

El milagro del despertar

1 de agosto de 2020

Queridos lectores:

Como buscadores espirituales podríamos preguntarnos, ¿cómo despertamos hacia la divinidad que habita en nuestro interior? En los términos más simples, y sin embargo más profundos, recibimos la gracia de los Gurus de Siddha Yoga y ponemos en práctica sus enseñanzas en nuestra vida, contemplándolas y aplicándolas. En este mes de agosto hay tres acontecimientos de enorme significado que hicieron posible para muchos de nosotros, en todo del mundo, experimentar la gracia y las enseñanzas de Gurumayi Chidvilasananda, Baba Muktananda y Bhagavan Nityananda

¿Cómo empieza una “revolución de meditación” mundial? Quizá el momento más importante fue la mañana del 15 de agosto de 1947, cuando Baba Muktananda recibió *shaktipat diksha*, la iniciación espiritual, de su Guru Bhagavan Nityananda. Esto se conoce como su *divya diksha*, el día de su iniciación divina. Tal como escribe Baba sobre este acontecimiento transformador: “¡Qué día tan propicio! ¡Qué día tan lleno de néctar!” Para tener un relato más completo de este evento de tan buen auspicio, tanto en versión de audio como escrita, te invito a visitar la página de *El Juego de la Conciencia* en el sitio web del sendero de Siddha Yoga.

En una sincronicidad extraordinaria, fue ese mismo día, el 15 de agosto de 1947, cuando la India logró su independencia del dominio colonial británico. Este paralelismo en el tiempo sirve como un recordatorio de que el anhelo por la libertad es universal, y de que la libertad espiritual que llega finalmente como resultado de la transmisión de la gracia de un Guru de Siddha Yoga, es la liberación humana en su forma más elevada.

Así que, el 15 de agosto, los siddha yoguis celebramos el Divya Diksha de Baba Muktananda, y una semana antes, el 8 de agosto, conmemoramos el Punyathiti solar de

Bhagavan Nityananda, el día de 1961 en que dejó su cuerpo y se fundió con el Absoluto.

Fue también el momento en que este gran *janma siddha*, este gran ser que “nació perfeccionado”, y quien durante su vida fue reconocido en toda la India por su logro espiritual, transmitió a su discípulo principal, Baba Muktananda, el pleno poder de dar la iniciación del linaje de Siddha Yoga. Es gracias a esta transferencia de poder divino que Baba dio, y Gurumayi sigue dando, *shaktipat diksha* a miles de buscadores, despertándonos a la experiencia del Ser.

Esto nos lleva al tercer acontecimiento decisivo que honraremos este mes. Hace cincuenta años, en agosto de 1970, las enseñanzas y la gracia del sendero de Siddha Yoga fueron llevadas a buscadores fuera de la India por primera vez. Fue cuando Baba Muktananda, siguiendo un mandato interior de su Guru, emprendió la **primera de sus visitas de enseñanza alrededor del mundo**. Esta primera gira mundial fue un acto de supremo amor y compasión por parte de Baba. Debido a su fe y su firme determinación de seguir el mandato de su Guru, Baba despertó la energía espiritual de personas que vivían en todo el mundo.

Aunque nunca conocí a Baba en su forma física, soy uno de los beneficiarios de su primera gira mundial. En 1987, siendo un maestro joven en Oregon, estaba escuchando una entrevista de radio con un autor de libros acerca del potencial humano. Él contó haber recibido una iniciación espiritual transformadora, por parte de un maestro de meditación de la India, y como resultado su experiencia de sí mismo y del mundo se había transformado radicalmente.

Sentí que mi corazón saltaba en respuesta a la historia de este hombre. Algo profundo le había ocurrido a él, y yo había estado buscando algo así para mí, desde hacía mucho tiempo. Este es un poema que escribí para describir la callada sensación de mi anhelo:

Una mañana yo,
de niño,
vi luz

derramándose
por un cristal colorido,
desde tan alto
parecía que los cielos
entraban en mí.

Busqué esa luz
durante años
y entonces
y entonces
y entonces

Y entonces... escribí el nombre Siddha Yoga que escuché en el programa de radio, y con esta clave pude localizar un centro de meditación de Siddha Yoga que quedaba como a una hora en coche de mi casa. Al cabo de una semana, estaba yo entrando en una sala de meditación en una casa de las afueras, lleno de curiosidad, emoción y esperanza. Minutos más tarde, en un cuarto de meditación en la parte de arriba de la casa, cantaba *Jyota se Jyota Jagao*, al comienzo de un *sátsang*, observando una fotografía de Gurumayi Chidvilasananda sobre la silla que estaba al frente del cuarto. Al cantar, seguía mirando a Gurumayi con una sensación de alegría, paz y asombro extendiéndose por todo mi ser. Sentí que algo nuevo se abría dentro de mí, una presencia viva de lo que podría llamarse amor y serenidad. No tenía palabras para ello en ese momento, pero ahora sé que ese fue el milagro del despertar espiritual, *shaktipat diksha*, a través de la gracia de la Guru de Siddha Yoga.

Es difícil imaginar cómo hubiera sido mi vida de no haber conocido a Gurumayi a través de su fotografía, el día aquel. Las enseñanzas de Gurumayi y las prácticas de Siddha Yoga han inspirado y sostenido mi vida entera, como lo han hecho con miles de otras personas.

Ahora, en 2020, en esta época tan desafiante de la historia moderna, incontables personas y yo podemos refugiarnos en las páginas del sitio web del sendero de Siddha Yoga. Aquí encontramos una cornucopia de artículos e historias, de poemas y cantos,

cada uno destinado a acrecentar nuestra experiencia de Dios, del Guru, y de nuestro propio Ser interior. En especial, podemos participar en los notables *sátsangs* **Permanece en el Templo**, en los que cantamos y meditamos en presencia de la *murti* de Bhagavan Nityananda. ¡Qué afortunados somos de poder recibir la gracia y las enseñanzas de Gurumayi en esta forma tan exquisita, ahora mismo!

Una reciente adición al sitio web, son las poderosas y poéticas *Bendiciones para atesorar*, nombre que Gurumayi ha escogido para los exquisitos videos que forman la conclusión de muchos de los *sátsangs* “Permanece en el Templo”. *Bendiciones para atesorar* son las enseñanzas de Gurumayi sobre la *sádhana*, su guía para nosotros acerca de cómo, en tanto siddha yoguis, podemos practicar la *sádhana* de Siddha Yoga y seguir enalteciendo al mundo, aun en estos tiempos difíciles.

Como es la experiencia de muchos de nosotros, los *sátsangs* “Permanece en el Templo” nos han colmado de la gracia y las enseñanzas de Gurumayi en estos últimos meses, y las charlas de Gurumayi en estos *sátsangs* han estado disponibles en el sitio web del sendero de Siddha Yoga, en las páginas de “Permanece en el Templo”. Ahora, otros aspectos extraordinarios de estos *sátsangs* tienen también sus propias páginas en el sitio web. **Permanece en el Templo II** reúne muchos otros elementos de estos *sátsangs*: disertaciones de los swamis y otros profesores de Siddha Yoga; *bhajans* y *áratis* cantados por los músicos de Siddha Yoga; y videos sobre el clima primaveral ungiendo el Templo con una abundancia de lluvia y luz solar. En especial, los invito a escuchar la emotiva interpretación de Rani Doyon de *Shri Guru Sarika*. Escuchar este *abhang*a sobre la devoción al Guru me lleva suavemente hacia lo que solo puedo describir como la experiencia viva y vibrante del Mensaje de Gurumayi para el 2020: *Ātmā kī Prashānti*, Paz profunda del Ser. Es una manera que escojo para explorar y experimentar el Mensaje.

Sesiones de Meditación 2020 transmitidas por audio

He meditado al menos una vez al día desde hace más de treinta años, y sigo descubriendo que las instrucciones que dan los profesores de meditación de Siddha Yoga en las **Sesiones de Meditación 2020 transmitidas por audio** son una gran ayuda.

Aquietan mi mente y me ayudan a entrar en una meditación más profunda. Y esta meditación profunda, a su vez, sostiene mi estudio y práctica del Mensaje de Gurumayi para el 2020. El título que dio Gurumayi a la Sesión de Meditación de agosto es “Contentamiento en la mente, estabilidad en el corazón: *Sukhāsana*”. Estará disponible a partir del sábado 29 de agosto.

Más celebraciones

Raksha Bandhan — 3 de agosto

El nombre de la festividad hindú **Raksha Bandhan** significa “lazo de protección”, y entre los siddha yoguis se celebra como un tiempo para honrar los lazos de amor y protección entre el Guru y el discípulo, al igual que entre amigos. Estos lazos se simbolizan con las pulseras de cordones de colores (*rakhki*) que se atan a la muñeca de las personas. ¡Hay tanto amor en este intercambio de *rakhis*!

Quizá te preguntes cómo puedes participar en la dulce tradición de Raksha Bandhan cuando tus seres queridos se encuentran lejos, o si están practicando mantener la distancia social. Una manera, es enviarles un enlace a **Enseñanza en honor a Raksha Bandhan** de Gurumayi, que expresa la enseñanza de Gurumayi sobre Raksha Bandhan y muestra también una pulsera de *rakhi* muy hermosa.

Raksha Bandhan cae en la luna llena de Shrāvana en el calendario indio; este año se celebra el 3 de agosto.

Janmashtami - 11 de agosto (también en la India)

La celebración del nacimiento del Señor Vishnu como el **Señor Krishna** se llama Janmashtami, que cae en el octavo día de la quincena oscura de la luna en Shrāvana. Al estado indio de Uttar Pradesh, donde se dice que el Señor Krishna nació y pasó su niñez, llegan muchos peregrinos para esta celebración de plegarias, cantos y danzas. Algo que podemos hacer desde casa, en cualquier parte del mundo, es disfrutar del extraordinario *Golden Tale* que escenificaron en honor de Janmashtami los niños y jóvenes del Shree Muktananda Ashram en 2019: “**La historia del Señor Krishna y el demonio Shishupala.**”

Ganesh Utsava - del 22 al 31 de agosto (en India del 22 de agosto al 1 de septiembre)

El Señor Ganesh, el dios con cabeza de elefante, de los nuevos comienzos y esfuerzos exitosos, es una de las deidades más queridas en la India. La festividad de Ganesh Utsava honra la época de los tiempos védicos en que, nos cuenta la leyenda, el sabio Veda Vyasa narró la épica del *Mahabhárata* y el señor Ganesh la escribió. Una forma encantadora de celebrar Ganesh Utsava es cantar *Mangaladata Kripasindhu*, un *namasankirtana* escrito y compuesto por Gurumayi para honrar al Señor Ganesh como “el que elimina los obstáculos, el que concede buenos augurios y el océano de compasión.”

El mes de agosto nos ofrece abundantes formas de abordar las enseñanzas y prácticas de Siddha Yoga, ¡tantas oportunidades para profundizar en nuestra *sádhana*! ¡Tal vez podamos seguir experimentando los *sátsangs* “Permanece en el Templo” y contemplando las enseñanzas de Gurumayi en *Bendiciones para atesorar*! Con un poco de curiosidad, podemos también explorar los muchos, *muchos* otros recursos del sitio web del sendero de Siddha Yoga que pueden apoyarnos para vivir una vida despierta.

Hace poco tuve una intuición extraordinaria al respecto. Una mañana, mientras meditaba, sentí como si estuviera luchando en lodo contra mi mente: examinaba y rechazaba cada uno de los pensamientos que surgía dentro de mí. De pronto, se me ocurrió que no tenía que lidiar con mis pensamientos; una parte de mí estaba ya tranquila. Ahora, cada mañana cuando me siento a meditar, en vez de tratar de aquietar mi mente, sólo desplazo mi conciencia hacia el espacio sencillo y sutil de no ser Paul, que está ya en un silencio radiante, espacioso y libre. He aprendido que si sonrío con gentileza y me enfoco en la zona del corazón mientras suavizo mi respiración, me hago consciente de esta íntima y vasta energía de gozo y de paz. Luego, a lo largo del día, cuando recuerdo sonreír tranquilo y respirar con libertad, puedo volver a experimentar la realidad despierta que soy.

Tal vez encuentres tu propia forma de desplazar tu conciencia cada día más hacia ese *tú* que ya está despierto, a medida que sigas experimentando. Después de todo, ya *eres* el Ser. ¡Disfrútalo!

Saludos cordiales,

Paul Hawkwood.

