

Introducción a las kriyas de samadhi

El Yoga es el proceso de:

- Dejar de identificarte con lo que no eres.
- Identificarte con lo que eres.

Lo primero supone un proceso de purificación de Chitta, la mente subconsciente. Conforme lo limpiamos, se aclara, comenzamos a percibir nuestro Ser, la divinidad misma.

Tras esta limpieza comenzamos el proceso de identificarnos con lo que somos. ¿Y quienes somos? Según dicen los Siddhas, **somos esencialmente una gozosa consciencia omnipresente, sin principio ni fin, dentro y fuera de la creación.** Algunos la llaman Consciencia Cósmica.

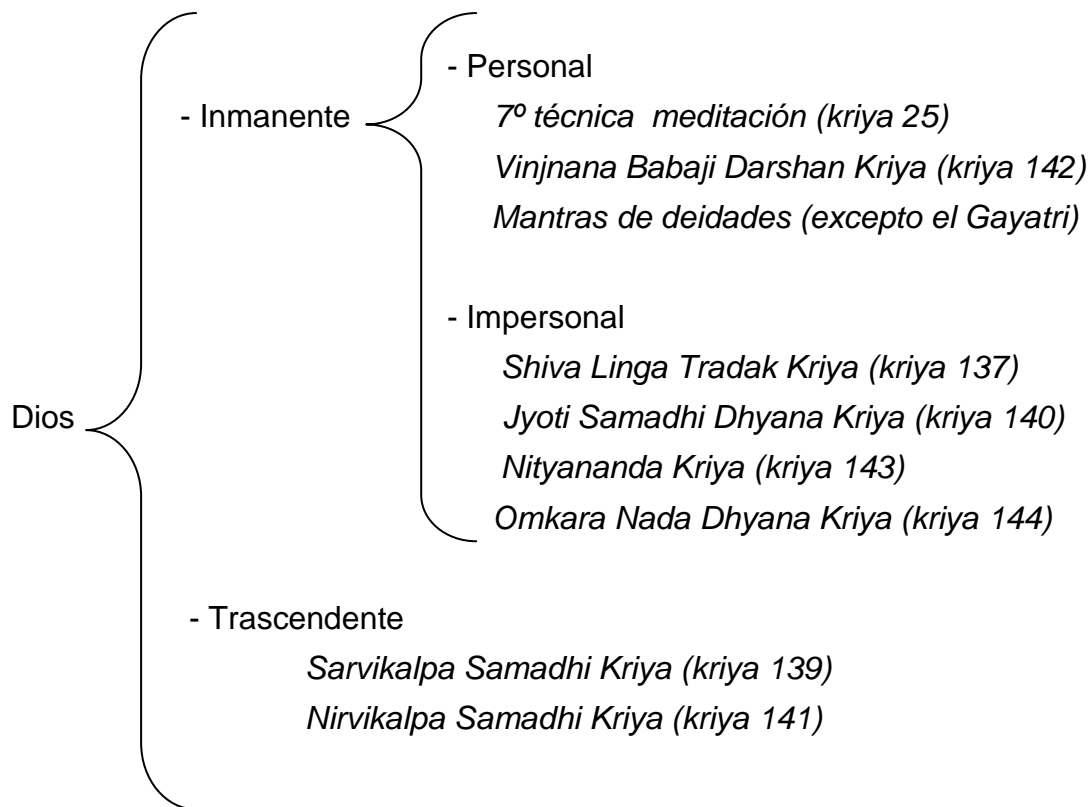
Esta Consciencia Cósmica queda encerrada en un cuerpo-mente, y aparece lo que se llama ego – la creencia en la existencia como en un ser limitado y separado de todo. Éste es el origen de todo nuestro sufrimiento.

Las diferentes kriyas de samadhi ofrecen diferentes formas de acceder a esta gozosa consciencia omnipresente. Imaginemos una fortaleza que guarda dentro de sí un tesoro, a la que se puede acceder a través de diferentes puertas. Estas diferentes formas de acceder serían las diversas kriyas de samadhi.

La Divinidad, el Ser Absoluto y real, tiene un aspecto inmanente (presente dentro de la creación), y otro trascendente (más allá de la creación).

Y la Divinidad inmanente o presente en la creación tiene un aspecto personal (Babaji o la forma de la divinidad que uno adora) y otro impersonal (la consciencia pura omnipresente en todas partes).

En el esquema siguiente podemos ver los diferentes aspectos de la Divinidad, y las diferentes técnicas o kriyas con las que conectamos con estos diferentes aspectos:



Así, hay kriyas de samadhi que nos aislan de la creación, apuntando directamente a la consciencia pura y trascendente: 139 y 141. Y hay otras en las que conectamos con la divinidad presente en la creación: 140, 143, 144.

* La kriya de *Nirvikalpa Samadhi (141)* es especialmente poderosa, ya que apunta al aspecto más absoluto del Divino (puedes ver el artículo “Nirvikalpa Samadhi”), la consciencia pura despojada de todo atributo. Supone un desapego total hacia todo nombre y forma, toda experiencia. Acaba con todos los *samskaras* o tendencias mentales, incluyendo las motivaciones para estar aquí en el mundo. (Por cierto, el juramento de Kriya Yoga de Babaji expresa su *sankalpa* o voluntad divina de servir a todos los seres de esta tierra – ésta es Su motivación para estar aquí).

* Las kriyas 140 y 144 utilizan la luz y el sonido divinos para expandir la consciencia del sadhaka. La *Shakti* o energía divina, manifestada por la consciencia divina (*Shiva*) da forma a toda la creación. La luz y el sonido divinos son la Shakti que media entre la creación y el Absoluto, la Madre Divina presente en todas las tradiciones espirituales (la Virgen María, Madre de Dios - o de la consciencia divina en el sadhaka - en la tradición cristiana).

Nos ayudan a ver la Divinidad en el mundo. La luz y el sonido divinos dan forma a la materia, que esencialmente – como señalaron los yoguis miles de años antes que los físicos modernos – es vibración.

* La kriya 143, *Nityananda kriya*, nos ayuda a desarrollar la consciencia pura en medio de la acción en el mundo. Ésta es la esencia impersonal de la

Consciencia Cósmica, ya presente en cada uno de nosotros. Es como una pequeña semilla que puede crecer y expandirse en un gran árbol.

* Algunos *sadhakas*, de orientación más devocional, prefieren la relación con el aspecto personal del Divino, que puede ser Babaji u otra forma divina. La 7ª técnica de meditación y la técnica *Vijnana Babaji Darshan* (142) pueden resultar más interesantes para ellos. En contraste con la técnica 141, en la que el devoto y la Divinidad adorada sencillamente desaparecen, quedando sólo la consciencia pura sin atributos.

Yogananda aconseja a los yoguis devotos que procuren universalizar y expandir su concepto personal del divino para que lo incluya todo. Ése mensaje aparece también en “La voz de Babaji” y en el Bhagavad Gita: *“Un amante de Dios tiene que aniquilar su pequeño yo completamente hasta que encuentre a Dios en todos los seres (...) Él mora en todas partes y en todo.”* (La voz de Babaji).

La intensa devoción concentrada en una forma personal es, por otro lado, es una gran ayuda para la práctica y la realización yóguica, que concentra todos los rayos de la devoción y de la mente en la figura amada.

Podemos ver que la práctica de las diferentes kriyas de samadhi incluye diferentes aspectos divinos y diferentes aproximaciones hacia ellos.