

Amor y Pureza

Ratan Lal



4
Jupiter

4
Júpiter
EDITORES, C.A.

Amor y Pureza

Ratan Lal



Amor y Pureza

*“Hay una sola religión: la religión del Amor.
Hay una sola raza: la raza de la Humanidad.
Hay un sólo lenguaje: el lenguaje del Corazón.
Hay un sólo Dios y es Omnipresente”*

BHAGAVAN SRI SATHYA SAI BABA

Editado y Distribuido por:

JÚPITER EDITORES C.A.

Miguelacho a Peligro, Edif. Uno Tres Cero, Piso 1, La Candelaria, Caracas - Venezuela.

TELEFAX: (58-212) 571.72.12 - 572.22.81 - 575.36.84 - 576.33.02

E.mail: ventas@jupiter-e.com — Web: <http://www.jupiter-e.com>

ISBN: 980-6405-80-3

© 2004 JÚPITER EDITORES C.A.

Depósito Legal: LF 5382004800165

Hecho el Depósito de Ley.

Queda prohibida la reproducción total o parcial de este libro
(incluyendo el diseño de portada), por cualquier medio electrónico o mecánico,
sin autorización por escrito del Editor.

Diseño de portada:

Edgar García (egarciam@etheron.net)

Composición electrónica - Artes finales:

María Elena Bautista (maryeb@cantv.net)



Erróneamente se considera que la mente es el logro supremo de la humanidad. El hombre cree que la mente es lo que lo diferencia de los animales inferiores y que sólo a través de ella él puede entender y enfrentarse a las infalibilidades del mundo que lo rodea. Él cree que sólo la mente le permite saber lo que es real y verdadero para poder vivir una vida feliz y productiva. Sin embargo, desde el punto de vista del conocimiento Védico, esta concepción elevada de la mente no está justificada. El Vedanta considera que la mente no es sino una mera sombra de la Verdad.

Este tema puede ser ilustrado con un pequeño ejemplo. Supongamos que estamos observando un árbol mientras el sol brilla. El árbol proyecta una sombra y la sombra se mueve. Como la sombra es un reflejo, ella cambia pero el árbol no cambia. En nuestro ejemplo, el árbol representa la verdadera Existencia, que es el Ser. La sombra, que es su reflejo, representa a la mente. El Vedanta dice que la mente no es sino un reflejo del Ser.

¿Qué es el Ser? El Ser es Existencia Absoluta, idéntico a la Conciencia Pura, o es “YO SOY”. “YO SOY” significa Conciencia intacta y pura. Uno debe aprender a contemplar y aferrarse al aspecto “intacto” y no permitirle a la mente saltar y dar tumbos, lo que hace debido a su tendencia de enfocar su atención en el mundo externo de la multiplicidad, en vez de dirigirla hacia la Unidad esencial.

También podemos preguntar ¿qué es la Existencia? Normalmente, nosotros decimos que algo existe si podemos percibirlo a través de por lo menos uno de nuestros cinco sentidos. Pero el Vedanta nos dice que lo que percibimos a través de los sentidos sólo es “existencia atribuida”. La Existencia Real es auto-evidente y permanente. Permanente, pero no sufre ningún cambio en los tres períodos de tiempo: pasado, presente y futuro. Ya que es incambiable, no la puede afectar nada más. Es la mente y no la Conciencia Átmica la que se afecta por los incidentes de la vida cotidiana, por los halagos o la culpa y todas las demás dualidades.

La Conciencia Átmica es auto-evidente porque no requiere el testimonio de la mente para probar su Existencia. Es Ella la que le da luz a la mente y permite que la mente funcione. Está allí tanto si están presentes

los pensamientos como si no lo están. No obstante, los pensamientos sólo son posibles en Su presencia. Es la fuente de la mente, su propia base. Algunas veces se le denomina también “el trasfondo perdurable del Silencio” en presencia del cual los pensamientos se presentan o no.

Volvamos por un momento a nuestro ejemplo de la sombra y el árbol. En la oscuridad, no hay sombra. Tampoco hay sombra a las doce del mediodía, cuando el sol se encuentra en su punto más alto. De la misma manera, en la ignorancia absoluta, la mente no se encuentra allí. Ni tampoco cuando existe una iluminación total. La ignorancia absoluta ocurre en el estado de sueño profundo, mientras que la iluminación total es el cuarto estado o estado trascendental de la Conciencia Pura, desprovisto de todo lo demás. La iluminación total se experimenta cuando uno reconoce y experimenta su verdadero Ser. Entonces no hay reflejo, no hay pensamientos. La mente está conformada por pensamientos que a su vez son generados por los deseos mundanos.

Desafortunadamente, nos damos cuenta que estamos muy inclinados a ignorar nuestro verdadero Ser, y a cambio, corremos todo el tiempo detrás de los objetos externos, pensando que la felicidad que uno busca la va a encontrar allí. Pensamos que esos objetos son muy valiosos para

nosotros, pero los objetos externos, a nosotros, realmente no pueden darnos felicidad y una vez que uno se da cuenta de esto comienza a perder su anhelo por esos objetos. Ellos se distancian de nosotros y nosotros podemos desapegarnos de ellos. Entonces, nuestros deseos disminuyen y el resultado es que tenemos menos pensamientos. Esto es en sí mismo una señal del proceso. Nuestra mente se aclara y no estamos confundidos.

La mente se debilita debido a su tendencia de separarse del Ser. ¿Por qué se separa? Porque considera que estos objetos externos son muy coloridos, irresistiblemente encantadores y atractivos, entonces piensa que no vale la pena vivir sin todos estos objetos externos. Como ya se mencionó, se cree que estos objetos traen la felicidad que uno está buscando, pero ¿cómo se puede derivar la felicidad permanente de objetos que son en sí mismos de naturaleza temporal? La felicidad permanente es nuestra Verdadera naturaleza.

La mente siempre está dirigida hacia el mundo externo, temporal, por eso no puede reconocer que la verdadera felicidad se encuentra adentro y no en el “espectáculo pasajero” que llamamos mundo y que siempre cambia. Cuando nos detenemos y reflexionamos, observamos que el proceso de la vida continúa y que sólo las

apariencias cambian. La vida en sí misma nunca termina. La vida es el Ser, la vida es Conciencia, es continua.

¿Cuál es el significado de la Verdad? La Verdad es sobre lo cual todo se basa, pero que a su vez no tiene otro anclaje que ella misma. Es la base de todo lo demás y también su propia base. Esta base es la Realidad Sin Nombre y Sin Forma de la cual todo surge y en la cual todo finalmente se disuelve. Esa es la Verdad básica.

Cuando habla de la Verdad, Bhagavan Baba, a menudo dice: “La Verdad no es solamente hablar con franqueza, la Verdad es aquello que es permanente, incambiable e inafectado”. Esa es la Verdad básica, cuya presencia no se puede negar. Siempre está presente, es permanente, eterna. Es en Su presencia que todo ocurre o no ocurre.

De acuerdo al Vedanta, cualquier cosa que “aparezca y desaparezca” no puede ser considerada como absolutamente Real. La Realidad Absoluta no tiene ninguna relación con aquello que aparece y desaparece, con lo que viene y se va. Entonces puede surgir la pregunta, ¿cómo experimentar la Realidad, Quién o Qué experimenta la Realidad? La Realidad se revela a sí misma cuando la mente se purifica.

La mente tiene tres características: la sátvica (pura), la rajásica (activa) y la tamásica (inactiva). En el Vedanta se hace gran énfasis en que la mente debe hacerse pura y estable. Hasta que se purifique y estabilice, la mente nunca podrá experimentar su propia Visión y mientras permanezca en su estado contaminado seguirá siendo una entidad separada de su Verdad básica. A la mente como tal, la rigen sus tendencias innatas que son impuras. Esas tendencias se esmeran en ver las diferencias, no quieren aceptar la Unidad, no quieren ver la unidad en la multiplicidad. Sólo una mente pura y tranquila, una mente silenciosa le permitirá a uno experimentar el Ser.

La mente es un mero reflejo de la Realidad última. Uno cree que lo que ve es todo lo que es. Sin embargo, está lo No visto que se encuentra debajo de lo que vemos y eso es Existencia Absoluta, que es idéntica a la Conciencia Pura. Es Ella la que es nuestro verdadero Ser, el Ser del cual la mente se separa una y otra vez.

En realidad, el mejor entretenimiento de la mente no es ser curiosa, no es buscar el conocimiento de esto, aquello y lo otro. En lugar de ello debería buscar su propia fuente y luego permanecer como la fuente. Debería tratar de permanecer en su fuente el mayor tiempo posible. Quedarse en la fuente se denomina Auto-realización.

En relación con esto, Bhagavan Baba, a menudo, utiliza cuatro términos: Auto-confianza, Auto-sacrificio, Auto-satisfacción y Auto-Realización. Auto-confianza significa confianza en el Atma. Cuando uno tiene confianza en el Atma uno logra la satisfacción. Cuando uno está satisfecho, está dispuesto a sacrificar cualquier cosa. Uno naturalmente se desapega de lo que es temporal, de lo que viene y se va. Después de desapegarse de lo que es temporal, uno comienza a apegarse a Lo que es permanente. Esto conduce finalmente a la Auto-Realización. Así como las nubes ocultan el cielo permanente, así también la mente con su tendencia a ir afuera, esconde su propia Realidad.

La mente tiene cuatro estados. Los primeros tres estados son conocidos por nosotros: el estado de vigilia, el estado de sueño y el estado de dormir profundo sin soñar. El alimento ingerido en el estado de vigilia satisface el hambre durante la vigilia. De la misma manera, el alimento durante el sueño satisface el hambre durante el sueño. ¿Entonces cuál es la diferencia entre los estados de vigilia y de sueño? La diferencia es que durante el estado de vigilia uno puede hacer un esfuerzo conciente. En consecuencia, el estado de vigilia es muy importante.

En el estado de sueño profundo la mente está ausente, aunque uno está allí como Conciencia. Pero la mente aunque está ausente, no está conciente del Ser. El Ser está allí sin ser experimentado concientemente.

El cuarto estado se denomina *Turiya*, el estado de observador. *Turiya* se convierte en *Turiya-tit*. *Turiya-tit* significa trascender *Turiya*. Cuando uno permanece como observador, la mente, que en sí no es una entidad, desaparece. Cuando no hay nada que observar, también desaparece el observador. Esto se denomina *Turiya-tit*, el estado trascendental donde no existe la relación sujeto-objeto. El sujeto y el objeto son el contenido de la mente. No son contenidos de la Conciencia como tal. La Conciencia no tiene contenido. Es constante, ininterrumpida como la luz. Simplemente está allí. No podemos decir que estamos “concientes de” nada. Sin embargo, ella le da luz a la mente y le permite estar “conciente de” las cosas.

En realidad, la mente no es sino Conciencia ininterrumpida. Como tiene un manto de limitaciones, parece estar separada de su Realidad. Elimina esas limitaciones imaginarias, elimina la ignorancia y la Realidad brillará por sí misma, no es necesario ningún esfuerzo. El único esfuerzo se requiere para eliminar la ignorancia tan profundamente arraigada. Es muy difícil de eliminar porque

uno está todo el tiempo identificado con el conjunto mente/cuerpo. Uno identifica el “Yo” con el conjunto mente/cuerpo, personalizando de esa manera al “yo” eterno e impersonal. Ese es el efecto de limitar el ilimitado “Yo” que es nuestra Identidad real y la fuente del “Yo” personal imaginario. Uno se imagina que el testimonio de la mente, el testimonio de este “yo” limitado tiene que estar allí para probar la Realidad de su Fuente, la Verdad absoluta de la cual surge.

¿Cuál es la vara para medir la Realidad? Normalmente el hombre considera que las experiencias por las cuales pasa durante el estado de vigilia son la vara con que se mide la Realidad, pero los estados de vigilia, sueño y sueño profundo son etapas relacionadas con la mente. La verdad de la Realidad no depende de los conceptos mentales. No depende de la mente. La vara con que se mide la Realidad es la Realidad misma. Cuando la mente es pura, entonces la Realidad se revela a sí misma.

¿Quién pasa por las experiencias de la mente? El experimentador mismo es parte de una tríada que conforma el contenido de la mente: el experimentador, el acto de experimentar y la experiencia; el conocedor, el acto de conocer y lo conocido; el observador, el acto de observar y lo observado, etc. Dichas distinciones existen

mientras estemos en el reino de la relatividad, en el reino de la mente, pero la Realidad está más allá de la mente.

Ahora, ¿cómo surge la mente con todos sus deseos y pensamientos? Surge como una sombra de la Verdad básica. Es decir, surge de la Conciencia ininterrumpida. Después de que surge y para mantenerse, instantáneamente se identifica con un nombre y una forma. Además, cree que si renuncia a esta identidad falsa, que no es sino una ilusión, va a tener que retroceder hasta su fuente, que es Conciencia Pura, Divinidad. Por lo tanto, para mantener su identidad separada, hace cualquier cosa para mantener su autonomía imaginada, su independencia imaginaria de su Fuente.

Ese es el problema cuando uno se identifica con la mente todo el tiempo. “Hoy no estoy de buen humor, mañana estaré de buen humor”. “Hoy estoy desanimado, mañana estaré en un estado de pureza”. Estos son sólo estados de la mente, pero no de nuestra Realidad.

Para experimentar nuestra verdadera naturaleza tenemos que practicar retirar nuestra atención y nuestro interés del “espectáculo pasajero” que parece tan irresistible y en lugar de eso, enfocar nuestra atención y nuestro interés en nuestra Realidad básica. Tenemos que intentar

experimentar a Aquel que “observa” en vez de concentrarnos todo el tiempo en lo “observado”. Desafortunadamente, nos parece que esto es muy difícil, por que lo “observado” es tan atractivo que no queremos experimentar a Aquello que Es.

“Aquello que Es” no es conocido por la mente. Sin embargo, una vez que la mente tiene una breve visión de Él, querrá probarlo una y otra vez. Entonces la mente querrá prolongarlo, pero no puede ser prolongado por la mente. Ese estado es permanente, es nuestra naturaleza verdadera. Es la mente la que lo interrumpe. Para estar todo el tiempo en ese estado, la mente tiene que fundirse en “Aquello que Es”. “Aquello que Es”, es como es. No puede ser condicionado. No aceptará ninguna imposición. Es totalmente impersonal, transparente.

Esta mente sombra pasa por fases diferentes. Algunas veces está feliz, algunas veces infeliz, dependiendo de lo que quiera en la vida. Pero una cosa es cierta: la mente no quiere buscar su Realidad. En realidad, todos los problemas que enfrentamos en la vida surgen debido a nuestra identidad errónea. La mente automáticamente se volverá estable, pura y llena de paz si entendemos nuestra identidad real, incluso si lo hacemos intelectualmente. Hoy hay nubes, por eso no se puede ver el cielo. Las

nubes son nubes pasajeras, pero el cielo es permanente. No existe ninguna relación entre las nubes pasajeras y el cielo permanente. Aun así, las nubes ocultan el cielo. Las nubes pasajeras, los pensamientos pasajeros, los deseos pasajeros por los objetos del mundo, todos ocultan la Realidad. Si uno purifica la mente, se puede tener la experiencia de la Divinidad constante. Esto será hecho no por ti el que tú crees que eres, sino por ti el que realmente eres.

Como una limitación, como un reflejo, la mente no puede conocer el Ser infinito. Tiene que aprender a discriminar entre lo que es permanente y lo que es impermanente. Si uno discrimina entre lo permanente y lo impermanente, uno gradualmente se desapega de lo que no es permanente. Si uno puede aprender a discriminar entre los pensamientos y el trasfondo perdurable del Silencio que es la Conciencia siempre presente, uno prácticamente ha tenido éxito en la búsqueda de la Realidad. Los pensamientos son “pasajeros” siempre están cambiando. Los pensamientos no pueden estar allí sin la Conciencia, pero la Conciencia existe incluso en ausencia de los pensamientos. La Conciencia está siempre presente, es permanente.

En el Sur de India había un gran sabio que vivía en un pequeño ashram. Un día, uno de sus seguidores, funcionario del gobierno supo que iba a ser transferido para un lugar muy lejano. Él estaba muy triste por esto porque pensaba que no podría estar más en la Presencia como lo había estado hasta entonces. Cuando estaba a punto de irse, le contó al sabio sobre su tristeza. El sabio respondió: “¿Es esto lo que aprendiste en los últimos diez años? ¿Puedes estar en algún momento lejos de la Presencia?”

Esta pequeña historia trae a la atención un asunto importante. Es la mente la que cambia, el Ser siempre está presente. Sin embargo, para desarrollar esta discriminación se requiere una introspección muy profunda. Uno tiene que ver muy profundo dentro de sí. Entonces, se puede tener la experiencia intuitiva del Ser.

¿Por qué es que uno no quiere ver adentro? Es debido a la falta de amor por el Ser. Uno tiene que desarrollar fe y amor por Él. Sólo entonces lo buscará. El Ser, nuestra verdadera naturaleza, también es lo más cercano a uno. Aunque es lo más cercano a uno, uno no Lo ama. Uno ama los objetos del mundo externo y cree que allí se encuentra toda la felicidad, incluso si son transitorios.

Uno debe tratar de saber cómo surge este “Yo” personal, por qué surge. Al conocer esto uno se acerca a la Verdad básica. Pero “cerca” no siempre es “apreciado” (Nota de la Traductora: juego de palabras en inglés “near is not always dear”). El “Yo” como yo personal no es real desde el punto de vista absoluto, pero incluso si se le otorga realidad desde el punto de vista relativo tenemos que preguntarnos ¿qué es lo que está más cerca de Ella? Naturalmente, su fuente está más cerca de ella. La fuente es el Ser real de uno, es la Realidad de uno, pero mientras uno no tenga la fe y la convicción necesarias para realizar una práctica espiritual para poder purificar la mente, ésta en su condición actual siempre estará viendo hacia fuera. Sólo cuando la mente se purifica se puede experimentar el verdadero Ser.

Una mente pura es el Ser. Pero si se cree que la felicidad está en el mundo externo, uno no tiene ninguna atracción para ver hacia adentro. Al cazar sombras en el mundo externo uno se distancia de su Realidad más cercana. Lo más cercano es lo que uno realmente es.

El Ser no es solamente lo más cercano sino también lo más apreciado. Entonces, ¿por qué no lo experimentamos? Es porque el amor se dirige a otra parte. Uno tiene que desarrollar amor por la Verdad básica de uno y

tiene que purificar su mente. El amor y la pureza de la mente son como dos alas de un ave. Una sola de ellas no es suficiente. Si la mente está en un estado impuro, sólo el amor no nos hará progresar, porque estará dirigido hacia fuera. Tampoco la pureza de la mente es suficiente porque uno sólo se sentirá atraído a buscar su Realidad si uno la ama. Uno tiene que amar su Realidad para experimentarla, para ser Ella.

¿Por qué la mente se vuelve impura? La conciencia es pura, absolutamente pura, igual que la luz del sol. La luz del sol es luz pura. Cuando se relaciona con la materia, surge la sombra. De la misma manera, cuando la Conciencia se relaciona con la materia, surgen estas tendencias egoístas. ¿Por qué? Debido a la identificación errónea con el cuerpo mortal.

Abandona esta identidad equivocada. Abandona la noción de que “yo soy el cuerpo”. ¿Cómo? Haciendo que la mente cada vez más more en su fuente. Entonces todas las tendencias serán desarraigadas. Si tratas de desarraigar estas tendencias egoístas una por una, eso te va a tomar muchas vidas. La Conciencia, totalmente desligada del cuerpo, que trasciende los pensamientos, es nuestra naturaleza verdadera. Es un asunto de experiencia directa. Puede estar relacionada, de lo contrario ¿cómo

sería posible hablar, caminar, etc? La relación es necesaria, pero la Conciencia no debe ser identificada con la materia. Esta identificación errónea no es necesaria, ella es la causa de la ignorancia.

Sin pureza no es posible ni siquiera una comprensión superficial de la Realidad. Sólo con pureza de la mente uno puede llegar más cerca de su Realidad. Por consiguiente, uno debe purificar su mente tanto como sea posible. Después de purificar la mente, el amor por la Pureza estará allí naturalmente. Por eso nosotros nos sentimos tan atraídos por la Encarnación de la Pureza, la Perfección y la Paz, Bhagavan Sathya Sai Baba.

Bhagavan Baba repetidamente nos dice que el propósito de la vida es darnos cuenta de nuestra verdadera identidad. La liberación no es para la mente. La Liberación es de la mente. La mente en sí es un atado de limitaciones superpuestas sobre la Conciencia ilimitada. Lo Ilimitado sólo puede experimentarse cuando nos libramos de esas limitaciones.

Hablando estrictamente, no existe ni atadura ni liberación. Es un simple mito de la imaginación, porque uno se identifica equivocadamente con la “noción del yo” que se refiere al conjunto mente/cuerpo y uno cree que

está atado. Pero una vez que uno se da cuenta de su verdadera identidad, no existe ni atadura ni liberación. Es debido al ego o la mente que uno dice: “Estoy atado” o “quiero la liberación”. La liberación es de este “yo” nocional. Si uno se libera de la noción, uno sin ningún esfuerzo se encuentra en su estado natural.

Un buscador fue a ver un santo Sufí y le dijo que quería estar en estado de bienaventuranza. El santo le dio una práctica espiritual para que la siguiera. Después de seguir dicha práctica por cierto tiempo, el buscador logró experimentar la bienaventuranza, pero después la experiencia de la bienaventuranza volvió a desaparecer. Entonces el buscador fue otra vez donde el santo Sufí y se lo contó y dijo que quería estar en ese estado de bienaventuranza permanentemente. El santo le dijo: “deja de practicar”.

Como ustedes pueden ver, era el “yo” nocional el que estaba practicando. Cuando ese “yo” nocional está ausente, el estado de bienaventuranza está allí.

Hay una pequeña historia que ilustra la no existencia del “yo” nocional. Una vez un niño fue a caminar con su padre. Después de cierto tiempo se acercaron a un bosque. El muchacho le pidió a su padre que no entraran porque

había un fantasma en ese bosque. El padre le dijo al hijo que no tuviera miedo. Le dijo que como estaba con él, el fantasma no se atrevería a aparecer. Unos días después, el muchacho tuvo que pasar por el mismo lugar. Esta vez iba caminando con su maestro. Una vez más, el muchacho tuvo miedo y le dijo al maestro que tomaran otra ruta para evitar el fantasma del bosque. El maestro le dijo al muchacho que no tuviera miedo, porque realmente no había ningún fantasma.

En esta historia, se puede decir que el padre representa las escrituras. El maestro representa al preceptor y el muchacho representa al buscador espiritual. Las escrituras son, de alguna manera, como el amor paternal. Ellas proveen para todas las situaciones y toman en consideración la forma de pensar del buscador. Esto es para conducir suavemente al buscador, para alentarlos, como uno alentaría a un niño. El preceptor por su parte es más estricto y franco, más directo, como lo fue el maestro en la historia.

Así, igual como en el caso del “fantasma” que se pensaba que había en el bosque, el ego tampoco existe. Sin embargo, aún cuando se nos dice repetidamente que el ego no existe, lo consideramos como real porque él continúa encontrando maneras de justificar su presencia.

Normalmente uno considera que el “yo” personal es de la mayor importancia. Luego viene el mundo y por último Dios. No obstante, este orden de prioridad es incorrecto. Ya que Dios es la base de todo, Dios debería tener la mayor prioridad. Luego debería venir el mundo y por último estaría el ego, o el “yo” personal.

Uno no necesita un candelero para ver la luz del sol. La luz del sol se revela por sí misma, a sí misma. Así también pasa con nuestra naturaleza inmortal. ¿Por qué se utiliza repetidamente la palabra “inmortal”? Todos los libros de lógica dan el ejemplo de que “el hombre es mortal. Pedro es un hombre. Luego Pedro es mortal”.

Sin embargo, ese es un estudio muy superficial del hombre. Sin el Morador Interno inmortal, este conjunto mente/cuerpo que es inerte no podría funcionar. De hecho, sin vida en el cuerpo ¿puede funcionar el cuerpo?

Por esa razón los sabios, videntes y santos dicen que Dios es Uno y el Mismo en todas partes. Es el hombre el que crea las distinciones en Dios por razones superficiales, debido a su estrechez de mente. La tendencia de la mente siempre es a ver las diferencias. No quiere ver la Unidad.

La pureza de la mente conduce a la Unidad. La Unidad conduce hacia la Divinidad. Sin embargo, si la mente es impura, no puede haber Unidad.

En ausencia de Pureza, lo que uno ve es multiplicidad. Uno desarrolla la visión externa y siempre está mirando aquí, allá y a todas partes. Pero nunca verá hacia adentro para ver el Morador Interno, llámese Dios, Atma o Ser. No importa cuáles palabras utilicemos, el significado de Realidad no cambia. Así como uno puede llamar el agua con cualquier nombre: Mar Árabe, Océano Indico, Océano Atlántico, de cualquier manera, agua es agua. El agua no cambia.

Una vez que la mente se convence de que no tiene poder propio sino que funciona gracias a un Poder superior llamado Ser, ella se entregará amorosamente a ese Poder Superior que es el Ser. El Ser es la Luz y el Poder que nos permite funcionar, hablar, hacer cualquier cosa.

¿Qué es entrega? Entrega significa desarrollar un sentido de equilibrio. Esto implica que uno debe aceptar todo como la Voluntad de Dios y ser igualmente feliz no importa cuál sea la situación, buena o mala. Bien sea que las cosas sucedan de acuerdo a nuestros deseos o no, uno debe permanecer en un estado de equilibrio.

A menudo encontramos que mientras uno está supuestamente “entregándose”, uno le hace ciertas exigencias a Dios, y le dice a Dios qué es lo que debe hacer. ¿Esto se puede llamar entrega? Eso significa que nosotros queremos que Dios se rinda a nuestra voluntad.

La entrega a veces es llamada la “madre de la Sabiduría”. Para Saber uno tiene que Amar. Para Amar uno tiene que Saber. Ambos son complementarios.

Entregarse es darse cuenta de que el verdadero amor de uno sólo puede ser por Dios. En lenguaje común decimos que “amamos a nuestros hijos”, “amamos a nuestra familia”, “amamos este lugar o aquel otro” y así sucesivamente. Sin embargo, el verdadero amor nunca puede ser por nada externo al Ser. Por eso el Divino Baba nos aconseja que la palabra “amor” sólo debe ser utilizada para Dios. No debe ser utilizada para nada externo a nosotros. Esas cosas externas que nosotros decimos que amamos son simples apegos. ¿Dónde estaba la esposa antes del matrimonio? ¿Cómo puede utilizarse la palabra “amor” para lo que no es permanente?

El Amor y la Sabiduría van juntos, convergen en la misma meta. Considerar a Dios como algo externo a uno es solamente una imagen mental. El llamado Dios

personal, indudablemente es externo a uno pero la esencia es la misma, el Ser, la Divinidad sin nombre ni forma. Mucha gente está bajo la impresión errónea de que el Ser es igual al Dios personal, ya sea Rama, Krishna, Sai Baba, o cualquier otra forma de Dios. El Ser es Atma. Es la Divinidad sin nombre, forma, ni atributos. Es la realidad de la cual todo emerge y en la cual todo volverá a fundirse. Incluso los Dioses personales que aparecen de vez en cuando emergen de la Divinidad sin nombre y sin forma. Y finalmente vuelven a Ella. Toda la creación surge de esa Divinidad sin nombre y sin forma.

Uno acepta los descubrimientos de los científicos naturales, entonces ¿por qué no aceptar los hallazgos y las enseñanzas de los científicos espirituales? Los nombres son muchos, las Encarnaciones son muchas, pero Dios es Uno. La diferencia entre los que nosotros llamamos “Dioses personales” y los seres humanos es muy fundamental. Los Dioses personales no están en absoluto bajo ataque de la ignorancia. Ellos conocen su Realidad y están en todo momento identificados con Ella. Pero el hombre, debido a su impureza de mente ha olvidado su fuente, su Realidad y, por lo tanto, está bajo el yugo de la ignorancia.

Desde el nacimiento hasta la muerte uno se identifica con el cuerpo perecedero que está sujeto a cambio, deterioro y muerte. A veces uno ora: "Condúcenos de la mortalidad a la Inmortalidad". Eso significa que hay algo inmortal en uno, pero sólo es una oración, no la realización de la Verdad dentro de uno. El aspecto inmortal puede ser explicado de manera muy simple. Esa Luz o Corriente inmortal que le permite al orador hablar en este momento, es la misma luz le permite a los oyentes oír. ¿Alguien puede decir que hay una diferencia? Esa es la Divinidad. Ese es el Ser. ¿Un cuerpo sin vida puede hablarle a un cuerpo sin vida? La Vida es Conciencia constante y sin contenido.

¿Cuál es el objetivo de la vida? Es darnos cuenta de nuestra verdadera identidad. Ya sea a través del camino de la acción, el camino de la devoción o el camino de la sabiduría, lo que hay que hacer es abandonar el egoísmo y las características egoístas de la mente. Eso significa que uno tiene que sacrificar el ego y estabilizar la mente para alcanzar la meta de la vida. Purificar y estabilizar la mente también es útil en nuestra vida mundana. Mientras menos egoísta sea uno en la vida mundana, mejor será y con más eficiencia llevará a cabo sus obligaciones.

En el camino de la acción uno tiene que actuar sin el sentido de que es el individuo, el hacedor. Las acciones llevadas a cabo sin ego no dejan huella, no dejan impresión ni tendencias en la mente. En el camino de la devoción o entrega, uno tiene que fundir su sentido de individualidad en Dios. En el camino de la sabiduría uno tiene que darse cuenta de que no hay individuo, de que la individualidad es un mito.

¿Por qué a veces encontramos que las personas se comportan agresivamente? Al igual que los animales, los seres humanos tienen instintos y tienden a reaccionar instintivamente ante cualquier cosa que los confronte. Si alguien es agresivo o desagradable con una persona, su reacción instantánea puede ser responder de la misma manera. Por eso, a veces se recomienda que en vez de reaccionar de inmediato, se debe esperar unos momentos. ¿Qué ocurre durante el período de tiempo de esa pausa? La mente o el ego se hunden en su fuente, regresan al lugar de origen. Ese lugar de origen es el Corazón espiritual que se encuentra en el lado derecho del pecho y es el asiento de la Conciencia. Está lleno de paz y bienaventuranza y durante esa pausa, la mente se sumerge en esa paz. Luego, cuando se reacciona desde allí, la reacción será diferente. Ya no será instintiva. Ya que se logró paz, la reacción será pacífica. Si uno continúa practicando esta técnica de hacer

una pausa, llegará un momento en que no habrá reacción en absoluto. Entonces, incluso tampoco habrá quien practique.

Practicar ésta y otras técnicas espirituales conducirá a reducir al mínimo nuestro interés en las cosas que son externas a nosotros. Sólo entonces la mente aceptará ir hacia adentro y buscar su Fuente. Hasta que uno alcance ese punto, la mente estará yendo de aquí para allá, buscando placer y felicidad, pero nunca podrá obtener placer y felicidad permanentes de los objetos externos que en sí mismos no son permanentes.

Alguien le pidió a Swami: “Yo quiero paz”. La respuesta de Swami fue que hay tres palabras en la solicitud. Si tú eliminas las primeras dos palabras sólo va a quedar la “paz”. Librarse del “yo” significa librarse del ego. Librarse del “quiero” significa librarse de los deseos.

La paz no puede ser obtenida por el “yo” imaginario. La Paz y el Ser son idénticos. Si uno se observa cuidadosamente durante el estado de vigilia, puede descubrir que en algunos momentos, sin hacer ningún esfuerzo, la mente queda libre de pensamientos. Se puede decir que la mente está en blanco en esos momentos. ¿Por qué surge esta sensación? La atención de la mente normalmente está

enfocada hacia el mundo externo. Una vez que se retira del mundo externo mediante alguna práctica espiritual, puede parecer que está en blanco. ¿Por qué? Porque la atención todavía está en la mente. Una vez que se sumerge en el Corazón espiritual, se puede tener intuitivamente la experiencia de nuestra Realidad.

La conciencia siempre está allí. Es permanente. Es sólo en Su presencia que ocurren o no ocurren las cosas, que los pensamientos aparecen o no. Si uno observa profundamente el funcionamiento interno de la mente, se puede detectar instantáneamente cuando la mente está a punto de levantarse y reaccionar. Ese es el momento para subyugarla. Sin embargo, la visión de uno raramente está enfocada hacia adentro, todo el tiempo está mirando hacia fuera.

Hay una variedad de prácticas espirituales que se pueden emprender. Por ejemplo, uno puede simplemente recitar el nombre de Dios. Sin embargo, no se debe utilizar la lengua. Uno debe recitar el nombre de Dios mentalmente, al mismo ritmo de la respiración. Cuando uno se agita, la respiración también se agita. Y cuando uno está mentalmente en paz, la respiración también está pacífica.

Otra práctica es observar la mente, observar los pensamientos. Dejar que la mente se observe a sí misma. Convertirse en la Conciencia Observadora. Cuando los pensamientos saben que están siendo observados, ellos automáticamente disminuyen. Cuando el ladrón sabe que lo están observando, huye. Lo mismo ocurre con los pensamientos. Entonces uno comienza a quedar inafectado por cualquier cosa que ocurra o no ocurra. Finalmente, la rueda de los pensamientos se acaba. En ese momento ¿se puede negar la existencia de uno? No. Los pensamientos dependen de la Conciencia, pero la Conciencia no depende de los pensamientos. La Conciencia siempre está presente. La Conciencia es existencia, Existencia real. La Conciencia es nuestra verdadera naturaleza.

Otra práctica es apegarse al “Pensamiento Yo”. Todo ocurre sólo después de llegar al “Pensamiento Yo”. Una vez que aparece el “pensamiento yo”, todo lo demás también aparece. En el estado de dormir profundo sin soñar no hay “pensamiento yo”. En ese estado la mente no está presente. Entonces ¿quién es el que va a tener los pensamientos? Sólo el Ser se encuentra allí, pero no se experimenta conscientemente.

Al comienzo, se prescribe apegarse al “pensamiento yo” para fortalecer la mente, para que pueda concentrarse.

Primero la mente se concentra en algo externo, por ejemplo en la imagen de Dios. Cuando uno se concentra en un sólo pensamiento, todos los otros pensamientos desaparecen. ¿Quién es el que se concentra? Es el “yo” personal. Entonces, gradualmente, hay que retirar la atención del objeto externo y enfocarla hacia el sujeto, el “yo”. Averigua quién es este “Yo”. Averigua de dónde surge esta noción del “Yo” y permanece como la fuente del “Yo”.

Algunas veces, durante la auto-indagación, la mente se distrae. Esto ocurre debido a las tendencias innatas de la mente. La mente tratará de justificarse a sí misma, su presencia. Ella quiere saber qué estamos buscando, incluso intenta resolver la indagación. Pero cualquier respuesta que sea dada por la mente será una respuesta errónea. ¿Por qué? Porque la Realidad está más allá de la mente. La Verdad básica es sin palabras, está más allá de las palabras, más allá de la mente. Por eso cualquier respuesta que sea dada por la mente nunca puede ser una respuesta correcta. La corriente de Conciencia constante sin contenido que es el Ser, sólo puede ser intuita en ausencia de la mente. No obstante, la mente constantemente rechaza esta idea. No quiere admitir que su propia presencia es una gran desventaja para realizar la indagación.

Otra práctica consiste en aferrarse al observador. En la vida diaria existen tres factores: el que es observado, el acto de observar y el que ve, el observador. Los grandes maestros aconsejan que dejemos de lado lo observado y el acto de observar, y nos aferremos a Aquél que observa, Aquél que nos permite observar. El observador, el acto de observar y lo observado conforman el contenido de la mente.

Al comienzo, a través de estas prácticas uno intenta permanecer en el Ser. A su debido tiempo, esto llevará a permanecer como el Ser, que es nuestro estado natural. Pero uno se ha acostumbrado tanto al estado no natural de tener siempre la atención enfocada en todo lo externo a uno, que el estado natural, a veces, parece una nueva adquisición. Cualquier cosa que sea adquirida recientemente se perderá de nuevo, cualquier cosa que se adquiera no es nuestro estado natural y por lo tanto no es real.

La mente parece ser conciente por sí misma, pero es debido a la luz que ella recibe del Ser. El Ser le da luz a la mente y brilla también dentro de ella como su base, su sustrato. Por lo tanto, a la mente no se le puede asignar su propia conciencia. La mente parece ser conciente. Pero la mente es tan inconsciente como el cuerpo. Uno habla de la luz de la luna, pero la luna no tiene luz propia.

Ella brilla con la luz que le presta el sol. Así como la luna brilla con la luz que le presta el sol, así también la mente y el cuerpo pueden funcionar con la luz que les presta su Realidad, su Fuente, que es el Ser. La mente que no tiene conciencia propia es el reflejo del Ser. Parece ser conciente por la luz del Atma, de la Divinidad. Depende totalmente del Ser. Uno debe comprender, aceptar y convencerse de esto.

La naturaleza verdadera nuestra es Pura Atención. Pero todo el tiempo estamos atendiendo a esto o aquello, todo lo que es externo a nosotros. Una vez que la atención se centre en sí mismo, cuando esté fuera de contacto con los objetos de los sentidos y los conceptos de la mente, ese estado se llama Realización. En ese estado uno no está conciente de nada más. Es la Conciencia misma.

La mente piensa que tiene que hacer algo para comprender su verdadera naturaleza. Sólo tiene que tranquilizarse, silenciarse, y entonces tiene que ser pasada por alto.



*“Dios está tan lejos de ti
como tú de tu verdadero Ser”*

Bhagavan Sri Sathya Sai Baba



SATSANG

PREGUNTA:

Quiero saber cuál es la diferencia entre Gracia y esfuerzo. ¿El esfuerzo es un obstáculo?

RATAN LAL:

El esfuerzo es necesario mientras uno esté identificado con el conjunto cuerpo/mente. Sin embargo, una vez que uno se ha enraizado en su estado natural del Atma, el esfuerzo no es ni necesario ni posible.

Cuando uno se establece en su Realidad esencial e inmortal, no habrá quien haga un esfuerzo. Esa experiencia de Divinidad sólo es posible en ausencia del individuo. Uno no puede lograr la Auto-realización y conservar la individualidad. Eso sería contradictorio porque la Realidad de uno, el Ser, es incondicional. No está condicionado por la individualidad ni por la totalidad. Como digo a menudo, el cielo es el cielo, ya se le llame cielo indio, cielo paquistaní, cielo italiano o cielo norteamericano. De la misma manera, agua es agua, sea una gota o el océano. ¿Cómo puede uno entender el significado real

del “yo” si uno está identificado con su individualidad? Cuando tú dices: “yo soy esto y aquello”, eso es ego.

“YO SOY”. Esa es la verdad. El ego quiere disfrutar de la bienaventuranza del estado libre de ego, pero eso no es posible. Para estar en ese estado, el ego tiene que ser sacrificado. Entonces tampoco habrá un ego para hacer un esfuerzo. La Gracia es permanente.

PREGUNTA:

¿Contemplar una imagen de Dios, no es también Maya?

RATAN LAL:

Por el contrario, a menudo se recomienda. Es una práctica, una práctica muy buena. Si a uno le gusta una imagen en particular de Dios, uno debe contemplar esa forma sagrada. Luego, uno debe progresar hacia una etapa en la cual se busque que la forma sea el corazón espiritual de uno y contemplarla.

¿Por qué lo asocias con Maya? Eso sólo demuestra tu confusión. Es una práctica espiritual. Uno puede hablar de Maya desde el punto de vista absoluto pero una vez que uno esta allí, esta pregunta no surge.

PREGUNTA:

En la pared de un famoso Ashram Sufí, estaba escrita la siguiente frase: “Cuando se quite los zapatos y

entre al ashram descalzo, quítese también el ego y entre”. Si no existe el ego en absoluto, ¿cómo puede uno superarlo o quitárselo?

RATAN LAL:

Una vez más, esta es una mezcla de dos niveles de conciencia. Desde el punto de vista absoluto, no existe el ego, eso es cierto. Pero desde el punto de vista relativo, existe el ego. De lo contrario, ¿por qué se nos iba a pedir que nos libráramos del ego? No existe el ego una vez que se comprende la Verdad. Pero mientras uno está trabajando bajo el hechizo del ego, ¿cómo puede decir que no existe el ego?

Consideren quién es el que busca. El Atma no busca. El Atma está feliz, siempre feliz. Es el ego el que busca. El Ego es igual a la ignorancia. Hay que eliminar la ignorancia. El ego está allí hasta que uno se ilumina. Cuando se elimina la ignorancia, significa que el ego se elimina.

Bhagavan Baba expresa Su enseñanza básica en una forma muy simple. Él dice: “Ama a todos, sirve a todos; ayuda siempre, no dañes nunca”. Sin embargo, no podemos practicar ni siquiera esta enseñanza sencilla. ¿Por qué? Debido al ego. El ego tiene gustos y aversiones, orgullo y prejuicios, parcialidades. Por eso no podemos practicar esta enseñanza sencilla de “ama a todos, sirve a todos”.

Cuando las cosas se explican de manera sencilla, la mente se siente aburrida porque no está entretenida. Queremos ignorar la pantalla del cine, que es la base de la película que se proyecta en ella. Estamos más interesados en la película. Lo mismo ocurre con la vida en el mundo. Queremos ignorar la base, el origen de la mente y queremos –la mente quiere– disfrutar de todo lo que es externo a ella, debido a sus tendencias pasadas.

El ego tampoco quiere transformarse. Aunque uno haya escuchado el consejo de Bhagavan: “Ama a todos, sirve a todos”. Mil veces, uno continua en el mismo nivel. ¿Si uno no puede ayudarse a sí mismo, qué puede hacer Dios?

PREGUNTA:

¿Qué hacer cuando vemos que nuestro ego siempre está controlando y no quiere irse?

RATAN LAL:

El ego no se va a ir fácilmente, porque una vez que ha emergido, quiere permanecer como una entidad separada de su fuente que es el Ser. Se identifica tanto con el cuerpo que no está preparado para irse. El ego sabe que si elimina esta identificación incorrecta, va a tener que regresar a su fuente y no quiere hacerlo. Prefiere pasar por la alegría y la tristeza, el placer y el dolor, incluso si tiene que sufrir más dolor que placer.

Te voy a dar un ejemplo muy simple. Es como una muñeca de sal. Si pones la muñeca en el océano se disolverá inmediatamente, pero si la muñeca no quiere ir al océano, permanecerá como una entidad separada.

El mayor defecto del ego, aparte de sus gustos y aversiones, orgullos y prejuicios, es su deseo de limitar lo ilimitado. El ego trata al Ser como un objeto sin darse cuenta de que el Ser es su misma base y soporte. Por eso es necesario involucrarse repetidamente en Satsang, leer libros espirituales una y otra vez. Finalmente, el ego tendrá que aceptarse a sí mismo como irreal. Es decir, la comprensión intelectual ocurre antes de la realización. Pero el verdadero entendimiento sólo vendrá cuando nos libremos de nuestras nociones preconcebidas. El ego no las quiere soltar porque está muy apegado a esas nociones. Está muy apegado a sí mismo.

Tenemos que repetirnos a nosotros mismos que el “yo” personal, como nosotros lo concebimos, el “yo” personal limitado a un nombre y una forma específicos, es sólo una mera noción. ¿Cómo puede una noción exigir algo como suyo? Cuando el “yo” personal es sólo una noción y no está realmente allí, ¿cómo puede determinar que algo es su posesión?

Bien sea que nos estemos refiriendo a tendencias, ideas preconcebidas u objetos físicos, no se puede decir que algo nos pertenece a nosotros. Si el “yo”, este “yo”

erróneo es una noción, ¿qué es lo que puede pertenecerme?

Pero nosotros no consideramos esa noción como una noción. Nosotros consideramos ese “yo” nocional como si fuera el “yo” real. Es allí donde la discriminación es esencial. Pero incluso si nosotros reconocemos esta Verdad fundamental, el ego no está dispuesto a aceptarla.

El “yo” nocional piensa “la sombra es una sombra, cómo podemos negarla, es una sombra y como sombra está allí”.

Debemos preguntarnos, ¿a quién pertenece esta sombra? Pero nosotros no nos hacemos esta pregunta.

Es la sombra del Ser. El Ser es la Realidad. La sombra es una sombra. Para que el ego acepte este hecho básico, uno debe adquirir una comprensión y convicción perfectas. Hasta que tengamos esa comprensión y convicción no podremos emprender seria y consecuentemente la práctica espiritual necesaria que nos puede conducir a darnos cuenta de nuestra verdadera realidad.

Por lo tanto, la comprensión es importante pero la práctica es igualmente importante. Debemos tratar de desarrollarlas ambas al mismo tiempo. La razón por la cual no lo estamos haciendo es porque estamos permitiendo que diversas suposiciones erróneas nos influyan. Por ejemplo, consideramos la espiritualidad como algo

secundario. Creemos que lo que vemos en el mundo externo es la Realidad y por lo tanto es importante. En consecuencia, no estamos ni verdaderamente interesados en comprender ni tampoco en practicar.

Una vez que corrijamos nuestra comprensión y comencemos a hacer la práctica espiritual con intensidad y constancia, el ego se verá forzado a desaparecer.

PREGUNTA:

¿El interés en el Ser es algo espontáneo o necesitamos cultivarlo? Y... ¿cómo lo cultivamos?

RATAN LAL:

Es la misma pregunta con palabras diferentes. La respuesta es prácticamente la misma. Debes cultivar interés en tu Realidad. ¡Hasta ahora has cultivado un interés tan fuerte en su irrealidad! Para superar ese esfuerzo debes hacer esfuerzo en la dirección contraria.

Un ejemplo para aclarar el punto. Si tomamos un pedazo de cartón, y lo doblamos y lo mantenemos así por cinco años, será difícil enderezarlo de nuevo. Lo que tenemos que hacer es doblarlo hacia el otro lado y mantenerlo así por un largo tiempo. De la misma manera, retiramos el interés de lo irreal y lo transferimos a nuestra Realidad.

Desafortunadamente, por tanto tiempo nos hemos considerado algo que no somos que es muy difícil vernos

secundario. Creemos que lo que vemos en el mundo externo es la Realidad y por lo tanto es importante. En consecuencia, no estamos ni verdaderamente interesados en comprender ni tampoco en practicar.

Una vez que corriamos nuestra comprensión y comencemos a hacer la práctica espiritual con intensidad y constancia, el ego se verá forzado a desaparecer.

PREGUNTA:

¿El interés en el Ser es algo espontáneo o necesitamos cultivarlo? Y... ¿cómo lo cultivamos?

RATAN LAL:

Es la misma pregunta con palabras diferentes. La respuesta es prácticamente la misma. Debes cultivar interés en tu Realidad. ¡Hasta ahora has cultivado un interés tan fuerte en su irrealidad! Para superar ese esfuerzo debes hacer esfuerzo en la dirección contraria.

Un ejemplo para aclarar el punto. Si tomamos un pedazo de cartón, y lo doblamos y lo mantenemos así por cinco años, será difícil enderezarlo de nuevo. Lo que tenemos que hacer es doblarlo hacia el otro lado y mantenerlo así por un largo tiempo. De la misma manera, retiramos el interés de lo irreal y lo transferimos a nuestra Realidad.

Desafortunadamente, por tanto tiempo nos hemos considerado algo que no somos que es muy difícil vernos

a nosotros mismos como verdaderamente somos. Sin embargo, debemos continuar haciendo el esfuerzo para sentir esta Presencia Eterna dentro. No debemos ignorar ni olvidar esta Presencia. Esa es la manera de cultivar el interés.

PREGUNTA:

¿Cómo sentir constantemente esa Presencia?

RATAN LAL:

¿Quién es el que quiere sentirla? Es la mente la que quiere sentir esa Presencia. Pero ¿cómo puede la mente sentir Lo que es permanente? Esta es la forma correcta de hacer la pregunta. La Presencia permanente se puede sentir directamente una vez que la mente esté tranquila. Entonces es muy fácil poner la mente a un lado, una vez que se tranquiliza. Entonces, Lo que es permanente se revelará a sí mismo, porque no habrá nadie que lo interrumpa. Es la mente la que interrumpe la corriente espontánea del Ser.

PREGUNTA:

¿Qué pasaría con nosotros si conociéramos al Ser?

RATAN LAL:

Tú eres el Ser, pero imaginas que no.

PREGUNTA:

¿Cómo seguir un sólo sistema de pensamiento si por ejemplo somos cristianos y queremos seguir las enseñanzas de Sai Baba?

RATAN LAL:

¿Encuentras alguna diferencia entre las enseñanzas de Sai Baba y la Cristiandad? En todas las religiones, al más alto nivel, la enseñanza es la misma. No es diferente. Es la mente la que quiere crear distinciones en Dios. Tú crees que tú eres cristiano. Antes de ser cristiano, eres un ser humano. ¿No es así? Eres cristiano porque naciste en una familia cristiana. En las primeras etapas de tu progresión espiritual puedes adorar una forma particular de Dios, como en el nombre y la forma de Cristo. Otra persona puede ser atraída por una forma de Dios diferente, por ejemplo, por Buda. Hay muchas religiones, cada una tiene una imagen de Dios. Mientras continuemos en el nivel más bajo, no habrá final para las diferencias. Si quieres ver las diferencias, ellas no tendrán final.

Aquí nosotros tratamos de ver la Unidad en la Divinidad, realizarla, experimentarla, serla. El Morador Interno en todos nosotros, no importa qué idioma hablemos o de qué país vengamos, o qué creencias tengamos, es el Ser, el Ser Divino. El mismo Ser está en Cristo, en Buda, en Sai Baba y en cada uno de ustedes. El Ser no sufre ningún cambio. Sólo sus nombres y formas son

diferentes de otros. Ver las diferencias es una visión superficial. A un nivel más profundo, el Ser no reconoce ninguna religión. El Ser reconoce sólo la Divinidad. Se reconoce a Sí mismo.

La religión, la iglesia, el templo, la mezquita, utilizamos tantas palabras para la adoración que llevamos a cabo. Oramos para obtener algo. Pero la más elevada oración es pedirle a Dios que elimine nuestro ego. Entonces, ya no verás más diferencias. Los rituales son diferentes, sean de la religión cristiana, la religión hindú o la religión musulmana pero la meta es la misma. No hay perjuicio en que haya métodos diferentes de adoración. Permite que otros adoren a su manera y tú adora a tu manera. ¿Por qué vamos a menospreciar los rituales de otras religiones? ¿Quiénes somos nosotros para juzgar? No debemos juzgar. Debemos ser tolerantes. Debemos ser pacientes. Pero la pregunta en sí muestra la fortaleza del ego. Es el ego el que quiere encontrar esas diferencias en las enseñanzas de Sai Baba, por ejemplo, con lo que se enseña en el cristianismo.

PREGUNTA:

El otro día usted habló de una base que siempre es firme. ¿Cuál es esa base?

RATAN LAL:

Podemos comparar el Ser con una pantalla de cine.

Esa pantalla blanca del cine es permanente. Sobre la pantalla se proyecta la película. La mente está interesada en la historia de la película, en el héroe, el villano, etc. Algunas veces, en la película vemos fuego pero ese fuego no quema la pantalla. Algunas veces, puedes ver una inundación en la proyección pero no moja la pantalla. De la misma manera, el Ser no es afectado por nada de lo que experimenta la mente.

Tenemos que tratar este mundo como si fuera un espectáculo pasajero. Todos tenemos papeles diferentes en el mundo. Alguno será químico, otro matemático y así sucesivamente. En el Bhagavad Gita dice: “Desapego en la acción, no de la acción”. Debemos permanecer desapegados cuando estamos trabajando.

Algunas veces, en el teatro, la misma persona tiene que desempeñar el papel de un mendigo y otras veces el papel de un rey. Si esa persona se apegara a su papel y olvidara su realidad, se diría que está loco. Si después de terminar su representación de un rey, él permaneciera en su papel y dijera: “Yo soy el rey”, la gente se reiría de él.

Lo mismo ocurre en el mundo. Una persona dice: “Soy un químico”. Otra persona dice: “Soy abogado”. Estos son los papeles que ellos desempeñan en este espectáculo pasajero que se llama vida, pero no es su verdadera identidad. Nuestra verdadera identidad es el Ser. El Ser es la base. No lo puedes analizar. No lo puedes

ver como verías un objeto. Sin el ser no hay “tú”, ni nadie que haga la pregunta.

PREGUNTA:

Yo leí que en el sentido espiritual, una mente poderosa es de gran ayuda pero yo quiero librarme de la mente.

RATAN LAL:

Sí, una mente fuerte es de gran ayuda. Una mente fuerte nos ayuda a transferir la atención desde el mundo exterior hacia el Ser. La mente, cuando está en un estado débil, se distrae fácilmente, corre de aquí para allá y no puede ser controlada. Primero tiene que fortalecerse. Tiene que ser estabilizada y purificada.

PREGUNTA:

Cuando quiero controlar la mente, es posible hacerlo sólo por un cierto período de tiempo. Después parece ser incluso más fuerte.

RATAN LAL:

Si la mente es más fuerte, eso significa que puede enfocarse mejor, se puede concentrar más fácilmente en su Realidad. Tú confundes una mente fuerte, una mente poderosa, con las tendencias fuertes. Necesitas una mente fuerte para poder transformar las malas tendencias en buenas tendencias. Trata de comprender esto. Una mente fuerte es necesaria para poder transferir tu atención del

espectáculo pasajero hacia su base permanente para poder evitarlo. Si la mente es débil, siempre corriendo de aquí para allá, no se puede enfocar ni controlar. Por eso se nos dice que fortalezcamos la mente.

En realidad la mente es una sombra. No es algo tangible. Surge de y se establece en su fuente, que es el Ser. Aparece y desaparece. Hay que fundir esta sombra en su Realidad, pero como estamos tan acostumbrados a sentir y a pensar con la mente, al comienzo tenemos que decir que es necesario fortalecer la mente para transferir su atención. Cuando decimos que es bueno tener una mente fuerte, significa que en vez de tener una mente débil y distraída, llena de pensamientos, es mejor tener una mente enfocada en un sólo punto, concentrada.

PREGUNTA:

¿Una mente vacía es lo mismo que una mente ausente?

RATAN LAL:

Una mente ausente es una mente débil. La ausencia de mente significa que la mente no tiene suficiente fuerza para concentrarse en algo. Enfocar la mente no es posible cuando la mente está ausente. Una mente vacía es diferente. Una mente vacía es cuando la mente está libre de pensamientos, cuando está pura. Puedes librar la mente de pensamientos cuando no hay deseo en la mente. Es

entonces cuando puede quedar libre de pensamientos. Durante el estado de vigilia, cuando la mente está libre de pensamientos, tú estás conciente todo el tiempo.

La meta debe ser lograr la tranquilidad de la mente. En vez de tener que hacer algo para darse cuenta de su Realidad, la mente sólo tiene que mantenerse tranquila. Entonces la Realización estará allí.

PREGUNTA:

¿Puede decirnos algo sobre el Mahashivarathri?

RATAN LAL:

Se celebra una vez al año, algunas veces en febrero y otras en marzo, dependiendo de los aspectos de la luna. Es la noche de Shiva.

Les voy a dar una explicación espiritual. Esa noche deben estar despiertos a su Realidad, que es el Ser, y dormidos para todo lo demás. Eso, por ejemplo, puede ser interpretado con el canto de bhajans toda la noche. Pero el significado espiritual de este festival es despertar al Ser y dormir todo lo demás.

Generalmente, uno ve que la gente canta toda la noche para mantenerse despiertos, despiertos al Ser o no, eso no lo sé. El significado más elevado es despertar al Ser. Pero no podemos hacerlo hasta que no estamos dormidos para el mundo. Como no lo podemos hacer, por lo menos, pasamos toda la noche en una forma ritual.

PREGUNTA:

¿Cómo despertar al Ser?

RATAN LAL:

Mediante una práctica espiritual comprometida. Primero tenemos que entender la naturaleza de la mente y luego tenemos que controlar la mente. Una vez que está controlada se vuelve pura. Una vez que la mente está controlada y pura, hay que escoger una práctica espiritual comprometida. Cualquier práctica que escojan, no se impacienten. No esperen resultados inmediatos. Para obtener objetivos mundanos, nosotros, voluntariamente, invertimos mucho tiempo y esfuerzo, pero en asuntos espirituales queremos resultados rápidos. Queremos que el ego experimente la bienaventuranza del estado sin ego sin hacer ningún esfuerzo. Eso no es posible. Hay que eliminar el ego, hay que disolverlo mediante la práctica espiritual. Eso va a requerir tiempo y esfuerzos constantes.

Nadie puede negar el Ser. Es nuestra base misma. Pero el ego quiere ignorar su propia base, su propia Realidad. Está dispuesto a correr detrás de cualquier cosa externa pero está poco inclinado a ir hacia adentro. Dios no puede venir y sentarse en tu regazo sin que tú hagas nada.

Existen muchas prácticas: puedes meditar. Cuando nos sentamos a meditar debemos fundir el ego en el Ser.

También pueden instalar la imagen de Dios en el altar de su corazón espiritual y contemplarla. Esa es una práctica espiritual. Como saben, el ego estará dispuesto a apegarse a cualquier cosa que le guste. Así es que díganle que pare cuando empiece a correr tras cosas mundanas.

PREGUNTA:

Me parece algo muy difícil de hacer.

RATAN LAL:

Cualquier cosa que no hayas hecho antes te parecerá difícil. Estás tan acostumbrado a vivir en este mundo lleno de sombras, en este mundo irreal, que te parece casi imposible retirar tu atención de él.

Consideramos que las experiencias por las cuales pasamos durante el estado de vigilia son reales pero la piedra de toque de la Realidad es la Realidad misma y no las experiencias por las cuales pasa la mente. Ni siquiera el que tiene la experiencia es real.

Al comienzo cualquier práctica parecerá difícil pero una vez que comiencen a practicar continuamente, se les hará más y más fácil. Nos parece difícil desapegarnos de los objetos de nuestros deseos. Creemos que el apego es natural. El Divino Baba explica esto de una manera muy simple. Sostener un pañuelo requiere cierto esfuerzo pero dejarlo ir no requiere ningún esfuerzo. Para mantenernos

apegados a algo tenemos que hacer un esfuerzo. Desapegarnos de lo que no es real nos parece muy difícil porque hasta ahora hemos tomado lo Real por irreal y lo irreal por Real. Esta es la causa de la ignorancia. Hay muchas prácticas, pero tienen que hacer un esfuerzo. Y mientras no estén interesados y convencidos, no emprenderán ninguna práctica seriamente.

PREGUNTA:

La gente también habla de los chakras.

RATAN LAL:

Chakras, kundalini, la gente está más interesada en estas cosas complejas que en seguir el camino directo. Me han dicho que todos estos caminos dirigen la atención de la mente al centro de la cabeza. Finalmente, la atención debe regresar al corazón espiritual. Entonces, ¿por qué no ir directamente al corazón espiritual? ¿Para qué subir para luego bajar? ¿Para qué hacer este esfuerzo innecesario? Esto se hace solamente para satisfacer la curiosidad de la mente, para entretener a la mente.

PREGUNTA:

Entiendo que todos estamos buscando a Dios. Pero verdaderamente ¿cómo podemos acercarnos a Dios? ¿Cómo podemos saber que algo nos está acercando a Dios? ¿Es porque sentimos paz?

RATAN LAL:

Te contestaste tú mismo cuándo sientes paz. La paz es Dios, el amor es Dios. Vive en la paz, vive en el amor. Eso es Dios.

Para darnos cuenta de la unidad con Dios no es necesario conocerla. Tienes que serlo. Debes sentir esa unidad. No es un conocimiento intelectual o mental. Es mas bien una cuestión de sensibilidad. Siente la unidad, siente la pérdida de la individualidad que te hacer sentir separado de Dios. Si renuncias a la sombra ¿qué quedará? Sólo tú quedarás ahí. Tú, mas no como tú crees que eres sino como verdaderamente eres. Mientras veas la sombra, trátala simplemente como una sombra. Desafortunadamente tratamos la sombra como si fuera real y nuestra Realidad como algo irreal.

PREGUNTA:

He escuchado que sólo podemos lograr esto a través de la Gracia Divina.

RATAN LAL:

La Gracia de Dios es permanente. Bien sea que la mente la sienta o no, Su Gracia siempre está allí. Puede que la mente no sea capaz de sentir Su Gracia debido a las tendencias erróneas que la cubren, pero la Gracia siempre está allí. Purifica la mente y podrás sentirla.

Alguien dijo una vez: “Si buscas a Dios, vuelve tu

mente hacia adentro, hacia tu corazón espiritual. Allí, en el corazón espiritual, Dios está esperando por ti, como un imán para atraerte, es decir, para atraer a la mente hacia su fuente”. El único esfuerzo que tienes que hacer es retirar su atención de lo que ves. El resto del trabajo lo hace Dios, tú no tienes nada que ver con eso.

Todo lo que uno hace, se debe hacer desde el corazón y no automáticamente, como una máquina. Uno debe hacerlo despacio. Esto se puede aplicar a todo. Habla desde el corazón y no desde la mente o el intelecto. También cuando leemos debemos hacerlo desde el corazón. Cualquier trabajo que realicemos, mundano o espiritual, debe hacerse desde el corazón. Mucha gente dice: “Sí, yo lo entiendo intelectualmente”. Esto es bueno para comenzar, pero a medida que pasa el tiempo debes entender desde el corazón. Sólo entonces cualquier cosa que hayas escuchado y entendido se convierte en una convicción.

Independientemente de que el trabajo sea mundano o espiritual, si no se hace con amor, es mejor no hacerlo. Porque si llevas a cabo tu deber sin amor, se convierte en algo seco. Tus palabras no tendrán ningún efecto en la gente a menos que sean dichas desde el corazón. Hasta que uno ponga en práctica sus palabras, todo será inútil. Hacer las cosas a la mitad no ayudará en nada. No actúes mecánicamente. Habla, piensa, medita desde tu

corazón. Ninguna práctica puede ser puesta en marcha a menos que se haga desde el corazón.

Cuando Bhagavan Baba le habla a grandes grupos de personas Él los llama “Encarnaciones del Ser Divino”. ¿Qué significa eso? En realidad, eso encierra todas Sus enseñanzas. Pero la mente le da más importancia a la encarnación que a lo Que ha encarnado. Lo mismo ocurre con nuestro Morador Interno, con nuestra Realidad, la mente lo ignora. La mente le pone más atención a los nombres y las formas. Los nombres y las formas son muchos pero el Morador Interno es Uno. Nuestra Realidad es el Morador Interno y no el nombre y la forma, pero la tendencia de la mente es limitar todo y poseer todo. Quiere monopolizarlo todo.

PREGUNTA:

¿Podrías explicar algo sobre la meditación?

RATAN LAL:

Cuando tus ojos están abiertos ves muchas cosas ir y venir. La gente también viene y se va, aparece y desaparece. Tú debes simplemente desarrollar una visión desapegada de todas las idas y venidas, de lo que aparece y desaparece, y luego aferrarte con todo tu corazón a esa Luz que te permite ver el show que pasa. Esa Luz que llamamos el Ser es permanente. Es la luz que nos permite ver este show pasajero. Sin embargo, cuando estás

muy apegado a lo “visto”, eso hace que ignores la Luz interna. Por lo tanto, en las etapas iniciales, tenemos que hacer un esfuerzo para eliminar nuestro apego de los objetos que se ven y apegarnos a esta Luz. Una vez que lo hayamos hecho por cierto tiempo, finalmente se hará espontáneo.

Una vez que la meditación se convierte en espontánea, sin ningún esfuerzo en absoluto, tú comprenderás tu propia naturaleza verdadera. Esa es la Auto-realización. Ahora, si tú cierras los ojos y tratas de practicarla intelectualmente, no tendrás éxito. Hazlo con el corazón y no a través del intelecto. Practicar a través del intelecto no te ayudará.

PREGUNTA:

Usted dijo que uno debe apegarse a la Luz, nuestra propia Realidad.

RATAN LAL:

Es al comienzo que la mente debe apegarse a la Luz, porque sentimos que tenemos cierta forma de libertad limitada. Tan pronto como nos identificamos con el complejo cuerpo/mente, creemos que tenemos libertad para ir para allá y para acá. Así, apégate a la Luz y el Poder que te permiten ver, en vez de apegarte a lo que ves.

PREGUNTA:

¿Eso significa que no debemos ver formas y colores?

RATAN LAL:

Ese no es el punto. El punto es no apegarse. Algunas formas son muy bellas, otras no. El hábito de la mente es sentirse atraída hacia las formas bellas, es natural. Pero ese hábito puede eliminarse. Estos son hábitos de la mente. Puede que parezcan difíciles de interrumpir pero cuando uno pone su corazón en ello, uno logra el éxito.

PREGUNTA:

¿Cómo podemos utilizar la espiritualidad en nuestra vida diaria?

RATAN LAL:

La espiritualidad o la búsqueda de Dios, nos ayudará a purificar la mente. Eso significa purificar la mente de su turbulencia y su egoísmo. De esta manera, también podemos realizar nuestros deberes de una manera no egoísta, de manera altruista. Cuando se realizan los deberes sin egoísmo, se puede evitar ser demasiado individualista. Cuando se evita ser individualista, de manera natural se tiene menos ego. Y una vez que estás libre del ego, entonces obtendrás la Realización instantánea de Dios o de tu verdadero Ser. Entonces no hay nada que obstruya esa Realización. Es el egoísmo el que la obstruye y el

altruismo ayuda. Por eso se nos dice repetidamente que llevemos a cabo acciones buenas y sin egoísmo.

Pero como consideramos el mundo como real, nuestro principal interés es adquirir algunos poderes, sean físicos o económicos. Sí, el dinero es necesario para la vida diaria. Lo que no es necesario es la codicia. Lo mismo ocurre con la espiritualidad. ¿Por qué buscamos la espiritualidad? ¿Es para obtener paz o poderes? Querer poderes es utilizar erróneamente la Divinidad. El uso correcto de la Divinidad es convertirse en Divino, darnos cuenta de nuestra verdadera identidad. Ese es el objetivo de la espiritualidad, ver la unidad y ser uno con el Uno.

PREGUNTA:

¿Puedes explicar más sobre la meditación?

RATAN LAL:

En la meditación existen tres características: el objeto sobre el cual meditamos, la acción de meditar y el que medita. Deja a un lado el objeto de la meditación y el acto de meditar y quedará el que medita. Después de algún tiempo el meditador también desaparecerá. ¿Qué quedará entonces? Sólo el Ser, tu verdadero Ser.

Primero pregúntate, “¿Quién es el que medita?”. Entonces quédate como el que medita, sin ningún objeto sobre el cual meditar. Puede pasar que al comienzo,

parezca un poco difícil, pero una vez que te hagas más contemplativo, se hará más fácil.

¿Qué es meditación? Es tu verdadera naturaleza. El nombre de la meditación en Hindi es 'Dhyana' y significa 'atención'. Dhyana, el estado de atención pura, es permanente. Dhyana es interrumpida por las tendencias egoístas de la mente, por las tendencias de la mente de estar separada del Ser, por su tendencia de dirigir su atención hacia lo externo, hacia el mundo fenomenal.

La mayoría de las personas están interesadas en cosas externas, en lugar de en este estado de atención pura. Nuestro interés viene de la curiosidad. Queremos saber qué es esto y qué es aquello, qué está pasando allá o no está pasando allá, o porqué no está pasando. Pero estas son preguntas mundanas. La mente se interesa en esas cosas debido a los fines mundanos. No hay nada malo en ello, pero no te sumerjas totalmente en esas búsquedas. Está en el mundo, pero no dejes que el mundo esté en ti. Es decir, no permitas que el mundo ocupe tu mente constantemente. Permítele a tu mente darle más atención a Dios, al Ser, al Atma, como prefieras llamarlo. Ese es el propósito detrás de la meditación. El estado más elevado se obtiene cuando logras tranquilizar la mente y hacer que se desapegue de los asuntos mundanos o externos.

Cumple tu obligación sin apego y no te identifiques con el rol mundano que se te asignó en esta vida debido a

tus vidas pasadas, debido a las tendencias o deseos del pasado. Debemos representar nuestro rol de una manera sentida, con una concentración total.

PREGUNTA:

Cuando estamos meditando, ¿cómo sabemos que es realmente meditación? ¿Cómo sabemos si nuestra atención está en el corazón espiritual y no en la mente?

RATAN LAL:

¿Quién es el que quiere saber? ¿Quién es el que quiere distinguir?

PREGUNTA:

Mi Ser espiritual.

RATAN LAL:

Dios no quiere saber, Dios no tiene preguntas. El Morador Interno no quiere saber. Es el ego. Abandona el ego, disuélvelo. La mente es un reflejo, siempre persiguiendo sombras. No quiere aceptar nada que no pueda pasar el examen de la mente. Eso es arrogancia. Elimina esta arrogancia de tu mente.

Tú no eres la mente. Tu verdadera naturaleza es el Ser. Convéncete de ello y luego emprende alguna práctica espiritual. Entonces podrás experimentarlo. Pero si no lo haces, las preguntas vendrán una tras otra. La mente es muy analítica, quiere analizarlo todo, pero el Ser no puede

ser entendido por la mente. Tenemos que disolvernó en el Ser. Es decir, la mente o la individualidad tiene que disolverse en el Ser.

PREGUNTA:

Yo practico la meditación, pero no he logrado eso de lo que usted está hablando.

RATAN LAL:

¿Por qué? Porque la meditación no es apropiada. Las tendencias, los deseos, los intereses mundanos son más fuertes que el interés en el Ser. Por eso es que se dice, desapégate, haz que la mente se desapegue de lo que ve. Sólo entonces la meditación mejorará.

Pero antes de comenzar con la meditación, estabilízate, purifica la mente para desarrollar discriminación y desapego. Hasta ese momento sólo será una pose en la cual tú cerrarás los ojos y dirás “estoy meditando”.

A medida que avances, puedes meditar incluso mientras estás hablando, con los ojos abiertos. Muchas veces podemos estar interactuando con la gente y hablando, y estar al mismo tiempo desapegados internamente de lo que se está diciendo. Una vez que cultives el desapego de lo que viene y va, de lo que aparece y desaparece, entonces tu meditación mejorará. Sin embargo, si sin desapego dices “estoy meditando”, ¿qué tipo de meditación podría ser esa?

PREGUNTA:

¿Podría hablar del miedo que algunas veces surge de la mente cuando estamos meditando, miedo a perder el 'yo' personal quizás, o miedo a perder la conciencia del cuerpo, que conduce al miedo a la muerte del cuerpo físico?

RATAN LAL:

El 'yo' personal representa la conciencia del cuerpo. El 'yo' personal tiene que fundirse en el 'yo' impersonal, en el Ser. Pero sólo se puede fundir cuando nosotros renunciamos a la identificación incorrecta del Ser con el cuerpo. En el momento en que renunciamos a ella, se logra la meta. Entonces ya no habrá más un 'yo' personal e independiente.

¿Quién es el que siente miedo? No es el Ser impersonal. Es el 'yo' personal. Es decir, la mente es la que teme. La mente, que es una sombra, finalmente tiene que fundirse de nuevo en su fuente que es el Ser. El Ser no tiene miedos, ni tiene esperanzas. El Ser no tiene ningún deseo, no quiere nada. Todos los juegos son de la mente, en la mente.

La muerte no tiene nada que hacer con las enseñanzas espirituales. Como sabemos, todos los cuerpos son mortales. De acuerdo con tu destino tienes que pasar a través de ciertas experiencias en la vida, pero finalmente todos los cuerpos tienen que morir. Los que mueren no tienen ningún problema. Los que todavía están vivos

son los que sufren de acuerdo con la relación, el afecto o el apego que tenían con la persona que ha fallecido.

Algunas veces se da el ejemplo del vaso de cristal. Si tienes un vaso de cristal que se resbala y se rompe, es como la muerte del cuerpo. ¿Qué sucede? El espacio presente dentro del vaso se funde con el espacio que está alrededor. La mente o el cuerpo no son tu verdadera identidad, no importa cuán bellos sean. Tu identidad es el Ser, y Él no muere bien sea que tu cuerpo muera a edad temprana o ya viejo. Aquellos que quedan te recordarán por cierto tiempo. Pero como sabemos el tiempo es un gran sanador. Incluso los que están profundamente apegados olvidarán con el tiempo.

Volvamos al tema de la meditación. Al comienzo, escoge cualquier imagen de Dios que te guste y contempla en ella. Aun así, cuando tratas de hacerlo por varios minutos, la mente se dispersa. Esto indica que la mente tiene que ser purificada y controlada. Hasta que ocurra dicha purificación no será posible seguir ningún *Sadhana* o práctica espiritual. Una vez que las tendencias egoístas de la mente sean arrancadas, la mente automáticamente se purificará. Si tu práctica es sincera y honesta, puedes controlar la mente, no es una tarea imposible. Si tantos santos, videntes, gente sabia y buena, pudieron controlar sus mentes, ¿por qué nosotros no podemos hacerlo? Pero tenemos que ser serios y sinceros. Tenemos que estar

genuinamente interesados en librarnos de nuestras tendencias egoístas.

Cuando comienzas a hacer alguna práctica espiritual, hazlo como lo primero en la mañana, tan pronto te despiertes. A medida que transcurra el día otras tendencias tomarán posesión de tu mente. Durante la mañana, temprano, la mente está fresca, limpia, libre de pensamientos. Después durante el día habrá una acumulación de pensamientos y deseos. Mientras la mente esté más libre de ellos, mayor será la profundidad de la meditación que lograrás. Sin embargo, si quieres permanecer apegado a tus tendencias, gustos y disgustos, no intentes meditar.

Existen diferentes niveles de meditación. Para comenzar, hazlo con cualquier método porque al final la atención se irá hacia adentro por sí misma. La atención se centrará en su existencia. La meta de la meditación es aquietar la mente.

PREGUNTA:

¿Qué es lo que tenemos que lograr?

RATAN LAL:

Lo que tenemos que lograr es la Unidad con la Divinidad. Es decir, ser uno con el Ser, pero ya somos el Ser. No es algo que tiene que lograrse. Lo que realmente tenemos que hacer es eliminar nuestra ignorancia. No es algo nuevo que tengamos que lograr, porque si fuera así,

lo podríamos perder de nuevo. Lo que es permanente en nosotros no puede perderse. Esta unidad, esta unicidad dentro de ustedes es lo que tiene que realizarse. No es nada nuevo que lograr u obtener.

PREGUNTA:

¿La espiritualidad es sinónimo de seriedad?

RATAN LAL:

La contra-pregunta es si correr tras objetivos mundanos es sinónimo de seriedad.

Para todo lo que haces, en cada tarea que emprendes, tienes que ser serio. No sé de dónde viene esta pregunta. Quizás de alguna confusión. La seriedad se necesita en el mundo y en la espiritualidad también. ¿No es importante ser serio cuando se pilota un avión? ¿No es necesario ser serio cuando se conduce un automóvil? ¿No se necesita concentración hasta para afeitarse? Todo requiere seriedad.

PREGUNTA:

Quiero decir, que veo mucha gente que emprende prácticas espirituales con una cara muy seria, como si estuvieran enfadados.

RATAN LAL:

¿Quién es el que se siente alegre, o miserable, o serio? Es el ego. La alegría y la tristeza sólo provienen del

ego. El Ser no está relacionado con los pares de opuestos. Si alguien tiene una cara alegre o una cara seria, eso sólo le interesa al ego. No tiene nada que ver con el Ser, con el Morador Interno. No es necesario hacer difícil lo que es tan simple. Si ves una cara enojada no la mires. Si ves una cara alegre, mírala. Los pares de opuestos tales como alegría y tristeza, placer y dolor, etc., sólo son el contenido de la mente, no son el contenido del Ser.

PREGUNTA:

¿Puedes hablar sobre el apego?

RATAN LAL:

Uno desarrolla el apego debido a su identificación incorrecta. Uno piensa: “Soy una persona”, “tengo tal inteligencia”, “tengo emociones”, etc. Uno siente tanta atracción hacia la gente que olvida la voz de la conciencia y sigue los dictados de la mente. No consideramos si son apegos temporales o apegos por un tiempo más largo. En este momento estamos tan intensamente apegados que no pensamos en nada más. Si uno se apega a Dios de esta manera, entonces la iluminación sería muy sencilla, la liberación estaría allí. Pero a nosotros nos parece muy difícil apegarnos al Ser y muy fácil apegarnos a esta persona o a aquella. ¿Por qué? Debido a la atracción de los sentidos. La mente sigue a los sentidos y no escucha su Realidad. El Divino Baba dice: “No sientas que puedes

amar a alguien. El amor más elevado sólo puede ser por tu verdadero Ser. Los otros son apegos secundarios”. Ámate tú. Por eso es que quieres satisfacerte tú mismo y tú crees que puedes hacerlo apegándote a otra persona. Según el Divino Baba, la palabra ‘amor’ no debe ser utilizada para las relaciones humanas, ya sea entre hermanos, entre padres e hijos, entre esposo y esposa, etc. Todas estas son relaciones temporales. No son permanentes. No van a durar para siempre. ¿Cómo puedes amar realmente algo que no es permanente? Sólo el Ser es permanente.

Pero la gente tiene más fe en la sombra que en el origen de la sombra. Mientras más uno pueda impersonalizar la vida, mejor será. Esta también es la manera de subyugar el ego. Es el ego el que constantemente quiere apegarse, pero en ausencia del ego ¿quién se apegará a quién? El Ser transparente permanece transparente. ¿El sol está apegado a algo? Lo mismo ocurre con el Ser. El Ser no se apegar. Es la mente la que se apegar porque sobrepuso limitaciones al Ser ilimitado. Elimina las limitaciones y se resuelve el problema.

Ser tan impersonal como sea posible en nuestra vida diaria no significa que vamos a abandonar nuestras obligaciones y responsabilidades. Significa renunciar al sentimiento de ‘mío’ y ‘tuyo’. Elimina el ego y lograrás a Dios.

PREGUNTA:

Algunas veces la mente está absolutamente tranquila y no aparecen ni dudas ni preguntas en ella, todo es perfecto. Pero, a veces, surgen pensamientos en la mente y con ellos vienen las dudas y las preguntas.

RATAN LAL:

Estos estados de la mente siempre se alternan. ¿Por qué? Porque como se ha explicado la mente tiene tres características: la torpeza, la actividad y la pureza. Algunas veces, cuando la torpeza y la actividad están predominando, eso ocurre. Cuando la característica de pureza es predominante, entonces la mente está tranquila, pacífica. No hay pensamiento que la moleste. Por eso se dice repetidamente que la mente debe ser purificada. Trata de armonizar la mente, de evitar sus estados cambiantes. Cuando tus pensamientos, palabras y acciones estén en armonía y sean congruentes, esto no ocurrirá.

Una vez que la mente esté tranquila, libre de pensamientos, no la molestes. No permitas que otros pensamientos interrumpan esta tranquilidad. La mente, debido a sus ideas preconcebidas y debido a sus tendencias, tiende a interrumpir el silencio. Trata de purificar gradualmente la mente y enséñala a buscar su propia fuente que no es otra cosa que el Ser. Si la mente está ocupada buscando su fuente, esos pensamientos no surgirán y la tendencia de la mente a interrumpir este estado de silencio se detendrá.

PREGUNTA:

¿Qué podemos hacer cuando la mente está tranquila y uno ha entrado en profundo contacto con uno mismo, pero repentinamente aparecen diferentes sentimientos tales como el miedo, la alegría o la ansiedad?

RATAN LAL:

Eso es, una vez más, ir de un estado mental a otro. No tiene nada que hacer con el Atma, el Ser. Debes ver los sentimientos como parte de la mente, pero el sentimiento de la Presencia eterna del Ser, la Conciencia, no es parte de la mente. Este estado es permanente, siempre está presente y todo lo que es permanente también es incambiable, no se afecta. No tiene ni miedo ni alegría. Ya que está más allá de la mente, también está más allá de los pares de opuestos. Tu pregunta se refiere, una vez más, a un estado de la mente. No es la experiencia del Ser. Todo lo que aparece y desaparece le pertenece a la mente. Lo que está más allá de la mente ni aparece, ni desaparece.

PREGUNTA:

Se dice que el control de la respiración es una muy buena práctica espiritual, por ejemplo, respirar contando una cierta cantidad de veces, retener el aire y entonces mientras se exhala se cuenta de nuevo...

RATAN LAL:

La fuente de la mente y de la respiración es una.

Cuando estás enojado o agitado, la respiración también estará agitada. Cuando la mente está en paz, la respiración también es pacífica. Esto muestra que la fuente es la misma. Es decir, puedes controlar la respiración y hacer que la mente se pacifique con ello, o puedes tranquilizar la mente y automáticamente la respiración estará estable. Lo que tú dijiste sobre el contar mientras de inhala, retener la respiración, etc., debe hacerse sólo con la cuidadosa guía de un maestro apropiado, que sea experto en enseñar el control de la respiración. Si lo haces por tu cuenta, puede ser peligroso.

Cuando controlas la respiración es como azotar al caballo. Cuando controlas la mente es como darle zanahorias al caballo. Es decir, es de más ayuda controlar directamente la mente que comenzar controlando la respiración.

En relación con el control de la respiración, hay una sencilla enseñanza de Bhagavan Baba que es muy beneficiosa si le dedicas algún tiempo todos los días. Observa tu respiración y mientras inhalas piensa o siente 'so' y mientras exhalas piensa o siente 'ham'. Esto, en sí, controlará tu respiración. No trates de retener el aire, eso no te dará ningún buen resultado y no es necesario.

Las diferentes prácticas se prescriben para diferentes tipos de buscadores. A una persona con una mente muy activa, si le dices que contemple o medite, saldrá corriendo.

Si le dices lo mismo a una persona contemplativa, estará muy feliz. Sin embargo, si le dices a una persona contemplativa que sea muy activa en la vida, eso no será posible para ella.

El Hatha Yoga podría ser peligroso si no tienes un buen maestro. Muchos profesores ofrecen resultados rápidos y también te prometen enseñarte cómo prolongar tu vida en este mundo. Pero pregúntales si ellos han podido prolongar su propio período de vida y la respuesta será 'no'.

Los grandes maestros enseñan métodos simples y la Verdad sencilla que purificará nuestra mente y nos ayudará a funcionar incluso en la vida mundana de una manera más eficiente e imparcial. Pero nosotros no estamos interesados en eso. Si alguien te promete la realización instantánea, inmediatamente lo sigues. Abandona el ego y entonces tendrás la realización instantánea.

Una vez una dama dijo: "Incluso si logro la Auto-realización, no podré producir vibhuthi con un movimiento de la mano".

¿La Realización es para eso? Esas son las ideas que algunas personas tienen. Tienes que renunciar a dichas ideas justo desde el comienzo. La Verdad permanece velada, no por sí misma sino por nuestras tendencias egoístas. Tenemos que eliminar este velo y para eso tenemos que pasar por un proceso de agitación, tenemos que emprender algunas prácticas espirituales. La mente es el ladrón.

Es la mente la que tiene que ser controlada. Para controlar la mente existen muchas prácticas. Interrumpe la mente, esto es de gran ayuda. Es decir, interrumpe la mente cuando quiera saltar de un lugar a otro, lo que ella hace debido a sus tendencias pasadas. Estas tendencias son muy difíciles de controlar, pero es posible controlarlas de una manera fácil con métodos sencillos, no con métodos difíciles. Cuando la mente va hacia fuera, enséñala a interrumpirse a sí misma, a interrumpir la rueda de los pensamientos. Regresa al pensamiento de Dios. ¿Existe algo más sencillo que esto?

Puedes hacer que se observe a sí misma, que sea testigo de los pensamientos. Interrumpe la mente tantas veces como sea posible durante el día, esta práctica te dará buenos resultados. Estarás lleno de paz. Una vez que obtengas paz a través del control de la mente, continúa controlando la mente más y más, hasta que lo hagas sin ningún esfuerzo consciente.

PREGUNTA:

Yo observo mis pensamientos como algo externo a mí. Como testigo, yo los observo venir e ir, pero nunca estoy libre de los pensamientos.

RATAN LAL:

Convéncete de que los pensamientos sólo son posibles en presencia del Ser, en presencia de la Conciencia.

La Conciencia también está allí en ausencia de pensamientos. Uno está tan identificado con la mente que uno se olvida completamente de su Realidad, que es el Ser. Es como ver películas. Las escenas cambian pero tú permaneces igual. Tú, como el Ser, permaneces igual. Una vez que uno ha experimentado este estado, incluso si es por un momento, uno tratará de prolongarlo. Este estado se puede disfrutar durante el intervalo entre dos pensamientos.

PREGUNTA:

Yo lo he experimentado. ¿Pero cómo lo prolongo?

RATAN LAL:

¿Quién es el que quiere permanecer en ese estado? La mente no quiere aceptar que este estado es permanente. Es permanente, bien sea que la mente esté allí o no. Es la mente la que obstruye la experiencia de ese estado. Se resiste a que la dejen de lado.

PREGUNTA:

Entonces, ¿qué puede uno hacer para poder quedarse en el intervalo entre dos pensamientos?

RATAN LAL:

Las palabras son diferentes pero la pregunta es la misma. De nuevo pregúntate: ¿Quién quiere prolongarlo? El Ser no quiere nada, él no desea nada, él no hace

ningún esfuerzo. El Ser es permanente, no cambia, no es afectado por nada.

Así es que la pregunta sería, ¿cómo prolongar este estado permanente? Este estado permanente es interrumpido por la mente. Ignora el ego, déjalo a un lado y ese estado está ahí. Es un estado permanente. Parece impermanente debido al ego. Una vez que la mente se tranquiliza absolutamente, sólo queda el Ser que es Conciencia Absoluta. Nunca está ausente. ¿Y tú quieres prolongar lo que nunca está ausente? Aquel que quiere prolongar este estado es quien debería estar ausente, es muy sencillo.

PREGUNTA:

Uno tranquiliza la mente pero parece imposible matarla.

RATAN LAL:

Mira, mente es sólo una palabra. No existe una entidad como la llamada mente. Esta máquina puede llamarse grabador de cintas, pero la mente no es algo como esto. Una capa de limitaciones aparentemente se superponen en la Conciencia constante, sin contenido. Por lo tanto, en su ignorancia, se divide en sujeto y objeto. Todo lo que hay que hacer es eliminar la ignorancia. Para eliminar la ignorancia, se han mencionado muchos caminos. Un camino le sirve a una persona, otro camino a otra

persona. La única cosa es que uno debe ser honesto y conciente en cualquier cosa que haga.

PREGUNTA:

Yo estoy practicando contemplar para quedar libre de pensamientos. Estoy tratando de no reaccionar, pero incluso entonces, hay pensamientos sutiles, por ejemplo si vemos una flor rosada o pensamos en ella.

RATAN LAL:

Las semillas deben ser destruidas. Si uno simplemente continua cortando las ramas del árbol, las ramas continuarán creciendo una y otra vez. Hasta que uno desarraigue las semillas, ellas continuarán creciendo.

PREGUNTA:

¿Cómo eliminar las semillas?

RATAN LAL:

Eso toma tiempo. Uno tiene que continuar practicando. Continua esa práctica de no reaccionar, ella te llevará al estado de establecimiento en el Ser, que es nuestra verdadera Realidad.

Mucha gente quiere poder, mientras que la paz es más importante. Quieren ser grandes, no buenos. Están más interesados en los poderes de Dios, no en la Realidad, la Esencia o la Paz de Dios. ¿Por qué correr tras los poderes y no de la paz? La grandeza de la paz es mayor

que la grandeza misma. El poder de la bondad está más allá del poder en sí. Uno debe exaltar la paz y la bondad, no la grandeza y el poder. La grandeza sigue a la bondad, mientras que la bondad no necesariamente sigue a la grandeza. Aquellos que aman a Dios, la Verdad básica, anhelan la paz y la bondad. Aquellos que no tienen amor por la Verdad básica anhelan el poder y la grandeza.

PREGUNTA:

Encuentro en mí una gran resistencia a creer que existe un estado permanente de Conciencia.

RATAN LAL:

Existen dos maneras de permanecer permanentemente en ese estado. Una es dejar de un lado la mente, ir más allá de la mente. También puedes hacer que la mente entienda que su Realidad sin nombre y sin forma está más allá de la mente y que la mente no se requiere. La manera de convencerla es hacer que ella contemple constantemente su fuente. Entonces se convertirá en la fuente, que es el Ser.

A un gran Maestro se le hizo la siguiente pregunta: “¿Cómo hacer que la mente contemple algo que está más allá de la mente?” La respuesta fue: “Haz que la mente sea el Ser. Déjala ser como realmente es. Se lo que eres”.

Pero nos hemos convertido en extraños de nuestra propia Realidad. Primero, tenemos que renunciar a nuestra

irrealidad, renunciar a nuestro entendimiento incorrecto. Si no abandonamos nuestro entendimiento incorrecto, ¿cómo podemos ser lo que somos? Haz que la mente sea como realmente es. Esto sólo puede hacerse eliminando este velo incorrecto de limitaciones que la mente parece haber sobrepuesto sobre sí misma, para limitarse a sí misma e identificarse a sí misma con un cuerpo y un nombre. Hay muchos pasos en este camino.

Como sabemos, Bhagavan Baba hace énfasis en la pureza, la paciencia y la perseverancia. En la vida mundana nosotros perseveramos hasta que obtenemos lo que queremos. Pero esa intensidad de perseverancia no existe cuando estamos buscando a Dios o al Ser. Debemos desarrollar la determinación y la perseverancia para experimentar el Ser.

En general, la gente común quiere un nombre, fama, poder, dinero, pero hay algo superior al dinero y el poder, algo que es permanente. Es algo que puede dar paz permanente, es decir, la iluminación. Es algo que nunca disminuye ni aumenta. El dinero y el poder están allí pero esas son cosas que vienen y se van, no son permanentes. Pueden aumentar en un momento y disminuir en el momento siguiente. Algunas veces pueden estar ahí y algunas veces pueden no estar ahí. Pero si queremos la paz permanente, tenemos que experimentar el Ser.

PREGUNTA:

¿No es una paradoja que la mente debe tener el deseo de convertirse en lo que realmente es?

RATAN LAL:

Si la mente tiene este deseo, síguela. La mente tiene que desarrollar este deseo para encontrar su propia fuente. Esta fuente es el Ser. Después de haber surgido del Ser, se identifica inmediatamente con un cuerpo en particular. Y eso es lo que crea el sentimiento de separación del Ser, que es la causa de la ignorancia y la ilusión. Esta ilusión sólo puede ser eliminada cuando recordamos una y otra vez que cualquier cosa que la mente pueda hacer, sólo lo puede hacer con el poder del Ser, que por sí misma no puede hacer nada.

Dile a la mente que no se identifique con un cuerpo. Esta mente está haciendo esto para sostener su autonomía imaginaria. Una vez que para de identificarse a sí misma con un nombre y una forma en particular, automáticamente regresará a su fuente y se identificará con el Ser. Renuncia a la identificación con el cuerpo. La mente tiende a limitar al Ser ilimitado a un cuerpo limitado. Abandona esa identificación incorrecta. Hacerlo también es una práctica espiritual.

Tú eres el ser, pero estás trabajando bajo la ilusión de que no eres el Ser. Esa ignorancia tiene que desaparecer y sólo desaparecerá cuando la mente se tranquilice y

busque su fuente. Cuando a la mente se le dice: “El Ser está más allá de la mente”, la mente querrá saber qué tiene que hacer. Lo único que la mente tiene que hacer es permanecer tranquila. El Ser no se realiza haciendo algo sino no haciendo, no pensando sino quedándose tranquilo. El Ser es Conciencia Pura idéntico a la Existencia Absoluta.

PREGUNTA:

Si la mente de verdad se hubiera fundido incluso por unos pocos segundos, yo no hubiera estado allí....

RATAN LAL:

Ella se puede fundir en unos pocos segundos, incluso si tú te ríes o no. Si estás listo para esto, puede suceder en un segundo. Pero para que estés listo para ello puede tomarte muchas vidas.

Una vez había dos ascetas practicando austeridades por muchos años. Estuvieron sentados debajo de un árbol por tanto tiempo que el polvo comenzó a acumularse en sus cabezas y sus barbas. Un día, de repente, ellos escucharon una Voz Divina que les dijo que ellos obtendrían la liberación después de tantas vidas como hojas tenía ese árbol.

Uno de ellos estaba molesto de que eso tomaría tanto tiempo y se paró y se fue. El otro se sintió tan feliz de que incluso se iba a tomar tanto tiempo, se le estaba asegurando que obtendría la liberación. Así que él

perseveró incluso con más intensidad en sus austeridades. Dios estaba tan complacido con su devoción genuina que le dio la Realización instantánea.

Ver a Dios como algo separado de nosotros es sólo una imagen mental. Pensar que Él es nuestra Realidad, nuestra Base, esa es la Verdad. Como dice el Divino Baba “Dios está tan lejos de ti como tú de tu verdadero Ser”. Eso significa que Dios y el Ser son lo mismo. El verdadero significado de “yo” es el Ser. Es impersonal. Tenemos que entender qué es el “yo” personal y qué es el “yo” impersonal, el “yo” real.

Mientras más impersonalicemos el “yo”, más cerca estamos del Ser.

Quédate impersonal. Tú personalizas porque te identificas con el cuerpo. Cuando paras de identificarte con el cuerpo, quedarás siendo impersonal. La mente estará libre de contenido, como es el Ser. La mente se fundirá con el Ser y se convertirá en el Ser. Entonces, no tendrá que hacer ningún esfuerzo.

En la tarde, cuando tú caminas hacia el sol, la sombra está detrás de ti. La sombra representa la ignorancia. Cuando te alejas del sol, la sombra estará en frente de ti. El sol representa el Ser. Tienes que aprender a caminar hacia el Ser. Estás tan acostumbrado a estar y permanecer en la ignorancia que consideras esta ignorancia como si fuera la Realidad.

PREGUNTA:

¿Significa eso permanecer como el observador, como el testigo?

RATAN LAL:

Esta es una de las prácticas. La mente tiene tres estados: el estado de vigilia, el estado de sueño y el estado de dormir profundo sin soñar. El Ser o Conciencia como Conciencia Pura siempre está presente en los tres estados de la mente, pero sólo durante el estado de vigilia nosotros podemos hacer algún esfuerzo.

Si nos convertimos en el testigo, si observamos los pensamientos en la mente, esta es una buena práctica pero, finalmente, cuando comprendemos que los tres estados le pertenecen a la mente y que la mente misma es una sombra y no es real, ¿quién va a ser testigo de qué? Si no hay nada de qué ser testigo, también el testigo desaparecerá. Entonces sólo el Ser o la Conciencia permanece.

PREGUNTA:

¿Cómo puede la mente, si no está allí, experimentar el Ser?

RATAN LAL:

Esto lo comprenderás cuando lo experimentes y entonces esta pregunta no surgirá. No es algo que se pueda debatir. Ve hacia lo profundo para sentir esa Tranquilidad eterna, este “yo” que siempre está presente, que está

presente cuando hablas y también cuando no hablas.

Esta Presencia se revela a sí misma, por sí misma. No requiere a la mente. De la misma manera que la luz no requiere el reflejo, pero algunas personas sienten que la luz depende de la sombra. La verdad es que la sombra está allí debido a la luz. Esta es nuestra ignorancia, sentir que sin la mente no hay nada.

Pero tiene que experimentarse. No es algo sobre lo cual se puede debatir. Está más allá de las palabras.

Tienes que aprender a amar a Dios, y entonces desarrollarás fe en Dios. ¿Sin amar al Ser, cómo puedes desarrollar fe en el Ser? Tienes más fe en la sombra, entonces ¿por qué quieres hacer alguna práctica espiritual? Renuncia a esta fe en la sombra y desarrolla fe en la luz.

PREGUNTA:

¿Cómo podemos darnos cuenta cuando dejamos el ego a un lado?

RATAN LAL:

Una vez que la mente está libre de contenido, se fundirá en el Ser. En verdad, no necesita fundirse en el Ser, porque es el Ser. Es la mente la que crea un sentimiento de separación del Ser. Cuando renuncia a sus tendencias egoístas y a otros malos hábitos, una vez que se purifica, se convierte en el Ser porque es el Ser. Todo es un juego mental que la mente juega consigo misma.

Pero en un momento u otro tendrá que dejar de jugar el juego, que es la causa de la ignorancia.

PREGUNTA:

¿Qué es 'Ahamkara'?

RATAN LAL:

El ego. 'Aham' es el Ser. Realmente 'Aham' significa 'yo', pero se refiere al Ser. Cuando le agregas la palabra 'kara', entonces estás relacionando a Dios con un nombre y una forma, y eso es ego. Cuando tú dices "yo soy esto y aquello", eso es ego.

"Yo soy Yo", esto es el Ser. No molestes este 'yo'.

PREGUNTA:

Dios está en todas partes. ¿Entonces qué es el corazón espiritual?

RATAN LAL:

No hables así. Primero tienes que experimentarlo. Un debate no conduce a la experiencia de Dios.

Cuando emprendes alguna práctica espiritual, ésta te llevará a la experiencia de Dios, entonces tú podrás hablar como lo estás haciendo ahora. Pero hablar así, sin experimentarlo, no debe hacerse. Es necesario una introducción intelectual, pero esa introducción no debe confundirte. ¿Qué es el ojo? ¿Qué es el oído? ¿Qué es esto? ¿Qué es aquello? Eso es información, pero la

información no es de gran valor por sí misma. Lo que es importante es la transformación. Lo que es importante es desarraigar nuestras tendencias negativas. Haz un esfuerzo para lograrlo, en vez de tratar de averiguar qué es esto y qué es aquello. Eso no es espiritualidad.

Pero la mente no quiere atender a su Realidad. Ella cree que lo que ella no puede pensar, lo que ella no puede concebir, no tiene valor. La mente tiene que ser disuelta para experimentar su Realidad.

PREGUNTA:

Tengo una pregunta acerca de los sueños. ¿Los sueños son útiles para juzgarnos nosotros mismos a través de ellos?

RATAN LAL:

Los sueños no representan la Realidad. Los sueños son como sombras. Se nos dice que tratemos las sombras como sombras. Entonces también trata los sueños como sueños. Algunas veces tenemos sueños que nunca han ocurrido. Alguien me vio corriendo en un sueño, pero yo no estaba corriendo, yo no puedo correr a esta edad tan avanzada. Los sueños son muy incongruentes. Es decir, no podemos confiar en el estado de sueño, no podemos confiarnos en él. Tampoco puedes hacer ningún esfuerzo en el estado de sueño. El esfuerzo requerido para comprender nuestra verdadera Identidad, nuestra Realidad,

sólo se puede hacer en el estado de vigilia. Desde este punto de vista, el estado de vigilia es de más ayuda. Por supuesto, lo ideal sería considerar el estado de vigilia como otro estado de sueño, pero este ideal sólo se hará realidad cuando comprendamos nuestra Realidad.

Todos los estados de la mente, el estado de vigilia, el estado de sueño y el estado de dormir sin soñar, el estado de *turiya*, todos ellos pertenecen a la mente, pero la mente en sí no es real, desde el punto de vista absoluto.

Desde el punto de vista relativo, sí, tenemos que considerarla como real, pero aquí estamos tratando de comprender y realizar el Absoluto. Si sólo permanecemos en el reino de lo relativo nunca podremos cruzar la barrera de la relatividad y alcanzar el Absoluto.

PREGUNTA:

¿Puedes hablar sobre auto-indagación?

RATAN LAL:

¿Qué es auto-indagación? La Auto-indagación no tiene nada que ver con indagar la naturaleza del Ser. El Ser está más allá de la mente, no puede ser comprendido por la mente. En relación al Ser, la mente es una no-entidad.

Cuando los pensamientos te vienen, cuando la mente esté agitada, pregúntate: ‘¿A quién le pertenecen estos pensamientos? ¿A quién le vienen?’ La respuesta natural será,

‘A mi’. Pregúntate: ¿Quién soy yo? Pregúntate de esta manera, con sinceridad. Cualquier respuesta que dé la mente no será una respuesta correcta. De esta manera la mente será controlada por sí misma. Una vez que la mente esté controlada y purificada, en la tranquilidad de la mente podrás sentir la Presencia eterna del Ser.

Algunas veces, cuando la gente hace preguntas, se hace una contrapregunta: “¿Quién es el que está preguntando? Esto se hace para aclarar quién es la persona que habla o pregunta, la diferencia entre el Ser y el ego, el ‘yo’ personal. El Ser no tiene preguntas. Dios no tiene ninguna pregunta. Es el ego o la mente quienes tienen preguntas.

La indagación está en la mente y es realizada por la mente. El Ser no tiene nada que ver con eso. Pero nunca olvides que estás indagando en la eterna Presencia del Ser. El Ser nunca está ausente. Puede que la mente no esté conciente de ello. ¿Por qué? Porque el velo de los pensamientos cubre la experiencia del Ser. Es para eliminar ese velo que se nos aconseja que tranquilicemos la mente.

La auto-indagación no significa indagar sobre la naturaleza del Ser. El Ser nunca puede ser un objeto de la mente. En verdad, en vez de utilizar la palabra ‘auto-indagación’ que sólo puede ser una indagación de la mente, en la naturaleza de la mente, también lo podríamos decir

de una manera diferente, utilizando la expresión 'atención dirigida hacia el Ser'.

La atención es nuestra verdadera naturaleza. Pero todo el tiempo estamos atendiendo una cosa u otra. La mayor parte del tiempo estamos atendiendo cosas que tienen que ver con el mundo. Cuidamos el cuerpo, nos ocupamos de su confort, sus disfrutes. Ustedes preguntan sobre prácticas. La primera práctica es eliminar la atención de lo que vemos. Tenemos una fe firme en lo que vemos. Consideramos lo visto como si fuera permanente. La base de lo que vemos es Eso que es permanente.

PREGUNTA:

¿Qué es la entrega?

RATAN LAL:

Entrega significa entregar nuestra mente, nuestro temperamento, nuestras tendencias egoístas. Tú te entregarás amorosamente al Poder Supremo una vez que estés convencido de que tú, como cuerpo/mente eres tan inerte como esta piedra, que sin este Poder Supremo no puedes ni pensar, ni moverte, ni hacer nada. ¿Podría haber algún pensamiento sin el Ser, que es la Conciencia siempre presente?

Pero el Ser está allí también en ausencia de pensamientos. ¿No estás convencido de que sin el Ser, sin la Luz, todo es sólo materia inerte? Una vez que sepas que

este Poder Supremo, llámalo el Ser, llámalo Dios, es lo que te permite hacer todo, entonces tú te entregarás amorosamente a Él.

PREGUNTA:

¿Cuáles son las consecuencias de la entrega?

RATAN LAL:

La consecuencia de entregarse es que te conviertes en uno con el Ser, una vez que la entrega es total, una vez que entregas la mente.

Cuando renuncias a la mente, cuando no hay mente, cuando no hay sentimiento de separación de la Divinidad, entonces tú te conviertes en Eso.

PREGUNTA:

¿Cómo podemos adorar la Divinidad sin forma, al Dios sin forma?

RATAN LAL:

Él no requiere tu adoración. Sólo se Él, eso es Su adoración. Hacer que tu mente esté libre de contenido, así como lo está la Divinidad sin nombre y sin forma, esa es la manera de Adorarlo.

La adoración implica dualidad. Por ejemplo, tú dices que Él te ama. Eso involucra a dos personas. ¿En el no dualismo, quién va a amar a quién? La forma de amar al Dios sin forma, el Ser, es fundir la mente en Él.

PREGUNTA:

He leído que mucha gente siente tanta devoción que quieren permanecer en la dualidad.

RATAN LAL:

El Divino Baba dice que una mente dual está medio ciega. Si quieres permanecer medio ciego, está bien. *Parabhakti*, la Devoción Suprema, significa que Dios no es diferente de ti. Esta es una Devoción Absoluta. Significa que tú, como entidad separada, desapareces y sólo Dios permanece.

4 Júpiter

EDITORES, C.A.

*Siempre ayuda
Nunca dañes*

El planeta Júpiter
representa la autoridad,
la alegría y la Revelación
de la Sabiduría
Suprema...
Por eso nuestros libros
llevan en sus páginas
un objetivo fundamental,
un mensaje de fe
y de optimismo,
una llave para llegar
a la superación,
a la alegría
y a la paz espiritual.

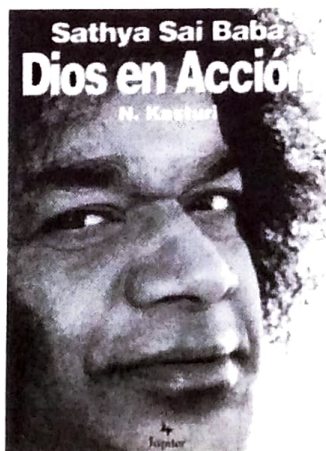


Unidad con lo Divino **Ratan Lal**

En estas transcripciones de las charlas que Ratan Lal le ha dado a los devotos a lo largo de muchos años, él nos brinda una clara percepción sobre la naturaleza del viaje espiritual y su sencilla meta: la Unidad con lo Divino. Estas charlas, claras, agudas y objetivas, apuntan hacia el objetivo de ser discípulo con frescura y simplicidad.

Tamaño: 15 x 21 cms.

ISBN: 980-6405-25-0



DIOS EN ACCIÓN **N. Kasturi**

Compilación de charlas ofrecidas por Sri N. Kasturi a grupos de decotos extranjeros en Prashanti Nilayam, como tributo a su inquebrantable devoción por Bhagavan Sri Sathya Sai Baba y su completa dedicación a Su misión. Son informales e íntimas, llenas de erudición y percepción, salpicadas de humor, y revelan facetas de la insondable divinidad de Baba.

Tamaño: 15 x 21 cms.

ISBN: 980-6405-70-6

*"Dios
está tan lejos de ti,
como tú lo estás
de ti mismo"*
Ratan Lal

*"El hombre es un fenómeno
siempre cambiante y
en movimiento, y por lo tanto,
debe haber algún patrón
de acuerdo al cual
ha de moverse, actuar y pensar,
y el patrón es esférico.
Tratamos de regresar a nuestra
fuente como lo hace el río,
como lo hace la lluvia.
A menos que regresemos
a nuestra fuente,
no obtendremos felicidad..."*
N. Kasturi

OTRAS OBRAS DE NUESTRO CATÁLOGO

- Ahora..., sí vamos a comer
 - Alfabetización Creativa, La
 - Alimentación Vegetariana y Nutrición Energética
 - Amrita Varshini (Manantial de Néctar)
 - Anécdotas brujas
 - Anugraha Varshini (Manantial de Gracia)
 - Astrología Tradicional (Cosmobiología básica)
 - Autoestima en palabras sencillas
 - Autosanación por medio de la Astrología y las Flores de Bach
 - Busca de un Personaje, En
 - Calendario Astrológico
 - Colección Zodiacal Milenium (12 Tomos)
 - Depresión, La
 - Diez Mandamientos, Los
 - Dios vive en India
 - Divinos Leelas de Bhagavan Sri Sathya Sai Baba
 - Estudie Mucho... en poco tiempo
 - Eterno Conductor
 - Evangelio del Año 2000, El
 - Feng Shui en el Entorno Urbano
 - FloreSer
 - Gotas de Rocío
 - Juan Víctor Mejías: (Homenaje a un Yoghi Occidental)
 - Leyes de la Salud, Las
 - Luz que Conduce al Sendero Divino
 - Meditaciones Poderosas
 - Mensaje de los Sabios, El
 - Mensajeros de los Ángeles
- DRA. JACQUELINE LUNARDI DE G.
 - ZULLY LICATA CANO
 - CARMEN GAVIDIA-CLAUDIA REINO
 - SUDHA ADITYA
 - DIEGO GALO ULLOA
 - SUDHA ADITYA
 - G.F.U.
 - RENNY YAGOSSESKY
 - MARÍA FLORINDA LORETO
 - J. E. CHEJIN
 - ENRICO MARIANI
 - ELMER TRUJILLO
 - CÍRCULO JUNGIANO SOPHIA
 - PROFESIONAL
 - R. K. KARAJIA
 - NAGAMANI PURNAIYA
 - LAURA BEDOYA - ANTONIO FERNÁNDEZ
 - SAI BABA
 - PROFESIONAL
 - CARLOS SOSA
 - LILIANA INGLESE
 - KARELLYS DELGADO
 - CARMEN GAVIDIA
 - DR. GERMÁN S. ALBERTI V.
 - VASANT V. PARANJPE
 - SI-BAK
 - RENNY YAGOSSESKY
 - MIGDALIA LÓPEZ MENA

- Metodología de la Investigación
- Nacimos para Triunfar
- NAVIDAD Espíritu Presente
- Nuevo Renacimiento, El
- Numerología OMKIN KAY
- Oración Científica
- Oración y Meditación
- Padre Nuestro
- Píldoras de Crecimiento
- PNL Organizacional
- Poder de la Oratoria, El
- Poder del Amor, El
- Prasanthi Nilayam
- Psicología del Éxito, La
- Reflejos de la Divinidad
- Reflexiones de Autoayuda
- REIKI ...un camino
- Relajación, La
- Sai Baba: el eterno compañero
- Sai Baba y el abogado
- SAITRÉS: Mantra, Yantra, Tantra
- SWAMIJI: una plegaria de amor
- Trece Experiencias Maravillosas con el AVATAR
- Valores Humanos en Educación
- Vitaminas y Minerales, ...todo y mucho más
- ...y el Amor es lo más grande
- 1.000 Preguntas 1.000 Respuestas de Cultura General
- 1.000 Preguntas 1.000 Respuestas de Cultura General
Tomo II - (1.001 a 1.500)
- 1.000 Preguntas 1.000 Respuestas de Cultura General
Tomo II - (1.501 a 2.000)
- 1.000 Preguntas 1.000 Respuestas sobre Simón Bolívar

EVARISTO MARTÍN FERNÁNDEZ
 MARÍA LUISA BECERRA
 KARELLYS DELGADO
 LEONARD ORR
 KARELLYS DELGADO
 SI-BAK
 MABEL DOS SANTOS
 CARLOS RODOLFO GARCÍA
 DORIAN CARO
 DR. LUIS AROCHA MARIÑO
 RENNY YAGOSSESKY
 VASANTHA SAI
 MANUAL DEL VIAJERO
 RENNY YAGOSSESKY
 JUVENTUD SAI DEL MUNDO
 RENNY YAGOSSESKY
 MABEL DOS SANTOS
 MIGDALIA LÓPEZ MENA
 BHAGWAT PRASAD MISRA
 JOSÉ ESTEBAN GRATEROL DE LIMA
 GHANDIKOTA V. SUBBA RAO
 CAPAYA RODRÍGUEZ G.
 ALFONSO LOBO AMAYA
 YAJAIRA TIRRI DE COURTOIS
 DRA. JACQUELINE LUNARDI DE G.
 A. M.
 PROF. ANTONIO FERNÁNDEZ

 PROF. ANTONIO FERNÁNDEZ

 PROF. ANTONIO FERNÁNDEZ
 PROF. ANTONIO FERNÁNDEZ

PARA MAYOR INFORMACIÓN:

Consulte nuestra página Web:

<http://www.jupiter-e.com>

E-mail:

ventas@jupiter-e.com

Fax:

(0212) 572.22.81 - 576.33.02

Apartado Postal:

14954 - La Candelaria 1011 - Venezuela

... y recibirá noticias nuestras

*Este libro se terminó de imprimir
durante el mes de febrero del año 2004
en los talleres gráficos de:
EDITORIAL MELVIN
Caracas-Venezuela*