

CAMINO REAL

2 • 2021

Radha Soami Satsang Beas
Habla Hispana

CONTENIDO

- 03 ¿Por qué necesitamos meditar?
- 06 El objetivo de esta vida
- 15 Cartas espirituales
- 18 Podemos dar más
- 26 El maestro responde
- 29 Los dos remos
- 32 La súplica del amante
- 33 Conquistar la soledad
- 39 Las dos mentes
- 42 Reflexiones
- 43 ¿Cómo amar a Dios?

CAMINO REAL

Fundación Cultural RSSB Andalucía (España). Carretera del Prat, 57. -08940- Cornellá Ll. (Barcelona).
Camino Real Internet ISSN 2564-8489, DL B-29136 -1993. Todos los derechos reservados.
Copyright © 2021 Fundación Cultural RSSB Andalucía (España).

“... El amado divino es nuestro guía, que nos atrae siempre. Nuestro esfuerzo es simplemente una respuesta a su llamada. Si damos un paso hacia él, él da cien pasos hacia nosotros”. Y es él quien nos hace dar ese paso. Su gracia es inestimable, su amor incalculable. Vivimos en su amor y gracia..., así que encontrarlo es la eterna búsqueda, el único viaje que vale la pena hacer con todo nuestro corazón y alma. Seguir siendo buscadores hasta el final del viaje. Nunca rendirse, ser siempre positivos, dejar partir el desaliento y la negatividad y ser conscientes del Uno.

One Being One

El Señor está dentro de cada uno de nosotros. El camino que conduce de regreso al Señor está también dentro de todos nosotros. Nuestro viaje espiritual comienza en la planta de los pies y termina en la parte superior de la cabeza. En el cuerpo, el alma y la mente están atadas una con la otra justo en el centro del ojo. Desde ahí nuestra mente se extiende por toda la creación a través de las nueve aberturas: los dos ojos, los dos oídos, los dos orificios nasales, la boca y las dos aberturas inferiores. A través de estas nueve aberturas nuestros pensamientos se expanden por toda la creación.

¿Cómo se expanden nuestros pensamientos? Siempre estamos pensando en una cosa u otra. La mente nunca está quieta. No importa cuánto tiempo nos encerremos en una habitación a

oscuras, no estaremos allí. La mente estará dispersa por toda la creación. Y en quienquiera que pensemos, su forma aparecerá ante nosotros. Si pensamos en nuestro hijo, la forma de nuestro hijo aparecerá ante nosotros. Si pensamos en nuestra esposa o amigos, comenzaremos a visualizar sus formas. Automáticamente empezamos a visualizar los rostros de aquellos en los que pensamos, y poco a poco nos iremos apegando a ellos. Tanto es así que empezamos a soñar con ellos, y en el momento de la muerte todas sus formas aparecerán ante nosotros como en una gran pantalla de cine.

Esos apegos y amores nos traen de vuelta al plano de la creación después de la muerte. Los místicos nos dicen que a menos que estemos centrados en el amor al Padre, a menos que estemos apegados al Padre, no podremos volver al nivel del Padre. Nos dicen que con el mismo método que nos hemos apegado a la creación, debemos intentar apegarnos al Creador. En la mente ya existe el hábito de hacer simran (repetición). El hecho de pensar día y noche en lo que vemos se denomina simran. Y cualquier cosa que tratamos de visualizar se designa como dhyán. De forma que la mente ya tiene el hábito de hacer simran y dhyán, pero simran y dhyán ¿de quién? De los rostros y objetos de esta creación; el problema es que todo lo que vemos en esta creación es percedero. De modo que los místicos nos dicen que pensemos en el Señor, que visualicemos la forma del Padre. Mediante el mismo proceso que utilizamos siempre, hemos de intentar retirar nuestra consciencia al centro del ojo.

La mente es amante de los placeres, y al ser tan aficionada a los placeres se ha convertido en esclava de los sentidos. A menos que encuentre un placer mejor, se negará a abandonar los placeres sensuales. El Señor ha puesto dentro de cada uno de nosotros, en el centro del ojo, ese placer superior que es conocido con diferentes nombres. Cristo se refiere a él como Espíritu Santo,

Palabra, Espíritu, Nombre. Los místicos de la India por lo general lo denominan Shabad o Nam.

Esa melodía divina está dentro de cada uno de nosotros, en el centro del ojo. Cuando con la ayuda del simran y dhyan que nos enseñan los místicos o santos retiremos nuestra consciencia hasta el centro del ojo, entraremos en contacto con esa divina melodía interior que tiene su propio sonido y luz. Con la ayuda del sonido sabemos la dirección de nuestra casa interior. Con la ayuda de la luz vemos el camino que tenemos que recorrer. Y así, poco a poco, paso a paso, comenzamos a avanzar hacia el interior.

Con el fin de volver al Padre, tenemos que retirar nuestra consciencia al centro del ojo. Esto es lo que conocemos como meditación, retirar nuestra consciencia de las nueve aberturas y mantener la atención en el centro del ojo, uniendo así nuestra atención, nuestra consciencia, a la divina melodía o luz divina interior. Cuanto más nos concentramos en el centro del ojo, más entramos en contacto con esa divina melodía y esa luz divina interiores. Cuanto más disfrutamos de la luz y melodía divinas internas, antes comenzamos a retirarnos de los apegos de la creación. El apego a la melodía divina crea automáticamente el desapego de los sentidos, el desapego de la creación.

Solo el apego puede crear desapego. El desapego nunca puede crear apego. (...) El apego a la divina melodía comienza a separarnos de la creación y nos va uniendo poco a poco al Creador. Esto es meditación; este es el proceso que debemos seguir.

Spiritual Perspectives, vol. II

Cáete siete veces,
levántate ocho.

Proverbio japonés

Hazur Maharaj Charan Singh en una carta del libro *Luz sobre Sant Mat* explica, en apenas nueve líneas, la esencia de las enseñanzas de Sant Mat:

Incluso ante un aparente fracaso, se debe continuar la práctica con fe y devoción. La mente ha estado extraviándose desde eras incontables, y cada vez está más dispersa. El objetivo es recoger la mente en el punto de concentración, contactar con el Shabad, y comenzar el viaje de vuelta a casa. El primer paso es el más difícil de todos y se tarda mucho tiempo; el periodo de tiempo depende de los resultados de nuestras acciones del pasado, además de la sinceridad y la cantidad de esfuerzo constante que ponemos en seguir las instrucciones del maestro. El esfuerzo y la gracia van de la mano.

El maestro nos explica que el primer paso del viaje espiritual es llegar al centro del ojo, para así contactar con el Shabad, la luz y el sonido interior, que es el poder creativo de Dios. Este es el objetivo de esta vida. Una vez que sintonicemos conscientemente con el Shabad, nos atraerá hacia arriba y hacia dentro. Sin embargo, la consecución de este objetivo es una tarea que requiere toda una vida de dedicación, puesto que la mente está completamente dispersa en el mundo como consecuencia de haber vagado libremente durante incontables millones de vidas. Necesitamos

una práctica eficaz que nos ayude a retirar la atención al centro del ojo, y esa práctica es el simran o repetición de los cinco nombres sagrados que el maestro nos concede en la iniciación para combatir las tendencias descendentes de la mente.

Efectivamente, como alcanzar nuestra meta es un logro que requiere de toda una vida de lucha, muchas veces desfalleceremos y sucumbiremos al desánimo, a la falta de estímulo para continuar, etc., y afirmaremos que no estamos yendo a ninguna parte, que ni siquiera estamos acercándonos un milímetro al centro del ojo.

Hazur Maharaj Ji, conociendo en profundidad la dificultad de este primer objetivo al centro del ojo, dice en la cita anterior que cuando nos enfrentamos al 'aparente fracaso' de nuestros esfuerzos, debemos seguir adelante. 'Aparente fracaso' desde la profunda visión del maestro, en realidad quiere decir que lo que nosotros percibimos como fracaso, puede no serlo. Recordemos que la frase más repetida por todos los maestros cuando sus discípulos se lamentan de su escaso progreso es que no debemos juzgar nuestra meditación, sino simplemente continuar practicando. Nosotros analizamos bajo la perspectiva de lo que queremos o deseamos que ocurra, pero de este modo jamás podremos tener una percepción verdadera de nuestro progreso. No es algo que tenga que ver con nuestros deseos sino con lo que el maestro, que es quien tiene la visión completa del progreso de cada uno de sus discípulos, considera.

El maestro también comenta que el período de tiempo requerido para completar la primera etapa depende del resultado de las acciones que hemos realizado en el pasado, es decir, de nuestros karmas. Tenemos que pasar por nuestro destino y eso puede demorarnos en alcanzar el objetivo principal de llegar al centro del ojo, sin embargo, también depende de nuestros esfuerzos. Dice que el esfuerzo y la gracia van de la mano.

Maharaj Sawan Singh Ji dice en una carta de *Joyas espirituales*:

Estoy contento con los esfuerzos que realizas para practicar tu bhajan (meditación). El bhajan es nuestro principal deber. Todos los otros empeños de la vida deben emplearse como un medio para alcanzar este fin.

En esta carta, el Gran Maestro expresa su satisfacción por los esfuerzos que realiza el discípulo en el bhajan, y a continuación nos recuerda que el bhajan es nuestro principal deber: ‘nuestro’, o sea, el de todos los iniciados. Y más adelante, de forma muy contundente, dice también en *Joyas espirituales*:

El progreso espiritual es el objetivo más elevado, y todos nuestros esfuerzos deben dirigirse a este fin. Si sacrificásemos el mundo entero por esta causa, no sería demasiado.

Todos nuestros esfuerzos deben dirigirse al progreso espiritual. ¿Por qué? ¿Por qué debemos sacrificar el mundo entero por nuestra meditación? Sencillamente para que cuando muramos ya estemos apegados al sonido y a la luz interior del Shabad, y no seamos arrastrados de nuevo a esta creación para tener que vivir otra vida en otro cuerpo.

Nos conviene esforzarnos para poder tener experiencia del camino interior antes de andarlo definitivamente. Como nos recuerda Maharaj Jagat Singh Ji en *La ciencia del alma*:

Hay dos escaleras: la escalera de los “ochenta y cuatro” que baja y la escalera del “Nam” que sube. Una nos conduce a la oscuridad y al engaño, y la otra a la luz y la refulgencia. Debemos saltar de la primera a la segunda y agarrarnos fuertemente a ella. Esta es la escalera por la cual, con devoción y amor, podemos ascender a los reinos superiores y finalmente regresar a nuestro hogar eterno.

La dirección que los maestros nos señalan es unívoca, tenemos que elevarnos y abrirnos paso hacia la luz dejando cualquier camino inferior, sinónimo de oscuridad. Como explica, tenemos la opción de ir hacia arriba y hacia dentro, en dirección a la luz –hacia el Nam, sinónimo de Shabad–, o hacia abajo y hacia fuera, hacia la creación física en la que vivimos, donde solo encontramos oscuridad y engaño debido a la percepción errónea a causa de los sentidos y la mente. Pensamos que nuestra vida es verdadera e importante y que los objetivos que tenemos son el sumum de nuestras vidas, pero nos engañamos. Lo que vemos aquí no es verdadero, es una ilusión diseñada por *Kal* (el poder negativo) para mantenernos atrapados en el *chaurasi* (la rueda de las 8 400 000 especies).

En este valioso cuerpo humano, las almas afortunadas que se encuentran con un maestro verdadero y contemporáneo tienen la oportunidad de reflexionar si desean la luz del camino espiritual o la oscuridad de la creación física: Dios o dinero.

En el libro *Luz sobre San Mateo*, Hazur Maharaj Charan Singh nos habla de esta elección y nos recuerda las palabras de Cristo: “Ninguno puede servir a dos señores; porque o aborrecerá al uno y amará al otro, o estimará al uno y menospreciará al otro. No podéis servir a Dios y a las riquezas” (Mt. 6:24).

Hazur comenta en esta cita del evangelio que la mente no puede amar a dos maestros. El primer maestro es Dios, el segundo son los sentidos. Cuando la mente es esclava de los sentidos desciende, y cuando se apega a la luz y al sonido asciende. No se puede complacer a ambos maestros. Se tiene que dejar a uno y ser fiel al otro. Por tanto, o escogemos ser esclavos de *Kal* o devotos del Padre. Cuando la atención desciende servimos a *Kal*; y cuando se eleva servimos a Dios. Cuando estemos con Dios, volveremos a Dios. Cuando estemos con *Kal*, volveremos al reino de *Kal*.

Por eso, los maestros dicen que nos tomemos muy en serio la meditación y que la consideremos el deber principal de nuestra vida. Por medio de la práctica sincera y consciente, hagamos todos los esfuerzos posibles para interiorizarnos. ¡Convirtamos la meditación en la meta principal de nuestra vida! Solo a través del simran (repetición) y bhajan (audición), veremos por nosotros mismos la luz y escucharemos el sonido interior, y entonces estaremos en disposición de comprender quiénes somos: almas, no cuerpos, no mentes. Para lograr la autorrealización primero debemos preguntarnos quiénes somos en esencia y qué es esta vida en realidad. Después, con la autorrealización desarrollaremos la consciencia que nos permitirá ver a través de la ilusión.

Este mundo es un campo kármico de deudas, que deben sembrarse y cosecharse. Desde el principio del tiempo formamos parte de la creación; repetidamente hemos estado en diversas formas de vida. Hemos sido hombres y mujeres, animales, pájaros, insectos, peces, plantas y deidades... Así que esta vida que llevamos, ¿creemos que es toda nuestra realidad? No es así. Nuestros trabajos, nuestras familias, incluso nuestro seva físico no es más que karma a pagar.

Hasta que alcancemos la autorrealización, y entendamos que somos seres espirituales pasando por una vida humana, tenemos que tomar esta afirmación con fe. Pero esa fe ya está ahí, aunque hoy por hoy tan solo sea una pequeña semilla, porque de no ser así nunca hubiéramos llegado a este camino. Si hemos llegado es debido a que el anhelo de nuestra alma por volver a su fuente ya no puede negarse más. Hemos tratado de calmar nuestra dolorosa hambre interior satisfaciendo nuestros deseos mundanos, pero no ha dado resultado.

Los maestros nos dicen que la felicidad no se puede encontrar en esta creación, independientemente de lo que hagamos, de la riqueza material que amasemos, de los deseos materiales que

satisfagamos... La felicidad que alcanzamos en el mundo no es permanente; ocasionalmente podemos disfrutar de cierta alegría cuando las cosas nos van bien y logramos algún objetivo material, pero generalmente esa felicidad es de corta duración, pues las inquietudes y preocupaciones siempre interfieren en nuestra paz mental. Lo sabemos porque lo hemos experimentado, lo estamos experimentando. Pero la meditación ayuda, trae a nuestra vida una paz y dicha que no se consigue en ninguna otra parte.

Maharaj Charan Singh explica en *Muere para vivir*, que el motivo de que seamos infelices es debido a que nuestra atención está dispersa. Cuando nos centramos en la vida y en los problemas mundanos, no podemos tener paz mental: es imposible. Él dice:

La única manera de conseguir paz es retirar la consciencia al centro del ojo y mantener la atención hacia arriba en vez de hacia abajo. Alcanzamos la paz únicamente trascendiendo el centro del ojo, hacia arriba: mientras estemos por debajo del centro del ojo, seremos infelices.

Esta afirmación se hace eco de las palabras de todos los maestros y místicos, cuando expresan que la felicidad es el resultado de una mente concentrada.

Maharaj Charan Singh Ji continúa diciendo:

El único método para conseguir tranquilidad y paz es la meditación, la cual conduce a la mente de vuelta a su fuente, liberándonos así de la mente y despojándonos de todas las coberturas del alma. Nunca se puede encontrar paz permanente en los objetos mundanos ni en los placeres sensuales. Son de corta duración estos llamados placeres, y la reacción a ellos a veces nos hace más infelices. Así que la única manera de obtener la paz eterna es volver al Padre y ser uno con él.

Nadie es feliz en este mundo; la única forma de conseguir la felicidad es volver a nuestra fuente, la única manera de hacerlo es meditando. La meditación no solo nos aporta tranquilidad mientras pasamos por nuestros karmas de destino, sino que también es una práctica para aprender a morir poco a poco para el mundo y vivir para el espíritu. Por eso los maestros llaman también a la meditación: morir en vida.

En *Muere para vivir*, Hazur Maharaj Charan Singh dice:

La meditación no es nada más que una preparación para abandonar el cuerpo. Este es el auténtico propósito de la meditación. Antes de que representes un papel en un teatro, lo ensayas muchas veces para hacerlo perfecto. Similarmente, esta meditación es un ensayo diario para morir, al objeto de que nos hagamos diestros en cómo morir y cuándo. La meditación no es otra cosa que una preparación para morir.

¿Por qué necesitamos ensayar para morir? Porque si a la hora de la muerte física tuviéramos algún apego residual a este mundo, algún deseo incumplido que obsesione a la mente, estos apegos pueden hacer que retrocedamos. Pero si ensayamos la muerte mediante la meditación, durante un mínimo de dos horas y media diarias, tratando de alcanzar el centro del ojo, podremos estar felices de deshacernos de esta “sucias y deteriorada vestimenta”, como Maharaj Jagat Singh Ji denomina a este cuerpo físico en el libro *La ciencia del alma*, pues con el tiempo este cuerpo se deteriora y se desmorona.

Maharaj Sawan Singh Ji también explica en detalle el proceso de morir en vida, y al hacerlo desmitifica la muerte mostrando que no hay que temerle. Dice así en *Filosofía de los maestros* (abrev.): “El simran es el primer paso en el Surat Shabad Yoga.

El surat es el alma; el Shabad es Dios, el yoga es la reunión; es decir, el sendero de la reunión del alma y Dios". Y continúa:

Por medio del simran –el primer paso en el Surat Shabad– toda la energía del cuerpo (las corrientes del alma) se retira a la sede del alma en el cuerpo, que es el centro del ojo; y luego asciende hacia arriba por medio de la corriente de sonido que reverbera allí. Cuando el alma se separa del cuerpo, ese estado se conoce como “morir en vida”. Aquellos que practican de acuerdo con las instrucciones de un maestro, “mueren” todos los días. Son capaces de abandonar el cuerpo e ir a la región astral (o a las regiones superiores, dependiendo de su progreso), y nuevamente volver al cuerpo a voluntad. El que practica el Surat Shabad Yoga abandona su cuerpo de la misma manera en el transcurso de la vida como en el momento de la muerte. La única diferencia es que el “cordón de plata” (vínculo entre el cuerpo y el alma) no se rompe.

Por lo tanto, un devoto que tenga éxito en la práctica de la meditación tiene a su disposición el poder de ir a la región astral, causal e incluso a otras superiores y volver a voluntad. La ventaja de esta práctica es que la persona es capaz de cruzar las puertas de la muerte sin temor o inconveniente alguno. En otras palabras, conquista la muerte. Los santos tienen experiencia real de este estado, y quien lo desee y se esfuerce por lograrlo también puede experimentarlo.

Así pues, la meditación no es más que un ensayo para morir. Cada día cuando nos sentamos a meditar, ensayamos para el último momento de nuestras vidas, entonces, ¿por qué deberíamos sentir temor alguno?

No sabemos cuándo moriremos. La muerte no respeta la edad. Algunos podemos vivir hasta los noventa o incluso más allá de

los cien. Otros puede que ni lleguemos a los cuarenta. Probablemente en nuestras propias familias, hayamos visto a la muerte llevarse a jóvenes y viejos por igual.

Entonces, ¿por qué nos resulta tan difícil creer que un día, nosotros también moriremos? La mente nos impide pensar en la muerte. Todo el día nos mantiene tan ocupados con infinidad de cosas que no nos queda tiempo para reflexionar sobre la inevitabilidad de la muerte y lo que representa. El maestro nos dice que no nos atormentemos por la muerte. De hecho, cuando alguien con una enfermedad en estado terminal le hace preguntas, suele contestar que no piense en eso, sino que disfrute del momento, ya que solo el Señor sabe en qué instante nos llegará la muerte. A pesar de que los médicos pronostiquen una muerte cercana, hay gente diagnosticada con enfermedades terminales que viven largas vidas. El maestro siempre nos anima a ser positivos, y a que nos centremos en lo positivo, en la solución, no en el problema. Así que ante la aparente fatalidad o amenaza de la vida que supone la muerte, la mejor forma de ser positivo es prepararse para afrontarla con ecuanimidad en el momento en que acontezca, y ese es el objetivo de la vida: meditar y alcanzar el centro del ojo experimentando la muerte en vida.

Y este objetivo es algo para lo que hay que trabajar desde una perspectiva práctica. Tenemos un destino que afrontar, karmas que pagar, responsabilidades que atender, deberes que debemos cumplir..., y tenemos que llevarlo todo a cabo correctamente, o sea participar plenamente en todas esas cosas y disfrutar de la vida, pero manteniendo nuestro verdadero objetivo firmemente en la mente y priorizando siempre nuestra meditación.

Y la idea básica de la meditación es encontrar nuestro propio centro de existencia dentro de nosotros. Porque en ese centro descansa la tranquilidad y el silencio, la paz y la alegría gozosa, y el consuelo de la actividad frenética que hay a nuestro alrededor.

One Being One

Cuando estamos realizando los deberes diarios, nuestra mente, normalmente, no está ocupada en ellos, sino que está divagando de un lado para otro. Los santos nos dicen: Sujeta fuertemente las riendas de tu mente durante el día, así, cuando te sientes para el bhajan (meditación), la concentración será rápida y fácil. Es más sencillo concentrar la mente con el simran que con cualquier otra práctica. Los santos no desperdician ni un solo minuto, sino que mantienen su atención fija, ya sea en el simran (repetición), en el dhyán (contemplación) o en el Dhun (Shabad, sonido).

M. Sawan Singh. Joyas espirituales, carta 8

El primer paso consiste en acostumbrar a la mente a que renuncie a vagar al menos durante los ejercicios devocionales, para que pueda habituarse a recogerse en el centro del ojo. Hasta que eso no se haya conseguido, no podemos esperar tener ningún destello de las regiones sutiles que están por encima de los ojos. La persona que está en la planta más baja de una casa no puede esperar vislumbrar las plantas más altas hasta que no haya dedicado tiempo y trabajo a subir. No obstante, no tenemos por qué

preocuparnos. Todo llegará a su debido tiempo. El camino parece largo y lleno de dificultades, y si no fuese por la misericordiosa guía y protección del Padre, que son todopoderosas y pueden eliminar las trampas de Kal y Maya, nadie podría avanzar en el camino. El alma de todo seguidor verdadero progresa interiormente, aunque no sea consciente del progreso.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales, carta 168

La elevación espiritual tiene tres etapas:

1. Con la repetición, concentrar en el tercer ojo la atención dispersa y la corriente vital de la parte del cuerpo por debajo de los ojos.
2. Mantener la atención en el tercer ojo, contactando con la forma astral del maestro.
3. Hacer subir al alma apegándola al sonido de la campana.

Este trabajo es justo lo contrario de lo que hemos estado haciendo antes. El alma estaba desconectada del Shabad. Lo había olvidado por completo, se había asociado con la mente y estaba corriendo desenfrenadamente hacia abajo y hacia afuera. Ahora este curso tiene que invertirse. Tenemos que darle la vuelta. Renunciamos lentamente a los viejos hábitos, y los nuevos hábitos no se consolidan con rapidez. Por consiguiente, la elevación espiritual es un asunto lento; aquí lo que mejor se aplica es el dicho “con paciencia se gana el cielo”. Así que con una fe firme y un trabajo constante, avanza con una mente calmada, tranquila, y evitando la prisa.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales, carta 198

Con cada paso que el ser humano da en el viaje espiritual toma más posesión de lo suyo al eliminar la pesada carga de materia física, astral o causal, que verdaderamente no es parte de él y que el alma usa como vehículos para funcionar en los mundos causal, astral y físico. Cuando haya contactado con la forma astral del maestro, su punto de vista, que ahora está basado en la experiencia obtenida en el mundo y en las relaciones mundanas, será que el maestro y el Shabad son los dos amigos verdaderos y compañeros que tenemos aquí, y que nos acompañarán después de la muerte. Todos los demás tienen sus limitaciones. Esto no significa que tenga que rechazar a los demás. Debe cumplir con su deber hacia ellos, pero conocer su verdadero valor. Está en el mundo, pero no es de él; está apegado exteriormente, pero desapegado interiormente.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales, carta 198

Todo depende de la mente, que no quiere concentrarse ni interiorizarse. Está acostumbrada desde innumerables vidas pasadas a errar y permanecer dispersa. Por eso, llevará tiempo inmobilizarla y tranquilizarla. Ve al interior con amor y con fe. El maestro, en su forma astral, está esperándote para recibirte en el foco del ojo y está protegiéndote en la medida que lo permite tu karma, el cual tiene que eliminarse.

M. Sawan Singh. Joyas espirituales, carta 95

Poco a poco, mediante el proceso de la meditación, reconoceremos al maestro como una presencia. Seremos conscientes de su presencia en nuestra vida, particularmente y más concretamente de su presencia en nuestra meditación.

A Wake up Call

Sant Mat nos capacita para realizar el viaje de la consciencia. A través de la práctica de la meditación alcanzamos un nivel de pureza mental que nos permite entender y captar con profundidad la verdad, la esencia que subyace tras todas las formas y fenómenos aparentes de la existencia. Sant Mat nos lleva finalmente a resolver el porqué de nuestra existencia, el sentido de la vida, desvelándonos todas las incógnitas que han estado con nosotros desde tiempo inmemorable y que los seres humanos no hemos sabido resolver.

En efecto, las personas que hacen de las enseñanzas espirituales su dedicación principal en la vida logran vivir sus vidas con una consciencia creciente que les acerca a la verdad única y cristalina, libre de las sombras provocadas por las constantes distracciones de un mundo falso y efímero. Es precisamente este crecimiento interior lo que nos prepara para que cada día de nuestra vida tenga una luz nueva. Los ojos con los que nos asomamos a la vida nos proporcionan un cuadro e interpretación del mundo siempre diferente, dependiendo de nuestro estado de consciencia. En realidad, como señalan los místicos la práctica de la meditación expande la consciencia hasta la fusión total entre el ser y su Creador.

Muchas veces los maestros espirituales para acercarnos a la profundidad de las enseñanzas que transmiten utilizan historias en las que subyace una enseñanza, una moraleja, una inspiración... Así lo han hecho todos los místicos a través de los tiempos. Por ejemplo, Jesucristo les hablaba a sus discípulos en parábolas, en otras épocas otros místicos lo han hecho a través de la poesía, la música, etc. Estos vehículos de comunicación le hablan a la conciencia y al entendimiento de los seres humanos y los conmueven, provocando un impulso en ellos que se traduce en una intensificación de la búsqueda espiritual.

La verdad que los maestros rebelan parece tomar siempre un sentido diferente, una lectura diferente dependiendo de nuestro estado de consciencia. Valiéndonos de este razonamiento, se presenta a continuación una breve narración de 1866 del autor, poeta y filósofo bengalí Rabindranath Tagore titulada: *El grano de trigo*. Está cargada de simbolismo, y la reflexión sobre ella, a la luz de las enseñanzas de los maestros, no nos deja impasibles. Nos habla de un mendigo que se encontró en su camino con un dadivoso rey que viajaba en su carroza real... Dice así:

Iba yo pidiendo, de puerta en puerta, por el camino de la aldea, cuando tu carro de oro apareció a lo lejos, como un sueño magnífico. Y yo me preguntaba, maravillado, quién sería aquel Rey de reyes. Mis esperanzas volaron hasta el cielo, y pensé que mis días malos se habían acabado. Y me quedé aguardando limosnas espontáneas, tesoros derramados por el polvo. La carroza se paró a mi lado. Me miraste y bajaste sonriendo. Sentí que la felicidad de la vida me había llegado al fin. Y de pronto tú me tendiste tu diestra diciéndome: "¿Puedes darme alguna cosa?". ¡Ah, qué ocurrencia la de tu realeza! ¡Pedirle a un mendigo! Y yo estaba confuso y no sabía qué hacer. Luego saqué despacio de mi saco un granito de trigo, y te lo di. Pero qué sorpresa la mía cuando al vaciar por la tarde mi saco en el suelo,

encontré un granito de oro en la miseria del montón. ¡Qué amargamente lloré por no haber tenido corazón para dártelo todo!

Ciertamente, ¡cuánto lamentó el mendigo no haberle dado mucho más al generoso rey!, un rey que tenía el poder de transformar todo lo que le ofrecían en el oro más valioso del mundo. “¡Ese oro hubiera cambiado para siempre mi pobre vida”, pensaba para sí el mendigo!

Y así andamos nosotros en el camino de la espiritualidad: parados en medio del camino esperando que llegue la gracia de Dios, el milagro... El maestro no cesa de explicarnos que su gracia está con nosotros las 24 horas del día y que no es necesario pedirla. No es cuestión de su dádiva hacia nosotros sino de nuestra receptividad. ¿Nos hemos parado a pensar que como en la historia, cada día, a cada instante, el carruaje dorado del maestro pasa por nuestra vida? Sin embargo, ¿qué le damos? ¡Las sobras, tan solo migajas...! ¿Como podemos esperar el brillo y el resplandor de la riqueza interior si no le damos la oportunidad para que nos transforme?

Solo podemos darle migajas porque para nosotros todo es importante en la vida, y la espiritualidad es lo último; por eso nos pilla con los bolsillos vacíos. Puede ser que falsamente creamos que somos muy humanos y espirituales, pero, aunque sea duro reconocerlo, estamos dominados por la mente y difícilmente podemos escapar de su poder, difícilmente podemos vivir una vida orientada plenamente a la espiritualidad.

Nuestros bolsillos están vacíos porque solo le damos al maestro las sobras de nuestro tiempo: unos minutos de práctica aquí y allá sin mayor dedicación... No nos esforzamos lo suficiente para que su presencia nos acompañe en nuestra vida; se nos olvida

recordarle, y cualquier otro pensamiento o interés toma importancia. Nuestros días se van consumiendo, y cuando miramos en retrospectiva el tiempo pasado nos damos cuenta de que podíamos habernos esforzado mucho más, podíamos haberle dado más. Vemos como día tras día nuestros bolsillos se han llenado de pensamientos y acciones sobre lo que nos preocupa en la vida: nuestros planes, nuestros afanes, nuestros seres... ¡Ni una sola manifestación real de recuerdo al benefactor espiritual, de su importancia en nuestra vida, gracias a quien tenemos esta oportunidad.

En el libro *Luz divina*, Hazur Maharaj Ji nos explica:

Los santos vienen a este mundo a “dar”, no a “tomar”. ¿Qué puede ofrecer a Dios este pobre mundo? Sin duda, has interpretado erróneamente el significado de la frase “dar todo al maestro”. Hemos de guardar todas esas cosas con nosotros como meros depositarios, creyendo y comprendiendo que son dones recibidos de Dios, el cual nos los ha otorgado por su gracia, pero debemos mantener nuestra mente totalmente desprendida de ellos.

El maestro tiene como misión ayudarnos a despojarnos de nuestra condición mundana y material, pero para que pueda hacerlo tenemos que darle un poquito de nosotros mismos, tenemos que estar atentos a su paso, a su presencia en nuestra vida: tenemos que reconocerle en todo.

No hay nada que en realidad merezcamos ni que nos pertenezca. Las circunstancias en las que nos encontramos y los bienes de los que disfrutamos se deben a la gracia del maestro, sin la cual podríamos estar privados de todo. Por tanto, como ilustra esta historia, la pregunta que debemos hacernos es: ¿Cuál es la mejor forma de responder a la petición del maestro en el momento

en que se produzca el encuentro? Reflexionemos, porque ese encuentro se producirá inevitablemente, por lo tanto, debemos estar preparados: la carroza del rey puede pasar en cualquier momento y pedirnos nuestra ofrenda. Nuestra vida debe ser una vida entera de preparación, como constantemente remarcan los maestros, para que cuando llegue ese momento, hayamos hecho un acopio de riqueza espiritual tal, que nuestra ofrenda sea tan generosa que le complazca plenamente.

¿Qué debemos hacer para que ese encuentro sea fructífero y podamos ofrecerle lo que es de su agrado? ¿Qué podemos hacer para que no tengamos que lamentarnos de nuestra pobreza interior?

En el libro *Muere para vivir* leemos:

El maestro está complacido cuando el alma trabaja duro para ir de vuelta al Padre, [...] el maestro está feliz de que el alma –que se había extraviado, que era esclava de los sentidos, que no sabía nada del Padre, que estaba ciega para el Padre–, haya empezado a percibirlo interiormente. Se ha vuelto más y más ligera, ha comenzado a brillar y está ahora en posición de sumergirse nuevamente en el Padre.

Podemos trabajar con más esfuerzo para el encuentro, necesitamos entregarnos mucho más si queremos llegar al lugar de la reunión: el centro del ojo. En efecto, nuestra tarea de alcanzar el tercer ojo requiere de una lucha constante, puesto que la mente siempre escapa de este punto. Tendremos que traerla nuevamente de vuelta una y otra vez al centro del ojo; volverá a escaparse, nos dificultará la tarea muchas veces y de diferentes maneras, pero nosotros tenemos que continuar trayéndola persistentemente a dicho centro.

El Gran Maestro nos da la clave para practicar con acierto. Dice en *Joyas espirituales*:

De la misma forma que creamos hábitos en este mundo repitiendo algo una y otra vez, tenemos igualmente que originar el hábito de la concentración de la mente, mediante la atención a la meditación de manera regular, constante y puntual. Tenemos que crear en nuestra mente el hábito de la concentración y, poco a poco, triunfaremos. Por supuesto, es muy difícil. Es una lucha para toda la vida, no de un día o dos. Es una lucha constante con la mente, pero vale la pena.

No nos quedemos fuera mirando el espectáculo del mundo. El maestro desea con más fuerza que nosotros que vayamos al interior para llevarnos todo el tiempo en su carruaje de oro, confortable y resplandeciente en el que no entra la impureza del mundo, y donde colmados de su amor y gracia no nos falta nada. Sin embargo, para estar a salvo de esa impureza, es importante que todos nuestros esfuerzos se dirijan a completar la tarea: llegar al centro del ojo. Allí encontraremos la riqueza que nos permitirá viajar a salvo con el maestro, en su carruaje inmaculado, protegidos por su amor de todo dolor y sufrimiento del mundo.

El Gran Maestro nos dice en *Joyas espirituales*:

Tendrás todo lo que deseas, las cosas más maravillosas y extraordinarias que jamás hayas podido soñar. Aquel que tiene que dártelo todo está dentro de ti en el tercer ojo. Tan solo está esperando que se limpie tu mente, y vigila todas tus acciones.

Mientras la mente esté dispersa y agitada con los deseos y la necesidad de acciones externas, permanecerá distraída y no podremos enfocar nuestra atención. Y mientras nuestra atención

no quede concentrada en el centro del ojo, no podremos entrar en los sutiles reinos espirituales, no podremos entrar en la carroza del rey, en el fascinante mundo del espíritu donde el que logra entrar, alcanza un punto de inflexión que da un giro de santidad a su vida y las cosas jamás vuelven a ser como antes.

Todo lo que necesitamos es no engañarnos nunca más con los espejismos de la existencia. Hemos estado muchas vidas sucumbiendo al engaño de las cosas de este mundo, creando pesadas cadenas que nos han encadenado vida tras vida a la rueda del sufrimiento de la existencia, haciéndonos portadores de una pobreza espiritual decadente y lamentable. Solo una conciencia clara, limpia y pura, lavada con el jabón de la meditación y el agua del Shabad, hará posible que nuestro encuentro con el maestro sea una experiencia fructífera.

Sí, Sant Mat es el viaje de la conciencia. El maestro ya lo ha dicho muchas veces, no tenemos que ir a ninguna parte, todo está dentro de nosotros, todo empieza en este punto: el centro del ojo. Solo tenemos que llegar ahí, expandir la conciencia, despertarla al amor espiritual y unirla junto al Dador de quien nunca debió separarse. En esto consiste la autorrealización y la realización espiritual, esta es la misión que los seres humanos, como especie superior de la creación, deben completar en la vida. Sant Mat nos otorga la conciencia verdadera que desvelará en profundidad todas nuestras grandes preguntas a través de la meditación. La práctica del simran y el bhajan es la dedicación infalible que todos los iniciados deben convertir en lo más importante de sus vidas.

Podemos expresar con muchas palabras escritas lo que requiere de una sola conclusión: *Podemos dar más*, mucho más de nosotros mismos, y nuestras excusas solo muestran la necesidad de valorar lo que es importante en la vida, y a qué debemos

dedicarnos de todo corazón. Como Sardar Bahadur nos recuerda en *La ciencia del alma*:

Durante incontables eras hemos estado separados del Señor en el pasado, en un extravío desenfrenado. Hemos estado tan encadenados y arrastrados por la mente y la ilusión, que nos hemos olvidado por completo de él y de nuestro origen divino. Necesitamos una total reorientación. Tenemos que decirle a nuestra mente que, aun cuando miles de vidas hemos obrado con arreglo a sus mandatos, ahora estamos decididos a consagrar esta vida a Dios, y solo a Dios. Todos los momentos libres deben ser para el bhajan. Ahora todo nuestro tiempo ha de ser suyo.

A menudo decimos que Sant Mat es un sendero de autorrealización y de realización de Dios. Pero ¿qué es la realización? ¿Qué significa realizar algo?

En el lenguaje corriente, realización significa que algo ya es un hecho, que de por sí es real, ya está presente, solo que nosotros no lo sabíamos, no nos dimos cuenta. Para nosotros no era real. Por ejemplo, supongamos que estamos muy concentrados llevando a cabo una tarea como cocinando, leyendo, haciendo balance de nuestras finanzas, etc., y nuestro amigo entra en la habitación. No nos damos cuenta, así que nuestro amigo espera. Entonces miramos a nuestro alrededor, y sorprendidos decimos: “¡Oh! ¡No me di cuenta de que estabas ahí!”.

Del mismo modo, Sant Mat es un sendero de realización en este mismo sentido. Es una manera de despertar a la realidad más profunda de la vida. Nuestro amigo –nuestro amigo verdadero– está justo aquí a nuestro lado, y no nos damos cuenta.

A Wake up Call

Un alma puede estar sujeta a una serie de reencarnaciones hasta que la persona que la habita responda a su llamada para alistarse en la lucha por la liberación de las chispas divinas de su prisión. El ciclo de la reencarnación es una especie de exilio del alma, y cuando finalmente se le permite regresar a su divino origen, entonces encuentra la paz.

Rabbi Yaakov Yosef. Citado en *El Nombre sagrado*

- P. Quiero preguntar por el dolor y el sufrimiento, y cuál es su relación con la consciencia individual y la consciencia universal.
- R. Verás, cuando cuerpo, mente y alma no están sincronizados entre ellos, alguno de los tres sufre. Si los tres van juntos, están sincronizados entre sí. Pero cuando van en diferentes direcciones, alguno tiene que sufrir. El alma sufre cuando el cuerpo cae víctima de los placeres sensuales, de los sentidos, ya que la tendencia del alma va en diferente dirección. La tendencia de la mente a través de la carne va en otra dirección. Así pues, el alma sufre, seamos o no conscientes de ello. Y cuando la mente no se acopla al cuerpo, sufre enfermedad mental, preocupaciones, problemas mentales. A menos que los tres se sumerjan en su propio origen, ninguno puede escapar del sufrimiento. El alma sufre pues está separada de su origen, el Señor. La mente porque está separada de la segunda región, trikuti, la mente universal, y se ha vuelto esclava de los sentidos. El cuerpo sufre porque sus cinco elementos están separados de la tierra, del agua, del aire, del fuego y del

éter. Cuando morimos, ¿qué ocurre? Los cinco elementos se funden con los cinco elementos. Finaliza el sufrimiento del cuerpo. Cuando la mente se sumerge en la mente universal, su sufrimiento cesa. Cuando el alma vuelve a sumergirse en la divina melodía interior, el Señor, su sufrimiento finaliza. En tanto estén separados de sus orígenes, tienen que sufrir. No hay otra salida para ninguno de los tres. De un modo u otro sufren. Solo es cuestión de más o menos.

- P. Quisiera entender tu lógica, pero me siento arrastrado por el gran número de personas que tienen un entendimiento igual al mío, que prefieren el progreso moderno a la paz y felicidad de antaño.
- R. Eso es lo que digo, pero nos corresponde a nosotros juzgar si estamos mejorando o empeorando. No afirmo que ellos no prefieran esto. A todos nos agrada ser mejores seres humanos; pero lo que está por dilucidar es si nos hemos convertido o no en mejores seres humanos. Creo que llegará el día en que nos daremos cuenta de que tenemos que decir adiós a esta civilización moderna y volver al modo de vida natural para tener más paz y mejor salud. Pienso que en cada uno de nosotros está aflorando la constatación de que hemos llegado a la cima, y ahora nos sentimos desilusionados con esta civilización. A pesar de todos estos logros materiales a nuestro favor, ¿somos más felices o tenemos más salud que antes?
- P. Pero también creo que ahora hay más personas que antes conscientes del misticismo y la espiritualidad.
- R. Es cierto. Y puedes atribuirlo a la civilización moderna, porque esta nos ha hecho más infelices y frustrados. Así que intentamos hallar la paz y la felicidad basándonos más en el misticismo, inclinándonos más hacia la espiritualidad. En este

sentido puedes reconocer y atribuirle a la civilización moderna el que ahora estemos buscando la verdadera felicidad.

- P. Estoy un poco confuso. ¿Debo entender que hablas de Dios como una entidad separada que no mora en nuestro interior o como alguien a quien le rezamos fuera? Yo siempre he pensado que Dios vive dentro de nosotros.
- R. Dios está dentro de todas las cosas del universo. Él está dentro de nosotros. Sin embargo, incluso estando dentro sigue separado de nosotros. Por eso tenemos que eliminar esa barrera de separación. Él está dentro de nosotros. Cuando seamos conscientes de él en nuestro interior encontraremos a Dios en todas partes. Pero a menos que lo encontremos interiormente, nunca lo encontraremos fuera. No podemos encontrar a Dios en el exterior. Él está en nuestro interior, pero no lo vemos dentro de nosotros. Tenemos que eliminar este velo de ignorancia que se interpone entre el alma y el Señor. El alma está dentro del cuerpo y el Señor está dentro del cuerpo. Tenemos un velo o una barrera de mente entre el alma y el Señor. Tenemos que eliminar este ego, esta mente, que obstaculiza el camino. Solo entonces el alma podrá ver a Dios interiormente, y cuando veamos al Señor dentro de nosotros, dondequiera que miremos no veremos más que al Señor. Esto es lo que intentaba explicar cuando dije que cuanto más cerca estemos del Señor, más cerca estaremos unos de otros. Cuanto más alejados estemos del Señor, más alejados nos sentiremos de los demás. No podemos unirnos en el ámbito político, económico o social. Por lo menos la historia no nos anima en ese sentido. Solo podemos unirnos sobre una base espiritual. Estamos juntos. Somos uno. Todavía podemos ser uno. Así pues, cuando seamos conscientes de él interiormente, dondequiera que miremos no encontraremos nada más que al Señor.

Spiritual Perspectives, vol. I

No penséis que he venido para traer paz a la tierra; no he venido para traer paz, sino espada.

(Mt. 10:34)

Muchas veces cuando los discípulos le hacen preguntas a su maestro, él no responde directamente, y mucho menos con grandes teorías o elocuentes disertaciones. Puede que en ocasiones lo haga por medio de fábulas o parábolas, o tal vez usando una ilustración vívida y práctica. Tomemos el ejemplo del gurú que viajaba en una barca junto a su discípulo:

El gurú estaba remando, agarrando los dos remos –uno en cada mano–, cuando el discípulo preguntó: “¿Por qué Dios nos brinda la desdicha, así como la felicidad? ¿Acaso no puede concedernos siempre felicidad?”. El gurú no contestó directamente, únicamente le entregó un remo al discípulo y le pidió que remara la barca mientras él se quedó tranquilamente sentado, como si estuviera muy cansado. Muy a su pesar, el discípulo se dio cuenta de que la barca estaba girando en círculos alrededor del lugar y no había avanzado a pesar de sus mejores esfuerzos. Avisó al gurú y suplicó que le dijera qué hacer. El gurú le entregó el segundo remo. Cuando el discípulo colocó el segundo remo al otro lado, la barca comenzó a moverse hacia delante.

Finalmente, el gurú le dijo al discípulo: “Nuestra vida es como esta barca; la alegría y la desdicha representan los dos remos. Ambos remos son necesarios si la vida tiene que continuar”.

El gurú podía haber respondido exponiendo las leyes del karma, acción y reacción... Pero el sencillo ejemplo formó una profunda y potente impresión en la mente del discípulo.

Los místicos nos explican que este mundo nunca será perfecto. Si este mundo tiene que continuar existiendo debe seguir siendo imperfecto. En el momento en que alguien se vuelve perfecto, regresa al Padre. Así pues, si el Señor quiere que la creación continúe, habrá sufrimiento, habrá desavenencias, hogares rotos, tragedias, etc.

Siempre es una combinación de karmas buenos y malos lo que nos trae a un cuerpo humano. Por consiguiente, y puesto que es una combinación de lo bueno y lo malo, naturalmente, nunca se puede ser permanentemente feliz en este mundo. También hay que sufrir.

Si tuviésemos en nuestro haber únicamente karmas buenos, acciones buenas, estaríamos ahora en el cielo. Si en nuestra cuenta solo hubiera acciones o karmas malos, ahora estaríamos en el infierno. Pero si tenemos acciones buenas y malas combinadas, obtenemos una forma humana. Esta es la razón por la que encontramos tantas desigualdades en este mundo. Algunas personas tienen más karmas buenos que malos, y por eso son más felices que infelices, más ricas que pobres. Otras tienen más karmas malos que buenos, así que tienen más días infelices y menos días felices en este mundo.

En este sentido, Hazur Maharaj Ji, comenta en el evangelio de San Mateo:

Cristo afirmó que no había venido a traer paz a este mundo. Vino con una espada. Su propósito al venir a este mundo no era convertirlo en un paraíso, era cortar el apego de sus

discípulos a este mundo con la espada de la verdad. La finalidad de los santos no es hacer que el mundo sea perfecto. Vienen a sacarnos de este mundo para devolvernos al Padre. No vienen aquí para mejorar nuestra suerte. Nos dicen que el sufrimiento seguirá formando parte del mundo. Si queremos librarnos de este sufrimiento solo hay un camino: volver al Padre. Así que su propósito no es mejorar este mundo, su objetivo es sacar a las almas de él.

Es la combinación de karmas buenos y malos lo que nos ayuda a conseguir esta forma humana.

Así que mientras estamos en esta forma humana, debemos elevarnos por encima de estos buenos y malos karmas; y solo podemos elevarnos sobre ellos a través de la devoción al Señor, apegando la mente al sonido o corriente audible de la vida.

Hazur Maharaj Ji en *Spiritual Perspectives, vol. 1*, nos dice:

Únicamente el apego al sonido crea desapego en nuestro interior. El sonido, la corriente audible de la vida, está aquí, en el centro del ojo, y cuando con la ayuda de la concentración y la contemplación de la forma del maestro retiramos nuestra atención hasta este lugar, podemos mantener ahí nuestros pensamientos. Apegamos nuestra mente y nuestra alma, atadas juntas, a ese Shabad o Verbo, ese sonido o Logos. Su apego automáticamente nos desapega de los sentidos y nos eleva. Eso nos desapega de todos esos deseos y apetitos. Mientras la tendencia de la mente es descendente, todos esos deseos y apetitos permanecen. Pero cuando esa tendencia se vuelve ascendente, automáticamente, abandona esos deseos y apetitos.

... Si temprano hubiera conocido
que el sendero del amor es el infortunio,
hubiera gritado a golpe de tambor:
Nadie, o, que nadie venga
al sendero del amor.

No rompas la atadura del amor, te suplico,
deja que mi amor crezca día a día.
Ámame, oh ámame más y más,
a ti solo, oh Señor yo adoro.

[...] Fuerte como cristal de roca tú eres;
Yo, una pared de arena, débil de corazón.
¿Cómo amarte?, ¡oh Señor mío!,
oh precioso Señor, por favor, hazme tuya.

[...] Crecido con las lluvias,
con abundante torrente,
presto en menguar y en volverse seco;
engañoso como ese arroyo de montaña,
profundo y fluido el amor mundano
puede parecer.

[...] No rompas la atadura del amor, te suplico,
deja que mi amor crezca día a día.
Ámame, oh ámame más y más,
A ti, oh Señor, Mira adora.

Mira la divina amante. M.S.S., p. 444

*No debes sentirte infeliz por tu soledad.
Nacemos solos, y dejamos este mundo solos.
Nadie nos acompaña. Incluso este cuerpo tiene
que dejarse atrás. Son el maestro y la corriente
del sonido los que nos acompañan a la hora
de la muerte, y después de esta.*

M. Sawan Singh. Joyas espirituales

La soledad, ¿qué sentimiento es este que aflora desde nuestro interior? Una soledad que no percibimos ni sentimos hasta que un buen día, sin llamarla ni pedirnos permiso, llega a nuestras vidas sin avisar.

En tan solo un momento podemos percibir como la muerte nos arrebatara lo que más queremos, nuestros seres queridos. Los golpes del destino nos ponen en situaciones muy diversas y difíciles en ocasiones. En un instante podemos perder grandes amistades, podemos perder la confianza, las riquezas..., y el desamor también puede producirse en lo que pensábamos que era un gran amor.

¿Qué hay detrás de todo este gran escenario? ¿Qué se esconde en este sufrimiento originado por la pérdida? La soledad. La soledad con la sombra del sufrimiento que ocasiona.

Una soledad que penetra en nuestras vidas diciéndonos que siempre estuvo ahí, pero que fuimos inocentes en ocasiones y otras torpes al no querer mirar y comprender que es inherente a la vida. Siempre hemos estado solos, y todo aquello que construimos, que deseamos de este mundo y a lo que nos apegamos

tanto, ya sean personas o cosas, es tan solo un vano intento por no querer ver esta realidad: nuestra soledad. En *Spiritual Perspectives*, vol. I, Hazur Maharaj Ji dice:

Este sentimiento de soledad no nos abandona a pesar de lo que logremos en este mundo. En realidad, esa es la inclinación del alma hacia su propio origen.

¿Por qué huimos de esta realidad? ¿Por qué nos da tanto miedo la soledad? Algunas personas intentan acallarla aumentando sus deseos materiales y apegos en el mundo. Pero hay otras, en cambio, que comienzan a preguntarse y a buscar, a buscar de verdad en esta soledad encontrada.

La soledad es algo que nos abre las puertas de la consciencia para buscar en lo más profundo de nuestro interior. En ese gran vacío que nos da miedo mirar. Hazur Maharaj Ji, en *Spiritual Perspectives*, vol. I, nos dice:

Si no fuese por este sentimiento, el instinto del alma hacia su propio origen, nadie encontraría al Señor. Si no le echamos de menos, si no sentimos la separación, si no nos sentimos solos en el mundo, jamás pensaremos en el Señor. Es un instinto natural que el Creador ha puesto en nosotros. Nos ha hecho formar parte de esta creación y él permanece alejado, aunque mantiene un vínculo con nosotros: el sentimiento de volver a él, la urgencia natural que ha creado en nosotros por volver con él. Esto nos obliga a buscarle, a encontrarle.

La pérdida de las cosas materiales, de las relaciones y las personas, nos produce un tremendo dolor. De hecho, es “el gran dolor de la separación”. Y tanto mayor es cuanto más apegados estemos a estas relaciones. Una separación que tan solo es lo que es, el

vislumbre de nuestra soledad. Porque es esta separación, con su tremendo dolor, la que nos permite ver que ¡estamos solos!

A la pregunta: “¿Cómo podemos acabar con nuestra soledad?”, Hazur Maharaj Ji, en *Spiritual Perspectives*, vol. I, nos dice:

Nunca podremos sobreponernos a la soledad hasta que dejemos al alma volver a su fuente. Podríamos tener el mundo entero a nuestra disposición, pero nunca superaríamos el sentimiento de soledad. Hay una etapa en la vida donde nos sentimos completamente solos. Nada nos pertenece. Podemos intentar engañarnos a nosotros mismos pensando que esto o aquello nos pertenece, que nosotros pertenecemos a alguien o que alguien nos pertenece, pero esto es solo un autoengaño. Porque el anhelo del alma siempre es hacia su propio origen, y este sentimiento de soledad nunca puede abandonarnos a menos que permitamos al alma volver a Él.

Y añade Hazur Maharaj Ji:

En este mundo no existe la felicidad permanente. Algunos se sienten cómodos en la infelicidad, otros se sienten incómodos, pero nadie puede ser feliz en la separación. Esa soledad no puede abandonarte. Es el anhelo del alma por fundirse con el Padre. No puedes superar esa soledad.

Entonces, preguntémosnos: ¿Qué estamos haciendo nosotros para acabar con esta soledad? ¿Acaso pensamos que buscando la felicidad del mundo podremos dejar de sentirla?

Los místicos nos dicen que si buscamos la felicidad en este mundo material no la encontraremos. Nuestra búsqueda de la felicidad está equivocada, porque la estamos buscando en el lugar incorrecto. En este mundo impera el cambio, es un mundo de

ilusión, donde nada es permanente. ¿Cómo podría tener cabida la felicidad permanente en un mundo cambiante?

¿Hacia que búsqueda nos impulsa la soledad? Tan solo a encontrar nuestra identidad real. Y esta identidad nos lleva a preguntarnos: ¿De dónde venimos y adónde vamos? Estas son las preguntas del verdadero buscador que le llevan a buscar la verdad. La búsqueda de la verdad no es otra más que buscar a Dios.

En Sant Mat, la ciencia del alma, a esta persona la identificamos como “buscador”. Alguien que busca la Verdad (el Shabad o Verbo). Cuando esto se produce, llega a nuestro encuentro un maestro y la iniciación en un sendero espiritual toma forma. Esta es la gracia de Dios a nuestra sincera búsqueda. Él nos pone en contacto con un maestro y nos concede la iniciación.

Así pues, el dolor, la tristeza que percibimos en esta soledad, es el llanto del alma reivindicando su identidad, porque somos alma, una gota de la divinidad. Y sabiendo lo que somos, nos daremos cuenta de que lo que realmente buscamos es a Dios, buscamos la realización de Dios. Ese Shabad o Verbo encarnado en nuestro interior. Porque venimos de Dios, hacia él caminamos y a él hemos de volver. Hazur Maharaj Ji, en *Spiritual Perspectives*, vol. 1, nos dice:

Ninguna explicación lógica puede demostrar la existencia del Señor. Pero él nos da una prueba de sí mismo cuando provoca esa soledad en nuestro interior. En realidad, esa es la inclinación del alma hacia su propio origen. No descansará hasta que regrese a su fuente, su propio origen. Así que el alma en el cuerpo demuestra la existencia del Señor.

Se trata de la auténtica búsqueda por ir a la fuente, por retornar y regresar a casa. Pero ¿por qué existe este anhelo escondido del

alma? La propia naturaleza de las cosas nos dice: Todo aquel que se ha alejado de su fuente, busca de nuevo el momento de la unión.

La soledad es algo que se hace imprescindible y necesario para nuestro objetivo: la realización de Dios. En esta vorágine de deseos y apegos mundanos, el tremendo ruido material no permite escuchar el llanto silencioso del alma. Pero ¿por qué no pararnos y escuchar? En el silencio interior, a salvo del inquebrantable ruido del mundo, podremos escuchar este llanto. El suspiro del alma, su reivindicación y su verdadero deseo, que solo es uno: Dios. ¡Solo con Dios nos basta...! Como dice Santa Teresa en ese tan pequeñito, bello y extraordinario poema *Nada te turbe*:

Quien a Dios tiene, nada le falta. Solo Dios basta.

Que nada nos turbe, que nada nos incomode, que nada nos preocupe. No deberíamos agobiarnos tanto ni entristecernos en exceso por el incesante vaivén de las cosas de este mundo. Recordemos lo que tantas veces nos aconsejan los maestros: ¡No te preocupes, medita y sé feliz!

¿Qué buscamos en esta vida tan preciosa que Dios nos ha dado? ¿Qué queremos de este mundo, puesto por Dios a nuestra disposición? Al final tendremos que hacer esta decisión: ¿Encarnamos el Verbo en nuestro interior, o tal vez explotamos egoístamente el materialismo para una vana satisfacción? ¿Buscamos honores, riquezas, posesiones? o ¿buscamos a Dios? En realidad, no es sino un mal hábito creado por nuestra mente, un desorden en la ley natural de Dios, lo que origina que nos esforcemos por obtener las cosas perecederas de este mundo. Posesiones materiales innecesarias que nos hacen perder la gran posibilidad de buscar a Dios.

Solo necesitamos a Dios y al maestro, practicar sus enseñanzas y tomarnos como verdaderas todas sus palabras y sus amorosos

consejos. “Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas”, leemos en el evangelio de San Mateo (6:33). Si le dedicamos el tiempo a esta búsqueda real, todo lo demás vendrá después. Este es el gran mensaje que nos deja Jesús en los Evangelios. Que busquemos primeramente el reino de Dios porque es el camino hacia la felicidad permanente. Todo lo demás, nos vendrá por añadidura. Nos vendrá una felicidad no solo permanente sino inconmensurable, pues tal es su medida que nos hace olvidar no solo las tristezas y sus penas sino también sus causas. En *el Bhagavad Gita (IX:22)*, leemos:

A quienes meditan en mí, considerándome lo más amado, y se mantienen siempre unidos a mí a través de su adoración incesante, les compenso sus deficiencias y hago permanentes sus logros.

Ambos textos nos quieren decir lo mismo: Cuando somos capaces de traer a Dios a nuestras vidas con amor y devoción, recibimos todas sus bendiciones automáticamente. Se trata de buscarle con amor y devoción; y después mantenerse siempre unidos a él a través de la meditación. ¡No olvidarle!

Finalmente, conforme vayamos profundizando en la búsqueda interior, comprenderemos que no tenemos otra opción que *conquistar la soledad* que sentimos por estar separados de él. Pues solo así podemos aprender, por experiencia, que el dolor que nos produce es la expresión del anhelo por volver a él, y esa es la fuerza que nos motiva a buscarlo en nuestro interior, es lo que nos prepara realmente para hacer el verdadero esfuerzo por encontrarle y crecer a un amor tan grande que nos una para siempre a él.

*Todo se reduce justamente a la atención:
la atención ininterrumpida en el centro del ojo,
sin permitir que se introduzca en la
consciencia ningún otro pensamiento
que te aleje del centro.*

M. Sawan Singh. Joyas espirituales

Solo hay una mente, pero a efectos prácticos y dependiendo de donde ponemos nuestra atención, podemos hablar de dos mentes: la mente que se dirige al interior y la que se dirige al exterior.

[...] La mente indisciplinada que siempre se dirige al exterior, necesita entretenimiento constante. Le gusta dirigirse hacia el mundo. Nunca tiene paz y está obsesionada con el yo y lo mío. Siempre está inquieta. Esta mente ha secuestrado nuestra verdadera identidad y pretende ser nuestra naturaleza real. Estamos tan acostumbrados a verlo todo a través de las lentes de la mente exterior, que correr tras los sentidos y mantener la mente enfocada en la experiencia humana pensando, juzgando y etiquetando se ha convertido en parte de nosotros mismos.

La mente exterior está obsesionada con todo tipo de deseos y formas. Ama la variedad. Pero pronto se aburre, se siente sola y busca entonces nuevas formas de entretenimiento. Nada satisface su apetito. La mente exterior es la mente centrada en sí misma, que funciona por debajo del centro del ojo y que se ofende, se siente herida y padece el drama del karma. Esta es la mente que teme la muerte del cuerpo, porque sabe que es su propia muerte.

Es la mente que alimenta el ego, que ha creado la personalidad y es responsable de que hagamos la distinción entre el yo y todos los demás.

Manteniendo nuestra atención en el mundo, la mente exterior ha creado la ilusión de que estamos separados y solos. Con una ilusión tras otra, con un concepto tras otro, hemos construido una sólida individualidad o ego que nos tiene encerrados en un aislamiento permanente. Todo lo que esta personalidad separada puede experimentar es una breve felicidad, seguida de ansiedad, sufrimiento y miedo.

La mente dirigida al interior es ese aspecto de la mente que mantiene la atención en su propio centro, en el sonido interior. A la mente interiorizada le gusta permanecer en el interior, en la paz y la dicha que llegan con la contemplación del sonido interior.

La mente dirigida al interior funciona desde el centro del ojo hacia arriba y, por tanto, trasciende los pensamientos, sentimientos, sufrimientos y juicios. No se identifica con el ego, por lo que no se toma las cosas personalmente ni se siente ofendida. No se aferra ni corre hacia el mundo en busca de placeres sensuales. No busca los pensamientos para entretenerse. De todo es testigo, pero ni juzga ni condena. Se halla en paz en la quietud interior. La mente interior es como un cielo claro y luminoso, que permite pasar de largo a las nubes de pensamientos y sentimientos sin verse afectada por ellos.

Por medio de la meditación podemos familiarizarnos con la mente dirigida al interior y mantener nuestra atención en el sonido interno. Si lo hacemos, alcanzaremos una paz duradera, sabiduría absoluta y total libertad. Alcanzar esta consciencia superior es el objetivo de la espiritualidad. En ese estado de creciente y tranquila

percepción, la mente se inmoviliza y el practicante comprende que su identidad real es el Shabad.

Para acceder a la mente interior, todo lo que tenemos que hacer es mantener nuestra atención en el simran y ser receptivos al sonido interno.

Cuando seamos capaces de mantener la atención inmóvil en el centro del ojo, no nos afectarán las circunstancias externas ni los altibajos de la vida. Cualquier cosa que experimentemos en la vida, elogio o censura, fortuna, pobreza o enfermedad, será igual para nosotros.

Todos podemos tener contacto consciente con la paz, dicha y sabiduría del Shabad, si convertimos en hábito el mantener nuestra atención en el centro del ojo.

del yo al Shabad

*En el ciclo de la transmigración pasé miles de vidas,
pero nadie vino en mi ayuda.
Ahora el maestro me ha encontrado
y gracias a su misericordia me ha concedido
el misterio del Shabad, la esencia misma de la vida.
Atrás he dejado las nueve puertas
dedicándome ahora a la décima,
y mediante la práctica del Verbo
he obtenido la esencia.*

Soami Ji. Sar bachan prosa

No olvidemos que todos tenemos la gran responsabilidad de ayudar a los buscadores. Hagamos un enérgico esfuerzo para ofrecerles un ejemplo vivo de lo que Sant Mat representa. Elevémonos por encima de toda clase de mezquinas diferencias y envidias, trabajemos juntos con espíritu de colaboración, y vivamos en armonía y amor los unos con los otros. Todos necesitamos amor, quizás algunos más que otros, y cuanto más damos más crece.

M. Charan Singh. El maestro responde

... Inspirados por el ejemplo de nuestro maestro, estamos aquí para amarnos, apoyarnos y servirnos unos a otros con humildad y amabilidad.

A Wake up Call

Toma sencillamente la vida como viene. Nunca la preocupación ayudó a nadie. Hay un poder superior que guía nuestro destino. Esfuérzate por obrar según su voluntad. Solo Él sabe qué es lo mejor para nosotros. Él es todo bondad y misericordia. Entrégate a sus manos. ¡Qué el Señor te bendiga!

M. Charan Singh. Luz divina

En el ocaso de nuestra vida te examinarán en el amor; aprende a amar como Dios quiere ser amado y deja tu condición.

San Juan de la Cruz. Dichos de luz y amor

En el evangelio de Sant Mateo (22:34-40) leemos: “Entonces los fariseos, oyendo que había hecho callar a los saduceos, se juntaron a una. Y uno de ellos, intérprete de la ley, preguntó por tentarle, diciendo: Maestro, ¿cuál es el gran mandamiento en la ley? Jesús le dijo: Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente. Este es el primero y grande mandamiento. Y el segundo es semejante: Amarás a tu prójimo como a ti mismo. De estos dos mandamientos depende toda la ley y los profetas”.

En estos dos mandamientos se centra toda la ley de Dios, todas las normas que gobiernan el universo tanto visible como invisible, y por ellos, por esos dos mandamientos, se rigen todos los santos que vienen al mundo, y en ellos basan sus enseñanzas. Y como podemos observar, la base, la esencia, la premisa de ambos mandamientos es la misma: el amor. Amarás a Dios y amarás a tu prójimo.

No hay nada más, es así de sencillo; en este mismo momento podríamos dejar de escribir y finalizar los argumentos pues en estos dos mandamientos está todo el conocimiento, todo el saber, el objetivo, la misión de la vida, la razón de nuestra existencia. Pero dicho esto, se plantea alguna que otra cuestión:

¿Cómo amar a Dios? Y aunque la segunda regla, la de amar al prójimo es aparentemente más fácil, al final plantea tantas o más dificultades que la primera, ¿Quién es mi prójimo? ¿Mi familia, mis amigos, mis correligionarios, mis paisanos? ¿Tenemos que amar a aquellos que nos lastiman? ¿A los que son diferentes que nosotros en casta, en credo, en religión, en raza o posición social? ¿Tenemos que amar a los que ni siquiera conocemos?

Para nosotros Dios, mientras no trascendamos nuestro estado de conciencia actual, no es más que un concepto, una idea. ¿Se puede amar verdaderamente a un concepto?

Es verdad que podemos apasionarnos con una idea, con un sueño con una ilusión. Pero esta pasión siempre se centra en algo que hemos visto u oído, algo que sabemos que está ahí. Colón puso rumbo a lo desconocido, pero tenía referencias, tenía indicios, tenía señales... No era tan desconocido, por tanto.

Pero Dios, Dios es totalmente abstracto. Es inescrutable y es inefable, no puede describirse con palabras. "El Tao que puede describirse con palabras, no es el Tao", dice el Tao Te King. Y si en todo caso pudiésemos amar una idea, lo cierto es que estaríamos amando a nuestra propia idea. A la idea que nosotros nos hacemos de Dios, así que no estaríamos amando realmente a Dios.

Ciertamente, la mayoría de los seres humanos no podemos amar lo que no percibimos con los sentidos. Esto es algo en lo que también coinciden los santos de todas las épocas y nacionalidades.

Nuestra mente esta aferrada a los sentidos físicos, y dichos sentidos están dirigidos exclusivamente a aquello que pueden percibir: las sensaciones y mensajes exteriores. Apenas tenemos otra vida

interior que las reacciones químicas que producen las emociones, eso que llamamos sentimientos, motivados siempre por impresiones externas. Para llegar a Dios, necesitamos un estado de conciencia diametralmente opuesto; completamente distinto del que ahora tenemos, tan distinto que ni siquiera podemos llegar a comprenderlo.

El conocimiento intelectual puede ayudarnos, pero por sí solo es incapaz de alcanzar la divinidad, pues es una herramienta físico-mental y no puede llevarnos más allá de la mente y la materia.

Hay dos cosas que son imprescindibles para poder llegar a Dios y amarle: un maestro verdadero vivo y seguir al pie de la letra todo cuanto él nos indique.

A través del amor a un maestro vivo podemos llegar al amor a Dios. El maestro es un ser que está en ambos planos, está en el mundo en su forma física, y está en Dios en su forma espiritual. Su mente es pura consciencia, y no está oscurecida por la atracción de los sentidos materiales, es una manifestación de Dios; todos los somos. La diferencia que hay entre el maestro y nosotros es que el maestro ya es consciente de Dios, consciente de su propia divinidad y de la nuestra, y nosotros no.

Los místicos dicen que hay dos formas de alcanzar a Dios: amor y meditación. Si nuestro amor por el maestro es lo suficientemente grande, profundo y sincero estaremos amando directamente a Dios, pues no hay diferencia entre el maestro y Dios. Pero esta cualidad, esta condición de amor puro es punto menos que imposible que se dé en los seres humanos corrientes. Lo habitual, lo común es que tengamos que aprender a amar, amar con todo el corazón, con toda el alma y con toda la mente. Y esto solo se puede hacer si alejamos la atención de las cosas del mundo para

centrarla en el amor al maestro. Desapegándonos totalmente de los afectos mundanos.

El maestro a través de sus enseñanzas espirituales nos da un método para poder alcanzar este amor. Nos da un mantra, el simran, que nos servirá para recordarle. Y nos dice que lo repitamos interiormente centrándonos en el tercer ojo que es la puerta que comunica con el más allá, que comunica con estados de conciencia más elevados.

Cuando la repetición constante de este simran, consiga calmar, consiga aquietar, centrar nuestra mente, automáticamente, nos llevará a la contemplación de la forma espiritual del maestro. Y dicha contemplación permitirá fijar y hacer duradera la quietud de la mente. El simran es la forma natural de aprender: todo lo aprendemos a base de repetir, todo.

El estado de contemplación se denomina dhyan, y sirve para fijar el estado de calma mental que se consigue con el simran. El maestro nos enseña también la forma de escuchar en nuestro interior lo que algunos llaman la resonancia universal, el sonido inaudible que en Sant Mat se denomina Shabad, y es el equivalente en la *Biblia* al Verbo o Espíritu Santo, también es el Kalma, el Nam, el Tao... Este es un sonido que no puede escucharse con el sentido físico del oído, solo se puede escuchar interiormente.

El Gran Maestro expresa en el libro *Mi sumisión*:

Dios es amor y el amor es Dios, el Shabad es la voz de Dios.

Por tanto, el Shabad es la voz del amor, dulce y potente. Escuchar la voz del amor, escuchar la voz de Dios es sentir la fuerza del amor, y hasta la persona más fuerte y ruda queda prendada y sin fuerzas para resistirla cuando la escucha.

Hemos podido ver como en ocasiones hay personas que caen temblorosas y sin fuerzas al ver al maestro. Esto ocurre cuando el alma, aunque sea solo por un breve instante, siente la fuerza de atracción del amor verdadero. ¡Podemos imaginar que sentirá nuestra alma cuando en el interior llegue a escuchar la voz de Dios y a sentir su fuerza! Y esa es la intención del maestro, esa es su misión: ayudarnos a sentir la voz del Señor, a experimentarla, pues su fuerza y dulzura, al ser infinitamente más potente y atrayente que nada de lo que hayamos conocido o podamos llegar a conocer, nos alejará definitivamente de las atracciones mundanas y nos llevará al Señor.

Una vez nos atrape la fuerza del amor ya no nos dejará, al fundirnos en ella nos fundiremos en Dios mismo, pues maestro, Shabad, amor y Dios son sinónimos perfectos, son lo mismo. Esto es meditación, en eso consiste la meditación.

Y el segundo mandamiento dice: “Amarás al prójimo como a ti mismo”. Es muy difícil amar al prójimo, tenemos la tendencia de ver la mota en el ojo ajeno y no ver la viga en el nuestro, de disculpar en nosotros errores que en los demás aumentamos en importancia; preferimos criticar a colaborar y ayudar. Es mucho menos comprometido y nos hace sentirnos superiores, el orgullo está siempre al acecho dispuesto a saltar sobre nuestras conciencias y apoderarse de ellas, y del orgullo o del egotismo, que es lo mismo, nacen el desprecio, la ira, el odio. Estos males son la mayor desgracia para el mundo y para nosotros mismos. Son los que causan las diferencias, las disputas, las rencillas, las guerras, en definitiva el desamor, y son los que corroen y afligen nuestras almas.

Por eso, nuestro comportamiento y nuestra actitud son importantísimos en nuestra relación con los demás. No podemos esperar el amor de Dios, si nosotros practicamos el odio o la

enemistad. No podemos esperar que el maestro se manifieste en nuestra meditación, si nuestro corazón está ensombrecido por la soberbia o el orgullo hacia nuestros hermanos en la creación. Debemos estar siempre vigilantes para comportarnos del mejor modo posible, con afabilidad y humildad.

Hay un villancico tradicional español llamado “Los campanilleros”, que dice: “... Si supieras la entrada que hizo el rey de los cielos en Jerusalem, que no tuvo coche ni calesa, solo un borriquillo que alquilado fue, quiso demostrar que las puertas benditas del cielo tan solo las abre la santa humildad”.

Sin humildad, no hay amor, no hay amor puro, y las puertas del cielo permanecen cerradas.

¿Cómo pudieron los grandes ríos y océanos obtener su condición de rey sobre los cientos de pequeños riachuelos? Gracias al mérito de permanecer siempre por debajo de ellos; así es como consiguieron su realeza.

Tao Te Ching

El mensaje de los maestros es muy claro y muy simple en este sentido: todo lo que nos acerca a Dios esta bien y todo lo que nos separa de él esta mal. Y el orgullo, el egotismo es una de las cosas que más nos separa de Dios.

Por lo tanto, la practica de la meditación va de la mano con todo lo que hacemos en la vida. La vida en sí misma es meditación, nos recuerdan los maestros. Meditación es también adoptar una actitud positiva y amorosa que afecta a todos los aspectos de nuestra vida. La práctica de la meditación, el entrenamiento del aquietamiento de la mente, desarrollará en nosotros mejores cualidades humanas de una forma definitiva, nos separará de los

apegos y amores mundanos interesados e impuros, y nos capacitará para experimentar, desarrollar y practicar el amor puro, desinteresado y universal que es el amor a Dios.

En el evangelio de San Mateo leemos (10:37):

El que ama a su padre y a su madre más que a mí no es digno de mí, el que ama a su hijo o a su hija más que a mí no es digno de mí.

En realidad, esto no quiere decir que no amemos a nuestros familiares o amigos. Pero recordemos que el maestro es la manifestación de Dios y amándole a él estaremos amando a Dios. Y amando a Dios estaremos amando a toda la creación, en lugar de amar solamente a determinadas personas. Lo cual significa que nuestro amor será mucho más puro y desinteresado, más auténtico que el amor que sentimos cuando amamos a alguien en concreto, esperando como poco que nos corresponda.

Hazur Maharaj Ji en *Spiritual Perspectives, vol. I*, nos dice:

Únicamente podemos amarnos los unos a los otros cuando vemos al Señor en los demás. Cuando dentro de nosotros hay amor al Señor, nos amamos los unos a los otros. Entonces no amamos a las personas, sino que amamos al Señor que está dentro de cada uno de nosotros.

Entonces no nos perdemos en individualidades o personalidades. Estamos perdidos en el amor al Señor. Cuando estamos sintonizados con él, le encontramos en cada persona. Cuando vemos al Señor en cada persona, no surgen cuestiones de superioridad o inferioridad, no aparece el problema del ego, no hay lugar para el odio.

Cuando amamos a Dios como él quiere que le amemos, amarle a él en su creación, no buscaremos ni esperaremos nada de nadie, será un amor absoluto. En ese amor estará comprendida la totalidad: los familiares, los desconocidos, los amigos, los enemigos, los ricos, los pobres, los buenos y los malos, las bestias feroces y las mansas, los pájaros, los reptiles, los peces... ¡Toda la creación! En todos veremos a Dios pues todos son seres divinos, y respetaremos y amaremos a todos de una forma más pura y profunda. También a nuestros familiares y amigos los amaremos de verdad y sin interés a cambio.

Nuestro seva principal, nuestra principal misión es hacernos mejores personas, hasta alcanzar tal punto de humanidad que la espiritualidad, a través de la meditación, sea una consecuencia natural, de manera que lleguemos a unirnos con el Señor perfecto.

Nuestra meta final es la realización de Dios, y esto no puede llevarse a efecto sin cumplir el madamiento principal de la ley de Dios: Amar a Dios con todo nuestro corazón, con toda nuestra alma y con toda nuestra mente, y amar al prójimo como a uno mismo.

Maharaj Sawan Singh Ji, el Gran Maestro, expresa en el libro *Mi sumisión*:

Dios está en todos, cuando no amamos a alguien estamos dejando de amar a Dios.

Todas las grandes almas han promulgado el mismo mensaje: Todos somos hijos de Dios, todos procedemos de la misma fuente, todos formamos parte del gran designio de Dios, el reino de los cielos está dentro de nosotros, en nuestro interior. Somos

partículas de Dios, gotas de un mismo océano. Y por eso, todos somos también partícipes y somos responsables del acto de la creación, y de ayudar a ese gran trabajo de la creación. Si somos partes de Dios, también tenemos parte de responsabilidad.

Practiquemos un amor que se parezca, aunque solo sea un poco, al gran amor del maestro por nosotros, que es capaz de hacer la vista gorda a todas nuestras fechorías.

En el libro *Sarmad: Martyr to Love Divine*, leemos:

*Él conoce mis transgresiones por los cuatro costados,
aun así, con cada aliento me invita
a la mesa de su generosidad.
Con miedo y esperanza
he empleado mucho tiempo reflexionando.
Mientras que él ha estado siempre
dispuesto a derramar su gracia.*

Amemos con un corazón grande que atraiga a nuestros semejantes y se pregunten qué nos ha hecho cambiar, por qué nos hemos vuelto mejores personas. ¡Que no sean nuestras palabras sino nuestros actos y la fuerza de nuestro amor, lo que haga al maestro sentirse orgulloso de cada uno de sus discípulos!