

Aprender sobre la práctica del canto en Siddha Yoga

por Krishna Haddad

En el sendero de Siddha Yoga, la práctica del canto incluye *namasankirtana*, la repetición musical de los nombres de Dios. También incluye *svadhyaya*, la recitación de textos sagrados como la *Shri Guru Gita*, y el canto de himnos sagrados y mantras, además de canciones devocionales como *bhajans*, *abhangas* y *qawwalis*. Todas estas formas de música sagrada finalmente apoyan al mismo propósito sagrado: conducirnos a la experiencia del Ser interior. Por esta razón, el canto es una de las cuatro prácticas primordiales del sendero de Siddha Yoga.

Por medio de la práctica del canto, podemos entrar en contacto con nuestro Ser interior y experimentar su éxtasis. Al cantar sílabas sagradas dispuestas musicalmente, somos atraídos a niveles de conciencia más elevados. Sin embargo, el canto no requiere un conocimiento específico o una habilidad excepcional. De hecho, el canto es una práctica que todos pueden realizar.

Gurumayi Chidvilasananda, la Guru de Siddha Yoga enseña sobre el poder del canto e inspira a los estudiantes de Siddha Yoga a participar de todo corazón en esta práctica. Una de las enseñanzas de Gurumayi es:

El nombre de Dios es una fuerza benevolente. Cuando cantas el Nombre, de hecho, se mueve por todo tu ser —purificándote, otorgándote gracia y volviéndote sagrado.¹

Con esta enseñanza, Gurumayi nos guía para reconocer que los textos de los cantos de Siddha Yoga son más que solo palabras. Las sílabas sagradas de los cantos y mantras de Siddha Yoga, están infundidas con la gracia y energía del Guru. Es por esto que son *chaitanya*, están vivos con el poder de la Conciencia. Cuando cantamos, llevamos nuestra conciencia a la divinidad que está presente en nosotros.

El énfasis que los Gurus de Siddha Yoga han puesto en esta práctica es evidente cuando se toma en cuenta el horario diario del Áshram, la secuencia diaria de las prácticas en los áshrams de Siddha Yoga en todo el mundo, que Baba Muktananda implementó en la década de 1960. En el horario, el canto está presente a lo largo de todo el día: en la mañana, a mediodía y por la tarde. Como un hilo divino, el canto entrelaza las actividades diarias.

En el curso de nuestra vida diaria, también cantamos para enviar bendiciones; cantamos para destacar ocasiones especiales y cantamos solo por cantar, por el gusto de hacerlo. Cantamos para celebrar nuestras buenas fortunas, así como durante tiempos difíciles, cantamos para encontrar consuelo y establecernos con más firmeza en el conocimiento de la Verdad.

La música del sendero de Siddha Yoga está basada en las tradiciones de la India y diversos cantos que los siddha yoguis practican se pueden escuchar a lo largo de la India. Sin embargo, los siddha yoguis tienen un gusto particular por la música que ha escrito y compuesto Gurumayi.

Gurumayi utiliza la composición musical como un medio para transmitir sus enseñanzas. Ella ha compuesto numerosos *namasankirtanas* y ha escrito la letra y música de muchos cantos devocionales. Gurumayi ha introducido refinamientos en el repertorio musical de Siddha Yoga, tanto en las composiciones como en los métodos y técnicas de la práctica. Estos refinamientos hacen que la práctica del canto sea más sencilla y accesible y permiten que los siddha yoguis obtengan cada vez más beneficios de su práctica. Puedes escuchar gran parte de esta música, aquí en el sitio web del sendero de Siddha Yoga.

Realizar la práctica del canto es sumergirse directamente en la enseñanza esencial de Siddha Yoga: “Honra a tu Ser, adora a tu Ser, medita en tu Ser, Dios vive en ti como tú”. Cuando cantamos, cantamos palabras que transmiten esta verdad fundamental, e impregnamos la atmósfera con el sonido musical que evoca la experiencia de ese canto. Cuando cantamos, contribuimos tanto al sonido como al deleite en él. Cuando cantamos, celebramos y reconocemos nuestro propio Ser divino.



© 2022 SYDA Foundation®. Derechos reservados.

¹ Swami Chidvilasananda, *Entusiasmo* (SYDA Foundation, Ciudad de México, México. 2011) p. 185.