana

CONTENIDO

- 03 El contacto con el Shabad
- 06 Tu fragancia perdura en mí
- 07 Crecer en amor a Dios
- 17 El maestro responde
- 20 El ejemplo que nos inspira
- 23 Integridad y honestidad
- 30 Reflexiones
- 31 El valor prioritario en la vida
- 35 El despertar espiritual
- 41 No le cierres la puerta a Dios
- 49 Cartas espirituales

CAMINO REAL

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

Un maestro verdadero nos proporciona el bálsamo del Verbo divino para curar nuestros conflictos mentales. Él pone nuestra mente en el camino correcto y entonces empieza a moverse en una única dirección: hacia la realización de Dios.

San Paltu, su vida y enseñanzas

Algunas personas dicen que si Dios es todo amor, entonces, ¿de dónde procede el mal? Por la misma razón también se puede decir que si el sol está en el cielo y da luz constantemente, ¿entonces, de dónde procede la oscuridad?

La ciencia nos dice que cuando la Tierra está en el lado de su rotación frente al sol, es de día en esa parte del planeta. En contraposición su lado opuesto está en completa oscuridad. De la misma forma, si nuestros pensamientos no están orientados hacia Dios, estamos en la oscuridad. Tan pronto como la mente se aleja del centro del ojo –su centro de equilibrio– y se dispersa en el mundo, aparecen con fuerza las tendencias negativas, surgen los deseos y más tarde los apegos.

Al mirar en la dirección opuesta en la que se encuentra el Señor perdemos la paz mental y nos sentimos infelices. Si le entregamos nuestro amor y devoción al Señor, siempre estaremos acompañados, pero si nuestro rostro está embelesado en el amor por las personas del mundo, sufriremos.

Aunque las nubes a veces oculten el sol, todos sabemos que el sol sigue brillando. Y aunque no veamos al Señor porque no lo conocemos, él jamás nos abandona, pues por medio de sus santos siempre está físicamente entre nosotros, ofreciéndonos la posibilidad de iniciar de nuevo una relación con el Padre.

¿Y cómo iniciamos esa relación con el Padre? El maestro espiritual nos enseña a unir nuestra atención al Shabad, la corriente del sonido que resuena en nuestro interior, porque es el mismo Creador el que está al final de esa corriente que escuchamos, mientras que el alma está atada a la mente, en el centro del ojo, en el otro extremo de la corriente. La corriente del sonido es el vínculo que nos une a Dios.

Dios ha entregado la llave de su casa a los santos y pueden llevar allí a quien ellos quieran. Para llamar a esa décima puerta o centro del ojo y conseguir el acceso a los mundos interiores es necesario encontrar al que tiene la llave, y ese es el maestro.

Bajo la guía del maestro, el discípulo viaja a través de los mundos interiores, comprende su verdadera identidad y obtiene un conocimiento que no se encuentra en los libros; y ¡ahí precisamente está la dificultad! Si ir al interior fuese tan sencillo, los sacerdotes y eruditos ya habrían alcanzado la realización, tras largos años de estudio.

Soami Ji dice en el *Sar bachan prosa*:

Si los religiosos se hubieran dedicado a estudiar el libro de Dios, que es el cuerpo humano, ya lo habrían encontrado. A un intelectual se le puede pedir que aprenda cincuenta páginas de memoria en un día, en cambio si se le pide que inmovilice su mente durante cinco minutos, alzará sus brazos diciendo: ¡es imposible, imposible!

Inmovilizar la mente, significa vaciarla de cualquier pensamiento. Mientras más calmadas estén las aguas de un lago, más claramente podremos ver nuestra imagen reflejada en él. Por tanto, si queremos ir al interior de nuestra propia consciencia, primero tenemos que inmovilizar el cuerpo y después la mente a través de la práctica de la meditación enseñada por un maestro espiritual. Solo cuando la mente se concentra y está enfocada en el centro del ojo se puede escuchar el Shabad.

De ahí que el maestro espiritual enseñe que nada puede sustituir a la meditación diaria. Solo la meditación puede purificar a la mente y prepararla para el contacto con el Shabad. El contacto con el Shabad es transformador. Los maestros describen el Shabad como la verdadera ‘piedra filosofal’, de la cual se ha dicho que convierte el metal común en oro. El contacto con el Shabad transforma la oscuridad de la ignorancia en la luz del entendimiento.

Y con ese entendimiento dejaremos de tener la percepción de que vivimos en la oscuridad, de que estamos solos o separados de Dios: la experiencia de la presencia divina no nos abandonará, iluminará nuestra vida y, en todo momento, estaremos orientados hacia él, mientras completamos el viaje interior de la consciencia a su verdadero origen: Dios.

Concédeme, oh Dios de dioses,
la compañía del santo,
el sabor de sus discursos
y el amor por él.
Un regalo más te imploro:
la gema de la devoción
que satisface todos los deseos.
Y que a los mundanos y pecadores, ni los vea.

¿Con qué tipo de devoción
puedo alcanzar a mi Amado,
el Señor de mi vida?
Es en la compañía de los santos
donde el estado más elevado
se puede hacer realidad.
Sin la compañía de los santos,
el amor divino no puede brotar.
Y sin amor,
la devoción a ti es imposible.

Tú eres el sándalo fragante;
yo soy una pobre planta de ricino,
pero vivo en tu vecindad.
De humilde arbusto
me he convertido en valioso árbol,
pues ahora tu fragancia perdura en mí.

Gurú Ravidas, la piedra filosofal

El amor es la llama que consume el ego
y enciende el camino hacia la unicidad.

Sana'i. Hadiqat al-Haqiqat. El jardín de la Verdad

Los santos suelen decir que Sant Mat no es más que amor. El sendero comienza con amor y acaba con amor. El amor es necesario para realizar a Dios.

¿Y qué es el amor?

En el libro *Reflections on Sant Mat Teachings*, se explica que el amor es la atracción entre dos seres. Es la atracción que sienten los seres que proceden del mismo origen y que, por lo tanto, tienen la misma naturaleza y finalidad: fundirse el uno en el otro. El alma es una parte del Señor. El Señor, en la forma del Amado, atrae al alma, y de ese modo el alma anhela unirse con el Señor.

Hazur Maharaj Ji explica en el libro *Spiritual Perspectives, vol. III*:

El amor es convertirse en otro ser, perder la propia identidad, perder la propia individualidad, hacer algo que agrade a la otra persona, y evitar todo lo que pueda desagradarle. Hay que eliminar el ego. Solo entonces te conviertes en otro ser, lo cual es amor verdadero.

Así que, sencillamente, 'enamorarse' es el camino hacia la realización de Dios.

Cristo dijo: “Dios es amor” (Jn. 4:16). Dios es amor y el amor es Dios porque la verdadera forma del Señor es amor, y solo a través del amor podemos volver a él. En el *Adi Granth*, Gurú Nanak dice que el Señor es el amor personificado, y expresa: “Él, el Señor del amor, depende del amor de sus devotos”.

Incluso los faquires sufíes dicen que el Señor es la personificación del amor. Él ama a sus almas, llenándolas de su amor y concediéndoles el amor que hay en él. Los sufíes han llamado al Señor el amante original o el amante primigenio, y se refieren al amor como la razón de la creación. El Señor deseaba amar, así que separó partes de sí mismo –las almas–, para poder amarlas y que ellas pudieran corresponderle amándolo.

En el Corán, la expresión *Qun fayiqun* significa que el Señor dio la orden: “¡Manifiéstate!”, es decir, *qun*, y “la creación se manifestó”, es decir, *fayiqun*. ¿Por qué ordenó que la creación se manifestara?

Bulleh Shah expresa:

*Tú ordenaste: ¡Sé! Y así fue...
Tú hiciste que todo emanara del amor:
vives en todos como el amante.*

Así que el Señor era el amante, y deseaba manifestar el amor. Por eso envió a las almas a su creación, y puso en ellas una chispa de amor por él. La pregunta que surge ahora es: si no hemos visto a Dios, ¿cómo podemos amarle? ¿Cómo podemos amar lo que no tiene forma?

Nuestra mente está muy apegada a este mundo y a sus ilusiones. Estamos absortos en el mundo y nos hemos convertido en parte de

él. Solo podemos amar lo que es visible, lo que tiene cualidades que pueden percibir los sentidos físicos. Las cosas y personas del mundo cautivan nuestra mente. Pero al Señor no podemos verlo, no podemos percibir sus cualidades ni su benevolencia, ni sentimos su atracción. Hemos desarrollado amor por el mundo, porque a lo largo del tiempo hemos creado una relación con él a través de nuestras acciones cotidianas.

Hazur Maharaj Ji explica en *Perspectivas espirituales, vol. I*: “Solo podemos amar lo que vemos, lo que sentimos, lo que tocamos, lo que poseemos. De modo que estamos enamorados de la creación y no podemos amar lo que no vemos, lo que no podemos palpar, lo que no podemos sentir, y aun así tenemos que amar al Señor y desapegarnos de la creación”.

Nosotros solo tenemos un concepto del Señor. El Señor no es visible, no tenemos una conexión con él, así que ¿cómo podemos amarle?

Podremos amarle cuando nos refugiemos en un santo a quien podamos ver y con quien podamos hablar, y así cultivar el amor por él en nuestros corazones. El maestro vive en el mundo como nosotros, y podemos relacionarnos con él a nivel humano. Cuando habla escuchamos, porque sus palabras están llenas de sabiduría. Su presencia llena el ambiente de paz y amor, y nos atrae hacia él. Y como la esencia de nuestra propia alma es amor, sentimos un profundo apego hacia él. La forma física es la puerta de acceso al viaje espiritual.

Por tanto, el amor comienza con devoción por su forma física, y fe en sus enseñanzas. Luego, a medida que progresamos interiormente, se vuelve un amor más profundo, intenso y desinteresado.

En el sufismo, el amor a lo físico, *ishq-i-majazi*, se considera el fundamento del amor a lo espiritual, *ishq-i-haqiqi*. Esto implica que solo el amor por la forma manifiesta del Señor, el satgurú, puede desarrollar el amor por aquel que no tiene forma.

Soami Ji dice que el Señor, el satgurú, el Nam y la devoción son todo diferentes formas de amor. En el libro *Sar Bachan prosa* leemos:

El amor es la esencia del Señor y del alma, y la práctica del verdadero Nam es la verdadera forma de devoción. La devoción y el Señor son lo mismo. Debes saber que el verdadero maestro es la forma manifestada del amor. En verdad, su forma real también es amor; acepta que todos los seres tienen la misma esencia.

¿Cómo podemos hacer crecer nuestro amor por el Señor?

En *Spiritual Perspectives, vol. III*, Hazur Maharaj Ji dice: “Si seguimos las enseñanzas, vivimos el camino de Sant Mat, nos dedicamos a la meditación y somos amables con todos, de esta manera cada día intensificamos el amor por el maestro. Todo esto ayudará a que aumente el amor por él”.

A continuación, siguen unos extractos del libro *Seva*, donde se desarrolla con más profundidad el significado de amar al maestro:

El Gran Maestro dice: “Siempre que tengamos el deseo de expresar nuestro amor por alguien, debemos tratar de descubrir qué tipo de amor preferiría el amado. Entonces debemos imbuirnos de aquellas cualidades o acciones que complacen al amado”. Así que busquemos una manera de amar, no como queremos amar, sino como el maestro querría ser amado.

Hazur Maharaj Ji nos da una definición de amor: “Amor significa obediencia. Amor significa entrega. Amor significa perder tu identidad para convertirte en otro ser. Eso es amor”.

Aquí Hazur Maharaj Ji pone ante nosotros las fases del amor: obediencia, luego entrega y finalmente unión. En las primeras etapas, el amor significa obediencia: aprendemos a dejar de lado nuestras propias necesidades y deseos, y simplemente obedecemos al maestro. El fruto que madura a través de la obediencia constante es el estado de entrega. Y el fruto de la entrega es el objetivo final del amor: la unión.

Las descripciones de obediencia, entrega y amor de Hazur Maharaj Ji comparten el mismo hilo: perder la propia identidad, fundirnos con el amado, convertirnos en otro ser. Así que:

- Obediencia es fusionar nuestra voluntad con la voluntad de otro.
- Entrega es eliminarse a uno mismo y convertirse en otro ser.
- Amor es perder nuestra propia identidad, eliminar nuestro ego y ser uno con el Padre.

¿Dónde nos encontramos en esta cadena de obediencia, entrega y unión? Claramente aún no nos hemos unido con el amado, si no no estaríamos aquí, sintiéndonos separados. Tampoco nos hemos entregado por completo. La mayoría de nosotros aún no somos capaces de obedecer constantemente al maestro, sin dudar. Entonces, podríamos preguntarnos: ¿Somos al menos obedientes? Si no lo somos, entonces este podría ser nuestro punto de

partida. Así que, realmente, a nuestro nivel actual, el amor significa obediencia.

En la Biblia, Cristo establece la conexión esencial entre el amor y la obediencia. Dice: “Si me amáis, guardad mis mandamientos” (Jn. 14:15).

Los mandamientos de nuestro maestro son los cuatro votos. Entonces, para nosotros, amar al maestro simplemente significa obedecer implícitamente los cuatro votos.

Tenemos que entrenar nuestras mentes para obedecer al maestro, viviendo el estilo de vida de Sant Mat y cumpliendo los cuatro votos, asistiendo al satsang y haciendo seva. Porque los cuatro votos, asistir al satsang y hacer seva es como limpiar el recipiente. Es necesario que el recipiente esté limpio antes de llenarlo con algo.

En el libro *Seva* leemos el siguiente comentario de Hazur Maharaj Ji acerca de cómo crece el amor: “La meditación crea amor. Fortalece el amor. Hace que el amor se vuelva profundo. Hace crecer el amor. En última instancia, te ilumina y te convierte en Dios”. En el mismo libro, nos dan un ejemplo acerca del amor:

Si estuviéramos en una playa y el maestro nos pidiera que caváramos un hoyo en la tierra y nos dijera que, por muy profundo que lo hiciéramos, lo llenaría con su amor, ¿no nos pondríamos a trabajar de inmediato y cavaríamos con gran entusiasmo? Este es el regalo que nos ha dado con la meditación. Cuanto más profundicemos, cuanto más esfuerzo pongamos en nuestra meditación, más receptivos seremos a su amor. Si cavamos un poco y le ofrecemos un agujero del tamaño de una taza, lo llenará de amor. Si nos esforzamos más y cavamos un pozo profundo, él lo llenará

hasta el borde con amor. El maestro es un océano infinito de amor, y derrama su gracia sobre nosotros. Cuanto amor sentimos no solo depende de su gracia, sino de nuestro esfuerzo, y de nuestra propia receptividad.

En *Perspectivas espirituales*, vol. II, Hazur Maharaj Ji explica: “El propósito de esta vida humana no es otra cosa que llenarnos de amor y devoción por el Padre. Nada más. ¿Cuál es el propósito de la meditación? Desapegarnos de la creación y apegarnos al Creador. Dar la espalda a la creación y mirar hacia el Creador. Ese es el propósito de la meditación”.

Así que estamos en el medio: a un lado tenemos al maestro, y al otro lado tenemos la creación. Tenemos que decidir si queremos seguir las enseñanzas del maestro, o seguir los dictados de la mente y, en consecuencia, seguir atrapados en esta creación. Nos toca elegir un camino.

El maestro nos pide que nos sentemos dos horas y media al día, no para amargarnos la vida o hacernos sufrir sino porque es el tiempo que necesitamos para concentrar nuestra atención y desapegarnos de la creación.

Los santos nos dicen que el seva y el satsang también ayudan a desarrollar el verdadero amor. ¿Por qué es importante el seva? Pues porque no podemos meditar todo el día; incluso llevando a cabo nuestras responsabilidades diarias seguimos teniendo tiempo libre.

En el libro *Seva* leemos:

El seva se convierte en una forma adicional de alimentar ese amor, de permanecer en una atmósfera de amor durante todo el día. Y esto también apoya la meditación del día siguiente.

A medida que el amor por el maestro crece en nuestros corazones, queremos compartir ese amor con los demás a través del seva. Hazur Maharaj Ji hablaba a menudo del círculo del amor y el seva: el amor nos hace querer servir, y cuanto más servimos, más amamos. En una sesión de preguntas y respuestas, él dijo una vez: Sin amor nunca podemos hacer seva. El seva crea amor. El seva comienza con amor. El seva fortalece el amor.

La epopeya india del Mahabharata ofrece una hermosa lección sobre el amor por el seva. Arjuna le preguntó una vez al señor Krishna: “Señor, ¿por qué la gente considera que Karna es más generoso que Yudhishtira? Ninguno de los dos se ha negado nunca cuando se les ha pedido algo, sin importar quién lo haya pedido. Entonces, ¿por qué se considera que Karna es más generoso que Yudhishtira?

El señor Krishna dijo con una sonrisa: “Ven, te mostraré por qué”. Disfrazados de sacerdotes pobres, los dos fueron primero a la corte de Yudhishtira y pidieron una gran cantidad de palos de sándalo para realizar una ceremonia de fuego. Yudhishtira envió inmediatamente a sus soldados por todo su reino en busca de palos de sándalo. Pero era la temporada del monzón y todos los árboles estaban mojados. Los soldados regresaron al palacio con palos de sándalo empapados, que no podían usarse para la ceremonia de fuego.

Todavía disfrazados de sacerdotes, Krishna y Arjuna se dirigieron a la corte de Karna y pidieron palos de sándalo. Karna pensó por un momento y dijo: “Ha estado lloviendo durante varios días, por lo que será imposible recoger palos de sándalo secos. Pero hay una manera. Por favor, esperad un momento”. Luego, Karna cortó las puertas y ventanas de

su palacio, que estaban hechas de sándalo. Las cortó y les dio los palos secos de sándalo a los dos sacerdotes.

Los sacerdotes aceptaron la ofrenda y abandonaron su palacio. En su camino de vuelta, Krishna dijo: “¿Ves ahora la diferencia entre los dos, Arjuna? Si le hubiéramos pedido a Yudhishthira que nos diera sus puertas y ventanas para nuestra ceremonia, nos las habría dado sin pensarlo dos veces. Pero él mismo no pensó en eso. Tampoco le pedimos a Karna sus puertas. Yudhishthira da porque es su deber, es su dharma. Karna da porque le encanta dar. Esta es la diferencia entre los dos, y el porqué de que a Karna se le considera más generoso.

... Esta historia nos invita a reflexionar. ¿Servimos porque es nuestro deber, o servimos porque amamos servir? Baba Ji ha dicho que el seva es fácil para el que quiere dar, y difícil para el que quiere recibir. Está señalando que cuanto más queremos dar, cuanto más amamos dar, más fácil se hace realizar el seva.

¿Y cuál es la importancia del satsang?

En *Spiritual Perspectives, vol. III*, le preguntan a Hazur Maharaj Ji: “Maestro, he leído en alguna parte que el satsang para un satsangui es como la valla que rodea un cultivo”.

Hazur Maharaj Ji responde: “¿Cuál es el propósito de una valla? Proteger el cultivo. Ese es el propósito del satsang. Tenemos que proteger toda la meditación que hagamos, para que el ego no entre en nosotros y nos tienta a realizar rituales, milagros y otras cosas. En el satsang podemos desarrollar la humildad y la docilidad, y ser una fuente de fortaleza para los demás, ayudándonos entre nosotros a superar nuestras debilidades. Ese es el propósito

del satsang. Si falta ese amor y devoción, si falta ese ambiente, entonces se vuelve vacío, sin valor...”.

En las etapas del amor explicadas anteriormente: obediencia, entrega y unión, debemos entender que no surgen una tras otra, no son una línea recta. En el libro *Seva* leemos:

Mas bien, es algo circular. Los actos diarios constantes de obediencia socavan nuestro ego y animan a la mente a entregarse. A medida que nos entregamos el amor crece, alimenta cada vez más el deseo de obedecer al maestro, lo que a su vez aumenta aún más la entrega. Así, la obediencia y la entrega se alimentan mutuamente; y con esto crece lentamente el anhelo de unión. Una vida de obediencia y entrega externa conduce gradualmente a la entrega interior, al anhelo verdadero y finalmente a la unión.

El propósito de nuestras vidas es llegar a la unión. Puede llevarnos años, toda una vida o más. Pero si damos los primeros pasos, lo conseguiremos. Y como dicen los místicos, la chispa divina del amor está en el interior de todos nosotros. Solo tenemos que ayudar a que esa semilla divina crezca con la meditación. Ellos nos dan este ejemplo: si hay mucho óxido en un cuchillo, y lo frotamos con una piedra de afilar, poco a poco el óxido se elimina y el cuchillo brilla. De manera similar, estamos frotando nuestras mentes con el Shabad y el Nam interior para que el óxido de la mente desaparezca, se desvanezca por completo y el alma brille desde el interior. Eso es amor verdadero, eso es devoción verdadera. Nuestro amor por el maestro físico se convertirá en devoción a él, y gradualmente nos entregaremos a su voluntad. A través de la meditación, nuestro amor por la forma del maestro culminará finalmente en nuestro amor por aquel que no tiene forma. Y como dice Hazur Maharaj Ji: *“Cuanto más amamos, más crece nuestro amor”*.

Cuando llegues al tercer ojo, encontrarás al maestro esperándote allí. Después ya nunca te dejará.

Puedes ir a Europa, América, África o cualquier otra región o país, él siempre estará contigo, en todo tiempo y lugar. Estás sentado en tu habitación con todas las puertas cerradas, piensas en el maestro y ¡he aquí!, él está ante ti. Hazle cualquier pregunta y él contestará. Él te ayudará a salir de tus dificultades. En cada dolor y en cada problema, él te guiará. En las montañas, colinas, bosques y océanos, él te protegerá y te guardará. Este es el auténtico camino de la devoción...

La llamada del Gran Maestro

- P. ¿Podrías explicar cómo hacer simran con amor y devoción? Para mí son solo palabras y no entiendo su significado.
- R. Poniendo toda la mente en estas palabras, automáticamente sentiremos el amor y la devoción. No dejemos que ningún otro pensamiento entre en nuestra mente. Dejemos que la totalidad de nuestro ser, la totalidad de nuestra mente, estén en el simran. El amor llega de forma automática. La idea es que el amor crea fe y la fe nos ayuda a practicar. Si amamos a alguien, es natural que tengamos fe en él, y si tenemos fe en él, naturalmente, querremos seguir sus consejos. Así que

si tenemos amor por el maestro, amor por las enseñanzas, tendremos fe. Y si tenemos fe en que lo que estamos haciendo es correcto, entonces practicaremos automáticamente.

- P. He leído en los libros que, en cierto grado, el amor se puede generar, pero no se dice cómo hacerlo. Cuando llegas a cierta edad y haces balance de ti mismo, te das cuenta de que la mayoría de nosotros somos estúpidos y egoístas, y que todo ese duro caparazón de ego podría romperse si tuviésemos más amor. ¿Cómo podemos generar ese amor?
- R. Podemos ser receptivos a la gracia del Señor. Cuando llueve, si ponemos una taza bocabajo, no recogerá agua. Pero si la ponemos bocarriba se llenará. Del mismo modo, podemos ser receptivos a su gracia. El Señor nos ha dado el entorno, las facilidades y la compañía para poder fortalecer el amor mutuo y ayudarnos entre nosotros. Son todo medios para generar amor y poder ser receptivos a estas cosas. Pero aun así, todo está en manos del Señor. Él nos infunde su amor. Es entonces cuando sentimos que le amamos o que estamos separados y queremos unirnos a él. Él es quien nos atrae interiormente. Eso está completamente en sus manos. A menos que nos dé los medios, no podemos generar ese amor por nosotros mismos. La meditación genera amor. La meditación crea esa punzada en nosotros, ese deseo de ser uno con el Padre. La meditación hace que nos demos cuenta de que la vida no vale la pena sin él. La meditación nos hace conscientes de lo ficticio que es lo que perseguimos en este mundo. Todo es su gracia. Es todo efecto de la meditación.
- P. ¿Podría ser, maestro, que la alegría emocional que la mente llega a experimentar al lograr la unión espiritual, comience a elevar la consciencia?

R. Esa alegría es un estado de consciencia, pero está mezclada la mente; la mente está entremezclada. Solo podemos librarnos de la mente cuando vamos más allá del reino de la mente y maya. Hasta esa etapa, la alegría emocional es solo un estado de consciencia. Se trata de una mente superior, una mente noble, pero la mente sigue estando presente. Verás, en realidad la meditación, el amor que estamos tratando de desarrollar, es para la mente. El alma, por naturaleza, por instinto, está enamorada de la fuente, enamorada del océano divino, ya que es una gota de ese océano divino. Así que la cualidad del amor está en realidad en el alma.

... El alma está potencialmente enamorada del Padre, ya que es parte del Padre. Por lo tanto, todos nuestros esfuerzos en la meditación son para crear amor, devoción y fe; todo es para la mente. Verás, tenemos que ganarnos la amistad de la mente y desprenderla de sus instintos animales. No podemos tener mejor amigo que la mente y no podemos tener peor enemigo que la mente. Así que para lograr nuestro objetivo solo tenemos que convertir la enemistad en amistad.

Por eso a menudo hablamos de que el noventa y nueve por ciento de la meditación es para la mente; en cierto sentido, para los karmas y pecados que hemos ido acumulando en vidas pasadas, porque todo eso es ahora un lastre para el alma, es escoria en el alma. Poco a poco queremos eliminar ese peso del alma.

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

*La virtud no necesita testigos;
es reconocida por su propia luz.*

Cicerón. Sobre los deberes

El maestro nos enseña que, aunque cada uno de nosotros debe enfrentar dilemas morales complejos en la vida, haciendo todo lo posible por tomar las decisiones correctas, es un error juzgar a los demás o intentar imponer nuestros principios espirituales. Los maestros no juzgan. Siempre son afectuosos y positivos. Como Maharaj Charan Singh a menudo solía recalcar, si los maestros nos mostraran nuestras debilidades ¿acaso acudiríamos a ellos? Los maestros, diría él, no vienen a condenarnos, ¿qué mayor condena puede haber que la de estar separados del Padre?

Cada iniciado tiene una relación particular con el maestro; cada buscador batallando por encontrar la Verdad tiene una relación personal con el Señor en su interior. Ni el sangat en general, ni los sevadares que tienen un puesto de responsabilidad están allí para juzgar a nadie.

Maharaj Charan Singh expresó este punto en términos particularmente contundentes. Innumerables veces se le preguntó cómo debían reaccionar los iniciados ante aquellos que se habían desviado de los principios de Sant Mat. Siempre recalcó que no deberíamos señalar las debilidades de los demás. Lo importante, decía, era que cualquiera que deseara venir a satsang o hacer seva, se sintiera bienvenido. Como sangat, inspirado por el ejemplo

de nuestro maestro, estamos juntos para amarnos, apoyarnos y servirnos mutuamente con humildad y amabilidad.

Podríamos preguntarnos sobre la suerte que hemos tenido de ser bienvenidos en el satsang. Podríamos reflexionar sobre las palabras de Soami Ji: “En realidad, el jeev no es merecedor del satsang... Únicamente después de asistir al satsang durante algún tiempo podrá hacerse digno de sentarse en él”. Un jeev es un ser vivo, una persona ordinaria. En otras palabras, tú y yo.

Una vez, en un monasterio, tuvo lugar un robo y los monjes pidieron al abad que identificara y castigara al ladrón. El abad no hizo nada. Días después, tuvo lugar otro robo y los monjes pidieron al abad que echara al ladrón del monasterio. De nuevo, el abad no hizo nada. Entonces, los monjes amenazaron con irse del monasterio si no se tomaba ninguna medida. El abad dijo: “Todos sois libres de marcharos del monasterio si así lo deseáis, porque sabéis que robar está mal. Pero ¿cómo puedo pedirle al ladrón que se vaya? Sin la tolerancia, la compasión y los principios nobles del monasterio, ¿cómo podrá aprender jamás a distinguir entre lo correcto y lo que no lo es?”. Las lágrimas caían por las mejillas del ladrón. Nunca volvió a robar.

(...) Al conocer al maestro y las nobles enseñanzas que nos imparte como una guía para vivir una vida moral y ética, la mayoría imaginamos que el sangat está formado por personas ejemplares. Pensamos que nos hemos unido a un grupo en el que todos son amables, honestos y estrictos en cuanto a criterios morales.

Entonces, simplemente porque están iniciados, los hacemos socios de nuestros negocios dando por hecho que son honestos en sus asuntos. Y luego nos escandalizamos cuando descubrimos que nuestro socio nos ha engañado o ha malversado nuestro dinero. Puede que elijamos una pareja matrimonial ‘satsangui’

presuponiendo que la etiqueta de ‘satsangui’ la convierte en una buena persona. Pero nos horrorizamos al ver que esa persona se ha transformado en un ser malhumorado y violento, o perezoso y deshonesto.

¡Con esta ilusión, en definitiva, nos hemos expuesto a la decepción, al desengaño! Tenemos que recordar que los iniciados en este sendero son exactamente iguales a los demás. Debemos hacer uso de nuestro sentido común en nuestras relaciones con los demás.

Cuando empezamos en el sendero, empezamos desde el punto en el que nos encontramos cada uno. Todos somos seres humanos corrientes, no somos diferentes de los demás, y desde luego no somos mejores; esperemos que tampoco peores. Se dice que el maestro no busca a las personas más santas y maravillosas para darles la iniciación. El porqué fuimos elegidos, el porqué algunos nos sentimos atraídos a seguir el camino espiritual y otros no, es algo que no sabemos.

Una vez le preguntaron al maestro actual cómo y por qué llegamos a sentir esa atracción hacia el sendero para ser iniciados por Maharaj Charan Singh. Dijo con una sonrisa: “Maharaj Ji simplemente nos recogió de la cuneta”.

A Wake Up Call

Si una persona aspira a vivir una vida justa y piadosa, su primer acto de abstinencia es abstenerse de matar animales.

Tukaram. *The Ceaseless Song of Devotion*

Antes de empezar a caminar por este sendero, tenemos que dar un giro de 180 °C a nuestra vida, y eso significa que tenemos que aceptar ciertas reglas si deseamos progresar: estas reglas son los cuatro compromisos que aceptamos en el momento de la iniciación. Sin embargo, estos cuatro compromisos no tienen nada que ver con 'restricciones' que podríamos pensar que se nos imponen, sino que más bien son una protección en nuestra vida.

En el libro *Kabir, el tejedor del Nombre de Dios*, leemos:

Nadie se atreve a acercarse a mí,
pues mi cabeza la cubre
el escudo de su protección y gracia.

En primer lugar, es absolutamente necesario ser vegetariano, abstenerse de comer carne, pescado y huevos si queremos seguir el sendero de los santos, porque los santos son todo amor y compasión y nadie puede imaginarse que un santo sea cruel o mate a un ser vivo, ya sea para alimentarse o por placer.

En el libro *Gurú Nanak, sus enseñanzas místicas*, Nanak expresa lo mismo de las almas elevadas y dice:

Aquel que muere en vida, todo lo comprende y desarrolla compasión por todos. ¡Oh Nanak!, tiene auténtica gloria, quien reconoce al Señor en todas las criaturas.

Muchas personas, jamás podrían matar a un animal con sus propias manos, sin embargo, se consideran libres de violencia si comen la carne de animales que han matado otros.

Hay un término en derecho penal que es “*lter criminis*” y hace referencia a todos los pasos que un delincuente sigue, desde el primer instante de la idea delictiva hasta que al final llega a consumir el delito. La ley del karma funciona de forma muy similar, y sentencia: Todos los que consumen carne, pescado o huevos según el karma son culpables, porque todos participan en la muerte de un animal: desde el ganadero que cría a los animales para consumo humano, al dueño de la instalación industrial en la que se sacrifican esos animales; el que los mata o los pesca, el que los vende, y el que los compra y los cocina y al final se los come.

Ningún santo o místico aprobaría este proceder. Kal es justo y la ley en su reino es “*lo que siembres, cosecharás*”; “*no siembres y no cosecharás*”.

Así que el primer compromiso es abstenernos de comer carne, pescado y huevos y cualquier producto que los contenga. Sirve para protegernos del pecado de matar, y por lo tanto nos protege de aumentar nuestra cuenta kármica.

Kabir lo deja muy claro en el siguiente verso del libro *Kabir, el tejedor del Nombre de Dios*:

Si la pobre cabra, que se alimenta tan solo de hierba y hojas, tiene en su destino ser despellejada, ¿cuál será, entonces, el destino de quienes se comen a la cabra?

El segundo compromiso es abstenerse de beber alcohol y tomar drogas. Este voto protege el acto que más importancia va a tener en nuestra vida, que es la lucha diaria por la concentración. No es posible conseguir concentrarse bajo los efectos del alcohol y las drogas. El consumo de alcohol y drogas lleva a la mente a un mundo de ilusión, cuando el objetivo de un iniciado es interiorizarse y conocer la realidad.

En la carta 351 del libro *Luz divina*, Hazur Maharaj Ji dice:

No se necesita emplear mucha lógica para respaldar que hay que abstenerse de las bebidas alcohólicas. Todos sabemos el ridículo que hace la gente cuando está bebida, y los disparates y crímenes que se cometen bajo la influencia del alcohol.

Es conocido el comentario que, en cierta ocasión, una persona le hizo a Hazur Maharaj Ji respecto al buen aspecto que tenía, y le preguntó qué hacía para conservarse tan bien, a lo que él contestó que se mantenía bien, porque no hacía nada que no debía hacer. El maestro solo hace lo que debe hacer, nunca hace lo que no es recomendable, porque él conoce el verdadero valor que tiene esta vasija de barro, este cuerpo humano que se nos ha dado. Él sabe que el cuerpo es un préstamo que se nos ha hecho, él sabe que es la vestimenta del alma, y sin el cuerpo no se puede hacer el trabajo que tenemos pendiente: la meditación. Por ese motivo tenemos la responsabilidad de cuidarlo.

Si un amigo nos deja pasar unas vacaciones en su casa, y nosotros le ensuciamos la casa, le rompemos los muebles, etc., estamos despreciando el regalo que nos ha hecho. Igualmente, este cuerpo es de Dios, nos lo ha dejado para que vivamos una temporada en él y hagamos el trabajo que durante todas nuestras vidas pasadas no hemos hecho.

Por otro lado, el consumo de tabaco también forma parte de este segundo compromiso, y debe considerarse al mismo nivel que el alcohol o drogas porque como ellas, produce un placer momentáneo, pero daña gravemente la salud a largo plazo, y además debilita seriamente nuestra fuerza de voluntad. Así pues, abstenernos del tabaco, alcohol y drogas protege tanto nuestra concentración como nuestra salud física y mental.

En varias ocasiones, algunos discípulos han intentado justificar incluso el uso de drogas argumentando que esas experiencias son espirituales, a lo que rotundamente los maestros responden que las experiencias del alma no deben confundirse con las de la mente. Hazur Maharaj Ji dice en la carta 164 del libro *En busca de la luz*:

Por favor, recuerda que las experiencias del alma nunca pueden conseguirse a un nivel espiritual a través de ningún medio material, ya sea LSD o alguna otra cosa parecida, ya que afectan al cuerpo y la mente, mientras que el Señor está más allá de ambos. Aparte de la quiebra mental y espiritual, estas drogas destrozán físicamente al adicto. Por eso tanta gente joven pierde su salud e incluso se suicida bajo la influencia de estas drogas. Si se pudiera encontrar al Señor, simplemente tomando una droga, ¿quién estaría sin él en este mundo?

El tercer compromiso, llevar una vida moral, nos da equilibrio en la vida y nos permite tener el corazón en paz.

“Hace muchos años había un emperador en China que no tenía hijos y, que viendo su fin acercarse, debía elegir su sucesor. Hizo llamar de todo el reino a tantos niños como fuera posible. Miles de ellos se presentaron en palacio y se reunieron en los terrenos anexos para asistir a lo que el emperador les quería decir. Y se sorprendieron cuando este les dijo que quería elegir a su sucesor entre todos ellos. Le daría a cada uno una semilla. Y debían

volver a sus pueblos y aldeas, plantar la semilla en una maceta y cuidarla durante un año. Tras ese año todos volverían a reunirse en palacio. Y el emperador juzgaría al que tuviera mejores cualidades para convertirse en su sucesor.

Uno de los niños que recibió la semilla era Ling, quien al volver a su pueblo fue ayudado por su madre para elegir un tiesto, poner un poco de tierra en él con la semilla enterrada. Y Ling empezó a regar el tiesto y a cuidarlo con la mayor dedicación posible. Ling siguió cuidando su semilla cada día, regándola sin descanso. (...) Y el pobre Ling estaba frustrado porque nada brotaba de su maceta, por mucho cuidado e interés que ponía (...) Y pasó el año y era momento de volver a palacio para ver al emperador para que tomara la decisión sobre quién sería su heredero.

(...) Cuando volvieron a juntarse todos, había algunas plantas hermosísimas y frondosas de muchos tipos diferentes. Y se preguntaban quién sería el escogido para suceder al emperador. Cuando el emperador llegó a Ling y vio la maceta vacía le preguntó qué había pasado. Y este le respondió, nervioso, que aunque la había regado cada día no consiguió que apareciera nada. Tras acabar toda la revisión de las macetas, el emperador se puso frente a todos los niños y les felicitó por sus esfuerzos. Les dijo que estaba claro que muchos de ellos tenían mucho interés en convertirse en el próximo emperador, y que harían cualquier cosa para lograrlo. Y tras toda esta evaluación decidió quedarse con Ling, el único chico que vino con la maceta vacía. Y dijo que hacía un año que les dio a todos una semilla hervida; una semilla esterilizada. Y ahora se encontró con miles de plantas y con solo una maceta vacía.

“La integridad y el coraje son las dos cualidades más importantes para sucederme”, dijo, como emperador del reino. Y tras esta prueba no me cabe duda de que Ling es quien mejor las representa, por lo que será mi heredero”. (<https://www.pablotovar.com/la-semilla-del-emperador/>).

Como en la historia, nuestras virtudes también tienen que ser la integridad y honestidad, porque representamos las enseñanzas de Sant Mat ante los demás. Representamos este modo de vida con nuestro comportamiento cotidiano, en nuestros trabajos y negocios. Decimos que somos discípulos de un maestro verdadero, y esto debe reflejarse en la vida diaria. No podemos llevar vidas poco morales y después decir que estamos siguiendo un camino espiritual; nuestra forma de vida tiene que reflejar las enseñanzas. Igual que el paraguas nos protege de las inclemencias del tiempo, llevar una vida moral protege nuestras acciones de las tentaciones y bajas tendencias, nos ayuda a mantener el equilibrio y nos protege para que vivamos en paz con todo lo que nos rodea.

Y el cuarto compromiso es la meditación: dedicarle diariamente dos horas y media de nuestro tiempo a la meditación. No hay mejor explicación que la que se da en el libro *del yo al Shabad*, donde su autor nos dice:

Para volver a conectarnos con nuestra consciencia superior, los maestros espirituales nos recomiendan ser vegetarianos, y vivir una vida moral y honesta en la que nos abstendremos de alcohol y de drogas que alteren nuestra mente. Esta forma de vida se convierte en la base para la práctica de la meditación del Shabad, el camino para centrar la atención en el sonido interior en la sede de nuestra consciencia, y contactar con la radiancia sonora interior que es el Shabad. Si hacemos esto, alcanzaremos la propia realización y la realización de Dios.

Un maestro verdadero vivo puede ayudarnos a conectar de nuevo conscientemente con el Shabad. El éxito depende de nuestra receptividad, de la práctica y del compromiso. Todos los días antes de sentarnos a meditar, tenemos que recordar que eso es lo

único importante que haremos ese día. Todo lo demás es como los periódicos del día anterior: eventos que parecen importantes cuando ocurren, pero que tras unos días o semanas los olvidamos y son irrelevantes.

Baba Ji suele explicar en sus satsangs que un niño en su etapa formativa primero va a la guardería, después al colegio, a continuación al instituto y más tarde a la universidad. Tenemos que avanzar, no podemos quedarnos siempre en la guardería (en el ABC de las enseñanzas). Ya hemos leído, ya hemos comprendido, ya hemos pasado unos cuantos años durmiendo en el sillón de meditar. ¡Ahora tenemos que estar despiertos! Y permanecer despiertos depende del interés que pongamos en lo que estamos haciendo. No nos dormimos delante de la televisión cuando vemos una película; tenemos que observar por qué nos dormimos en la meditación y ponerle remedio: podemos lavarnos la cara, dar unos pasos; lo importante es mantenernos inmóviles durante dos horas y estar conscientes y despiertos con la atención fija en el centro del ojo durante ese tiempo. De ese modo, durante la media hora restante podremos escuchar el sonido interior alto y claro. ¡Es el momento de avanzar y pasar de curso!

Así que depende de nosotros aprovechar las enseñanzas y seguir las indicaciones que el maestro nos da. Los cuatro compromisos que nos pide que cumplamos, son una protección, son un regalo y no una carga; son los primeros peldaños de la escalera de la liberación, y si los cumplimos, la realización de Dios es posible.

Antes de irte a dormir, repasa el día de principio a fin y pregúntate en qué te has equivocado: dónde han fallado tus acciones o tus palabras y en qué no se han ajustado a tus principios.

Be Human-Then Divine

*No juzguéis, y no seréis juzgados;
no condenéis, y no seréis condenados;
perdonad, y seréis perdonados.
Dad, y se os dará (...)
porque con la misma medida con que midáis,
se os medirá a vosotros.*

Lucas 6:37-38

*El vivir honestamente necesita de autocontrol.
Exige que ejerzamos moderación en todos
nuestros tratos, que usemos nuestro sentido
de lo que está bien o mal (el don del
discernimiento que Dios nos ha dado), para
modelar nuestras vidas.*

Vida honesta

Deberías cuidar muy bien la salud de tu cuerpo, manteniendo un equilibrio adecuado en la bebida, la comida y el ejercicio, es decir, un equilibrio que te libre del malestar. Haz del modo de vida puro y sencillo un hábito y cuida de no provocar envidias con tus acciones. No gastes de manera extravagante como alguien que no sabe lo que es bueno, ni seas tacaño; un equilibrio adecuado en todo es lo mejor. Haz lo que no te cause daño y piensa antes de actuar.

Be human- Then Divine

Se presenta un extracto del libro *Be human-Then Divine*, que se compone de los comentarios de Hierocles a las enseñanzas de *Los versos de oro pitagóricos* –un antiguo texto sagrado–. Hierocles fue un antiguo filósofo griego que utilizó estos versos para guiar a sus alumnos por lo que él llamaba el camino divino.

La primera mitad de los versos del libro ofrece una guía práctica para afrontar los retos de la vida y cultivar las cualidades de un buen ser humano. Su comentario, basado en conversaciones con sus alumnos, parece reflejar las preguntas que estos le planteaban y los problemas a los que se enfrentaban. Los lectores de hoy descubrirán que en el camino de convertirse en verdaderamente humanos, y luego divinos, no son tan diferentes de esos estudiantes. Las formas externas cambian, pero la lucha interior sigue siendo la misma:

Para Hierocles, el mensaje clave de estos versos es que la filosofía aborda a la persona en su totalidad, cada aspecto de la vida humana. El ser humano en su ‘totalidad’ significa tanto el cuerpo como el alma. Según Hierocles, cualquier enseñanza que se ocupe solo del cuerpo o solo del alma no puede conducir a una felicidad y plenitud duraderas. Ambos aspectos deben ser atendidos.

... El verdadero significado de equilibrio es el equilibrio adecuado entre estas dos dimensiones del ser humano: la temporal y la eterna, la mortal y la inmortal, la particular y la universal. (...) Aunque el cuidado del cuerpo es importante, para los filósofos, el cuidado del alma debe ser su principal preocupación.

... El cuidado del alma, restablecer su integridad y su condición óptima, fue el empeño filosófico fundamental. La palabra griega *therapeia* (raíz de la palabra inglesa “therapy”) implica cuidar, como se cuida a un amigo querido o a un enfermo, y también implica curar. Así, cuando los filósofos decían “cuidar el alma”, se referían a curar al alma de su ignorancia y amnesia y devolverla a su estado original puro y completo. (...) En ese sentido, la filosofía, tal y como la entendían Hierocles y otros filósofos, era un proceso de reestructuración de las propias prioridades y de todo el sistema de valores al servicio del recuerdo del origen divino del ser y de su verdadera identidad.

... La razón por la que el cuidado del cuerpo y del alma deben ir de la mano es porque los deseos no tienen límite. Conforme vamos más allá de la medida de la necesidad, entramos en la ilimitación de los deseos. Hierocles hace hincapié en elegir alimentos, bebidas y hacer ejercicios que no provoquen la rebelión de la psique impulsada por el apetito. Da el ejemplo del cochero que lleva las riendas de un caballo: él es ‘el guía interior’, pero el caballo es rebelde y salvaje. Aun así, insiste

Hierocles, el caballo generalmente no es superior en su rebelión a la guía del auriga.

Explica que una vez establecido un modo de vida moderado, el cuerpo estará en paz. Y entonces el cuerpo no obstaculizará que el alma contemple la realidad interior; por el contrario, su cooperación hará que el alma avance hacia su meta de semejanza con Dios.

... Así pues, según Hierocles, la filosofía se dirige al ser humano en su totalidad, ayudando a establecer el justo equilibrio entre lo eterno y lo temporal, entre el alma y el cuerpo. La base para crear este equilibrio es “poner la moderación en primer lugar en todo lo que proporcionamos al cuerpo”. ¿Por qué? Porque infunde paz y armonía en el interior, creando la calma necesaria para la contemplación.

En uno de los Versos de oro se aconseja: “Guárdate de las acciones que provocan envidia”. Hierocles señala que adquirir posesiones cada vez más fastuosas despierta la envidia y el resentimiento de algunas personas. Y también suscita la censura de otros que juzgan estas adquisiciones extravagantes como necias y materialistas. Pero el otro extremo –una mentalidad tacaña que incluso rechaza lo más básico de un estilo de vida limpio y agradable– puede llevar a vivir en la miseria y la suciedad. Esto, advierte, no solo será incómodo, sino que invitará al desprecio de los demás.

También Lamblichus (otro filósofo platónico de Siria) en sus comentarios sobre los versos, aconsejaba que el equilibrio y la armonía dependían de ser profundamente consciente del panorama general, comprendiendo el lugar distintivo que cada cosa ocupa en el conjunto:

Es necesario dar la máxima prioridad a los intereses del alma y hacer todo lo demás por el bien del alma. También hay que cuidar el cuerpo, pero de tal manera que ese cuidado se traduzca en servicio para el alma.

Más adelante en el Verso de oro leemos: “... no hagas nada que te perjudique”. Al igual que el médico aconseja sobre las cosas que deben evitarse por ser perjudiciales para el cuerpo, el filósofo también aconseja sobre las cosas que dañan el alma. Hierocles explica que lo único que de verdad puede perjudicar es todo lo que vaya en contra del pensamiento correcto, todo lo que vaya en contra de la ‘ley divina’, todo lo que obstruya la semejanza con Dios.

Si el cuidado del alma es la máxima prioridad, entonces la forma correcta de cuidar el cuerpo surge de forma natural. Pero mientras las dos dimensiones del ser humano tiren en direcciones opuestas, continuará el estado de lucha y discordia.

Pitágoras ideó el concepto de hacer que toda vida sea feliz orientándola hacia un valor prioritario. En resumen, se refiere al concepto de elegir entre distintos valores y mantener las propias acciones acordes con ese valor prioritario. El valor prioritario se refiere a identificar el valor que es más importante que cualquier otra cosa de nuestra vida.

Si tenemos una comprensión clara de cuál es nuestro valor prioritario y único, entonces los demás deseos e impulsos que compiten por nuestra atención se calman y encuentran su lugar en nuestra mente de forma organizada y equilibrada.

*Adaptado del libro *Be human- Then Divine**

Nadie, excepto el maestro, puede revelar los secretos de la realidad, y sin él nadie puede liberarse de la esclavitud de la mente y maya. Nadie puede encontrar al Señor si no es a través del Verbo, y es solo el maestro quien puede conectar al alma con el Verbo.

Filosofía de los maestros

Según la tradición, antes de encontrar a su maestro, Gurú Amardas Ji realizó veinte peregrinaciones a lugares sagrados de la India. Cuando estaba haciendo su última peregrinación, se encontró con un asceta joven y célibe.

“¿Amigo, adónde vas?”, le preguntó el asceta.

“Voy al Ganges a bañarme en sus aguas sagradas”, le dijo Gurú Amardas. “¿Y tú, adónde vas?”.

“Yo también voy a tomar un baño sagrado”, le respondió el joven asceta.

Así que se unieron y se hicieron buenos amigos, mientras caminaban fatigosamente a lo largo del camino. Finalmente llegaron a Hardwar, se bañaron en la Madre Ganges y después regresaron al Punyab. Para entonces, ambos devotos sentían mucho afecto y respeto el uno por el otro. Como resultado, cuando llegaron a la casa de Gurú Amardas, este invitó a su amigo a que pasara la noche en su casa.

“¿Cuánto tiempo llevas iniciado?”, le preguntó el asceta, cuando se retiraban para descansar. “¡Oh! Yo no tengo gurú”, fue la respuesta.

“¿De verdad no tienes gurú?”, exclamó sorprendido el asceta. “¡Oh, ojalá lo hubiera sabido antes! Entonces no habría comido en tu casa”. (...) Muy ofendido, recogió sus pertenencias y se fue de la casa sin decir nada más.

A Gurú Amardas le afectó bastante lo ocurrido.

“Aquí estoy, con setenta y dos años –pensó– y todavía no tengo gurú. “¡Oh, Dios! –suplicó–, derrama tu gracia sobre mí enviándome un maestro”.

Se pasó toda la noche rezando, sin dormir nada. Cuando amaneció, escuchó a Amro, la esposa de su sobrino, recitar la escritura sij, *Japji Sahib*, como solía hacerlo cada mañana.

Permaneció muy atento, escuchando ávidamente cada palabra.

Todo su ser quedó fascinado y transportado por la belleza de las verdades espirituales que Amro estaba leyendo en voz alta. Levantándose de su cama, se acercó de puntillas a la habitación donde Amro estaba sentada.

Mientras escuchaba, se produjo en él un cambio arrebatador. Se sintió llenó de luz y felicidad, como si debido a un despertar interior saliese de un profundo sueño.

“¿Quién es el autor de esos escritos?”, le preguntó. “Son las enseñanzas de Gurú Nanak Sahib, que nombró a mi padre, Gurú Angad, su sucesor”.

Ola tras ola de beatífico amor inundaron el ser de Amardas. En su corazón brotó un ardiente deseo de ver al satgurú. “Por favor, llévame a ver a tu padre, Gurú Angad”, le suplicó.

“Hay un pequeño problema”, le dijo Amro. “No voy a ver a mi padre a menos que él envíe a buscarme. Tengo que esperar a que me llame”. Pero Gurú Amardas no aceptó la respuesta, pues todo su ser ardía de anhelo.

“Tienes que llevarme, tienes que llevarme”, insistió. “Si te reprocha algo, yo asumiré la responsabilidad. Si tu padre se enfada, le explicaré que nuestra visita se debe a mi insistencia”.

Amro accedió, y se fueron juntos a casa de Gurú Angad.

“Por favor, espérame fuera”, le dijo ella cuando llegaron. “Voy a ver si mi padre me da su permiso”.

Al entrar en la casa, se encontró a su padre que iba hacia la puerta. “Buenos días, querida hija”, le dijo. “Ahora que ya has traído a tu tío hasta aquí, ¿por qué le haces esperar fuera? Por favor, dile que es bienvenido, e invítale a entrar”.

Cuando Gurú Amardas se encontró ante la respetable presencia de Gurú Angad Dev, se tiró a los pies del gurú y le pidió el don de la iniciación en los secretos del Nam. Conociendo ya sus méritos y su intenso amor, Gurú Angad lo aceptó como discípulo, y a su debido tiempo lo tiñó con su propio color espiritual.

Las personas que han encontrado a un gurú viven sus vidas llenas de sentido. Desgraciadamente, hay otras que desperdician sus vidas en actividades mundanas y no han encontrado el camino de la realización de Dios.

La enseñanza de esta historia tiene que ver con la búsqueda espiritual verdadera, cuando esta acontece en nuestra vida. Es un hecho que no podemos anticipar ni retrasar, y la edad que tengamos es irrelevante. Llegado el momento apropiado, las circunstancias se confabularán de tal modo que no podremos evitar sentir atracción interior por la espiritualidad.

En esta historia, la reacción y desprecio del asceta hacia Gurú Amardas Ji, al saber que no estaba iniciado, fue un estímulo que le empujó a ser consciente de su tardía edad y de que no podía permanecer más tiempo sin tener un maestro espiritual que le guiara. A pesar del tiempo que ambos habían compartido juntos viajando en peregrinación y del aprecio que se profesaron, Gurú Amardas Ji, no lamentó la partida del asceta, sino que de inmediato imploró la gracia del Señor para que le ayudara a encontrar a un maestro espiritual y así recibir la iniciación.

No sabemos por qué medios y de qué forma el Señor llega a despertar a un alma y le concede la compañía de un maestro espiritual; pero si debemos estar seguros, de que la relación con un maestro ya está predestinada desde nuestro nacimiento: no depende de nosotros en absoluto. Podemos pasarnos toda la vida buscando un guía espiritual y no encontrarlo, y por el contrario podemos ser incluso ateos y de pronto ¡despertar a su presencia sin más! Ciertamente, *cuando el discípulo está listo, el maestro aparece*, como dicen las escrituras orientales. No antes ni después...

Por eso, cuando Gurú Amardas Ji oyó recitar el *Japji Sahib* quedó fascinado por las verdades espirituales que estaba escuchando, y se interesó inmediatamente por encontrar a la persona que podía proporcionarle esta realización divina. Realmente Gurú Amardas era un alma devota y anhelante, fue un discípulo ejemplar y llegó a convertirse en gurú como narra la historia.

Verdaderamente, cuando este despertar se produce es porque Dios nos ha marcado para que vayamos a él y nos pongamos en contacto con un maestro verdadero. Y esta prioridad prevalece por encima de los demás asuntos de la vida. En este sentido, Hazur Maharaj Ji nos habla en las siguientes citas del libro *Perspectivas espirituales, vol. I*, sobre cómo se produce este hecho:

No está en manos del discípulo venir al sendero. De forma automática se encontrará en el sendero.

... Nadie se inicia a menos que tenga que ser iniciado. El discípulo no tiene ninguna opción y el maestro tampoco. Todas las almas pertenecen al Padre, y el maestro únicamente se dedica a recogerlas para llevarlas de regreso al Padre.

... El maestro solo inicia a aquellos que están marcados. No le concierne cuantos karmas tenemos o la carga kármica que soportamos. Él solo inicia a aquellos que el Padre ha marcado para él y a nadie más. Puede que existan almas más puras que las de los satsanguis y que ni siquiera estén iniciadas. El Padre sabe mejor a quién marcar.

Y también dice más adelante:

¿Cómo ha llegado el alma a los pies del maestro ...? ¿Es por nuestro propio esfuerzo o por otros medios? ¿Comenzamos la búsqueda de un maestro justo desde el nacimiento? Las circunstancias nos condujeron de tal forma que nos sentimos atraídos a él. Una vez que se ha sembrado la semilla, es el maestro el que encuentra al discípulo. El discípulo nunca puede encontrar al maestro. El maestro encontrará automáticamente a su discípulo, dondequiera que nazca.

En un sentido más profundo la enseñanza general que los místicos nos dan con relación a la búsqueda espiritual es que no deberíamos engañarnos a nosotros mismos, pensando que nuestras obligaciones y responsabilidades en este mundo son realmente nuestro verdadero trabajo como seres humanos. La tarea principal al recibir la forma humana es volver a Dios, y eso podremos lograrlo cuando en nuestra vida tengamos la buena fortuna de encontrar a un maestro espiritual y nos inicie en el camino espiritual.

Todas las demás cosas que hagamos podrán parecernos muy importantes, pero son secundarias en relación con la meta principal de un ser humano, a quien Dios ha distinguido con la facultad del discernimiento.

Hazur Maharaj Ji dice en *Perspectivas espirituales, vol. I*:

El Señor nos ha dado el intelecto para que lo conozcamos, lo realicemos, lo encontremos. (...) La grandeza del ser humano está en su facultad de discriminación.

El despertar espiritual de un buscador y el encuentro con el maestro espiritual pueden ser diferentes para cada persona, pero están establecidos de antemano, y llegado el momento será inevitable que acontezcan. Y es en ese momento afortunado cuando el maestro establece el contacto del alma con el Shabad.

Solo puedo desearte que al conseguir la concentración entres en tu interior, y que cuando el maestro empiece a hablar contigo y responda a todas tus preguntas interiormente, desaparezcan todas las penas... Hasta que no se vea al maestro en el interior, el alma oscilará entre el abatimiento y el desánimo.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales

Desde que un discípulo se inicia en las enseñanzas de Sant Mat, comienza a caminar por un sendero espiritual para el resto de su vida. A lo largo del camino, necesariamente, afrontará diferentes etapas. A continuación nos referiremos a esas etapas de oscuridad, de sin sabor y sequedad especialmente en la práctica de la meditación.

En este texto trataremos de proporcionar entendimiento a la luz de las enseñanzas, y sobre todo el aliento que todos los discípulos en un momento u otro necesitamos. Son siempre las sabias palabras de los maestros espirituales las que pueden iluminarnos y sacarnos verdaderamente de la oscuridad en la que la mente nos encierra. ¡Basta con que desde nuestras limitaciones y preocupaciones nos encomendemos, sin dudarlo, a su misericordia e infinita bondad y no dejaremos de recibir su bálsamo curativo y restaurador! Su amor nos enderezará en el camino y nos devolverá la fuerza y confianza que hemos perdido.

El Gran Maestro nos habla de este aspecto en una carta del libro *Joyas espirituales*:

El maestro toma esta forma para guía del hombre: para hablarle, para congeniar con él, para hacerse su amigo, para desarrollar confianza y fe en él, para inducirle a buscar la paz y la felicidad en su interior, para mostrarle el camino, para enseñarle con el ejemplo, para desarrollar en él atributos divinos y para elevarlo de su forma física a su forma astral.

(...) mientras el discípulo no se haya puesto en contacto con la forma astral del maestro, en otras palabras, no se haya independizado de su propia forma física, será un ser limitado. Así pues, estará sujeto a las influencias de su entorno y a los altibajos de la vida, que trastornan su intelecto, le hacen dudar, y con frecuencia lo desvían del verdadero camino. Para disipar sus dudas y buscar el apoyo para mantenerse en el camino, el discípulo tendrá que acercarse al maestro...

En el libro *Muere para vivir*, leemos la respuesta de Hazur Maharaj Ji a un discípulo, que le pregunta, justamente, por esos períodos en los que podemos llegar a descuidar la meditación. Y el maestro le responde:

Ante ti llegan nubes oscuras y densas y quedas absorto en esa oscuridad y no ves la luz, pero pasarán si tú continúas la meditación. (...) La meditación es un "deber" y todos esos períodos pasarán.

Pensemos en esas etapas en las que se nos complica la vida de tal modo que somos propensos a dejar de meditar. Tal vez porque todavía no somos conscientes de la crucial importancia que la meditación tiene en el camino espiritual... Así, en momentos verdaderamente difíciles nuestro plan diario se va al traste, no somos capaces de dedicar el tiempo diario a la práctica, como

solemos hacer cuando la vida transcurre más o menos sin complicaciones. También puede suceder que no sintamos el ánimo para meditar o que nuestra fe se tambalee porque un gran sufrimiento sacuda nuestras creencias básicas, y entonces llenos de debilidad dejamos de meditar un día, dos días... y ya no se sabe cuánto tiempo *le hemos cerrado la puerta a Dios*.

Sí, le hemos cerrado la puerta porque la meditación, la oración, es lo que nos permite acceder a él y a su vez que él acceda a nosotros. Todo lo que el Señor tiene para nosotros pasa por la puerta de la meditación, a través de la cual la conciencia unificada y concentrada se hace receptiva a él. Hay una forma de dar y de recibir en espiritualidad, dicen los místicos, y es por medio de la meditación.

El don de Dios, la gracia del Señor viene del interior; llena nuestro ser y revitaliza nuestra débil existencia. Las cosas del mundo externo son el resultado de nuestros karmas que siempre seguirán su curso. Sin embargo, la riqueza interior, el vivificar al alma para que despertemos del sueño del mundo y solo queramos volver a Dios, y a ningún sitio más, es el don que nos llega con la interiorización, la meditación. Nada más, excepto la meditación, puede acceder a las profundidades del amor que Dios nos tiene reservado.

El amor a Dios es nuestra salvación, ¿por qué, pues, desatender lo único que puede ayudarnos? Cuando meditamos, estamos literalmente amando a Dios. Entonces, ¿cómo podemos abandonar esa necesaria tarea que hará que la causa de todos nuestros problemas –nuestro apego al mundo y sus seres– desaparezca? ¿Qué enfermo de gravedad cometería la locura de renunciar a su tratamiento? Eso es lo que hacemos cuando renunciamos a la meditación; la grave enfermedad de la mente solo se cura con la meditación. Practicar la meditación nos ayudará a que dejemos de sufrir y nos orientará

con firmeza en el sendero de regreso a Dios. Solo con la meditación acabarán las idas y venidas a esta creación, y nuestros lazos con el mundo y sus seres se irán aligerando cada vez de forma más evidente. Es así como llegaremos al punto en que ya no habrá necesidad de volver a este mundo nunca más.

La gracia del maestro junto con nuestra práctica fiel restaura al alma y destierra a la mente definitivamente. Nos hace culminar el destino o meta de la iniciación, atándonos al amor verdadero a nuestro Creador, el amor que nos redime de este mundo.

Pero si le cerramos la puerta a Dios, si no meditamos, entonces entrará el mundo en nuestra consciencia, y con él la alegría y la tristeza, el afán por la posesión y el pesar por la pérdida, el apego y el desamor... todos los pares de opuestos que nos mantienen expuestos y vulnerables dentro del círculo del nacer y el morir. Sentiremos el peso de la vida, el pesar de la existencia por el que el alma sufre soportando la carga de la mente.

Todo esto ya forma parte de nuestro bagaje en esta creación, esta forma de apego al mundo está en nuestra piel desde tiempo inmemorial, por eso sufrimos... Sin embargo, debemos darnos cuenta de que si seguimos desatendiendo la practica espiritual, al final el sufrimiento se agudizará y nos llevará nuevamente al único punto de partida, de donde nunca teníamos que habernos alejado. Entonces suplicaremos por Dios, por su amor, por su fuerza, y deberemos abrir nuevamente la puerta y rezar y meditar... Pedir perdón por el tiempo que no estuvimos ahí y nos ausentamos, confundidos por las cosas que nos pasan en la vida.

En el *Apocalipsis* 3:20 leemos:

He aquí, yo estoy a la puerta y llamo; si alguno oye mi voz y abre la puerta, entraré a él, y cenaré con él, y él conmigo.

El maestro no nos obligará, no nos forzará, él espera a que abramos nuestro corazón para que podamos compartir con él ese manjar celestial de la espiritualidad. Su voz, el Shabad, nos dará la suficiente intimidad y proximidad para unimos con él. Irresistiblemente, la percepción de la música y luz interior que emanan de este Shabad nos atraerán hacia él.

Esta cita del evangelio pone de manifiesto esa invitación especial y única que el maestro le hace a cada uno de sus iniciados. ¿Somos conscientes de lo que nos estamos negando a nosotros mismos cuando no meditamos? La expresión: "... si alguno oye mi voz y abre la puerta entraré a él..." es una metáfora llena de inspiración. Es la constante invitación que nos hace el maestro para que nos abramos a la experiencia del Shabad y alcancemos la comunión con el maestro interior. La "puerta" no es física, y simboliza el acceso a una dimensión más profunda de la conciencia; es la entrada al interior donde no reuniremos con el maestro interior.

"... entraré a él, y cenaré con él, y él conmigo", simboliza la promesa de una relación íntima con lo divino. La comida, en muchos contextos espirituales, representa la nutrición espiritual y la comunión. Esto implica compartir una conexión profunda y personal con el maestro en la que recibiremos el alimento de su amor, llenándonos de claridad y orientación.

Estas poderosas palabras enfatizan la importancia de la meditación para abrir interiormente nuestra conciencia, y es nuestra respuesta también a la llamada divina. Nos invita a los buscadores a escuchar su voz, a transformarnos y establecer así una relación personal y permanente con el maestro interior.

Tal es el aliento y ánimo que deberían infundirnos estas palabras, porque lo que nos espera es grande, ¡ni siquiera

podemos imaginarlo! Por eso, no deberíamos desfallecer, y ante cualquier problema o situación adversa que amenace la práctica de la meditación, debemos continuar meditando siempre y recordar que tarde o temprano todo pasará. Detrás de nuestra lucha, por más ardua y dura que sea, se esconde la luz, la promesa y maravilla del encuentro glorioso con el maestro interior; es para lo que nos hemos iniciado, para fusionarnos en ese abrazo interior de las conciencias donde todo se vuelve uno.

Ahora bien, si nos perdemos este festín que está reservado para cada uno de nosotros, veamos lo que ocurre y el daño que nos hacemos cuando no meditamos.

De forma muy explícita, Hazur Maharaj Ji le responde a un discípulo en *Perspectivas espirituales, vol II*, sobre este aspecto:

[La meditación] es la demostración más elevada de amor. Por eso, Cristo dijo, la blasfemia contra el Espíritu Santo no puede perdonarse. Esa es la enseñanza fundamental de Cristo. Si damos la espalda a la meditación, al Shabad y al Nam, no se nos perdonará nunca. ¿Perdonados por qué?

Por lo que se interpone entre nosotros y el Padre: nuestros karmas, nuestros sinchit karmas. Si le damos la espalda a la meditación nunca se nos perdonarán esos karmas. Únicamente la meditación invoca el perdón del Padre. Solo mediante la meditación podemos arrepentirnos de lo que hemos hecho en el pasado o pedir su perdón. Y entonces, al final, llegaremos a ser uno con el Padre. Él dice que se pueden perdonar otras cosas, porque la meditación nos ayuda a obtener el perdón del Padre por cualquier cosa que hagamos en esta vida. Pero si no practicamos la meditación, entonces, ¿cómo puede perdonarnos? Por tanto, la meditación es lo principal.

En definitiva, tenemos que entender de una vez por todas que lo que hoy nos separa es el resultado de una forma de vivir anclada en el mundo, donde a falta de una perspectiva más elevada hemos ignorado lo vital, que es mantener viva la relación con Dios a través de la meditación.

Como dice el Gran Maestro en el libro *La llamada del Gran Maestro*:

El Creador ha determinado cómo tenemos que volver con él y nosotros no podemos tomar ningún atajo o una ruta distinta. Ha prescrito que hemos de buscar a un maestro verdadero y ser iniciados por él mientras el maestro y el discípulo están vivos. A continuación, a través de la meditación, tenemos que complacer al maestro, tenemos que eliminar nuestro ego y sumergirnos en el Padre, hacernos uno con el Creador. De forma que la meditación es el único camino.

Si no atiendes a tu meditación de ninguna forma, ¿cómo puedes ser perdonado?, nos pregunta el maestro.

Necesitamos su perdón, es esencial para volver a Dios. Un perdón que solo puede producirse cuando dejamos de repetir los mismos errores. El maestro nos explica que si seguimos repitiendo los mismos errores, no cambiaremos y seguiremos orientados hacia el mundo. Recordemos que hoy estamos aquí, en este mundo, por nuestros errores, porque no hemos meditado, porque no hemos caminado por la senda que nos lleva a la unión con Dios.

Solo la meditación girará nuestro rostros hacia él, poco a poco. Es labor ardua, que requiere constancia, firmeza y confianza en el maestro y en nosotros mismos, pero tengamos esperanza, no nos debilitemos. Si el maestro ve nuestra sinceridad y compromiso al

atender la meditación, ese perdón será automático, y no dudará en llevarnos con él.

El Gran Maestro dice en *Joyas espirituales*: "... solo tengo una misión, y es cuidar de las almas hambrientas de alimento espiritual y liberarlas del nacimiento y la muerte".

¡Dejemos que él nos cuide y seamos obedientes!

No hay nada que iguale a este camino y que proporcione más alegría verdadera y satisfacción que cualquier otra cosa del mundo. Pero para conseguirla tienes que entrar dentro de ti mismo; no puede conseguirse en el exterior... Se consigue con una meditación constante, y manteniendo nuestra atención en el foco del ojo, sin fluctuaciones.

Cuando aprendas a hacer esto, poseerás conscientemente el tesoro que ya te pertenece, y descubrirás mucho más de lo que puedas haber soñado. No permitas que nada te detenga ni obstaculice, ni que ningún obstáculo del mundo impida que entres. Dedicarte firmemente a conseguirlo y haz que todo lo demás se subordine a esto.

M. Sawan Singh. *Joyas espirituales*

No importa lo lento que vayas
mientras no pares.

Confucio

En todos sitios el fervor de los satsanguis está expuesto a enfriarse, porque el éxito en la concentración y práctica espiritual es difícil de conseguir sin un duro trabajo y una vida virtuosa, en lo cual muchos de ellos fallan tristemente.

Es una tarea cuesta arriba y de toda una vida. Sin éxito en la meditación, pocos son capaces de conservar el ardor y entusiasmo de que dieron muestras al principio.

Sardar Bahadur Jagat Singh. La ciencia del alma. Extracto de la carta 25

No importa los logros que, a nivel individual o nacional, hayamos conseguido en este mundo exterior, no nos han acercado lo más mínimo a la verdad. La mente seguirá sintiéndose insatisfecha. Aún seguirá sintiendo que le falta algo. Cuando la atención dispersa se retire del mundo exterior al interior del cuerpo, y de este al foco del ojo, nuestra conexión con el mundo externo se cortará momentáneamente.

Entonces la atención podrá captar la verdad vibrante en nuestro interior, que es luminosa y audible en la forma de la corriente del sonido.

La verdad ha estado siempre dentro de nosotros. Está presente tanto en el maestro como en el estudiante. La única diferencia, entre el maestro y el estudiante, consiste en que el maestro, habiendo concentrado su atención, está conectado con la verdad y la ha estudiado, mientras que el estudiante permanece todavía desconectado de ella. El maestro tiene que enseñar el camino y hacer de guía, mientras que el estudiante tiene que trabajar con perseverancia y entusiasmo. Cuando un joven va a la escuela, el conocimiento ya está latente en él, y con la guía del maestro, trabaja, desarrolla y descubre este conocimiento en su interior.

La gente pasa años enteros en las escuelas y las universidades para estudiar una cantidad limitada de temas, pero incluso así, solo ha estado 'recogiendo piedras en la orilla del mar'. Vas a estudiar tu propio ser y su relación con la gran verdad. Tienes que aislar tu ser de la mente y la materia, y después llevarlo a la fuente de todo. Esta es una tarea comparativamente difícil. Una fe implícita en el guía o maestro, y el anhelo de un amante que va a encontrarse con el ser amado, son los requisitos previos en este sendero. Y querer es poder.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales. Extracto de la carta 151

Cuanto más tiempo dediques a la meditación, más claramente oirás la corriente del sonido que produce la paz mental, o como tú dices, que nos ayuda a encadenar a ese mono loco que llevamos dentro. Me alegra leer que tu meditación va mejorando. Durante una incontable cadena de edades, la mente ha ido desarrollando un deseo intenso por las cosas de este mundo que aparentemente le satisfacen durante algún tiempo, pero que después dejan de hacerlo. La mejor forma de separar a la mente de las fruslerías mundanas es hacerle probar la felicidad interior, que es

mucho más trascendental que cualquier alegría terrenal. Esta felicidad interior puede conseguirse penetrando y oyendo la corriente interior constantemente, o durante el mayor tiempo posible todos los días. Es así efectivamente como logramos encadenar al mono.

Me alegra que consideres la meditación como el asunto más importante de la vida. Debes aumentar tu tiempo de meditación. No deberá ser menos de dos horas y media de una vez, tenga o no la mente interés en ella. A veces la mente trata de evitarla con excusas tontas. Cuando actúe así debe ser castigada, aumentando ese día el tiempo media hora más.

Al aumentar el tiempo, la concentración será completa, la atención penetrará y la corriente del sonido será tu constante compañera, proporcionándote alegría y paz.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales. Extracto de la carta 31
