

# He Hari Súdara He Guru Súdara

Oh hermoso Señor Hari, oh Guru glorioso,  
inclino la cabeza ante tus pies de loto.

Tú eres la oscura penumbra en todos los densos bosques.  
Eres los picos elevados de todas las montañas.

Tú eres la rauda y veloz corriente de todos los ríos.  
Eres la calma profunda de los océanos.

Tú estás en el dolor de los que sufren.  
Estás en la dicha de los yoguis, oh Guru.

Diseño y versión en inglés © SYDA Foundation®. Derechos reservados.

# *He Hari Súdara, He Guru Súdara*

un *bhajan* atribuido a Guru Nanak

Introducción de Julian Elfer

Este hermoso —¡*súdara!*— *bhajan* se atribuye a Guru Nanak, el fundador de la religión sij. Con él, da expresión exaltada y amorosa a su enseñanza central: que un solo Dios, que es el Guru supremo, habita en todas las cosas, sin distinción.

Guru Nanak nació en 1469 en una familia hindú en el estado indio de Punjab. Era un ser extasiado e iluminado que devino cabeza de familia, engendró dos hijos y trabajó durante un tiempo como contador hasta que reconoció que debía honrar un llamado espiritual. Su impulso era despertar en el corazón de los buscadores la conciencia de la presencia del único Ser Supremo que trasciende las estrechas divisiones religiosas, sociales y sectarias que prevalecían en su tiempo.

Acompañado por su amigo de la infancia, Mardana, un musulmán que tocaba el *rabab*, una especie de laúd, Nanak viajó extensamente por toda la India y más allá, componiendo canciones en adoración al Guru omnipresente, cuya divina presencia viviente percibía dondequiera que mirara. Este *bhajan*, *He Hari Súdara, He Guru Súdara*, es una de esas canciones.

Hari es un nombre antiguo que se remonta a los Vedas. Representa el Absoluto, la Conciencia omnipresente que existe en cada partícula del universo. *He Hari Súdara* nos invita al reconocimiento del único Señor que se manifiesta en las maravillas de la naturaleza y habita plenamente en todos los corazones sin distinción. Si bien las imágenes de este himno son majestuosas, el versículo final nos guía al reconocimiento de algo íntimo y familiar: la experiencia directa que tiene lugar en nuestro propio corazón.

La melodía que escuchamos, cantada por la intérprete de Siddha Yoga,

Viju Kulkarni, fue compuesta en el *raga Yaman*, que evoca cualidades de devoción, paz y compasión. Al escuchar este *bhajan*, cantarlo o meditar en su significado, nos abrimos a la experiencia iluminadora que esta canción sagrada transmite.

Después de sentarme con esta exquisita interpretación de Viju tai, me quedo con el estribillo cadencioso “*He Hari Sándara, He Guru Sándara*” que se repite en mi interior. Se entreteje a lo largo de la canción, proclamando el reconocimiento alegre, amoroso y agradecido: “¡Todo esto eres tú!”. Tenemos la oportunidad de deleitarnos con este estribillo y dejar que resuene a lo largo de nuestra vida diaria: “¡Oh hermoso Señor Hari, oh glorioso Guru!”.

