

# Kriya Yoga de Babaji

Textos para leer



## Satsang

por Govindan Satchidananda

Tras recibir la iniciación en el Kriya Yoga de Babaji, muchas personas se preguntan qué deben hacer o aprender a continuación. “Practicar” es la primera cosa, y luego, “practicar, practicar y practicar”. Sin embargo, debido a que se requiere algún esfuerzo para avanzar frente a los hábitos profundamente arraigados de la inercia y la distracción, uno puede llegar a fatigarse y experimentar la desaparición del interés y del entusiasmo por el camino. La mente humana es generalmente muy inestable, y menudo necesita estímulos, cosas nuevas. El remedio es el “Satsang” o “compartir la verdad” con compañeros estudiantes de yoga. La mente puede resistirse, con dudas como “¿por qué juntarme con un grupo de gente igual que yo?”. La respuesta está en la química especial que sucede cuando se juntan buscadores de la verdad unos con otros. Jesús el Cristo lo describió así: “dondequiera que dos o tres os juntéis en mi nombre, allí estaré yo”.

Muchas personas del credo Cristiano aceptan esta afirmación basándose en su fe. Si la analizamos y la probamos, sin embargo, veremos que sus resultados son tan aplicables como los de un experimento científico. Antes que nada, vamos a analizar lo que representa Jesús y su nombre. A menudo confundimos a Jesús la persona, hijo de José (Jesús bin José) con el estado de realización que él alcanzó, “Consciencia Crística”, el “hijo de Dios”. No es un estado exclusivo. Jesús dijo “Dioses sois” y “Sed perfectos como vuestro Padre celestial es perfecto”. También dijo “cosas más grandes haréis”. Así, cuando animaba a otros a reunirse en su nombre, se refería a la Consciencia Crística, la conciencia de que ya estamos iluminados, pero que sólo necesitamos recordárnoslo. Éste es el verdadero propósito del “satsang”, tal como se concibe en India.

El satsang se manifiesta siempre que nos sentamos en presencia física de un santo, pero también puede manifestarse cuando nos centramos en nuestra propia verdad más elevada. Lo que puede variar es cómo nos centramos en esta verdad, que está más allá de las palabras y la definiciones: puede incluir meditación, cantos, lecturas inspiradoras, preguntas y respuestas, prácticas devocionales. El dejar partir nuestras distracciones mundanas por un tiempo permite a nuestro verdadero ser resplandecer tan brillante como el sol ("el hijo"). La inspiración, el gozo y la paz fluyen. Reconocemos la divinidad en nosotros mismos y en los demás. No es una experiencia intelectual, sino lo que buscan nuestros corazones, el momento eterno, la presencia infinita.

Cuando, por ejemplo, nos dejamos realmente ir a nosotros mismos en el canto de los nombre de Dios, ¿qué sucede? Nuestro lío trivial de preocupaciones unidas por el ego se funde en el ahora intemporal. Cuando, durante las preguntas y respuestas, nos centramos en nosotros mismos, sin prepararnos, y nos abrimos para una inspiración más elevada, el ego se aparta del camino y la inspiración fluye. Recibimos poder, y la Verdad habla a través de lo que Aurobindo llamó el "psíquico", la conciencia que forma un puente entre nuestras mentes y Dios.

Cuando nos centramos en palabras de verdad, tal como se expresan en las escrituras, libros sagrados o literatura inspiradora, también transcendemos la perspectiva habitual orientada a los bajos sentidos, la mente orientada al deseo. Nos sintonizamos con esa Consciencia más elevada que hablaba a través de los autores de esos textos.

Éste es un esbozo de una reunión de satsang:

1. Oración de apertura o invocación como "Om Kriya Babaji Nama Aum"
2. Pequeña presentación de todos los presentes;
3. Lectura de algún texto sagrado o literatura inspiradora;
4. Cantos devocionales, alternados con canciones devocionales cantadas de forma individual.
5. Canto de "Om Kriya Babaji Nama Aum" como mínimo 16 veces por un director; éste va rotando a lo largo del grupo.
6. Práctica en grupo del Kriya Kundalini pranayama y de la meditación.
7. Preguntas y respuestas.
8. Shanti mantra cantado en grupo
9. Comida informal

Siéntete libre de añadir o eliminar algunas de estas actividades, de acuerdo al tiempo disponible y tus necesidades e intereses. Por ejemplo, incluye la práctica de algunas de las 18 posturas. Organiza satsangs en excursiones de fin de semana o viajes de acampadas en entornos naturales. Organiza satsangs especiales durante vacaciones.

Cada lector puede coger el teléfono y llamar a algunos compañeros de viaje en

este gran camino del Kriya Yoga de Babaji, e invitarlos a su hogar para “satsang”. Si tienes la suerte de vivir en una zona donde se realizan de forma regular tales encuentros, llama a sus organizadores; si no sabes a quién acudir consulta nuestra página web en la sección de personas de contacto ([www.babaji.ca](http://www.babaji.ca)), o llama o escribe al ashram.

Incluso si no sientes la necesidad de la compañía de otros estudiantes, te recomiendo que participes en los satsang...y de forma regular. El camino tiene sus subidas y bajadas. A veces no nos damos cuenta de cuán lejos nos hemos desviado hasta que participamos en satsang. También habrá momentos en los que tu presencia inspirará a otros que están luchando. La verdadera espiritualidad es expansiva por naturaleza, y, por el poder del amor, incluye a los demás. Permite que tu amor y tu luz brillen en el satsang.

*Copyright por Marshall Govindan. April 1999. Todos los derechos reservados*