

# Amor

## Una virtud seleccionada por Gurumayi Chidvilasananda para el *Cumpleaños lleno de dicha*

Comentario de Paul Hawkwood, profesor de meditación de Siddha Yoga

El amor puede ser tan sencillo como hacer té para tu esposa, y tan profundo como experimentar el corazón omnipresente de Dios en todo momento. El amor, en el más alto sentido, es la esencia de Dios, trascendente y todo abarcante, que se manifiesta en toda la creación, tanto en la vastedad como en lo común. El amor puede sentirse tan tranquilo como una gota de lluvia que cae de una hoja y tan inmenso como las estrellas. El amor es el infinito manifestado.

¿Bajo qué formas experimentamos el amor y de qué modo lo practicamos como virtud? De las diversas palabras sánscritas que pueden traducirse como *amor*, una de las más incluyentes es *prema*. Transmite cualidades de afecto, benevolencia, ternura y compasión. En inglés, la palabra *love* [amor] también se refiere a sentimientos de cariño profundo, devoción y aprecio. Estas cualidades del amor también indican las formas en que expresamos el amor como virtud: podemos hablar y actuar de maneras que reflejan el amor de nuestro corazón.

En el nivel más profundo, experimentamos el amor como nuestra naturaleza más íntima y como la naturaleza esencial de todo lo que existe. Experimentamos la presencia de Dios como amor puro y omnipresente dentro de nosotros mismos y de toda la creación, y nuestra vida se vuelve una expresión viva de este amor.

¿Qué se requiere para experimentar este tipo de amor? Gurumayi describe cómo la meditación despierta a un buscador a la experiencia del amor puro:

Cuando te sientas a meditar, al principio puedes pensar, “¿Por qué debo meditar si el amor está en todas partes?” Meditas para soltar la devoción, para liberar el amor en tu propio ser. Si no experimentas este amor en el interior, no importa cuánto lo experimentes en el exterior, en verdad no puedes comprender su valor. Una vez que la experiencia tiene lugar, sin importar adonde vayas, eso es todo lo que ves. Eso es todo lo que experimentas.<sup>i</sup>

Al volverte hacia dentro, puedes volverte cada vez más consciente del amor que está siempre presente dentro de ti. Ves que cada experiencia que tienes de afecto, maravilla, contentamiento y paz es un reflejo de este amor interior. Al dejar de buscar satisfacción fuera de ti mismo, al entrar cada vez más plenamente dentro del vasto espacio de amor dentro de tu ser, tu experiencia del amor llega a abarcarlo todo.

En sus *Bhakti Sutras*, el sabio Nárada dice que el amor más elevado, que él llama *parama-prema*, finalmente es indefinible y está más allá de todo pensamiento y lenguaje:

अनिर्वचनीयं प्रेमस्वरूपम् । ५१।

*Anirvacanīyam prema-svarūpam*

La naturaleza esencial del amor no se puede expresar en palabras.<sup>ii</sup>

Nárada dice que el amor más elevado es *anirvacanīyam* —una verdad que está más allá de las enseñanzas de las escrituras, de las definiciones, el habla, las palabras y los sonidos; una verdad tan pura y tan profunda que es inconcebible para las facultades mentales. El amor es la esencia inexpresable, inconmesurable de lo divino y solo puede conocerse por medio del corazón. ¡Qué enseñanza tan maravillosa para contemplar! En vez de pensar sobre el amor, podemos practicar encontrar el amor

directamente en nuestro propio ser, explorando la presencia expansiva, sin palabras, del amor interior.

Nárada también usa la palabra *svarūpam* para guiarnos hacia el reconocimiento del amor puro, *prema*, como nuestra naturaleza verdadera. La palabra sánscrita *rūpa* se refiere a la forma de algo —su naturaleza, características, forma y belleza—, en tanto que *sva* indica que algo es propio de uno. *Prema-svarūpam* puede entonces traducirse como “la naturaleza o forma esencial del amor más elevado”. En el contexto del *Bhakti Sutra*, Nárada nos recuerda una y otra vez que el amor más elevado, *prema-svarūpam*, es la naturaleza de lo divino, y es por tanto nuestra propia naturaleza, nuestra propia belleza, nuestra propia forma, más allá de todas las palabras y definiciones. Somos la personificación del amor supremo.

Al cultivar el conocimiento de *prema-svarūpam* como nuestra naturaleza interior, el amor se vuelve para nosotros una experiencia continua. Finalmente, como dice Gurumayi, llegamos a ver que el amor es todo lo que existe. Estamos viviendo en el *hridaya*, el Corazón de todo. Entonces, adondequiera que vayamos, todo lo que experimentamos es amor. Percibimos la plenitud resplandeciente del amor de Dios y nuestra vida florece con naturalidad en una expresión de ese amor. Para experimentar amor, tenemos que volvernos amor. Solo el amor puede conocer el amor.

Afirmación para el Amor

Yo soy *prema-svarūpam*

<sup>1</sup> Swami Chidvilasananda, "Look Inside the Heart," *Darshan* magazine, No. 119, *Love Begets Love*, p. 47.

<sup>2</sup> *Bhakti Sutra*, 51; William K. Mahony, *Exquisite Love: Reflections on the spiritual life based on Narada's Bhakti Sutra* (Davidson, NC: Sarvabhava Press, 2014) p. 267

---

© 2016 SYDA Foundation® . Derechos reservados.