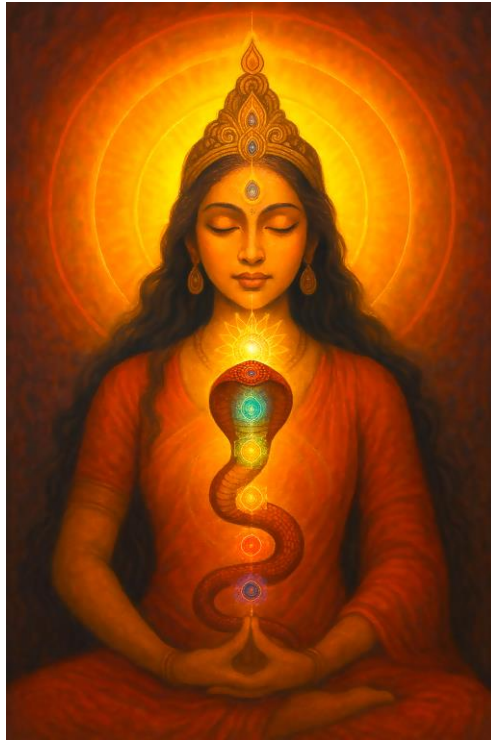


Kriya Yoga de Babaji

Textos para leer



Shakti Kundalini, por Nityananda

"Cuando Kundalini, la energía divina cósmica, despierta, entonces se convierte en lo más poderoso – moviéndose con fuerza hacia cualquier meta a la que sea dirigida. Una vez despierta, parece como si el mundo entero no fuera sino un grano de arena en la palma de la mano."

Junto mis manos en reverencia ante esta gran energía cósmica, por cuya gracia se experimenta a la vez la dualidad y la no dualidad."

- Sri Sadashiv Charitamrit

Desde el Yoga Tántrico todo lo que existe es consciencia y energía, Shiva y Shakti.

La creación no es sino la Shakti primordial, la manifestación plena del Divino: el Divino en la forma, la belleza eterna.

Se dice que en el primer chakra, en la base de la columna, está la energía Kundalini como una serpiente enrollada en él, esperando su despertar. Para los yoguis realizados Kundalini es la quintaesencia de la energía primordial, Shakti; a través de Kundalini es conocida toda la manifestación, que a la vez es insondable e inagotable en su misterio y en su deleite.

El ser humano es fascinado por la creación y busca satisfacer en ella sus deseos. Shakti, la energía, es la que mueve todo ello. Shakti Kundalini es la esencia de todas las shaktis (energías), la encarnación de la Shakti primordial que existe de forma latente en cada persona.

En la práctica de Yoga la activación de Kundalini estimula todos los deseos latentes, con el objeto último de liberar de ellos al estudiante preparado. En ese aspecto es como la diosa Kali, que con su cimitarra corta inexorablemente todos los apegos de la personalidad del sadhaka.

Cuando la energía primordial del sadhaka es purificada de sus apegos, empieza a manifestar la forma pura de la Shakti; porque cuando la Shakti honra y se entrega a Shiva, el Ser, entonces le es "devuelta" su belleza original.

Así que la Shakti divina, la misma que da forma y belleza a la creación, está también dentro de cada uno, esperando que se le devuelva todo su esplendor:

Liberando Kundalini del deseo

Kundalini es la Shakti divina dentro. La sadhana o práctica de las kriyas del Kriya Yoga la activa y produce su manifestación en el sadhaka.

El sadhaka comprometido con el sendero debe realizar dos cosas: por un lado trabajar las kriyas, y por otro reajustar su vida y sus actos para contener y encauzar adecuadamente la energía generada por las kriyas. Cuanto más haga estas dos cosas el sadhaka más rápidamente se elevará Kundalini hacia lo alto de la cabeza, su destino final.

La entrega, el desapego y la pureza le devuelven su esplendor a la Shakti, le permiten su ascenso hacia el chakra de la corona, su meta. Si éstos no se dan la Shakti no llega a manifestar su aspecto divino y fascinante, sino que se convierte en la energía que ata más aún al sadhaka a sus apegos.

En el yogui puro, sin apego alguno, el despertar de Kundalini es instantáneo y completo.

Finalmente la Shakti que asciende se vuelve una con Shiva, unificando toda dualidad, uniendo cielo y tierra en el sadhaka.

Un puente interno para Kundalini

Los Siddhas nos instan a que no perdamos el tiempo en un mundo de limitación, en el que sólo estamos de paso y del que no nos llevaremos nada. Nacimos para manifestar el esplendor de Kundalini, la plenitud del Divino en la forma, ¡aprovecha tu tiempo para esta realización! – es su llamado.

Crea un puente en tu columna, la morada donde Kundalini se puede manifestar.

Kundalini se activa con el Kriya Kundalini Pranayama, y se afianza dentro si se crea un sistema energético-vital que permita sostenerla.

Esto implica un gran trabajo de limpieza yóguica, que incluye eliminar bloqueos de nadis o canales de energía y chakras (con las 18 posturas, pranayamas y mantras) y también, y sobre todo, incluye eliminar las tendencias y apegos que se alojan en nuestro subconsciente (con meditación, especialmente Shuddhi, mantras y devoción).

Cuanto más limpia uno interiormente, más espacio crea para la expansión de Kundalini.

La práctica de Kriya Kundalini Pranayama puede también disparar un trabajo de limpieza que el sadhaka debe emprender. Es por eso que al estudiante de Kriya se le limita la práctica de este pranayama.

Algunas prácticas devocionales

Las kriyas del Kriya Yoga son una preparación a nivel físico, emocional y mental para poder activar, contener y manifestar a la Shakti Kundalini. A ellas le añadimos la devoción y la aspiración al Divino, que motiva y guía todo este proceso yóguico. Sri Aurobindo señala que el Divino responde proporcionalmente a nuestra aspiración.

El Yoga clásico busca la unión irrevocable con Shiva, la liberación o "moksha" dejando atrás la manifestación. Esta liberación puede darse sin la necesidad de la activación de Kundalini.

Pero el Yoga de los Siddhas, el Siddhantam, busca también la plena realización de la Shakti, la manifestación divina en la forma. De ahí la importancia de Kundalini en este sendero, tal como se desprende en los poemas de los Siddhas.

En la devoción, igual que se honra y se venera la consciencia suprema más allá de la creación (como Shiva o cualquier aspecto por el que el devoto se sienta atraído), también se puede honrar y venerar a la Shakti suprema, que el sadhaka de Kriya realiza dentro de sí con su práctica.

Podemos añadir a nuestra sadhana algunas prácticas devocionales dirigidas a la Shakti, para crear en nosotros un espacio para su manifestación. Algunas de estas prácticas pueden ser:

- * Tras la práctica de pranayama, especialmente Kriya Kundalini Pranayama, céntrate en tu columna y en el sentimiento gozoso allí generado tras ella, sintiendo ahí tu ser, diferenciado de la temporal manifestación externa percibida a través de los sentidos.
- * Imagina a Kundalini y medita en ella en tu columna. Acéptala, hónrala, reza por su presencia, la presencia de la Shakti divina, y por su redención que libera de ataduras.
- * Imagina y siente a menudo como si estuviera ahí despierta, unificando todos tus chakras en una única consciencia y liberando todos tus obstáculos internos (deseos y apegos) para poder manifestar la plena Shakti divina.
- * Invoca a la luz divina para que te transforme y puedas así manifestar a la Shakti divina, Kundalini.
- * Considera la repetición de los mantras de Durga o de Mataji desde este entendimiento, invocando su manifestación en tu columna, unificada en su Shakti.

Homenaje a Durga Kundalini

Un poema para reflexionar en la Shakti primordial:

Espejo del infinito, Tú das forma al Ser
 en incontables expresiones del gozo,
 y en incontables expresiones de tribulación y anhelo,
 presagios de un gozo todavía mayor.
 En ti están todas las formas del deseo
 y todas las formas de liberación.

Señora del Ser, Señora de la mente,
 tejiendo desde el mismo misterio
 el engaño y la redención.
 Luna perfecta que colma la mente
 y derrama su luz esquivada
 en las aguas de la creación y la mudanza
 allí donde reinan el tiempo y el olvido
 que en el corazón azuzan
 el recuerdo de otra luz.

Eres el juego de la multiplicidad
y la redención de tu devoto sin refugio,
borrando todas las manchas del pecado,
todas las manchas de santidad,
como arena que desdeñas de tu mano
en tu playa de eternidad iridiscente.

Protectora y guía de los proscritos,
los que despertaron del sueño del tiempo
tras la orilla más lejana
y la luna que no mengua.

¿Quién, con qué palabras
podría cantar tu misterio?