

आत्मबुद्धि सर्वात्मनि ब्रह्मणि निर्विकल्पे कुरुष्व

Atmabuddhim Sarvatmani Brahmani Nirvikalpe Kurushva

Identifícate con el Absoluto libre de pensamientos, el Ser de todo

1 de mayo de 2017

Queridos buscadores:

¡Feliz mes de mayo! ¡Feliz cumpleaños de Baba!

Baba Muktananda nació en el día de luna llena del 16 de mayo de 1908, y su cumpleaños sigue siendo motivo de celebración. Se dice que la gracia de un ser iluminado siempre guía a sus discípulos y a aquellos que piensan en él con anhelo en su corazón. Ciertamente, muchos buscadores en todo el mundo pueden dar y dan testimonio de su presencia constante en sus vidas. Hasta la fecha, los buscadores reciben *shaktipat diksha* de Baba —por ejemplo, en meditación, en sueños o cuando experimentan una conexión con la naturaleza.

Baba dijo una vez:

Esta es mi filosofía: Este mundo entero es la pintura de Dios, y el cuerpo es el templo de Dios, y el Ser interior que existe dentro de este cuerpo es la deidad.

En el sendero de Siddha Yoga, la celebración del cumpleaños de Baba se lleva a cabo en el aniversario lunar de su nacimiento. En 2017, el cumpleaños lunar de Baba es el 10 de mayo —el día o cuatro días antes de la celebración del Día de las Madres en muchas partes del mundo. Es un flujo de eventos que se corresponden bellamente. Baba adoraba a

Mahakundalini Shakti, la energía de la Diosa, la Madre Divina. Por medio de *shaktipat*, Baba despertó a la Kundalini Shakti dormida dentro de buscadores. Y Baba animó a estos buscadores a practicar la meditación, a fin de que siguieran progresando en su *sádhana* y a la vez protegieran la valiosa *shakti* que habían recibido de él.

Cuando reflexiono en quién fue y quién es Baba, y en lo que ha dado al mundo, mi mente se detiene por un momento. El impacto total del trabajo de Baba y de su legado, casi va más allá de nuestra comprensión. Cuando Baba iba empezando su Segunda gira mundial, declaró que su intención era producir una revolución de meditación. Y eso es precisamente lo que hizo. Baba otorgó *shaktipat diksha* a miles de buscadores alrededor del mundo y les enseñó a meditar en el Ser. Baba demostró con su ser mismo, cómo el acto silencioso de volverse hacia el interior puede ser una entrada hacia una forma totalmente nueva de ser y percibir. ¿Alguna vez has tenido la experiencia, al abrir los ojos después de la meditación, de que el mundo que te rodea parece resplandecer y vibrar en una frecuencia más alta? Cada vez que practicas meditación tienes el poder de recrear tu mundo. Por medio de la meditación en el Ser, lo que está dentro ilumina a lo que está fuera. Eso es lo que Baba enseñó. Y me recuerda una de las hermosas líneas en el Mensaje de Gurumayi para 2017: *Deléitate en la luz del Ser Supremo.*

Recuerdo la primera vez que escuché el nombre de Baba. Fue hace más de treinta años, y yo vivía en lo profundo de la selva en el norte de Australia. Un día, estando en casa de un vecino, alguien hablaba acerca de Baba Muktananda.

Muktananda. Este hermoso nombre atravesó mi corazón, y de inmediato sentí mi ser inundado de amor. Tengo un recuerdo vívido de ir caminando

por un sendero polvoriento en los siguientes días, diciéndome el nombre de Baba y deleitándome en su música. El nombre de Baba se volvió mi canción; tan solo decirlo me hacía sentir muy feliz. Dos años más tarde, mi futuro esposo, Doug, me introdujo en el sendero de Siddha Yoga.

Al ver fotografías y videos de Baba, al escuchar sus charlas y estudiar sus enseñanzas, he tenido la experiencia de la presencia de Baba una y otra vez a lo largo de los años. Todo esto me ha hecho sentir que conocí a Baba en persona, en algún plano de existencia. He experimentado su energía vibrante y su entusiasmo sin límite. He visto el deleite efervescente que parecía surgir en él cuando contaba una historia, y he escuchado las oleadas de risa resonando en la sala de *satsang* a medida que avanzaba la historia.

Ahora quisiera compartir contigo cómo podemos todos celebrar el cumpleaños de Baba a través del sitio web del sendero de Siddha Yoga. El sitio web nos extiende una invitación para recibir el *darshan* de Baba, las enseñanzas de Baba, e historias de Baba, así como muchas otras cosas que nutren la *sádhana*. En celebración del cumpleaños de Baba, existe una práctica particular en Siddha Yoga en la que estaremos enfocándonos, llamada *guru-puja*. Te animo a que te dediques a esta práctica cada día para invocar la gracia de Baba, la *shakti* de Baba y el amor de Baba. Mediante el sitio web, también puedes cantar el nombre de Baba, compartir anécdotas de Baba y leer el homenaje de Baba a las madres.

La naturaleza del regalo de Baba es que sigue otorgándose. Así, todos tendremos la oportunidad de participar en el Audio *satsang* global de

Siddha Yoga en celebración del cumpleaños de Baba Muktananda, que estará disponible en el sitio web del sendero de Siddha Yoga hasta el 31 de mayo. El título de este *satsang* es *¿Qué vuelve completa una vida humana?* Baba valoró la vida humana porque es en una vida humana que uno puede alcanzar la iluminación.



En el *satsang Una Dulce Sorpresa* de 2017, Gurumayi dio once enseñanzas para apoyar nuestro estudio de su Mensaje. La enseñanza que es el enfoque para este mes de mayo es:

Conecta tu ser extrovertido con el Ser supremo.

En sánscrito, existen varias palabras que se relacionan con “conectar”. Una de ellas es *mīlana*, de la raíz *mīl*, que significa “el acto de cerrar los ojos”, y también, “reunir o recogerse”. Desde el punto de vista yóguico, *mīlana* indica el acto de atraer o recoger dentro los sentidos y las actividades extrovertidas de la mente, en busca del Corazón en el interior.

Otra palabra sánscrita que es útil entender es *yoga*, que significa “unión”. Uno de los versos de la *Bhagavad Gita* dice:

योगः कर्मसु कौशलम्

yogaḥ karmasu kauśalam

Yoga es habilidad en la acción.ⁱ

En este verso, *yoga* se refiere específicamente a unir al ser individual con el Ser supremo, la Conciencia pura en el centro de todo ente. Entregarse en verdad al yoga, nos dice este verso, significa, por tanto, realizar acciones

—participar en las diversas actividades de nuestra vida— mientras permanecemos firmes en nuestra unión con el Ser supremo.

En todos los textos yóguicos antiguos de la India, existen descripciones de yoguis que pasaban miles de años realizando intensas austeridades para alcanzar la unión del ser extrovertido con el Ser supremo. Hacían *trataka*, el concentrarse intensamente en un objeto por un tiempo prolongado; se paraban en una sola pierna mientras miraban al sol; exponían su cuerpo a un intenso calor o frío, solo por esa experiencia de conexión. Quiero que prestes atención a nuestra inmensa buena fortuna de que en el sendero de Siddha Yoga no necesitamos someternos a prácticas tan severas. Respira. Solo respira. El Mensaje lleno de gracia de Gurumayi, nos enseña que nosotros podemos experimentar esta unión —conectar nuestro ser extrovertido con el Ser supremo— por medio del poder de la respiración. De hecho, Baba solía decir que puesto que el Guru ha realizado toda la *sádhana* intensa, el discípulo ya no tiene que hacerla. Lo que el discípulo necesita hacer es recibir la gracia y realizar las prácticas.



Al emprender este brillante y nuevo mes de estudio, práctica y autodescubrimiento, recuerdo una experiencia significativa que tuvo mi hijo menor con Gurumayi cuando él tenía cinco años.

Fue en 2001, y mi esposo, mi hijo y yo estábamos de visita en Gurudev Siddha Peeth, el áshram de Siddha Yoga en Ganéshpuri, India. Una mañana, Gurumayi estaba sentada en el patio e hizo a mi hijo una seña para que se acercara a sentarse a su lado. Mi hijo tomó un momento para componerse,

luego se puso de pie y muy lenta y tímidamente, fue caminando hasta sentarse junto a Gurumayi. Se sentó encorvado, hecho bolita, con los puños cerrados.

Gurumayi vio sus manitas apretadas. Muy suavemente, le levantó una mano y la acercó hacia sí. Luego, dedo por dedo, le abrió la mano por completo. Le empezó a acariciar toda la palma abierta, hasta la punta de los dedos. Después de unos cuantos minutos, hizo lo mismo con su otra mano, con gran suavidad y concentración. Mi hijo se veía sus propias manos y empezó a sonreír. Recientemente me dijo que cuando Gurumayi acariciaba sus palmas, sintió que algo se abría dentro de él.

A lo largo de los años, he visto cómo él ha cultivado esta apertura, en particular, a través del canto, ofreciendo *seva* como tamborista durante los *namasankírtanas* en áshrams de Siddha Yoga, y por la amabilidad y atención que pone en sus interacciones con los demás. Cuando lo veo ahora, un joven cuyo corazón abierto es evidente en todo lo que hace, comprendo el modo en que opera la gracia del Guru. Nosotros ponemos el esfuerzo para seguir las enseñanzas del Guru, para actuar sobre aquello que el Guru nos ha dado, y la gracia del Guru nos despliega, abriéndonos el camino para que experimentemos quiénes somos en realidad. Y a la vez, todo lo que hacemos se eleva: nuestras conversaciones, nuestras respuestas a situaciones de la vida diaria, la forma misma en que pensamos. Cuando nos sostenemos en quienes somos verdaderamente, siempre hay autenticidad en lo que hacemos, y generamos buena voluntad en el mundo.

El mes del cumpleaños de Baba nos da muchas oportunidades de compartir historias entre nosotros acerca de la gracia de Baba, su otorgamiento de *shaktipat*, y sus enseñanzas que transforman la vida. Baba fue muy grande, en el sentido más verdadero de la palabra. Fue una gran alma, un gran ser; su presencia fue una bendición para la humanidad. Al mismo tiempo, Baba era muy práctico. Fue la personificación del amor. Fue conocido en la India y en todo el mundo como el Shaktipat Guru.

¡Feliz cumpleaños, Baba!

Saludos cordiales,

Shalini Davies

Profesora de Meditación Siddha Yoga

© 2017 SYDA Foundation®. Todos los derechos reservados.

ⁱ Swami Kripananda, *Jnaneshwar's Gita* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation , 1999) p. 27, verso 2:50.