

Kriya Yoga de Babaji

Textos para leer



Samadhi, la meta del Yoga Real

por Nityananda

“El samadhi del Yoga sólo puede ser el fin o la meta. Significa la restauración de la estabilidad o del equilibrio de la mente, cuando el Ser mora en su gozo constitutivo inherente”

La voz de Babaji

La meta hacia la que apuntan las diferentes prácticas del Kriya Yoga de Babaji es el samadhi. Samadhi significa literalmente “absorción”. Nuestra experiencia ordinaria se caracteriza por la dualidad, en el sentido de que hay “alguien” que experimenta “algo”. En último término, este “alguien” es el Ser, y este “algo” es la naturaleza, la creación. El primero es eterno, el segundo es eternamente cambiante.

Nosotros, en esencia, somos el Ser. El Ser es libre y presenciaría, eternamente divertido, las fluctuaciones y cambios incesantes de la naturaleza. Pero, en nuestra condición humana, esto no es así. En el estado humano ordinario

sufrimos. La causa es que el Ser se confunde con la creación, se apega a sus objetos y sufre con sus cambios. El Ser ha olvidado su naturaleza real, gozosa.

El samadhi u absorción sucede cuando desaparece la separación entre sujeto y objeto, entre “alguien” y “algo”, y ambos se funden. Se va entonces más allá de nuestro estado habitual de dualidad. Es una práctica mental, una disciplina dentro de lo que se llamó “Raja Yoga” o Yoga Real. La obra clásica del Raja Yoga son los “Yoga Sutras” de Patanjali – un texto fundamental que analiza los diversos tipos de samadhi, la forma de lograrlos, y explica cómo a través de ellos el practicante puede establecerse definitivamente en el Ser, liberándose por siempre del sufrimiento.

Yoga Sutras

“Raja Yoga, que no es otro sino el Kriya Yoga de Babaji, es el Yoga por excelencia”, dice “La voz de Babaji”. La meta de ambos senderos es liberar la conciencia pura, liberar al Ser de su identificación con la naturaleza, lo creado, y volverlo de nuevo sobre sí mismo. Patanjali dice: *“La causa de sufrimiento que debe ser eliminada es la unión del Vidente y de lo Visto”* (Yoga Sutras II.17). El Ser, en su estado de no confusión e identificación con lo que percibe, es eterno, gozoso, libre y creador. De ahí el término “samadhi”, que algunos traducen como “absorción cognitiva”. Es absorción del yogui en el Ser, una forma directa de conocer.

El Raja Yoga de Patanjali es el Yoga de la concentración – los Yoga Sutras proponen diferentes prácticas meditativas (tras una preparación previa que incluye comportamiento recto, posturas o asanas y ejercicios respiratorios o pranayamas) mediante la concentración u absorción en diferentes objetos o temas. La mente del estudiante empieza a concentrarse en objetos densos, luego en objetos más sutiles o ideas. Estas prácticas conducen a niveles más y más profundos de absorción, en los que la mente se funde con su objeto de meditación, resultando diferentes tipos de samadhi. Es aquí donde desaparece la dualidad ordinaria, y el conocedor, lo conocido y el acto de conocer se vuelven uno. Ya no hay sujeto y objeto, sino una fusión o absorción. Estas absorciones producen diferentes efectos, incluyendo la posibilidad de desarrollar siddhis o poderes yóguicos.

Lo interesante y liberador de este proceso es cuando el objeto de concentración es la conciencia misma, cuando el sujeto se vuelve sobre sí mismo. Es como la linterna que ilumina todas las cosas, que un día se ilumina a sí misma y descubre que la luz que iluminaba todo era ella misma.

A nivel subjetivo, nuestra conciencia está también enredada y confundida... con la mente y todas sus fluctuaciones. Nuestra mente forma parte de la naturaleza, de la creación. Es inestable y cambiante. “Pienso, luego existo” dice el filósofo occidental. Pero la identificación con el pensamiento, y fluctuaciones como emociones, percepciones, etc., es finalmente causa de sufrimiento para el Ser. El Ser, la conciencia pura, necesita ser también liberado de todo eso y

restablecerse, como la linterna, en su propia luz, su “propia forma” original. El Ser, según el Yoga, es existencia, conciencia y gozo.

“El estado supremo de liberación absoluta se manifiesta cuando el poder de la conciencia pura se establece en su propia naturaleza” dice Patanjali (IV.34).

Samadhi en el Kriya Yoga

Las técnicas avanzadas de samadhi de Kriya Yoga permiten experimentar el silencio mental, en el que se vislumbra el estado del Ser. Nada especial, en términos mentales... “Samadhi no es lo que piensas”, literalmente, pues es lo que resulta cuando la mente se detiene conscientemente. Cuanto más hables de ello, más te alejas de él.

Patanjali explica que uno puede experimentar este estado beatífico del Ser pero, escondidas en la psique, existen semillas o samskaras, patrones de conducta que le arrastran a uno a volver a su estado ordinario de conciencia dual, sometido a las propias tendencias de conducta. Sin embargo, la práctica constante del silencio mental en el samadhi va generando otras semillas o tendencias mentales de silencio que gradualmente impiden el surgimiento de las antiguas tendencias.

El yogui debe llevar la paz del samadhi a su vida cotidiana y no su vida cotidiana al samadhi. El estado de silencio mental también permite el descenso de una inspiración superior, más allá de la mente ordinaria, que no es fruto de la inferencia o la deducción.

Existen diferentes niveles de realización del Ser, conforme uno avanza en diferentes tipos de samadhi. Según los Yoga Sutras, la meta final sería “kaivalyam”, “libertad absoluta”, la liberación final de toda atadura de la conciencia.

Concluyendo, el samadhi sería la disolución, primero temporal, luego definitiva, del “yo” en la conciencia. Ésa es la meta del Kriya Yoga y de las prácticas yóguicas.

La liberación de la conciencia de sus ataduras no implica que todo acabe ahí. A partir de ahí se abren nuevas posibilidades, libres de las limitaciones que afligen a las personas sin realización. Los yoguis tradicionales suelen abandonar la materia para ir al samadhi; la meta de los Siddhas del sur de la India es llevar el samadhi incluso a la materia. La gracia divina es ese descenso – últimamente un proceso divino, en el que el yogui colabora con él con su entrega total. Los Siddhas llaman a esta realización “soruba samadhi”, samadhi dorado. Es el logro de la manifestación perfecta de la conciencia incluso en el vehículo físico.