

Preguntas y respuestas con Swami Shantananda sobre el Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga

- ¿Qué es *Shaktipat-diksha*?
 - ¿Qué es el Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga?
 - Después de recibir la iniciación de *shaktipat*, ¿hay algún beneficio en continuar participando en Intensivos de Shaktipat?
 - ¿Cómo podemos prepararnos para participar en el Intensivo de Shaktipat?
 - ¿Qué le aconsejarías a alguien que participa en el Intensivo de Shaktipat por primera vez?
 - ¿Qué experimentan los participantes durante un Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga?
 - ¿Qué ocurre después del Intensivo de Shaktipat?
-

¿Qué es *Shaktipat-diksha*?

La experiencia de amor por Dios y el anhelo de llegar a ser uno con Dios es innato en todas las almas. En lo más profundo de su ser, todo ser humano sabe que la grandeza y la alegría lo aguardan—si tan solo pudiera descubrir cómo encontrarlas. *Shaktipat diksha*, la iniciación por la gracia del Guru, es la llave que desvela la grandeza interior.

En sánscrito, *shaktipat* significa literalmente el “descenso del poder” y *diksha* es iniciación. En el sendero de Siddha Yoga, *shaktipat-diksha* es un acto de gracia. Es la iniciación mediante la cual la Guru de Siddha Yoga, Gurumayi Chidvilasananda, transmite la energía divina a un aspirante y despierta la Kundalini Shakti, el poder espiritual en el ser humano. *Shaktipat* marca el comienzo de la *sádhana* de Siddha Yoga, un viaje interior que culmina en la liberación, la libertad de pensamientos y patrones limitantes y el reconocimiento de la propia divinidad.

¿Qué es el Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga?

El Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga es un evento que sirve como el vehículo principal a través del cual Gurumayi Chidvilasananda otorga *shaktipat-diksha*.

El Intensivo de Shaktipat se realiza de modo semejante a una antigua ceremonia iniciática que proporciona una atmósfera propicia para que los participantes reciban, con reverencia, la transmisión de la gracia del Guru. Un aspecto importante de esta iniciación es comprender el valor de la Kundalini Shakti despierta y la necesidad de nutrir la expansión de este poder divino mediante el compromiso diario con las enseñanzas y prácticas de Siddha Yoga. En el Intensivo de Shaktipat, los participantes reciben el mantra de iniciación de Siddha Yoga y se les enseña cómo usar el mantra para practicar la meditación Siddha Yoga. También practican el canto del nombre divino y reciben guía sobre cómo aplicar las enseñanzas de Siddha Yoga para su desarrollo espiritual.

Baba Muktananda, el Guru de Gurumayi, creó el Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga. En 1973, durante una serie de retiros de meditación en la India, Baba desarrolló lo que se convirtió en el formato del Intensivo. Cuando llegó a los Estados Unidos en 1974, Baba perfiló con más detalle este formato y le dio un nombre. El primer Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga tuvo lugar en Aspen, Colorado, del 27 al 30 de agosto de 1974. Desde entonces Baba y Gurumayi han ofrecido cientos de Intensivos de uno o dos días en todo el mundo.

En 2006, Gurumayi instauró el Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga celebrado en octubre como un evento anual en honor del Mahasamadhi de Baba Muktananda, el aniversario de cuando Baba dejó su cuerpo, alcanzando la unión plena con la Conciencia suprema. Después de *mahasamadhi*, la *shakti* de un ser iluminado sigue siendo omnisciente y omnipresente, enaltecendo el mundo e iluminando la vida de los devotos. El Mahasamadhi de Baba es una época favorable para realizar prácticas espirituales tales como participar en el

Intensivo de Shaktipat, ya que una ocasión sagrada como esta intensifica el poder de nuestras prácticas.

Después de recibir la iniciación de *shaktipat*, ¿hay algún beneficio en continuar participando en Intensivos de Shaktipat?

El Intensivo de Shaktipat es tanto una iniciación sagrada como una preciosa oportunidad para sumergirte en la práctica espiritual en una atmósfera llena de gracia. Mediante el *sankalpa* de Gurumayi, mediante su intención, el Intensivo es un vehículo para la *anúgraha-shakti* del Guru, el poder otorgador de gracia que impregna cada momento y cada práctica del Intensivo de Shaktipat. Ya seas un recién llegado al sendero de Siddha Yoga o que lleves tiempo practicando, en el Intensivo la gracia te sostiene. A medida que te comprometes con las prácticas espirituales de Siddha Yoga durante el Intensivo, las prácticas comienzan a revelar el amor, la belleza y la grandeza del Ser divino presente en ti y en todas las personas.

Cada Intensivo que tomas le da ímpetu al impulso original iniciado por *shaktipat*. Aun cuando el espléndido poder de la gracia en el corazón del Intensivo de Shaktipat puede ser antiguo, este poder es siempre nuevo y renovador. Esta ha sido la experiencia de muchos participantes en cada uno de los Intensivos que han tomado —cada uno posee el mismo poder y, sin embargo, cada uno es único. Con cada Intensivo de Shaktipat, la *sádhana* se fortalece y nuestra conciencia del Ser divino se expande.

¿Cómo podemos prepararnos para participar en el Intensivo de Shaktipat?

Una manera es participar en la Preparación para el Intensivo de Shaktipat. De este modo, puedes seguir la antigua práctica en la que los buscadores preparan su cuerpo y su mente para recibir la gracia del Guru. Durante este evento, tanto los nuevos buscadores como los siddha yoguis experimentados participan en lo que Baba Muktananda llamó las cuatro ruedas del Intensivo: meditación, postura, respiración y mantra. Estas cuatro prácticas ayudan a crear una

disposición de receptividad, enfoque y reverencia hacia la *shakti* del Guru y las enseñanzas de Siddha Yoga.

Lo que me gustaría enfatizar es que cada elemento del Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga y de la Preparación para el Intensivo de Shaktipat está infundido por la *shakti* del Guru y sirve para apoyar el propósito del Intensivo: que los participantes experimenten su propio Ser.

¿Qué le aconsejarías a alguien que está tomando su primer Intensivo de Shaktipat?

Dedica tiempo en las semanas previas al Intensivo de Shaktipat para prepararte para este evento sagrado. Participa en la Preparación para el Intensivo de Shaktipat.

La experiencia de la gracia puede ocurrir en cualquier momento durante el Intensivo de Shaktipat. Así que te sugiero estar abierto y dejar ir cualquier expectativa sobre la forma que tomará la gracia. De hecho, no puedo hacer el énfasis suficiente. Y le daría el mismo consejo a cualquiera que tome el Intensivo otra vez. El papel de los buscadores que participan en el Intensivo es estar presentes. Así que en el Intensivo de Shaktipat, permanece en el momento. Enfócate en cada elemento del Intensivo: cuando llegue el momento de meditar, medita; cuando sea el momento de cantar, canta; cuando se dé una charla, escúchala atentamente. Todas las prácticas del Intensivo te ayudarán a sumergirte en la gracia nutricia que revela la Verdad.

¿Qué experimentan los participantes durante un Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga?

Tanto tangibles como misteriosos, los efectos de la gracia recibida en el Intensivo de Shaktipat no siempre se pueden medir o predecir. Puede ser que entres en meditación profunda, o que surjan revelaciones desde el interior, o que una enseñanza hable directamente a tu corazón. En momentos, puedes experimentar la dulzura del amor incondicional, tu mente puede encontrar paz

genuina, o puedes descubrir una nueva manera de realizar las prácticas espirituales. En ocasiones, las personas hacen un descubrimiento extraordinario que cambia su comportamiento para siempre.

Tanto si tu experiencia es sutil como si es dramática, o incluso si piensas que no has tenido ninguna experiencia, debes saber que el efecto de la gracia puede observarse con el tiempo y que esto es verdad para todos.

¿Qué ocurre después del Intensivo de Shaktipat?

Lo que experimentas en un Intensivo de Shaktipat se traslada a tu vida diaria. Es posible que posteriormente descubras que tu práctica diaria de meditación ha progresado a un nivel más profundo. Quizás mejore tu capacidad para atraer las virtudes nobles —como la valentía, la bondad, la fortaleza y la compasión— por medio de tus pensamientos, palabras y acciones. Puede que desarrolles un mayor respeto y amor por ti mismo y una mayor consideración hacia los demás. O puede ser que tu amor por Dios se manifieste naturalmente como amor por tus semejantes. Esta transformación interna permite que el poder de la gracia traiga consigo revelaciones y descubrimientos siempre nuevos.

Para que esta transformación sea una realidad, tienes que integrar el poder y las enseñanzas del Intensivo de Shaktipat en tu vida diaria. Y la forma de hacerlo es dedicarte con constancia a las enseñanzas y prácticas de Siddha Yoga. Entonces, el poder despierto de la gracia revela el esplendor de tu propio Ser.

