



ENSEÑANZAS JERÁRQUICAS

COMPILACIÓN

Título XLVI: MEDITACIÓN GAYATRI





PRESENTACIÓN

COMENTARIOS DEL COMPILADOR

Nota aclaratoria: Los textos que se presentan a continuación se han mantenido sin corrección ortográfica ni gramatical para conservar el trabajo original del traductor.

Este trabajo de compilación que aquí se presenta se ha ido organizado a lo largo de varios años y se presentó en Febrero del año 2.013. Desde entonces, se ha procedido a incorporar nuevos textos que antes no constaban en la obra. En conjunto ha sido una tarea muy laboriosa, pero creo que a la vista del resultado bien merece la pena el esfuerzo realizado. La idea que siempre ha movido esta labor ha sido la utilidad que puede tener en los aspirantes y discípulos que, durante los próximos años, estén interesados en enseñanzas provenientes de la Jerarquía de Maestros.

Este trabajo está sobre todo estructurado alrededor de las enseñanzas de la Maestra H. P. Blavatsky y de los Maestros indios Ekkirala Krishnamacharya y K. Parvathi Kumar y otros, aunque esos otros son mucho más esporádicos y concretos.

Las enseñanzas son extracciones de los libros de los autores, haciendo siempre referencia al título del libro y/o el número o números de páginas. El trabajo se ha organizado a lo largo de 70 temas diferentes, en los que se han ido volcando todas las enseñanzas consideradas de valor y que se han encontrado en los libros de referencia.

En ocasiones, se ha preferido escribir sólo las iniciales o parte del título de la obra de referencia, por ejemplo se verá que la Doctrina Secreta se señala como D.S e Isis Sin Velo, simplemente como Isis. Así las enseñanzas y las citas de esa obra aparecen como D.S., seguidas del número del volumen y las páginas extractadas. Por ejemplo si vemos (D.S., V, 200-210), significará que la enseñanza fue tomada de la Doctrina Secreta, tomo V, desde la página 200 hasta la 210).

Existen varios textos extractados que se han repetido en dos o más temas, debido a que esas enseñanzas tienen que ver con esos mismos temas, por lo que los textos se han situado en todas aquellas temáticas que se han visto como de referencia para los escritos escogidos.

En muchos casos se verá también que hay numerosos textos de los que en parte se han resaltado en negrita, por tal de distinguirse del resto, ya que se ha encontrado que los mismos son de una más destacada significación.

Las partes extractadas lo han sido, naturalmente, en base al propio criterio del compilador, pero debido a que el estudiante tendrá la información necesaria sobre su fuente, o el libro y



página del cual se han recogido, siempre podrá acceder a buscar más información directamente en el libro en cuestión.

Se debe tener en cuenta también que todos los extractos de los libros de los Maestros K. Parvathi Kumar y Ekkirala Krishnamacharya, lo son de las primeras ediciones de Editorial Dhanishtha de Barcelona (España), salvo si se indica lo contrario. La Doctrina Secreta utilizada es la de la edición de 1.988 de Editorial Sirio, de Málaga (España) y en cuanto a Isis sin Velo se trata de la edición de 1.985 de Ediciones Teorema, de Barcelona (España).

También hay que tener en cuenta que, muchas veces, los vocablos y la construcción de las frases empleados tanto en Isis sin Velo como en la Doctrina Secreta, pueden distar mucho de los empleados hoy en día, pues hay que recordar que estas dos grandes obras de H.P. Blavatsky fueron escritas en el siglo XIX.

Sólo espero que esta compilación sea útil a todos los aspirantes, discípulos y buscadores de la verdad que deseen consultarlo. Este es y ha sido mi único propósito al realizar este trabajo que humildemente pongo a su disposición y a los venerables pies de “Aquellos” que nos instruyen y que con su ejemplo iluminan nuestro propio camino.

Gracias.

Sabadell (Barcelona) – España. Septiembre de 2.014.

Un estudiante.



Título XLVI: MEDITACIÓN GAYATRI

Meditación.- La inexplicable y ardiente aspiración del hombre interior a lo Infinito. (H. P. Blavatsky). –En los *Aforismos de Patañjali* se define así: “Meditación (*dhyâna*) es la continua y prolongada corriente de pensamiento dirigida a un objeto determinado hasta llegar a absorberse en él”. Es una de las principales prácticas del *Râja-yoga*, y sus resultados son de grandísima trascendencia, como se puede juzgar por estas palabras de Mrs. Annie Besant referentes a la disciplina a que debe someterse el *chela*: “El aspirante se habrá adiestrado en la meditación, y esta práctica eficaz fuera del cuerpo físico habrá avivado y puesto en activo ejercicio muchas de las facultades superiores. Durante la meditación habrá llegado a más altas regiones de la existencia, aprendiendo más de la vida del plano mental. Se le enseñará a utilizar sus crecientes poderes en servicio de la humanidad, y durante muchas de las horas del sueño del cuerpo habrá trabajado con ahínco en el plano astral ayudando a las almas que la muerte ha llevado allí, aportando refrigerio a las víctimas de accidentes, enseñando a aquellos que están menos instruidos que él y ayudando de mil modos a los que necesitan de su auxilio. De esta suerte, y según sus humildes medios, toma parte en la benéfica obra de los Maestros, asociado a la sublime Fraternidad como colaborador en un grado por mínimo que sea”. *Sabiduría Antigua*, 399-400). Véase: *Dhyâna*. (Glosario Teosófico de H.P.B.).

Dhyâna (Sánscrito).- En el Budismo, es uno de los seis *Paramîtas* de perfección, un estado de abstracción que conduce al asceta que lo practica mucho más arriba de este plano de percepción sensitiva y más allá del mundo de materia. Literalmente, “contemplación”. Los seis estados de *Dhyân* difieren sólo en los grados de abstracción de la vida sensitiva en que se halla el *Ego* personal. [*Dhyâna* es el penúltimo grado en esta Tierra, a no ser que se convierta en MAHATMA completo. El *râja-yogui* permanece todavía espiritualmente consciente del Yo y de la operación de sus principios superiores. Un paso más, y se encontrará en el plano más allá del séptimo, o cuarto, según ciertas escuelas. Estas últimas, después de la práctica del *Pratyâhara* (proceso de educación preliminar que tiene por objeto dominar la mente y los propios pensamientos), cuentan el *Dharâna*, el *Dhyâna* y el *Samâdhi*, comprendiendo a los tres bajo el nombre genérico de *Samyana*. *Dhyâna* es la puerta de oro que, una vez abierta, conduce al *Narjol* (Santo o Adepto) al reino del eterno *Sat* y su contemplación incesante. (*Voz del Silencio*, I y III). –“*Dhyâna* (meditación o



contemplación) es la continua y prolongada corriente de pensamiento dirigida a un objeto determinado hasta llegar a absorberse o unificarse con él”. –(*Aforismos del Yoga de Patanjali*, III, 2) (Glosario Teosófico de H.P.B.).

Gâyatrî (sánscrito). Llamado también **Sâvitri**. Un verso muy sagrado dirigido al Sol, en el *Rig-Veda*, y que los brahmanes tienen que recitar mentalmente todos los días, por la mañana y a la caída de la tarde, durante sus devociones. [El nombre de **Sâvitri**, con que se designa dicho verso, es debido a que se dirige al Sol en calidad de **Savitri**, “el engendrador”. (Dowson: *Hindu Classical Dictionary*). –Personificado como diosa, Gâyatrî es la esposa de Brahmâ. –El **Gâyatrî** es una forma métrica que consta de tres divisiones de ocho sílabas cada una. Es la principal, dice Zankarâchârya, porque conduce al conocimiento de Brahma. –Véase: *Bhagavad-Gîtâ*, X, 35.] (Glosario Teosófico de H.P.B.).

De acuerdo al Maestro *Patanjali*, hay 10 reglas importantes para todos aquellos que desean entrar en la meditación. Las 5 primeras de esas reglas nos ayudan a estabilizar el campo:

- INOFENSIVIDAD
- VERDAD
- NO TENER INSTINTO DE APROPIARSE DE LO AJENO
- NO ABUSAR DEL SEXO
- NO TENER INSTINTO POSESIVO

Las 5 reglas siguientes, cuando se siguen con responsabilidad, hacen que la “verdadera meditación” vaya –poco a poco- sucediendo:

- PUREZA
- ASPIRACIÓN ARDIENTE
- ALEGRÍA
- ESTUDIO DE UNO MISMO
- VER EL “YO SOY” EN TODO LO QUE EXISTE.

Toda la práctica, si la seguimos con rigor, nos ha de llevar a: VIVIR EN EL PRESENTE.

GAYATRI ES LA FÓRMULA DE LA CREACIÓN, toda la creación nace según la fórmula de *Gayatri*. Los colores de las cinco caras de Gayatri, lo son también de la



Creación primaria misma: La luz diamantina de los rayos del Sol, la luz de luna de los rayos lunares, el rojo, el azul y el amarillo.

Hay tres instrucciones para que sigan todos aquellos que quieren meditar en *Gayatri*:

1. Al pronunciar el *mantram* hay que escuchar conscientemente cada uno de los sonidos en particular, así como el *mantram* por completo.
2. Escuchar con los cinco sentidos lo que decimos cuando hablamos.
3. Prestar atención sólo a lo constructivo cuando otros están hablando.

El Maestro que dio el *Gayatri* se llama *Visvamitra*, que quiere decir “Amigo del Universo”.

Cuando el *Mantram* de *Gayatri* se canta en grupo, nos protege, nos dirige y nos ilumina.

El significado del *mantram* es como sigue: **“Meditamos sobre este Centro Cósmico que existe en nosotros como el Trasfondo de toda la Vida. Que el Centro de los Sistemas Solares y su luz brillante me abracen. Qué mi voluntad se despierte. Qué seamos alertados para llegar a esto”.**

El número de *Gayatri* es 24.

El símbolo geométrico por excelencia es el cubo (6 caras y 24 ángulos rectos), también lo es la estrella de 6 puntas con el centro, (como la estrella de David).

Sus colores, en orden, son los siguientes: La Consciencia de Fondo. El Principio Solar, el Principio Lunar, La Trinidad (Rojo, Amarillo Dorado y Azul).

La forma de *Gayatri*:

Gayatri tiene 6 caras (1 permanece oculta), por lo tanto se ven 5 caras con 3 ojos cada una (presente, pasado y futuro). Después hay 5 triángulos que forman 15 aspectos, o 15 fases de cada Luna. También hace referencia a los 14 *Manus* y a la clave del tiempo como *Manvantara*.

Gayatri tiene la luna sobre su cabeza y tiene una corona con miles de diamantes.

Gayatri, también tiene 5 pares de manos, 10 manos en total que sostienen:

1. La Rueda: Representa el aspecto Tiempo de la Creación.
2. La Caracola: El aspecto de Sonido.
3. El Loto Blanco: Representa el abrirse a la objetividad. Involución.
4. El Loto Azul: Representa el replegarse en la subjetividad. Evolución.
5. El Látigo: Se ocupa de los que no se comportan bien con la Creación.



6. El símbolo de Saturno: Preside sobre nuestras limitaciones. Propone disciplina.
7. La Calavera: Representa el Plan anques que se manifieste, el Anteproyecto.
8. El Cetro: Con la parte más gruesa hacia abajo, representa el proceso involutivo, es decir la Existencia como Creación. Cuando la Madre levanta el Cetro se produce la disolución del Mundo. Representa el aspecto de Poder de la Madre.
9. La posición de *Abhaya* (Protección): Ella protege a todos aquellos que protegen el Plan.
10. La posición de *Bharada* (Dar concesiones o privilegios): Experimentar al Padre en la Creación.

Veamos el mantram de Gayatri:

OM – TAT – SA – VI – TUR – VA – RE – NYAM = 8

BHAR – GO – DE – VA – SYA – DHI – MA – HI = 8

DHI – YO – YO – NAH – PRA – CHO – DA – YAT = 8

Así, estas tres líneas, de ocho sílabas cada una, juntas forman una métrica, una stanza. Esto sólo es un ejemplo. Habla del Sol como el centro de nuestra Tierra y el Sol como el centro de todo aquel que reside en esta Tierra. Entonces explica: OM significa Sol; TAT significa Aquello; SAVITUR significa el que reparte todo y a todos (el repartidor). Él es aquel que libera a la creación desde su propio interior; DEVASYA, es el Deva a quien libera. Ese que reparte, los Señores, BHARGAHA que es Luz, autorefulgente. Así, el Sol brilla intensamente, abrazando con sus rayos al planeta tierra y nosotros estamos aquí como sus propios rayos. Entonces, abraza otra vez a “Aquello”, al Original. Meditemos en el Original, es decir, el YO SOY en cada uno de nosotros. Y Él estimula el Buddhi en nosotros. Si sentimos como si estuviéramos haciendo algo, nos hace sentir. Si sentimos como si comiéramos, nos hace sentir. Si descubrimos algo, nos hace descubrir. Así, Él está estimulando nuestro Buddhi.

Tenemos entonces el mantram de Gayatri¹ que nos enseña acerca de nuestro propio centro en el Sol. El sujeto es el centro. Gayatri no es el nombre del mantram, pero desafortunadamente la gente cree que sí. Gayatri es el nombre de la métrica porque este mantram se da en esta métrica. A Gayatri se le llama Tripada, es decir, métrica de tres líneas. Una canción de tres líneas. Generalmente, deberíamos tener cuatro o dos líneas, pero en este caso, más raro, tenemos una impar de tres líneas. En ninguna parte del mundo, o



por lo menos muy raramente, vamos a encontrar una composición métrica o musical con un número impar de líneas. Pues bien, aquí tenemos un caso con tres líneas, por ello se llama Tripada. También se la conoce como Shat – Kukshi, que significa que tiene seis barrigas. Kukshi significa barriga. Esta pobre diosa Gayatri tiene seis barrigas. Esto significa que todo el año está dividido en seis partes iguales (como las estaciones en las regiones tropicales del planeta). Son seis estaciones, cada una de ellas con su propia flora y fauna. Shat – Kukshi también se manifiesta en nosotros, en los cinco sentidos y la mente. Así, se estimula Buddhi, y esto afecta en sentido descendente a la mente y después a los cinco sentidos. También tiene Pancha Sirsha, cinco (Pancha) cabezas (Sirsha). Vemos en los dibujos de Gayatri como se la pinta con cinco cabezas; de un único cuello parten cinco cabezas.

¿Qué significa esto? Las cinco cabezas representan los cinco sentidos, las cinco reacciones a los sentidos, los cinco objetivos de los sentidos y los cinco estados de la materia. Los cinco estados de existencia, es decir: sólido, líquido, gas o aire, fuego y espacio o el contenido del espacio, que los antiguos llamaban éter o akasha. Estas son las cinco cabezas de Gayatri. (Lecciones sobre el Purusha Sooktam, 37-39, Introducción. Maestro E.K.).

Gayatri quiere decir “La Canción de la luz”. El Mantram de Gayatri es un himno del Rig Veda dirigida a la Luz Primera o Consciencia Cósmica que vemos a través de la luz del sol físico. Representa a la Creación en su doble aspecto latente y manifiesto. En su aspecto latente o masculino se le llama también “Narayana”, y en su aspecto manifiesto o femenino se le representa por una divinidad femenina con cinco caras que contienen los siete colores del espectro. (El Maestro CVV – E. Krishnamacharya pág. 55).

El sentido del color en el ser humano se desarrolla sólo cuando el hombre se desconecta de lo material; es decir, cuando deja su actitud de adquirir y poseer cosas. Observar el color en lo material es algo que ha de ser gradualmente reemplazado por el color sin la materia y sin forma. El arte abstracto es un indicador de esta línea de evolución. La persona desconectada de lo material puede visualizar los colores más allá de la forma. El ser humano que está desconectado de los fenómenos puede visualizar la Luz Una que es la fuente de origen de todos los colores. "Desde arriba hacia abajo" es el sendero del Raya Yoga. El orden para un curador ha de ser de la Luz Una a los colores y del color a las formas y su rectificación.



Hay un hecho en ocultismo, que "no hay colores sino Luz". El estudiante del color tiene que darse cuenta que éste es el último estadio.

Meditar en la Luz durante el amanecer y el atardecer es muy benéfico para los estudiantes del color. Durante el amanecer y el atardecer el cielo tiene todos los colores espirituales. Si nos ponemos en sintonía con esas horas, se hace más fácil experimentar los colores. A la Luz se le da el nombre de Gayatri en Oriente. Los orientales tienen la costumbre de meditar en la Luz, en Gayatri, al amanecer y al atardecer.

El símbolo y el mantram de Gayatri revelan los secretos de la creación, cuyo secreto del color también está oculto.

El símbolo de Gayatri nos presenta todos los colores primarios y sus correspondientes fuentes divinas. A Gayatri se le representa con una figura humana de cinco caras y una sexta cara llamada Chaya, que es el Trasfondo imperceptible.

Las caras de Gayatri descritas por los Sabios son:

1. MUKTA - LUZ LUNAR
2. VIDRUMA - ROJO
3. HEMA - AMARILLO DORADO
4. NÎLA - AZUL
5. DHAVALA - LUZ SOLAR
6. CHAYA - EL TRASFONDO, (LA OSCURIDAD - LA LUZ ABSOLUTA)

De la oscuridad (la Luz Absoluta - Chaya) surgen los principios *solilunares* como Padre-Madre, Adonai, Ardhanari, Soma (Sa + Uma). La Luz *solilunar* es el Trasfondo de los tres colores primarios, rojo, amarillo y azul. De este modo la Luz Absoluta, la Luz del Mundo y su triple manifestación son contempladas a un mismo tiempo en la meditación de Gayatri.

La Luz Solar es el Cáliz Dorado y la Luz Lunar es el Cáliz Plateado de la creación. El cáliz dorado descansa sobre el cáliz plateado en posición invertida para formar el cáliz de la creación. La inversión del cáliz dorado significa simbólicamente el descenso de la Luz Solar a través de la Luz Lunar para formar la creación. En los rituales, esos cálices se utilizan para invocar las Aguas Espirituales. El cáliz energiza las aguas que hay dentro de él con la Luz Solar y Lunar y los que beben aumentan su salud. A este cáliz se le



llama el Cáliz de Soma. Soma significa en sánscrito Sa Uma, es decir, 'con Uma' o 'con la Madre del Mundo'.

La Luz Lunar es la Madre del Mundo, mientras que la Luz Solar es el Padre, en el simbolismo espiritual. Ambos juntos hacen que nazca la creación. La creación entera es el resultado de la interacción del principio masculino-femenino. Se recomienda que el curador ponga agua en ese tipo de recipiente que expondrá a la luz solar y lunar durante 24 horas y se lo distribuya entre los pacientes. Eso cura las enfermedades. En los rituales esas aguas se potencian más y tienen una efectividad mayor.

La Luz Solilunar, la Luz del Mundo se llama Gayatri. Las caras Solar y Lunar están a cada extremo de las cinco caras visibles de Gayatri., la cara Solar en el extremo derecho y la cara Lunar en el extremo izquierdo. Esto se debe a que la derecha representa el lado espiritual y la izquierda, el lado material. Entre estas dos caras están las tres caras del color primario, por este orden: rojo (Vidruma), amarillo dorado (Hema) y azul (Nila). La meditación en este símbolo conduce de este modo a experimentar la Luz, su aspecto solilunar y su aspecto del color. El simbolismo de Gayatri es en verdad demasiado profundo como para ser descrito por completo en esta obra. Estas son algunas pautas de la eficacia de Gayatri con respecto a la Curación.

EL MANTRAM DE GAYATRI

OM BHÛR BHUVAH SUVAHA

OM TAT SAVITUR VARENYAM

BHARGO DEVÂSYA DHÎMAHI

DHIYO YONAH PRACHODAYAT

El mantram de Gayatri encierra la Luz. Su significado puede resumirse así:

"Meditamos en Aquella Luz

(responsable por los tres mundos

de Consciencia, Fuerza y Materia)

para que nos abrace

y despierte nuestra Voluntad".

Cantar este mantram al mismo tiempo que se contempla el símbolo en la mente y haciéndolo a las horas del amanecer y atardecer, ayuda a



experimentar la Luz del Mundo. Los colores son parte de Gayatri. Por lo tanto, cantando este mantram uno experimenta los colores. En sánscrito, al símbolo se le llama Yantra, a la fórmula de sonido se le llama Mantra y al proceso de aplicación del sonido sobre el símbolo se le llama Tantra. Éste es el Tantra de Gayatri para experimentar la Luz. Este símbolo puede también representarse como una estrella de cinco puntas sobre el trasfondo de un círculo.

La estrella de cinco puntas sobre el trasfondo es un símbolo venerado en las Escuelas de Sabiduría. En la masonería hay muchos rituales referentes a este símbolo.

UN RITUAL VÉDICO

Hay un antiguo ritual védico que se recomienda a los estudiantes de Curación para adquirir energías de Curación a través del sol al amanecer y al atardecer durante el mes de Capricornio.

Durante esas horas el estudiante se coloca mirando al sol en la postura de una estrella de cinco puntas. Respira lenta, suave, profunda y uniformemente. Después invoca la palabra sagrada OM y luego sigue la invocación de la Luz (Gayatri). El estudiante visualiza la luz del sol entrando por el Centro del Entrecejo y llenando todo su cuerpo. Visualiza además, que la Luz fluye a través de sus manos, de sus piernas y de su cabeza hacia fuera. Experimenta la Luz en él. Él está en la Luz. La Luz está en él. Pensando en esto, el estudiante permanece así durante algunos minutos. Este ritual hace desaparecer los bloqueos del cuerpo haciendo que el estudiante se convierta en un buen canal de Luz, si se practica con genuino interés durante un periodo de diez años.

La composición del color gradualmente cambia en él, y pasa por transformaciones de color que van del marrón al rosa, del rosa al naranja, de naranja al verde mercurio, al amarillo dorado y finalmente al azul, la síntesis del color. (CURACIÓN ESPIRITUAL, 157-161 – K. Parvathi Kumar).

Gayatri, la Luz de los tres mundos, es una de las claves importantes de meditación seguidas por los arios de los Himalayas desde los tiempos más antiguos. La contemplación en *Gayatri* es una "técnica de sonido y de luz" dada por los antiguos Sabios videntes para hacer que nuestra forma etérica se convierta en realidad. Es interesante notar que las cinco caras de *Gayatri* contienen los cinco aspectos del color, a saber: la luz solar, la luz lunar y los colores azul, rojo y amarillo dorado. En los tiempos actuales, el Maestro E.K. es



un ser al que se tiene por ejemplo de haber hecho realidad su estado etérico de existencia mediante la contemplación en *Gayatri*. Como consecuencia de lo cual ocupó un puesto sobresaliente en iniciar a los aspirantes en el mantra de *Gayatri*. (VENUS el sendero hacia la inmortalidad, 130 – K. Parvathi Kumar).

Gayatri es la fórmula de la Creación. Toda la Creación nace según la fórmula de Gayatri. El Maestro que la dio se llama VISVAMITRA, cuyo significado es "el Amigo del Universo". MITRA quiere decir amigo y VISVA, Universo. El Maestro que era el Amigo del Universo fue quien visualizó la fórmula de la Creación y nos la dio en forma de sonido, y los sonidos que visualizó correspondientes a la fórmula de Gayatri es lo que cantamos como el Mantram de Gayatri. Siempre es necesario recordar al Maestro que ha dado la fórmula a la Humanidad. Como os dije ayer, todo lo que sabemos de Gayatri fue recibido por medio de Él. Por tanto, pensemos en Él al empezar y entremos en el misterio de Gayatri.

El nombre del gran Maestro es VISVAMITRA. VISVA, Universo; MITRA, Amigo. El Amigo del Universo. No era su nombre original, sino que fue el título que le dieron una vez que encontró la fórmula del Universo. Él tiene otro nombre que ahora no es importante para nosotros. Lo que es importante es este nombre, recordémosle por este nombre. Primero os voy a explicar el significado del Mantram, después iremos al simbolismo de los números, luego al aspecto de la forma, al aspecto del color..., hay muchos aspectos. Hoy, en las sesiones de la mañana y de la tarde intentaremos explicar todo lo que podamos. Vamos a dedicar el día entero a entrar en Gayatri. Tengo también la responsabilidad de deciros, para empezar, el significado de Gayatri y por qué se llama Gayatri.

OM BHUR BHUVA SUVAHA

OM TAT SAVITUR VARENYAM

BHARGO DEVASYA DHIMAH

DHIYO YONAH PRACHODAYAT

Este es el mantram al que se llama Gayatri. ¿Por qué? La razón es la siguiente: Cuando cantamos juntos este mantram, nos protege, nos dirige y nos ilumina. Entonces, el propósito del mantram es triple. Tenemos la iluminación, la guía o dirección y la protección; éste es su triple propósito. ¿Qué más queremos en la vida? Tenemos iluminación, tenemos una guía por medio de la cual llevamos a cabo el trabajo según el Plan, y mientras estamos viviendo estamos protegidos. Este es el sentido de Gayatri, en palabras



sencillas. El significado de la palabra GAYATRI es "Lo que nos protege cuando cantamos"; por eso se espera que el Mantram se cante. Cantar se hace en coro, ¿no?, y cuanto más grande es el grupo en que se canta, la Luz de Gayatri se manifiesta mucho mejor. En India este proceso ha sido tergiversado un poco. Lo que dicen hoy día es que Gayatri no se debe cantar en público, sino que ha de cantarse en privado, en silencio, como un secreto. Pero se trata de magia negra que actuó a través de los brahmines de la India en contra de la manifestación de la LUZ. Siempre sucede lo mismo. En toda civilización tenemos la manifestación de la Iluminación, de la Luz, y luego más tarde unos pocos intentan poseerla e intentan ser los agentes de Dios. Luego, cada vez que un profeta viene, intenta deshacer ese daño para restablecer la Luz a la Humanidad.

Como os dije, Jesús estuvo en India e intentó romper esa especie de costra del brahmanismo. El verdadero brahmán es "aquel que vive en la presencia de Brahma". Todo aquel que es un alma realizada es considerado brahmán. Más tarde, este concepto fue tergiversado y se llegó a decir que "todo aquel que ha nacido en una familia brahmana es brahmán". Es un aspecto del Tiempo, es la actuación de Kali que tergiversa la Sabiduría y nos da una dirección equivocada, porque Kali tiene también que existir, pero hace su juego. Los Hijos de la Luz siguen viniendo y manifiestan de nuevo la Sabiduría verdadera, y entonces se produce la lucha. Eso es lo que ha pasado en la vida de todos los profetas. Hace muy poco en este siglo también pasó cuando el Maestro E.K. daba Gayatri a las masas. Según los brahmines, cantar Gayatri en público estaba considerado como un gran pecado, y encima "mucho más pecado si lo cantas aquí y allá y mucho más pecado todavía si lo das en Occidente". Se encontró con una terrible oposición por parte de los brahmines, que le decían: "¿Cómo te atreves a dar el Mantram de Gayatri sin más ni más?". Y el Maestro E.K. respondía: "El Sol está distribuyendo Luz a todos los rincones del Mundo sin tener en cuenta casta ni credo, y brilla tanto sobre los seres humanos como sobre los animales. ¿Quiénes sois vosotros para decirle al Sol que no dé Luz a los animales y a las plantas? Enseñadme el pasaje de las Escrituras donde diga que el Gayatri no se debe cantar en grupo y en público". Los brahmanes no tenían respuesta, y empezaron a decir: "Este hombre está contaminándolo todo". Cuando murió, a los 58 años, creyeron que era como consecuencia de todas estas cosas que había hecho. Ellos siguen manteniendo su idea, pero nosotros seguimos manteniendo la nuestra. **La LUZ es para todos. El verdadero significado exacto de la palabra Gayatri es "Lo que nos protege cuando cantamos". Entonces, ¿podemos llamar canción a algo que se canta para nuestros adentros? Suponed que queréis que cante una canción; cierro los ojos y canto en silencio... ¿Estáis satisfechos con la canción...? El Maestro a quien llamamos VISVAMITRA,**

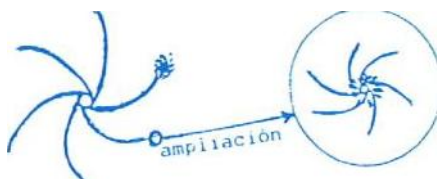


que es el que dio el mantram, dijo: "¡Cantadlo!", pero los brahmines no quieren que lo cantemos. Entonces tenemos que cantarlo tan fuerte como nos sea posible y en grupos cuanto más grandes, mejor. Hoy día, en India, nos reunimos 5.000 personas en grupo a los pies de un templo y lo cantamos tan fuerte como podemos. Poco a poco están comprendiendo y diciendo: "A lo mejor tenía razón". ¿Sabéis?, cuando vamos a un templo en gran número de gente y recitamos los himnos del **RIG VEDA**, entonces nos preguntan: "¿Sois los discípulos de Krishnamacharya?". Decimos que sí. Entonces nos dicen: "Sólo vosotros sois capaces de cantar tan bien, ya lo hemos oído". Al principio habrá oposición, pero si seguimos adelante sin importarnos la crítica, obtendremos la iluminación y el sentido de cantarlo. Los brahmines quieren enseñar los *Vedas* a la gente, pero no encuentran a gente que quiera aprender. Cuando el Maestro E.K. enseñaba los *Vedas*, había cientos de personas que los querían aprender, porque no tenía restricciones para su enseñanza. El Sol brilla para todo el Planeta y los que quieran coger la Luz la cogerán; los que no tengan interés le darán la espalda a la Luz, pero en lo que se refiere al que da, no hay distinción y en lo que se refiere al que recibe, él mismo ha de saber cuánta Luz quiere recibir. Así debemos entender el Mantram de Gayatri. Que cantemos para obtener **Iluminación, Guía y Protección**.

Ahora os daré el mantram y su significado. Si leéis el mantram, *DHIMAH* significa "nosotros meditamos", *ASYA* significa "sobre" y *BHARGO DEVA* significa "el Deva de los Bhargos". *DHIMAH BHARGO DEVASYA*, por tanto, quiere decir: "nosotros meditamos en el Deva de los Bhargos". ¿Qué es el Deva de los Bhargos? Tenemos los planetas, el Sol y el Sistema Solar. Tomemos 12 sistemas solares como éste –no los puedo escribir los 12 ahora, pero imagináoslos–. He dado tres, imaginaos que hay 12. Los podría dibujar, pero no tenemos mucho tiempo. Doce sistemas solares tienen un centro al que se llama SAVITUR –luego explicaremos SAVITUR, más tarde–. En total hay 12 SAVITUR. ¿Está claro? Hay 12 sistemas solares que tienen un centro llamado SAVITUR y hay 12 SAVITUR que tienen un centro común que se llama Centro Cósmico. Al primer centro se le llama Centro Solar. El Sol que tenemos es el centro de los planetas; entonces, el Sol es nuestro Centro Planetario. Hay a su vez un centro para cada grupo de 12 soles, un Centro Solar que se llama SAVITUR y 12 Savitur tienen un mismo Centro Cósmico conocido como BHARGO DEVA, que quiere decir "El Deva de los Bhargos". Pero ¿quiénes son los Bhargos? *DEVA* lo entendéis, pues uno de sus significados es "El SEÑOR", es el Señor de los Bhargos; pero ¿quiénes son los Bhargos? *BHARGA* quiere decir "Cuerpos de Fuego"; pero ¿qué son estos cuerpos de fuego? Del Centro Cósmico salen remolinos de fuego cósmico, y cada uno de ellos forma un Centro Solar que tiene las mismas características que el Centro Cósmico. Del Centro Cósmico o



SAVITUR nacen, pues, los soles que forman los diversos Centros Solares. Cada centro Solar es también un remolino de fuego que desprende chispas que forman los soles que conocemos, y esos soles a su vez, son los que forman los planetas. Tenemos, pues, tres pasos, y en el cuarto paso tenemos la formación de los planetas



Así es como el Maestro lo visualizó. Lo que dijo fue: "Meditamos en el Centro Cósmico que es el Señor de todos estos cuerpos de fuego". El Centro Solar es un cuerpo de fuego, el Sol que conocemos es un cuerpo de fuego, y aparte de los centros solares y planetarios hay también unas chispas que se mueven por el Universo como vagabundos o nómadas. ¿Sabéis quiénes son los nómadas? Son seres que se mueven sin razón aparente. Pues hay también algunos cuerpos de fuego que se mueven de esta manera. Uno de estos cuerpos de fuego, que es amigo nuestro, es el llamado Cometa Halley. Los cometas son también cuerpos de fuego que vienen del Centro Cósmico y visitan todos los sistemas. A este cometa Halley le gusta mucho nuestro sistema solar. En este siglo ya ha venido dos veces. La última vez estuvo en nuestro sistema durante más de 70 años y transmitió ciertas energías al sistema y a nuestro planeta en concreto. Acerca de estas nuevas Energías traídas por este cuerpo de fuego ya hablaremos mañana; por hoy es suficiente que entendamos que estamos meditando acerca del Centro Cósmico BHARGO. Hemos ido muy lejos. Nos hemos salido de nuestro Sistema Solar y del Centro de nuestro Sistema Solar. Hemos ido demasiado lejos para irnos a encontrar al Bhargo, pero lo bonito de ello es que existe también en nosotros, en nuestro cuerpo –¡ésa es la belleza del ser humano!– y es la Vida en nosotros. El Centro Solar es un centro que se ha separado del Centro Cósmico; por eso cada uno de nosotros lleva la Vida dentro de sí mismo. Al mismo tiempo que estamos totalmente en la Vida, la Vida está también en nosotros, ¿no? Solemos creer que la Vida está en nosotros, pero la verdad es que nosotros estamos en la Vida. Cuando Jesús dijo: "En 'Él' vivimos, nos movemos y tenemos nuestro Ser", se refiere a la VIDA. Todo está en ella, pero también está en nosotros. Lo bonito del cuerpo humano es que todo lo que hay fuera en el Universo, está también en el cuerpo. Por eso los Maestros de la Sabiduría Antigua dicen: "Entiende la ciencia de tu constitución y entenderás



fácilmente la constitución del Universo". Es lo que se llama la Ciencia de la Correspondencia entre los sistemas micro y macrocósmico. Nosotros somos del microsistema y lo que vemos fuera de nosotros es el macrosistema. Si entendemos el microsistema, podremos entender el macrosistema también. La VIDA en nosotros es el Centro SAVITUR, el Sol del Sistema Planetario es nuestra consciencia, y de la misma manera que el Sol tiene sus planetas, nosotros tenemos el cuerpo, en el que se pueden visualizar los diez planetas. Entonces, estamos meditando acerca del centro BHARGO en nosotros. *DHIMAH* significa "meditamos", y *BHARGO DHIMAH*: "Meditamos acerca de los cuerpos de fuego del Universo". Pero ¿a quién pertenecen? ¿Pertenecen a India?, ¿podemos decir que este mantram es hindú? Todos nosotros pertenecemos a este mantram, toda la Humanidad pertenece a él, todos los planetas, los sistemas solares y los grupos de sistemas solares. Cuando pronunciamos Gayatri, entramos en contacto con AQUEL que es la base de toda luz, de toda iluminación, de todo fuego y que es el Trasfondo de todo lo que existe. Entonces, ¿para qué estamos meditando? ¿Sabéis? Gayatri es una canción y como tal no se puede poner en el mismo orden que la prosa, pero voy a daros el orden como si fuera prosa, aunque este mantram ha sido dado en poesía. Empezamos por la línea del medio, vamos a la primera y bajamos a la última línea. Este es el orden que voy a seguir para la prosa. "Meditamos sobre ese Centro Cósmico que existe en nosotros como el Trasfondo de toda la Vida", ¿para qué?... *OM TAT SAVITUR VARENYAM*. *TAT* quiere decir AQUEL, *SAVITUR* ya he dicho que es el Centro de los sistemas solares, *VARENYAM* quiere decir "Abrázame"; ese abrazar no significa que nosotros queramos abrazarlo a ÉL; el mantram dice: "Que el Centro de los sistemas solares y su luz brillante me abracen", porque es más fácil que nos abrace ÉL a nosotros que nosotros a ÉL, ¿no? A diario el Sol nos abraza con su luz y le resulta muy fácil abrazarnos, pero si nosotros queremos abrazarlo a ÉL, nunca lo conseguiremos. En la Sabiduría Eterna siempre suceden las cosas de arriba a abajo; no es el sendero de Hatha Yoga, en el que intentamos elevarnos de abajo hacia arriba. ¿Cómo podemos elevarnos hasta el Sol? El Sol puede bajar a este planeta, pero nosotros no tenemos aún capacidad para subir hasta él. Lo que queremos decir es que el planeta Sol nos trae la Luz que procede del Centro SAVITUR. La trae todos los días por la mañana y se queda con nosotros hasta la tarde en que se va a otras partes del Planeta, porque sin hacer distinción se mueve para dar Luz a todo el Planeta. Entonces, cada amanecer es una oportunidad fantástica para abrazarlo cuando ÉL nos está abrazando. Lo que estamos pidiendo es que el contenido de la Luz del Sol nos abrace. En las horas del amanecer, cuando la Luz está saliendo, antes de que el globo solar asome en el horizonte, vemos que la Luz se va extendiendo. Pues en ese momento preciso es cuando le estamos pidiendo: "¡Por favor, inclúyeme contigo!". Y si al hacerlo cerramos los ojos, los rayos vendrán y abrazarán a nuestro ser por completo.



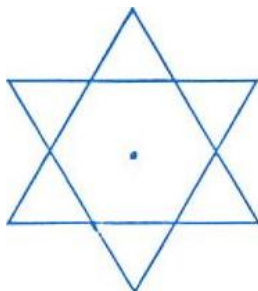
¿Sabéis lo que pasa entonces? Que nos volvemos tan iluminados como la misma luz del Sol. Es una ducha de sol, toda una ducha completa de la cabeza a los pies. **El Maestro al que llamamos VISVAMITRA aconsejó que nos ducháramos tres veces al día, una al amanecer, otra al mediodía y otra al atardecer, de manera que estemos en forma para entrar en las horas de la oscuridad y para que incluso cuando no haya luz solar, podamos tener suficiente luz en nosotros para pasar los periodos oscuros.** En la vida hay ciclos en los que tenemos luz y oscuridad, de la misma manera que cada día tenemos luz y oscuridad. En un ciclo más grande llamado vida, tenemos periodos de brillo y periodos de oscuridad. El brillo que hemos invocado en nosotros a través del mantram nos ayuda a atravesar los ciclos oscuros. Esta es la protección. Además, nos da la dirección o guía oportuna en la oscuridad. **"Meditamos sobre el Centro del Fuego Cósmico o Deva de los Cuerpos de Fuego para que la Luz del Sol nos abrace"**. Entonces, ¿qué sucede? *DHIYO YONAH PRACHODAYAT*. Quiere decir que cuando meditamos sobre este Centro Cósmico que es el Deva de los Bhargos, viene el contenido del Sol y nos abraza. Entonces, ¿sabéis lo que ocurre? "Que nuestra Voluntad se despierta"; éste es el significado de la tercera línea. *DHIA* es la Voluntad, es la voluntad de discernir que cada uno de nosotros tiene y que en la terminología espiritual se llama *BUDDHI*. Así pues, el Buddhi se despierta y esto quiere decir que nos convertimos en BUDDHAS, porque, ¿quién es un BUDDHA? BUDDHA es aquel que vive en el Plano Búdico de consciencia. Todos nosotros somos seres humanos porque vivimos en el nivel mental de consciencia, ¿no? Somos mentales... y llevamos a cabo nuestra actividad de la vida con la mente, pero estamos también haciendo lo posible para entrar en el Plano Búdico. Todos los métodos espirituales que llevamos a cabo tienen como fin último cambiarnos del Plano de la Mente al Plano Búdico. Ayer os hablé del yo inferior y del yo superior. Se trata, pues, de cambiar del inferior al superior, es la entrada en los reinos de la Luz; eso es lo que quiere decir el mantram.

Cuando a través de nuestro poder mental de memoria vibramos lo suficiente, el Espíritu desciende hasta el tercer sub-plano del Plano Mental, pero no desciende más abajo porque la materia es muy densa para que pueda descender.

El punto entre la flecha ascendente y la descendente es lo que intentamos conectar a través de nuestra práctica espiritual. Llegamos hasta el estado mental superior o lo que llamamos estado intelectual, que es donde el pensamiento puro permanece, y por encima del intelecto tenemos la Intuición. Ahora intuición e intelecto tienen que fundirse y esto es lo que intentamos reunir a través de todas nuestras prácticas espirituales. Ahora bien, el mantram de Gayatri dice: "Que seamos alertados para llegar a esto". Así es como se construye el Puente



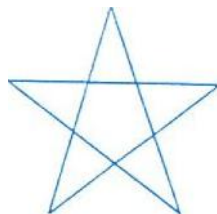
Superior. Queremos que este puente se construya para que el Alma pueda bajar a la personalidad. Ahora tenemos tres pisos arriba y tres pisos abajo, pero no hay escalera para subir o bajar de uno a otro... Así es que de lo que se trata es de construir la escalera entre los tres pisos de arriba y los tres de abajo para que los seres que viven en los tres pisos de arriba puedan usar la escalera y bajar a los tres de abajo. ¿Está claro? Esto es lo que hace el mantram de Gayatri. En el triángulo doble que os di ayer



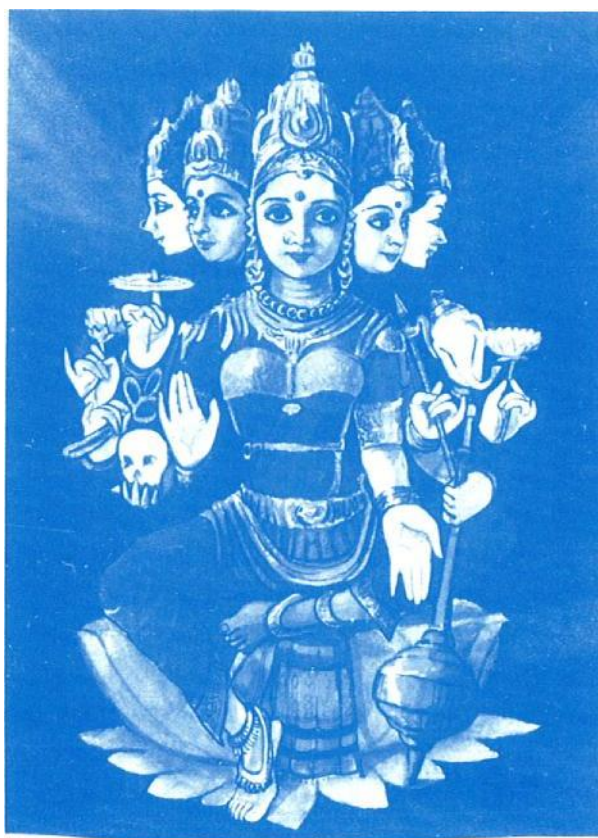
los dos triángulos están ahora interconectados y nosotros permanecemos en el centro y hay un flujo constante y fácil de los grupos desde los pisos de abajo a los de arriba y de los de arriba hacia los de abajo. Así es como este mantram nos ayuda. Este es en breve el significado del mantram de Gayatri. Luego, si contamos las sílabas que contiene este mantram, son 24, que es otro número que necesita ser comprendido muy bien. . .

¿Me podéis decir cosas de nuestra vida cotidiana que tengan el número 24? Las 24 horas..., bien, pero hubiese sido mejor que al calcular hubieran dividido el día en 10 horas, 5 de día y 5 de noche, porque tenemos el sistema decimal y es más fácil cada hora igual a 100 minutos, ¿no? Todos estamos cambiando al sistema decimal para hacer los cálculos mejor, entonces ¿por qué nos quedamos todavía con estas 24 horas...? **Es porque el Universo entero está hecho de 24 elementos.**

Existen 4 jinetes que cabalgan en 4 dragones. Al dragón se le llama en sánscrito *MAKARA* y otro significado de *MAKARA* es cocodrilo. El dragón o el cocodrilo son los seres que se mueven en las aguas de la vida. El cocodrilo es uno de los seres que mejor se mueven en las aguas, por eso se le llama *MAKARA*, pero hay un simbolismo para *MAKARA*. En sánscrito el sonido *MA* quiere decir "cinco" y *KARA* quiere decir "manos"; *MAKARA*: "cinco manos", y se refiere a la Estrella de 5 puntas.



En la Creación hay 4 estrellas de 5 puntas, que suman 20 elementos, y 4 jinetes que cabalgan encima de ellas. En el libro del Apocalipsis de San Juan podemos encontrar la fórmula de Gayatri. Leedlo una vez más y encontraréis los 24. Entonces tenemos las 4 estrellas de 5 puntas, que multiplicándolas dan 20, más los 4 jinetes, da en total 24. (LA MEDITACIÓN GAYATRI, 75-86 – K. Parvathi Kumar).



EL COLOR DE GAYATRI

Si miramos la fotografía (de Gayatri), encontramos que tiene 5 caras, y el Himno habla de 6 caras. La sexta cara es la cara de CHAYA; así es como la llaman. *Chaya* quiere decir "sombra". Hay 5 caras, y la sexta cara es el Trasfondo, y en esa Conciencia de Fondo visualizaron la manifestación o aparición de 5 colores. El orden en que nos dieron estos colores es el siguiente:



El primer color es *MUKTA*, que significa "el color de la perla", o también lo podemos llamar la **Luz Lunar**.

El segundo color es *VIDRUMA*, el **rojo**.

El tercer color es el **amarillo dorado**.

El cuarto color es el **azul**.

El quinto color es la **Luz Solar**, también llamado **blanco brillante**.

Estos 5 son los colores descritos como los 5 colores de Gayatri. Se considera que los tres colores básicos, es decir: el rojo, el amarillo y el azul, están incluidos entre los otros dos colores llamados Luz Lunar, el primero, y Luz Solar, el último. Rojo, amarillo y azul son los colores que se nos describen en los libros como los colores básicos; rojo es primer rayo, azul es segundo rayo y amarillo dorado es tercer rayo. Estos son los tres colores básicos descritos en los libros de Alice Bailey, si bien el amarillo dorado es reemplazado algunas veces por el verde. El primero, segundo y tercer rayos, o rojo, azul y amarillo dorado, son los colores básicos de estudio y se dice que los restantes cuatro colores salen de estos tres. En el azul están incluidos el añil o índigo y el violeta; en el rojo y amarillo dorado están incluidos el naranja y el verde. Tradicionalmente nos han enseñado que los siete colores son estos tres más los cuatro que acabo de mencionar anteriormente. Popularmente nos han sido dados como VIBGYOR, que es la sigla nemotécnica inglesa para los siete colores y que equivale a violeta (*violet*), añil o índigo (*indigo*), azul (*blue*), verde (*green*), amarillo (*yellow*), naranja (*orange*) y rojo (*red*). Estos siete colores son la manifestación de los tres colores básicos, de modo que los tres colores básicos más los cuatro menores forman los siete colores. Los tres colores básicos fueron visualizados en las Escrituras Védicas del siguiente modo: el rojo como Siva, correspondiente al primer rayo; el azul como Vishnu, correspondiente al segundo rayo –por eso muchas veces se pinta de color azul a Rama, a Krishna o a Vishnu–; el amarillo dorado es el color de Brahma, correspondiente al tercer rayo. Siva, Vishnu y Brahma equivalen al primero, segundo y tercer Logos en la terminología de Alice Bailey, y son los responsables de todo el Universo. La visualización de Gayatri los incluye y contiene además algo más por encima de ellos. Aparte de los colores básicos rojo, azul y amarillo dorado, visualizaron además la Luz Lunar y la Luz Solar, que tienen su especialidad propia. De este modo concibieron los demás colores entre la Luz Lunar y la Luz Solar, y en ese orden describe el Himno los colores, como ya dije al principio. A diferencia del sistema que tiene 7 colores, este Himno que describe a Gayatri añade dos colores más como fondo. En total tenemos 9 colores: 2 colores a los lados y 7 en medio; pero estos 9 colores están en el Trasfondo que llamamos *CHAYA* o Sombra. Así es



como concibieron **10 colores**, que son: La Consciencia de Fondo, el Principio Solar, el Principio Lunar y más tarde la Trinidad –la Trinidad viene por tanto después–. La Trinidad se compone de rojo, amarillo dorado y azul. Así fueron visualizados los colores de Gayatri. Así es como tenemos las 5 caras (que vemos en la fotografía), que contienen 9 colores, y la sexta cara, que no se ve, es el Trasfondo sobre el que todo se manifiesta. Este es el aspecto del color de Gayatri.

LA FORMA DE GAYATRI

El Himno de Gayatri describe que tiene 3 ojos en cada cara. Tenemos 5 caras visibles y cada cara tiene 3 ojos. La ciencia de los triángulos es muy extensa, pero por ahora diré que los 3 ojos representan el presente, el pasado y el futuro. El presente es el Tercer Ojo, y tenemos 2 ojos más. Ayer dije en la clase cómo instintivamente nos vamos al pasado o al futuro y cómo se nos escapa el presente. Cuando "aprendemos a vivir continuamente en el presente", entonces se abre el Tercer Ojo. Así es como por medio de la meditación se abre el Tercer Ojo.

Después hay 5 triángulos iguales que forman 15 aspectos que son las 15 fases lunares. Hay 14 fases de la Luna más Luna Llena o Luna Nueva, que explica el aspecto total de objetividad y subjetividad. Después de 14 fases lunares tenemos la Luna Llena, y de nuevo, después de otras 14 fases, tenemos la Luna Nueva. La Luna Llena y la Luna Nueva se alternan al cabo de 14 fases. Por eso se describe a la Madre con 15 caras, en sánscrito: *PANCHA DASHA AKSHARI*, que quiere decir, *PANCHA* es "cinco", *DASHA* es "diez" y *AKSHA* quiere decir "irradiar". Tiene 15 rayos que salen desde el centro; 15 *AKSHA* quiere decir también "las letras". Tiene 15 caras, crecientes y menguantes, que forman un mes completo. En un ciclo mayor, tenemos una Luna Nueva y una Luna Llena con 14 fases que son los 14 MANUS. Tenemos además los MANVANTARAS que se nos describen en la clave del Tiempo. Así, los 15 ojos de la Madre se describen en un solo concepto.

Otro aspecto de la forma es que lleva en su corona la Luna. La actividad lunar es muy importante para toda la creatividad. Así pues, Gayatri, a través de sus aspectos lunar y solar, hace posible la Creación. Según el Himno, hay un solo aspecto lunar y muchos aspectos solares –esto ya lo expliqué por la mañana–. Hay muchos sistemas solares creados por Gayatri, pero para todos estos sistemas solares el principio lunar es uno solo; este principio lunar que actúa a través de todos los sistemas solares se llama SOMA –no sé si alguno de vosotros lo ha oído alguna vez–. SOMA es el néctar de la Creación y también se le considera como las aguas del Espacio de las que nace la Creación. Este



principio funciona a través de Neptuno y de Venus y también a través de la Luna, y en diferentes planos o dimensiones actúa a través de estos tres planetas en lo que se refiere al Sistema Solar. El Himno nos dice que lleva la Luna sobre su cabeza y que tiene una corona con miles de diamantes; estos miles de diamantes son los miles de Cuerpos de Fuego que he mencionado esta mañana. Es una representación simbólica. Así se describen los aspectos lunar y solar en el Himno. También se dice que Gayatri tiene 5 pares de manos, porque tiene 5 cabezas, y teniendo 5 cabezas debe tener 10 manos, y cada mano tiene un arma.

Las armas son las siguientes: La primera arma que lleva, empezando por la izquierda, es la Rueda; la Rueda que se ve en esta fotografía representa el aspecto de Tiempo de la Creación. Gayatri preside sobre el Tiempo, mueve el Tiempo, y los ciclos se suceden según su Rueda; por eso, la primera cosa que se muestra es el Tiempo. Al otro lado tenemos la Caracola, el aspecto de Sonido representado simbólicamente por la Concha. Gayatri es la que preside sobre todos los aspectos del Sonido –antes describí los colores, ahora hemos descrito el Sonido y también el tiempo–. En cada mano lleva un Loto, uno es un Loto Azul y el otro es un Loto Blanco. El Loto es un gran símbolo en la Ciencia Védica, es la flor que vive simultáneamente en la materia, en el agua y en el aire; en otras palabras: El Loto nos describe la existencia en los tres mundos y tiene en sí el aspecto de despliegue. Por eso el Loto se usa mucho en las Escrituras para describir la existencia en todos los mundos y también para explicar el despliegue de la Creación. El Loto Blanco representa el abrirse a la objetividad, y el Loto Azul representa la existencia en la subjetividad –porque incluso en la existencia subjetiva existe la Existencia–. La ciencia referente al despliegue en la objetividad y al replegarse en la subjetividad está en las manos de la Madre Gayatri. En esta fotografía se muestran los Lotos hacia arriba, pero en el Himno se describe que uno de ellos está hacia abajo y otro hacia arriba, para significar el aspecto involutivo y evolutivo de la Creación.

Gayatri tiene además en sus manos dos armas más; una es el Látigo, que sirve para ocuparse de los que no se comportan bien con la Creación. Esa tendencia existe en nosotros y el Látigo también existe en nosotros. Las energías que desequilibran nuestro sistema están dentro de nosotros y el Látigo que castiga la mala conducta está también dentro de nosotros e igualmente está en el Universo. Supongamos que hoy hay una buena comida india, muy bien preparada en el restaurante y yo como más de la cuenta... ¿Qué pasa entonces? Comer por demás es una mala conducta mía y esta mala conducta se rectifica mediante el Látigo en forma de un buen dolor de estómago, ¿no? Cuando comemos más de la cuenta, sentimos el efecto inmediatamente y entonces empezaremos a decirnos: "No debería haber comido tanto". Siempre que nos comportamos mal, la naturaleza nos pone en nuestro sitio mediante una



lección sobre esa mala conducta. Si abuso demasiado de una cosa, estoy llamando al látigo. Suponed que abusamos mucho de hablar –porque nos han dado la lengua y la capacidad de hablar– y entonces hablo más de lo necesario... Entonces estoy llamando a voces a los problemas. Descuidadamente puedo hacer una afirmación que puede tener consecuencias terribles y mirando en retrospectiva me doy cuenta de que no debía haber hablado tanto, sino solo lo que era necesario... En todo aspecto donde se hace por demás o por de menos, el látigo de la Madre funciona automáticamente, para que de nuevo sintonicemos con el sistema. El látigo representa el Poder de la Madre para rectificar nuestros excesos y deficiencias. El látigo es uno de los elementos más importantes que encontramos en cualquier divinidad hindú. Se dice que Siva tiene siempre el arco y la flecha preparados, y cuando se obra por demás o por de menos, la flecha se dispara sola, queriendo decir que cuando no actuamos con equilibrio, nos trae consecuencias y las consecuencias nos enseñan entonces la lección. Por eso este látigo se suele colocar simbólicamente en todas las formas que representan a las divinidades hindúes.

Tiene además otra arma en las manos, que tiene la forma del símbolo de Saturno. Tiene a Saturno en sus manos, lo que quiere decir que Gayatri es quien preside sobre todas nuestras limitaciones. En la Creación, el Señor quiere que los seres creados no tengan limitaciones. Cuando tenemos demasiadas limitaciones y tenemos el tránsito de Saturno sobre nuestra Luna, nos suceden las cosas más desagradables en nuestra vida. Es lo que se conoce como un ciclo de 7 años y medio de Saturno, que reajustará totalmente las energías en nosotros para que no tengamos demasiadas limitaciones. Solemos sentir lo que se llama retraso, disgusto y decepción. Cuando esperamos algo de alguien y no se verifica, sentimos la decepción; cuando esperamos que algo suceda en un tiempo determinado y no sucede, sentimos el retraso, y cuando perseguimos con mucha ansia el placer, sentimos el disgusto. Entonces, Saturno nos entrena para que no suframos de ninguna de estas tres cosas. Por eso, durante el período de Saturno nos vemos expuestos ante estos tres aspectos en nuestra vida, pero nos cuesta muchísimo trabajo aceptar el retraso, el disgusto y la decepción; esa es precisamente la limitación que tenemos en nosotros. Por consiguiente, Saturno nos enseña que no hay cosas tales como RETRASO, DISGUSTO Y DECEPCIÓN, y que si sufrimos es porque nos estructuramos con ciertas esperanzas de que ocurra algo que deseamos, que luego no sucede. Saturno nos enseña una especie de disciplina en la que hacemos las cosas sin esperar demasiado. En ese momento es cuando el Principio de Saturno nos ayuda a evolucionar.

Todas las limitaciones que tenemos están representadas por la octava casa,



que es la casa de las limitaciones; la manera verdadera de mirar en nuestro horóscopo es mirar cómo está nuestra octava casa, o la sexta casa. En estas 2 casas vemos las limitaciones que tenemos, y todo el entrenamiento espiritual consiste en superar esas limitaciones. Supongamos que hay una cuadratura entre Mercurio y Marte, con Marte en la octava casa... Entonces causaremos muchos problemas al hablar, y si Marte está en Cáncer, todavía será peor. De esta manera podemos entender nuestras limitaciones en nuestro horóscopo particular, sabiendo los aspectos en que somos fuertes y también los aspectos en que somos débiles. El hombre inteligente se dedicará a una actividad profesional para la que tenga aspectos muy favorables e irá trabajando con sus limitaciones a diario, para que le vaya mejor al año siguiente; al año siguiente quiere decir en la próxima vida. Tenemos el Plan por hacer dado por el horóscopo para una vida y tenemos el programa entero para la vida cuando vemos los puntos débiles que tenemos que desarrollar en nosotros. De manera que ganemos plenitud en todas las facetas de la vida. El entrenamiento espiritual siempre nos lo da Saturno, porque tenemos que quitarnos de encima las limitaciones y solo Saturno puede ayudarnos a ello, ningún otro planeta. Él es el que disciplina y, si ya somos disciplinados, trabaja con nosotros como Guía, pero si no somos disciplinados, él nos disciplinará.

Una vez que hayamos acabado el trabajo con Saturno, entonces veremos qué bonita es la vida y pasaremos a estar en contacto con Venus para amar y recibir entrenamiento. En él veremos el esplendor y la belleza del Universo y experimentaremos el Amor de la Creación o lo que se llama el aspecto del cuarto rayo. Cuando hayamos tenido éxito en experimentar el Amor, la Grandeza y el Esplendor del Universo por medio de Venus, entonces pasaremos al entrenamiento con Mercurio, y entonces es cuando viene el Arcángel San Miguel, a quien las Escrituras hindúes llaman NARADA, entra en contacto con nosotros y nos viene a buscar cuando ya hemos llegado al nivel de Mercurio en nuestra evolución.

Una vez que hemos completado nuestra evolución con Mercurio, es cuando ya entramos en el Sol, o sea, en el Conocimiento Puro o la Experiencia Pura, que es blanca. Más tarde podemos ir de este Sistema Solar a otro Sistema Solar o podemos volver como LUZ al planeta Tierra, pero la puerta para todo esto está siempre aquí, en Saturno. Él es el Gran Maestro que reúne a los Seres para que evolucionen y por eso la Madre lo tiene en la mano, y no a Venus, a Mercurio o al Sol. Saturno es más importante para la Creación, porque es el que disciplina. Toda la actividad del séptimo rayo consiste primero en darnos cuenta de él, de manera que desarrollemos las vibraciones de Júpiter. Esta es, pues, la importancia de este signo que está en la mano de la Madre, que se llama ANKUSHA. *Ankusha* es el instrumento que se utiliza para que un



elefante se mueva. Tenemos el mango arriba, y si el elefante es perezoso, se le da un pinchacito, que es lo que Saturno hace con todos nosotros... Entonces nos despertamos y nos reajustamos, nos volvemos a orientar y reestructuramos nuestras energías.

La belleza de Saturno no puede explicarse completamente. Siempre solemos tener la impresión de que es un planeta que tenemos que quitarnos de encima, pero es el planeta al que tenemos que invitar. El Maestro al que llamamos CVV dio en su Yoga el entrenamiento completo relativo a Saturno, porque dijo que sus discípulos no tenían que sufrir limitaciones, ni tener nada en la vida que no les guste. Después de todo, ¿qué son las cosas que no nos gustan, sino nuestra propia limitación mental? Si hay una cosa en la vida que no nos gusta, él se ocupará de que la tengamos presente, y si hay gente que no nos gusta, él se encargará de ponernos a esas personas delante, y cuando tenemos demasiadas esperanzas en algo, él se encarga de que las cosas se alejen de nosotros. Así, poco a poco, nos iremos ajustando a la situación.

Suponed que no me gustan los perros... Entonces durante un mes harán que me mueva únicamente entre perros, y ya cuando no me quede otro remedio, entonces me haré amigo de ellos. Entonces, cuando me veáis al cabo de un mes y me preguntéis: "¿Qué tal te va, Kumar?", yo os diré: "Estoy divinamente bien" –aunque si me lo hubierais preguntado al día siguiente de estar con ellos os hubiera respondido que, por el amor del cielo, os llevarais a esos perros lejos de mí—. Si hay un perro alrededor de nosotros, ¿por qué hemos de sentir malestar? Hay otros que sienten placer al verlo... Si sentimos malestar, quiere decir que tenemos alguna limitación al respecto.

Hay limitaciones respecto a los perros, a los gatos y a los seres humanos y limitaciones por vivir en las ciudades, etc. ¿Sabéis? Había una vez un discípulo que vivía en la ciudad de Madrás, y el Maestro CVV vivía en un sitio muy tranquilo, retirado de Madrás. Entonces, el discípulo le dijo al Maestro: "Este sitio es muy tranquilo, yo quiero venirme a vivir aquí, tengo una posibilidad de venirme aquí; es muy posible que me den el traslado pronto". Pero el Maestro le decía: "¿Es que no te gusta Madrás?". "¡No!", decía el discípulo, "porque está atestado de coches y máquinas". Y el Maestro decía: "¡Vaya, vaya!", y no le concedieron el traslado. Entonces, cada año, en la fecha del Día de la Llamada de Mayo (*May Call Day*), el discípulo venía a ver al Maestro para vivir en comunión y entonces el Maestro le preguntaba: "¿Qué ha pasado con tu traslado, dime?". Y él respondía: "Estoy todavía esperándolo, Maestro", y el Maestro le dijo otra vez: "¡Vaya, vaya!". Por segundo año volvió a venir y recibió la misma respuesta; el Maestro le volvió a decir: "¡Vaya, vaya!". Al cabo de cuatro años, el Maestro le volvió a preguntar: "¿Qué ha pasado con tu dichoso traslado, es que no te lo van a conceder?".



Entonces el discípulo dijo: "¡Bueno, ya me he hecho a la idea de vivir en la ciudad, me ha empezado a gustar Madrás!". El Maestro le dijo: "¡Vaya, vaya!". Y nada más volver a casa le concedieron el traslado. Así es como el efecto de Saturno actúa en nosotros... Cuando deseamos algo, Él nos lo retira y cuando ya no nos preocupamos por tenerlo, Él nos lo da todo. **Este es un secreto de la Naturaleza.** Si corremos detrás del dinero, el dinero nos hace correr, y cuando no vamos detrás de él y además empezamos a dar lo poco que tenemos, toda la riqueza del mundo se nos pone a nuestra disposición. Tales secretos de la Naturaleza sólo nos los puede enseñar Saturno. Aprenderemos más sobre Saturno mañana. De momento tengamos siempre presente que la Madre tiene a Saturno en sus manos.

Luego, tiene el séptimo aspecto en ella que es la Calavera y parece como si la Madre fuese una maga negra, si no, ¿por qué habría de tener una calavera en la mano? La Calavera representa el Plan, el Plan antes de que se manifieste en carne y hueso. Lo conocemos cuando se manifiesta, pero antes de que se manifieste en el plano visible, existe un "anteproyecto" de ese Plan. Así pues, el Plan que está en los Planos superiores es concebido a nivel intuitivo y percibido en el plano intelectual, y más tarde, en el tercer plano, se recibe la fórmula para llevarlo a cabo, pero sólo en el cuarto plano se lleva a cabo. Por eso, lo que conocemos como el Plan **existe ya antes** de que se haga visible ante nuestros ojos. Si queremos construir un salón como este, ¿dónde estaba este salón antes de que fuera construido? Estaba en el anteproyecto o folio de papel azul en el que el arquitecto dibuja el plano. ¿Por qué en el anteproyecto? Para que se puedan hacer muchas copias; por eso se usa este papel azul para hacer los planos. Pero antes de que estuviera dibujado en el anteproyecto, ¿dónde estaba? Estaba en la mente. Pero antes de que nos viniera a la mente construir un salón así, ¿dónde estaba? Estaba en el éter, en el **AKASHA**. Todo existe en el **AKASHA** y se manifiesta según el tiempo y el lugar. Por consiguiente, todo lo que vemos como manifiesto no es otra cosa sino el Plan que se ha hecho carne y hueso. Esto mismo es lo que se dice en la Biblia cuando se afirma que "El Verbo (la Palabra) se hizo carne"; se trata del descenso de las energías sutiles al plano más denso. Todos estos diversos planos se elaboran según el Plan concebido en el Plano Superior. La formación de los sistemas solares, el movimiento de los planetas, los ciclos de los años y las estaciones, las lunaciones, los 24 elementos de los que hablamos por la mañana y su funcionamiento, está todo en el Plan y todo funciona según ese Plan.

Había un Plan que habían hecho Josep, Valentín y Jesús para estos tres días de encuentro que ahora se está llevando a cabo. Una semana antes estaba en las hojas de papel y un mes antes estaban pensándolo en sus mentes y antes de eso estaba en el aire. Se suponía que el encuentro debía llevarse a cabo en otro lugar



diferente de donde estamos ahora mismo –suposición que hacíamos nosotros, pues no era lo que el Plan tenía previsto–. Nosotros suponíamos que tenía que ser en otro lugar, pero en el Plan estaba escrito que era aquí en Castellterçol. Por eso, dado que no éramos capaces de concebirlo propiamente, se quedó en el Espacio, y una vez que fuimos capaces de sintonizar con él, debido "a las circunstancias", fue el Maestro Saturno que nos puso alerta. De este modo pudimos concebir el lugar adecuado según el Plan; después se produjo su concepción en nuestras mentes, y según ese Plan se prepararon los papeles y hoy se está llevando a cabo. De la misma manera, el Plan Completo se lleva a cabo en cuatro pasos o fases. Por lo que respecta a nosotros, el Plan se elabora en nuestra cabeza –es lo que se representa mediante la calavera– y es la Madre la que sostiene ese Plan. Y según el Plan que se ha concebido en los Círculos Superiores, se lleva a cabo la actividad en los Planos Inferiores. **La Madre es la divinidad que preside sobre toda la creatividad, por eso nos han dado la calavera como símbolo. Esta calavera se menciona en el Himno como "la calavera limpia", SHUBRAM KABHALAM, que quiere decir que no tiene impurezas, es decir, que es un Plan limpio. ¿Y por qué es limpio? Porque no tiene motivos egoístas, sino que es solo para que los seres creados lo puedan experimentar en su propio provecho. Por eso tiene la calavera en la séptima mano.**

En la octava mano tiene el Cetro. Lo sostiene con lo más gordo hacia abajo, lo que simboliza el proceso involutivo, es decir: la Existencia como Creación. Cuando la Madre levanta el Cetro, se produce la disolución del Mundo. Alguien puede pensar que este Cetro sirve para acabar con la vida de otro ser, y que bastaría con levantarlo y dar un golpe..., pero su verdadero simbolismo es el siguiente: La parte más gorda es la cabeza del ser humano y la más fina (el mango) es la columna vertebral. Lo más común es que aparezca representado con la cabeza arriba y la columna abajo, cuando se quiere simbolizar la Existencia, pero Ella da la vuelta a todo el proceso en cuestión de un momento. Por ejemplo, ¡basta con que lo levante una sola vez, un poquito nada más, para que se origine una Guerra Mundial! Así reajusta todo nuevamente. Es el aspecto de Poder de la Madre, por el que hace un reajuste de Energías en el Planeta y en el Sistema Solar. Cuando tiene que producirse la disolución total, levanta el Cetro totalmente, diciendo: "¡Basta, basta...!", y cuando quiere de nuevo la Creación, lo baja. Cuando está hacia abajo, se trata del proceso de manifestación del Poder para que se origine la objetividad, y cuando no tiene que ser así, lo levanta. Así es la octava mano.

Tiene una novena mano que está colocada en la posición de ABHAYA, que significa "protección". Protege a todos aquellos que protegen el Plan. Los que protegen el Dharma son protegidos por él, dice el dicho sánscrito:



DHARMA RAKSHATI RAKSHITAH, "quienes protegen el Dharma son protegidos". Esta es la mano protectora de la Madre, y cuando nos ponemos en conexión con el Plan, la protección de la Madre está siempre presente; si lo hacemos de otra manera, entonces funciona la mano que tiene a Saturno, que es el estado en el cual la Madre se lleva consigo a los niños para protegerlos. ¿Veis al Niño Jesús en los brazos de María? Eso representa que cuando a la Madre le gusta un Alma, la pone en sus brazos cerca de su corazón. Esta es la mano de protección, con cuyo gesto nos está diciendo: "¡No tengáis miedo, estoy aquí!, ¡no tenéis por qué temer, estoy aquí para cuidaros!". Así es como los que intentan sintonizar con la Naturaleza y trabajan según las leyes naturales y de manera recta, son protegidos totalmente y hay muchos que sienten esta protección y que se sienten guiados. Eso se puede experimentar cuando en momentos peligrosos sentimos una protección que nos llega. Sea quien sea a través de quien nos llegue, siempre viene de esta fuente: Gayatri.

Después está la mano izquierda hacia abajo. Se la llama la mano de BHARADA o de "dar concesiones o privilegios" y beneficia a los que cooperan con la ley natural, pero ¿de qué beneficio se trata? De experimentar al Padre en la Creación. Los que siguen las leyes naturales, ¿qué es lo que pueden experimentar y disfrutar? Experimentan el YO SOY que existe en todas las formas, nombres, colores y sonidos. Ella es la que crea la Creación y también la Ilusión de la Creación, y cuando los seres sintonizan con las leyes naturales, ella libera de la Ilusión a las almas y las lleva con el Padre. Es el Alfa y Omega de la Creación. Todo está incluido en Ella. Así es como este Maestro concibió el concepto total y nos ha dado todo lo que era posible. Lo que os he dicho hoy son unos cuantos aspectos relativos a este GRAN ASPECTO. Según la iluminación que llevemos dentro, este CONCEPTO se nos revela mejor y más profundamente. **A fin de cuentas, lo que se sugiere es que comprendamos que GAYATRI es la fórmula de la Creación. Meditando en Gayatri estamos invocando al Fuego, que es la base de toda la Creación, y mediante ello estamos reajustando nuestras energías para que sintonicen con el sistema natural y por consiguiente se produce la Plenitud en nosotros. La Plenitud es una experiencia continua de la presencia del Señor, sin tiempo ni lugar, sin forma ni nombre. Así es como el Mantram nos bendice con su beneficio.** Este Mantram se canta constantemente en los Ashrams de los Himalayas a diario tres veces: al amanecer, al mediodía y al atardecer. Entonces, puesto que nosotros cantamos también este Mantram, dejémonos llevar más cerca de la Madre cantando el Mantram como se debe. (LA MEDITACIÓN GAYATRI, 94-107 – K. Parvathi Kumar).



Pregunta: ¿Puede explicarnos algo sobre la Luz de Gayatri?

Respuesta: Me siento muy feliz de hacerlo. Gayatri ha sido el contenido principal de la visión de los espiritualistas durante muchos miles de años. Aquellos que practican y enseñan la meditación han encontrado varias formas y fórmulas que pertenecen a la divinidad de la Luz (Gayatri). Aquellos sabios videntes lo han impartido a sus discípulos como invocaciones de la Luz. Cada grupo de discípulos invoca el Mantram dado por su maestro en la forma de divinidad descrita por él. Como resultado de ello, cada grupo tiene su propia divinidad distinta de la de los demás. Esto dio lugar al desarrollo de diferentes cultos y religiones en las épocas sucesivas.

Esta posibilidad de diversidad fue prevista por los primeros sabios videntes en las primeras épocas de la humanidad. Estos sabios videntes pudieron comprender la necesidad de unidad en la diversidad. Uno de aquellos sabios videntes impartió un método para dirigir la mente en otra dirección, de la multiplicidad a la unidad. Su método fue invocar la divinidad que hacía que la gente descubriera un gran número de mantrams y un gran número de fórmulas. Siempre que un Guru realiza un descubrimiento de una forma de dios, el secreto de su descubrimiento existe en él como sugerencia proveniente de su “existencia superior”. Este secreto se llama “La Luz”, la causa de todas las causas, el Dios de todos los dioses. Así que, en lugar de recomendar una forma de dios a cada grupo de discípulos, hace que los discípulos dirijan sus mentes hacia la fuente de donde provienen todas esas divinidades. Este es el arte de dirigir a los discípulos desde la multiplicidad a la unidad.

Este maravilloso sabio vidente que había encontrado esta divinidad de la Luz, elaboró su propia invocación a la fuente de todas las formas y sugerencias. Invocó la fuente de la que nacen todos los buenos pensamientos y que se proyectan a nuestra mente consciente. Es la fuente de la que emergen las numerosas formas de dios. De alguna manera podemos decir que es la luz del trasfondo de todas las luces.

En lugar de invocar una divinidad en términos objetivos, inventó un método para invocar la divinidad en nuestro interior, una divinidad que trabaja como la fuente de nuestros pensamientos y sugerencias. Esencialmente, estaba más allá de cualquier religión y forma preconcebida. Puesto que invocó el ser superior en uno mismo (en cada uno), se le puede llamar oración universal. Hace que cada uno se vuelva hacia su propio trasfondo y se haga consciente de ello, lo experimente, quede absorbido en ello y viva como esa luz. A esa luz, él la llamó Gayatri. El significado del Mantram de Gayatri es el



siguiente: *Abrazamos esa luz del Creador que nos trajo a nuestra existencia. Abrazamos esa luz que estimula nuestra voluntad a la acción.*

En el transcurso del tiempo, se han dado muchas explicaciones y aproximaciones de este Mantram. La luz en el Mantram se ha explicado como la luz de nuestro sistema solar. Es la luz del trasfondo que, a nuestros ojos, es oscuridad. Cada sistema solar trabaja como una lente o cristal que magnifica esa luz, que está oculta en nuestra oscuridad. Nuestro sistema solar sirve de vehículo de esa luz. Cualquiera de nosotros es una chispa de esa luz que está hecha para brillar a través del magnífico aparato de nuestro cuerpo, mente, sentidos y voluntad. Independientemente de si es un sistema solar o uno individual, el trasfondo es el mismo. Es lo que sentimos como “YO SOY”. Cuando esa luz desciende a la conciencia individual difiere de persona a persona. Después desciende en la forma de muchos pensamientos, ideas e ideales. Luego, desciende a la actividad de nuestros sentidos y nuestro cuerpo. Esto, en resumen, es el significado del Mantram de Gayatri.

Ahora, algo más. La palabra Gayatri indica la métrica de una canción en la prosodia védica. Esta métrica incluye tres líneas de ocho sílabas cada una. Así que es una canción de 24 sílabas. El mismo sabio vidente que visualizó el Mantram de Gayatri también compuso la métrica del Gayatri. Era un gran científico y un maestro en muchos secretos de la naturaleza. Fue también un emperador. Después de algún tiempo se retiró y vivió en su propia ermita. Su nombre es Viswamitra. Inventó la canción de las 24 sílabas y la llamó la Canción del Dios del Año. Dado que el año lunar incluye doce lunas nuevas y doce lunas llenas, tiene 24 puntos nodales que se llaman las sílabas de la canción. De esta forma el gran sabio vidente Viswamitra inventó un zodiaco de 24 signos y compuso la canción de Gayatri. A la métrica y a la divinidad les dio el mismo nombre de Gayatri.

Viswamitra no era el nombre de ese gran sabio vidente. Fue un título que se le confirió. Posteriormente fue utilizado como nombre de muchos de sus descendientes. Este nombre fue utilizado como un código para indicar a aquellos que siguen el mismo culto. De hecho, el nombre existió mucho antes que él como Mantram y símbolo de una rama de la sabiduría. Etimológicamente la palabra significa “el amigo, el guía y la medida de todo y de todos”. Esta palabra “Viswamitra” fue utilizada en la fisiología esotérica de los Vedas para significar el sentido del oído y su órgano, el oído. Así que significa el poder de escuchar el sonido. El sabio vidente compuso este Mantram de tal forma que los sonidos purificaran nuestros vehículos. **Cuando se produce con la entonación adecuada con los ojos cerrados, purificará los vehículos de nuestro organismo. Cuando el Mantram del Gayatri se pronuncia y se escucha de**



forma adecuada, la conciencia se libera de las capas de nuestro propio auto-condicionamiento. Entonces, la persona comienza a vivir en la conciencia cósmica. Así, también, mientras se pronuncia este Mantram se ha de meditar en la luz antes y en la salida del sol, así como también en la luz antes y en la puesta de sol. Esto, se ha de meditar dentro y alrededor nuestro. De esta manera, la divinidad se representa con una combinación de muchos colores. La palabra Gayatri es también simbólica. Significa la canción que protege, salva y ampara a quien lo canta.

Las 24 sílabas del Mantram están divididas en tres líneas, cada una de las cuales incluye ocho sílabas. Esto es también simbólico. Representa las tres estaciones que se experimentan a lo largo del año en las zonas tropicales. Las estaciones son: la estación cálida, la estación de las lluvias y la estación invernal. Cada una de estas tres estaciones tiene una duración de cuatro meses u ocho lunaciones. También las tres líneas de la canción se utilizan para recordar las tres pronunciaciones de la creación. Son la materia, la fuerza y la conciencia en nosotros. También son la tierra, el éter y la luz espiritual alrededor nuestro en los planos cósmico, solar y planetario. Estas tres divisiones en nosotros y a nuestro alrededor se llaman las tres pronunciaciones del creador y los tres mundos. El Dios que pronuncia la creación se llama Brahma, el Creador. Ese mismo Dios en nosotros mismos (en nuestro corazón) se llama Iswara (El Señor). La métrica de Gayatri nos hace recordar estas tres divisiones de la creación.

Pregunta: Esto claramente indica que el Gayatri nos ayuda a purificar nuestros vehículos y eliminar los obstáculos que existen en el camino de la conciencia ¿Podríamos decir que el Gayatri ayuda a los hombres a integrarse en el plan de la creación y a darse cuenta de su propio Dharma de una forma más plena?

Respuesta: Lo hace automáticamente. **Nos dirige a la aptitud de todas las cosa. Nos hace conocer nuestro lugar en esta creación. Igual que el sol y los planetas encuentran su posición en el sistema solar; igual que todos los pétalos de la flor se colocan adecuadamente para la belleza de la flor, todos los seres vivos están hechos para encontrar su lugar adecuado en la belleza del conjunto de la creación. Hasta que no conocemos nuestra aptitud y conveniencia, no podemos entender nuestra correcta relación con los demás y nuestro comportamiento con el universo objetivo. Hasta entonces, nos encontramos con una considerable cantidad de luchas en nuestra vida. Tan pronto como tomamos conciencia de nuestra aptitud y conveniencia, esa lucha desaparece. Esta conciencia se produce automáticamente pronunciando el Mantram de Gayatri en la forma indicada.**



Las diferentes partes del vehículo humano se reajustan en la forma adecuada. Cuando el vehículo completo se enfoca en la forma apropiada, la conciencia cósmica fluye a través de nosotros de igual manera que cuando la radio o la televisión se sintonizan correctamente, se presenta el programa que se está transmitiendo desde la central emisora. La relación entre dos personas sintonizada de esta forma será automáticamente natural o supra-natural (cósmico, solar y planetario) y nunca podrá ser antinatural. La relación entre una persona y los planetas también está hecha de forma natural y supra-natural. Nuestra posición en el cosmos se asienta de forma apropiada y todo el plan de la creación queda impreso en el mente del individuo. Entonces su trabajo será siempre una parte de todo el plan. Este es el cambio que ocurre gradualmente en el discípulo cuando se pronuncia con regularidad el Mantram de Gayatri.

Pregunta: Antes de que la creación existiera había un espacio ilimitado. Esto es lo que describe la Doctrina Secreta de Blavatsky. ¿Podemos decir que el Gayatri es la luz que proviene de este espacio primordial, el espacio ilimitado?

Respuesta: Si, es la primera luz que brilla. De hecho, es la luz eterna, pero para nosotros es la primera luz porque tuvimos un principio. Esa luz del trasfondo a la que llamamos el contenido del espacio ilimitado es triple. Se entiende como las tres palabras, descritas como las tres pronunciaciones primordiales. Se representan mediante tres sílabas que se pronuncian antes del Mantram de Gayatri. Son: “Bhuh, Bhuvaha, Suvaha”. La primera sílaba Bhuh indica la creación sólida y material. Bhuvaha indica los aspectos de energía de la creación. Suvaha indica el aspecto conciencia, la luz que forma el trasfondo de toda existencia incluyendo el sistema solar. Es la luz de la que está hecho el sistema solar. Lo que Blavatsky describe como la primera pronunciación triple es lo mismo que la triple pronunciación del Gayatri.

Pregunta: Ahora nos encontramos en la era del espacio. ¿Podemos entender que el Gayatri es particularmente adecuado para que aquellos que viven en la era de Acuario queden absorbidos en la conciencia del espacio?

Respuesta: El Mantram de Gayatri es una invocación de nuestro propio ser superior y de la luz del trasfondo de los sistemas solares. El sonido que se pronuncia se ha de escuchar y meditar en él mientras se canta este Mantram. Por lo que la actividad pertenece principalmente al plano etérico y a los planos superiores. La acción de un Mantram es definitivamente más efectiva en la era de Acuario que en otras eras, por la sencilla razón de que el signo de Acuario es un signo de aire. Indica el espacio, el sonido y el color en la era de Acuario. En sentido espiritual esta es la edad del espacio. El discípulo está especialmente equipado con mejores vehículos durante



esta era, más que en las demás eras. Esta es una era de expansión. La expansión de la conciencia tiene lugar de forma más fácil. Creo que el Mantram de Gayatri fue primero inventado por Viswamitra en el advenimiento de una de las eras de Acuario en el pasado. Cada vez que el equinoccio vernal entra en Acuario, la era acuariana se manifiesta en la humanidad. Cada vez que esto ocurre hay una expansión de la conciencia. De ahí, que lo que yo entiendo es que el descubrimiento de Gayatri fue realizado en el advenimiento de la era de Acuario. El beneficio pleno de este Mantram, fue disfrutado y formulado durante las eras acuarianas previas. Ahora que hemos entrado nuevamente en la era de Acuario, podemos entender que ya es la hora para que la humanidad la reciba más intensamente.

Pregunta: La luz de Gayatri parece tener una función especial en el acto de la transformación, el aunamiento de la humanidad. Esto está conectado especialmente con la Madre del Mundo ¿Tendrá el Gayatri una función especial que desempeñar tal y como opinan las mujeres de la era de acuario?

Respuesta: Nuestra comprensión del hombre y la mujer es de dos tipos, la inferior y la superior. La comprensión inferior corresponde al cuerpo físico y a la mente. Pertenece a los principios inferiores del vehículo humano. A menudo, el cuerpo masculino y el cuerpo femenino se entienden en términos masculino y femenino. La diferencia física es sólo biológica. Esto es así para que sea posible el nacimiento de los hijos. Algunos son físicamente masculinos y otros son físicamente femeninos, únicamente para atender la función de multiplicar la descendencia y preservar la especie. Algunas personas son mentalmente masculinas y otras son femeninas y algunas veces esto no tiene nada que ver con los cuerpos masculino y femenino. Esto es por lo que respecta a los principios inferiores. Hay una verdad superior sobre esto que no tiene nada que ver con los cuerpos físico y mental. En el plano superior están trabajando en la naturaleza el principio femenino y el principio masculino. Esto significa únicamente los principios activo y pasivo de la creación. El poder en la naturaleza es femenino, en el sentido de que es pasivo y no autopropulsado. Cada uno de nosotros, independientemente de que tengamos un cuerpo femenino o masculino, tiene conciencia y también energía. Así que todo el mundo es femenino en un sentido y masculino en otro. Cuando intentamos entender Gayatri, se han de incluir ambos principios. Se espera que cada uno invoque la luz de la conciencia superior. Esta conciencia superior es masculina por naturaleza y por eso es una divinidad masculina. Cuando la energía queda estimulada por la conciencia superior, representa el aspecto femenino. Meditamos sobre esto como la combinación de colores antes de la salida del sol. Esta es la razón por la que el Mantram de Gayatri se invoca de dos formas diferentes, la masculina y la femenina. La divinidad femenina se llama la Madre del Mundo. Mirad a la imagen de Gayatri



representada como una deidad femenina con cinco caras y muchos colores. Las cinco caras representan las cinco actividades creativas, los cinco estados de la sustancia, los cinco órganos de los sentidos, los cinco órganos densos, y los cinco objetos de los sentidos. Sus cabezas se describen como tomando los colores del espectro luminoso. Esto es porque la conciencia cósmica brilla a través del globo solar como la luz del sol, manifestando los siete colores de los siete rayos. Este es el aspecto femenino de la meditación de Gayatri. Cuando se medita como el morador del globo solar y el morador de cada uno y de todas las cosas, se presenta como masculino. Se llama “Narayana”, el sendero del hombre que se dirige a Dios. En la era de Acuario hay, por supuesto, una función destacada que ha de ser desempeñada por las mujeres y ya ha comenzado. Todavía no ha llegado a ser de verdadera prominencia, porque la humanidad actual tiene que cruzar una gran barrera, la del sexo. Al ganar maestría sobre el sexo, la humanidad actual puede ayudar a crear mejores especies de seres humanos. **Aquellas mujeres que hayan trascendido la atracción por el sexo y la repulsión del odio lograrán la verdadera maternidad. Representan a la Madre del Mundo y pertenecen a la era de Acuario en el verdadero sentido. La mujer actual requerirá todavía de cierto tiempo para lograr este propósito. Ahora el equinoccio (el símbolo de la conciencia colectiva de la humanidad) está en el comienzo de su signo de Acuario (en el sentido inverso). Esto ha provocado que la mujer destaque en el ámbito social, político, educativo y vocacional. El siguiente paso es espiritual y tiene que ver con la maternidad. Aún ha de comenzar. Las mujeres han de ganar importancia también en el campo espiritual. Después el sentido moral de la humanidad se restablecerá. En ese escenario, el Mantram de Gayatri será de gran ayuda. Lo darán las madres a sus hijos y esto significará alcanzar el umbral de la nueva sub-raza.**

Pregunta: ¿Podemos imaginar cómo la pronunciación del Gayatri puede ayudar a las mujeres en su educación y en su vida familiar? La era de acuario va a ser una era de responsabilidad, especialmente en el ámbito de la salud. ¿Podemos imaginar cómo las mujeres pueden ayudar a la sociedad en este campo?

Respuesta: Hay una función de vital importancia que han de desempeñar las mujeres. Hay también una gran dificultad que han de superar antes de que puedan ayudar a la humanidad. Al final de la era de Piscis, la educación tomó un rumbo equivocado. La institución de la familia quedó trastornada. El concepto de familia se mantuvo sagradamente a salvo como un templo a través de la historia hasta los tiempos recientes. Los antiguos legisladores, como Manu o Moisés, establecieron la unidad familiar como un bloque, como piedra fundamental que todos debían aportar a la sociedad. Antes de Manu, la humanidad vivía en la forma más cosmopolita, tan libre como estamos intentando serlo en el siglo XX.



Manu vino y estableció el orden de la familia. Hizo del hogar un templo con la mujer y el hombre, donde un niño pudiera nacer. La familia fue concebida como el templo donde cada pareja era elevada al estatus de padres y cada alma se instalaba como imagen de Dios dentro del santa sanctórum del útero de la madre. Se hacía del acto sexual un ritual y el disfrute del sexo se producía para entender la veneración, respetando la monogamia. El contacto del alma entre el marido y la esposa se hacía importante. Las parejas tenían relaciones sexuales bajo la guía de los planetas en buena combinación. Cada relación sexual infaliblemente daba como resultado una fecundación y traía un niño. Cada pareja mantenía relaciones sexuales únicamente en las estaciones indicadas. Tenían relaciones sexuales sólo una, dos o tres veces, de acuerdo con el número de hijos que señalaban los ángeles planetarios. Antes de Manu la relación física entre un hombre y una mujer se dejó al libre albedrío igual que ahora en el siglo XX. Manu dio una buena forma a la institución de la familia e hizo de cada pareja un ladrillo que se utilizaba para construir el templo de la humanidad ideal. Automáticamente esto resultó ser una institución santa para cada niño que venía a la tierra. Antes de que el niño comenzara el colegio, ya había sido escolarizado en casa. Los padres trabajaban como sus primeros Gurus. Por supuesto, en algunas familias tradicionales de algunas naciones estas costumbres todavía existen. El advenimiento de la revolución industrial al final de la era de Piscis hizo que la gente entendiera los valores del progreso humano. El concepto de familia y la relación entre el hombre y la mujer ha sido tergiversado. El concepto de educación dio un giro insano al tener como metas los valores comerciales. La vida ha sido comercializada. El ser humano ha perdido gran parte de su alegría y ha sido privado de todo incentivo para vivir. Su manera de vivir continuamente ocupado ha llegado a ser más prominente que su comprensión, su apreciación y su capacidad de disfrutar de la vida. Este paso erróneo hizo de la vida humana algo más inevitable que alegre. Casi todos los seres humanos en la actualidad viven no porque disfruten de la vida, sino porque nacieron y tienen que vivir. Muchas personas se sienten mental e intelectualmente más angustiados que liberados. A la luz de este paso erróneo, las mujeres han sido las mayores víctimas. No cabe duda de que han llegado a ser más independientes, pero también más indefensas que nunca. El afecto y la alegría de la vida se han perdido desde que fueron obligadas a vivir enfrentándose a la batalla de la vida. Tienen que luchar por resolver problemas y alcanzar falsos valores para ellas mismas y sus hijos. Únicamente durante el tiempo restante pueden hacer lo que han de hacer por su familia. En la sociedad moderna, la familia es solo una formalidad. En muchos lugares, la gente coexiste sin vivir como una familia. Muchas personas se encuentran perdidas, sin tener un sentido de seguridad. Para algunas personas vivir es como la vida en el hotel y no una vida de hogar. Cuando las mujeres están tan agotadas de ese ambiente, ¿qué pueden aportar a la familia excepto un falso sentido del progreso? Un falso



sentido de dignidad las hace encontrarse con muchas situaciones innecesarias en la vida. Hasta que una vez más, las cosas no se corrijan, hasta que la educación sea revisada de acuerdo con el concepto de Manu y los Maestros de Sabiduría y hasta que la educación sea posible en casa, no podemos esperar que la mujer de la actualidad pueda ayudar a la sociedad. Las mujeres deberían tener la verdadera estructura social de la era de Acuario en su mente. Mientras la madre tenga que trabajar duro fuera de casa con una rutina intensa y el niño viva en el agobiante ambiente de la escuela como un huérfano, no hay tiempo ni posibilidad alguna para que la mujer pueda ofrecer algo de valor a su hijo. Se debería reajustar la estructura de la familia de acuerdo con la Ley de Manu. Esto ha de tener lugar pronto, puesto que la presente crisis no puede continuar por más tiempo. O la humanidad logra reajustarse mejor por sí misma o perecerá. Hemos llegado a un punto muerto. Se debería superar este peligro antes de que los jóvenes intenten invocar el Gayatri. La comprensión humana va a tomar un rumbo positivo. Me siento bastante esperanzado sobre lo que las mujeres pueden hacer a través de la meditación de Gayatri. La meditación ofrece un método para superar la presente crisis. (MENSAJES III, Gayatri – La canción de la Luz, 147-158 - EKKIRALA KRISHNAMACHARYA).

Las mentes tiernas, cuando se exponen a la luz del alma, se impregnan con la luz del alma, como se dijo antes repetidamente. La luz del alma es *Buddhi*, el principio de Mercurio. Cuando la mente se asocia con Mercurio mientras esta tierna, recibe la luz mucho más fácilmente. La impregnación de la luz es más fácil cuando el terminal receptor es sutil. **La luz atraviesa un cristal mucho mejor que un muro. La mente cristalizada no se puede impregnar, las mentes tiernas se impregnan. Por lo tanto, las iniciaciones llevadas a cabo cuando los humanos son tiernos de mente se completan mejor que cuando se hacen después que las mentes estén llenas con muchos conceptos relacionados con la objetividad y la subjetividad. Con las mentes llenas de hormigón, los Maestros necesitan trabajar mucho para limpiarlas y cincelar el cemento y sacar el acero. Asociarse con la sabiduría desde una edad temprana es un aspecto de la sabiduría. Los padres sabios hacen esto con sus hijos. Incluso respecto a las mentes concretizadas todavía es posible iniciarse en la sabiduría, siempre que sean mentes abiertas. De hecho, la diferencia entre una mente tierna y una mente concretizada es el grado de apertura y el alcance de la obertura de mente. La sabiduría sugiere que los niños tienen que ser iniciados en la sabiduría y en la ley de la vida en edades muy tempranas. La edad recomendada es de siete a doce. Este es el momento en que los niños recogen mucho de la objetividad, lo que es bueno, malo e indiferente. Si su consciencia se despierta durante este**



periodo, desarrollan una mente consciente, que les impide ser indulgentes en el mundo. Este es el mejor servicio que pueden hacer los mayores a sus hijos. Pero cuando los niños están excesivamente consentidos debido al apego emocional en los años iniciales, se vuelven diferentes. No se preocupan de los padres; no les importan las prioridades de progreso; no se cuidan de los ritmos naturales de la vida en relación a la comida, el estudio, el ejercicio y el sueño. Hoy en día es una amenaza primordial en la sociedad humana y lo es mucho más en la sociedad de la abundancia, donde las comodidades son más de las necesarias.

Entre los sacramentos védicos, se considera que el más sagrado es la iniciación del Gayatri. Este sacramento se llama *Upanayana*. Literalmente significa “caminar hacia la fuente de luz”. La luz del universo se llama la Madre del Mundo o Gayatri. Es la consciencia universal, que es la base de toda la creación y de la actividad de la creación. En tanto que toda la actividad es actividad de luz, relacionarse con la luz se considera esencial para trabajar en sintonía con el plan de luz. Por ello, el sistema védico sugiere encarecidamente este sacramento del *Upanayana*. Los que pasan por este sacramento se vinculan a la luz, se vuelven hacia el Este durante las horas del amanecer, y cantan el Gayatri, purificando su cuerpo y mente. Cuando esta disciplina se sigue regularmente, *Buddhi* brilla a través de la mente y el hombre permanece radiante. Este en el Este o en el Oeste, el hombre necesita la luz de la sabiduría. Por lo tanto, es importante volverse hacia el Este durante las horas del amanecer, orientar la mente a la luz del Este y visualizar su recepción en la frente. La recepción de la luz se realiza mucho mejor con la ayuda del sonido, de ahí el *mantram* de Gayatri. Este ritual se considera la mejor forma, con diferencia, de iluminarse. (MERCURIO, EL ALQUIMISTA, 131-133 – K. Parvathi Kumar).

INICIACIÓN AL GAYATRI

El estudiante se aproxima humildemente al maestro y reza:

“¡Oh, Venerable Maestro! Te pido me concedas la iniciación a Savitri”.

Complacido con el estudiante, el maestro forma un triángulo con el padre del niño. El maestro y el padre pronuncian el mantra. El niño repite.

I. “OM BHUH, OM BHUVAH, OM SUVAH OM MAHAH, OM JANAHA, OM TAPAH, OM SATYAM

OM TAT SAVITUR VARENYAM



BHARGO DEVASYA DHIMAH DHIOYO-NAH PRACHODAYAT”.

II. “OM BHUH TAT SAVITUR VARENYAM OM BHUVAH BHARGO DEVASYA DHIMAH OM SUVAH DHIOYONA PRACHODAYAT”.

III. “OM BHUH TAT SAVITUR VARENYAM BHARGO DEVASYA DHIMAH OM BHU-VAH DHIOYONAH PRACHODAYAT”.

IV. “OM SUVAH TAT SAVITUR VARENYAM BHARGO DEVASYA DHIMAH DHIOYO-NA PRACHODAYAT”.

V. “OM BHUR BHUVA SUVAHA

OM TAT SAVITUR VARENYAM

BHARGO DEVASYA DHIMAH

DHIOYONAH PRACHODAYAT.

Una vez el niño ha sido ya iniciado en esta práctica, se le da también un breve resumen del significado de este Mantra, de esta forma:

Meditamos en el Señor de la Luz, Bhargodeva:

Que Savita, (el Sol Central que se expresa por medio del Globo Solar) nos abrace para alertar nuestra Voluntad.

EL SIGNIFICADO DE LAS PALABRAS DE GAYATRI

YAH	El que
NAH	Nuestras
DHIYAH	Voluntades
PRACHODAYAT	Alerta, estimula
TAT	Que
SAVITUR	Luz del Sol Central
VARENYAM	Nos abrace
BHARGOH	La Luz
DEVASYA	El Señor de
DHIMAH	Meditamos o se está meditando en él.



El único propósito de Gayatri japa es estimular la voluntad divina en nosotros, de forma que dirijamos nuestra vida con pleno propósito y cumplamos el objetivo mismo de nuestra encarnación en el cuerpo.

Tenemos el Globo Solar, Surya. Él recibe la luz del centro, del Sol central, llamado Savitri. Es el Centro Solar. Incluso Él recibe luz desde un centro superior, el Centro Cósmico, que es la fuente del Señor de toda luz. Se llama *Aditya o Bhargo Deva Aditya, Savita y Surya* aportan sucesivamente luz a los seres. Y los seres son los rayos solares en carne y hueso. A través del Mantra de Gayatri, nos conectamos a nuestra fuente y, así, dirigimos nuestras vidas como un rayo solar representando nuestro papel en la Gran Representación.

Una vez el estudiante ha recibido el Mantra y su significado, el estudiante pronuncia lo siguiente:

*“Que yo cumpla,
Que la luz Absoluta sea mi riqueza”.*

En este momento se considera propicio entregar como obsequio una vaca al encomiable.

Una vez se ha invocado a Gayatri y entregado la vaca, el estudiante es iniciado en el ritual de fuego diario.

El estudiante y el maestro caminan juntos hacia el Ashram del maestro, donde el estudiante va a llevar a cabo diariamente:

- 1) El Gayatri Japa
- 2) El Ritual del Fuego
- 3) Los Deberes que le ha encomendado el maestro.

Todo esto, además de aprender Sabiduría y aptitudes para la vida.

UNA PALABRA SOBRE GAYATRI

Gayatri es la luz del Mundo. La conciencia del Mundo, la conciencia Universal que emerge del Ser Universal. Es la pantalla de plata a través de la cual tiene lugar la creación. Gayatri representa el estado despierto previo a la creación. Es el espacio potencial en el trasfondo del espacio, a través del cual emergen la creación de multitud de sistemas solares y planetarios, así como toda la multitud de seres de estos sistemas. Es la conciencia Universal y es la fuente de toda la creación. También existe en nosotros como conciencia. La Conciencia es la base para todo pensamiento, palabra o acción. Por lo tanto, es la fuente de toda



nuestra actividad. De la misma forma, en el plano Universal, es en la conciencia donde el fundamento de la Palabra se dirige a dar forma a todo esto. A la conciencia universal se le llama Madre y al Ser Universal se le llama Padre. El Padre, el Ser Universal, es la base para la Madre, la conciencia. La Madre es la base de la creación. En nosotros también están estos estados. Somos seres. Esto significa que existimos. Sobre este trasfondo de existencia, nos despertamos y tomamos conciencia. Con la conciencia como base, pensamos, hablamos y actuamos. Para cualquier trabajo de creación, la conciencia es la base. La conciencia es el fruto del Ser.

A través de Gayatri se logra la identidad con la Conciencia Universal de forma que nuestra pequeña conciencia funciona en sintonía con la Conciencia Universal. Es un proceso de alineamiento con el Universo que se contempla por medio de la invocación de Gayatri. Es un método para que cada uno encuentre su lugar apropiado en el Plan Divino.

Permite avanzar hacia una mayor medida de Luz, que a su debido tiempo permite una mejor visión, un mejor oído, y una mejor comprensión y, por lo tanto, un mejor funcionamiento.

Se considera propicio realizar la invocación dos veces al día, durante las horas del crepúsculo.

La fórmula del sonido se llama Gayatri, porque protege mientras se canta. Cantarlo implica pronunciarlo musicalmente, en contraposición con murmurarlo. El efecto del Gayatri es mayor cuando se canta musicalmente, en voz alta. El Mantra dice “Nosotros meditamos”, queriendo decir que es un mantra que se ha de cantar en colectividad. El canto colectivo de Gayatri durante las horas del crepúsculo protege, dirige e ilumina a quienes lo pronuncian.

Debido a que la contemplación es sobre la Conciencia Universal, el canto de Gayatri es la forma más elevada de veneración/meditación. Por esta razón se dice que no hay nada igual a este *Devata*. Es lo más de lo más.

Gayatri no es indio, de la misma manera que la Luz Universal no puede ser india. Todo pertenece a la Luz y nadie puede reclamar su propiedad. Por este motivo, y de acuerdo con el entendimiento oculto, Gayatri puede ser cantado por todo aquel que sienta la profunda inclinación a hacerlo. Ya no es una propiedad exclusiva de unos pocos. No fue nunca así. Es una cuestión de inclinación. La profunda inclinación es la aptitud necesaria para pronunciarlo. Poseer la Luz del Sol y negarla a los demás es un acto de ignorancia. Sin embargo, se requiere pureza de mente y cuerpo, así como también pureza del lugar y también claridad en la pronunciación.



Que la Luz Universal se derrame en las mentes de los Hombres.

Que la Luz descienda a la Tierra.

(BROTOS DE SABIDURÍA, 70-76 – K. Parvathi Kumar).

Mis bendiciones para ti. He recibido tu buena carta en la que hablas de tu eterno fervor por *Gayatri*. De hecho, no hay ningún libro lo suficientemente informativo sobre Gayatri en inglés o en telugu. Hasta cierto punto, el capítulo sobre Gayatri en el trabajo tántrico llamado "*Varna Maala*", traducido por Sir John Woodroffe con el título "*La Guirnalda de Letras*" da buena información de naturaleza esclarecedora.

El verdadero significado de Gayatri es como sigue:

1) "Nosotros meditamos en la luz de nuestro Señor (el Señor en nosotros), la luz que alienta nuestro deseo." Es el único mantra que propone al yo mismo superior como la luz del Señor para que la sigas. Todos los otros mantras prescriben una forma y un concepto dado por el que prescribe. Por eso el Gayatri invoca al yo superior en ti hacia el Divino y el mantra es un reto para ti, el inferior, para ser entrenado y transformado. En suma, esta dedicado a ti como una unidad completa.

2) El Gayatri es más una fórmula (metro) que un pasaje. Es la fórmula del metro de veinticuatro sílabas y es copia de su texto original, el año astronómico, que incluye las veinticuatro lunaciones (12 lunas nuevas y 12 lunas llenas). El texto original que es la creación del sistema solar se llama "veda" en el texto védico.

3) Toda la fórmula está dividida en tres partes iguales de ocho sílabas cada una. Esto te da una división de las veinticuatro horas del día en tres partes iguales de ocho horas cada una. Es por ello llamado Ashtabahu (el Dios de ocho brazos) en el Narayana Kavacham del Srimat Bhagavatham. Las tres divisiones representan los tres Lokas: Buh, Bhuvah, Suvah. Ellas significan la conciencia de la creación en tres divisiones, materia, fuerza y pura conciencia.

4) Cada una de estas tres divisiones contiene siete sub-divisiones, llamadas los "siete planos de existencia", siendo en total 21. Por eso el Purusha Suktham dice, "siete son las capas para Él y tres grupos de siete, $3 \times 7 = 21$ son los palitos de combustible para su sacrificio". De acuerdo a esta fórmula, el año solar prepara la creación entera en esta tierra.



5) El Brihadaranyaka Upanishad y el Sathapatha Brahmana describen que hay tres “padas” en Gayatri crear los tres niveles de conciencia en nosotros: dormir, soñar y despertar. El cuarto es la conciencia del trasfondo de Gayatri, que se llama *Tureeya*. En la creación, está más allá del plano de átomos y por eso se le llama “paro rajas” (supra atómico). Así el cuarto “pada” de Gayatri es dado allí como “Paro Rajase savadaom”. Con este, se cambia la fórmula a 32 sílabas y se llaman “*Anustup*”. La meditación y realización de estos cuatro “padas” le da al sanyasa (no el traje rojo, sino el estado de trascendencia por medio del esfuerzo de inmanencia).

Puedes averiguar mas, según sea tu estímulo por la virtud de tu Gayatri. (Messages to Aspirants, 59 – Ekkirala Krishnamacharya).

La meditación se ha vuelto ahora un concepto global. Muchos se dan cuenta que la meditación diaria ayuda a sosegar el sistema, restablecer la normalidad del ritmo del cuerpo. Cuando la mente esta calmada, calma todo el sistema, los nervios, el sistema circulatorio, el sistema respiratorio, el corazón etc. La meditación es un gran tónico curativo que se usa apropiadamente.

Varios grupos, trabajando con la meditación, han hecho descubrimientos significativos. También se ha descubierto que la meditación ayuda a revertir algunos de los efectos enfermizos del estrés. Puede bajar la presión de la sangre, reduce la ansiedad y el enfado, alivia el insomnio e incluso la depresión moderada.

Están en marcha experimentos científicos con respecto a los cambios en el cerebro cuando se varía el foco de la mente hacia pensamientos sublimes. Cuando el cerebro del hombre está ocupado con pensamientos sublimes, los cambios en el cerebro son notorios. Un estudio reciente de investigadores en universidades de Estados Unidos revela respuestas a la pregunta sobre qué pasa en el cerebro durante la meditación. Esta investigación, que está todavía en su estado nebuloso, ha observado que en las personas que están estresadas, ansiosas o deprimidas, la corteza frontal derecha del cerebro es a menudo híper-



activa. Y en algunos casos también se ha encontrado que la llave central del cerebro procesa miedo. Por contraste, también se ha observado que personas que normalmente están calmadas y felices, típicamente muestran mayor actividad en la corteza frontal izquierda. Ellos bombean menos hormonas de estrés. Incluso más, se ha observado que existe una fluctuación diaria de actividad entre la corteza frontal izquierda y la frontal derecha del cerebro, dependiendo del estado de ánimo de las personas.

Los investigadores experimentaron con un grupo que se dividió en personas que meditaban y que no meditaban. Al grupo meditativo se le puso en técnica de meditación durante tres meses, aumentando gradualmente el tiempo diario de meditación. Tres meses después, cuando examinaron el grupo meditativo con respecto a su cerebro, había un pronunciado movimiento de actividad hacia la corteza frontal izquierda. Dicho movimiento no se encontró en los no meditadores. No había en ellos un cambio significativo. Esto nos lleva a la teoría que la meditación regular puede haber cambiado el "punto fijo" natural a la izquierda, el mejor punto de posicionamiento de la conciencia del hombre.

Esta es una nota feliz y positiva a la que sigue más investigación. Pero desde los tiempos más antiguos la meditación se ha visto como un "viaje fantástico" para calmar el cerebro, que a su vez calma todo el sistema funcional del cuerpo humano.

Ya es hora que los trabajadores de la salud intenten calmar la mente llevando a cabo campamentos de meditación en un ambiente sereno.

Por la mañana, a la salida del sol, y por la tarde cuando se pone, se ha encontrado que son los momentos mas apropiados para el trabajo de meditación. Una meditación regular, más o menos a la misma hora, aun ayudaría más. La meditación después de la defecación, una ducha efectiva y el ponerse ropa limpia tiene un efecto contributivo.

Los días de luna llena y luna nueva se consideran aun más amigables para los buenos resultados de la meditación. La meditación, es de hecho, una forma de



vida cuyo primer impacto es sobre la salud - un impacto muy positivo. (K. Parvathi Kumar – Health and Harmony 1, 98-100, original en inglés).

Aquí tienes una técnica a través de la cual creas una línea de energía entre el centro del plexo solar y el centro del corazón. Esto es en realidad un reflejo o una actividad simbólica (dentro del hombre físico, o mejor dicho, sus centros entéricos) de la construcción del *antahkarana*. Tengamos en cuenta aquí, como siempre, que el cuerpo etérico es un mecanismo físico.

Fue esta meditación la que empezó el ritmo que hizo posible la presentación de la nueva invocación al mundo; me refiero no solamente a su uso por vosotros, sino a su uso por muchos discípulos en muchos *ashrams*. El agotamiento de la emoción y su transferencia – como fuerza- al corazón, y de ahí que su transmutación en energía de amor se llevó a cabo simbólicamente durante el tiempo en que la humanidad estaba desarrollando ciertos nuevos reconocimientos. La humanidad, a través del agotamiento de la energía emocional (relacionado con la agonía de la guerra) es hoy mucho más consciente del corazón que en cualquier otro tiempo en su historia. ¿Te habías dado cuenta de eso, y de la oportunidad que se te ha presentado? El mundo de los hombres ha sido sometido a tanta tensión y sufrimiento que cientos de miles de personas en casi cada país –de hecho o imaginariamente– ya no podían “sentir” más; el centro del plexo solar ya no podía tomar o absorber nada más. Ya no quedaba nada para el que sufre sino el darse cuenta de que todos los hombres en todas partes tenían dificultades similares y que esta comunidad de agonía compartida unía a todos los hombres, independientemente de su nacionalidad, religión o clase social.

Por lo tanto, por primera vez en su historia, la humanidad ha empezado a reconocer una fase definitiva de universalidad; el género humano como un todo empezó a “compartir en la reacción del corazón“. Esto ocurrió de manera tan general e intensa que el corazón –como resplandor motivador– se convirtió en un punto de enfoque humano. Uno de los primeros frutos del sufrimiento, tal y como se comparte universalmente, ha aparecido en la Tierra, y en su aparición todo sufrimiento futuro será enormemente disminuido. Deseo darle a esta primera meditación una mayor importancia a tus ojos. Mucho de lo que te he dado tiene un significado más allá de lo que tú puedas dar crédito; estos significados aparecerán si sigues las instrucciones y haces estas meditaciones con cuidado, regularmente y sinceramente. Te hará mucho provecho en los años venideros si has seguido esta fórmula de meditación



cada día durante dos meses haciéndola con intensidad. También deberías esforzarte en darte cuenta no solamente de tu reacción individual sino también de reconocer el significado simbólico de lo que estás haciendo. Aquellos de vosotros que también sabéis con certeza que estáis siendo preparados específicamente para la segunda iniciación, haríais bien en seguir esta meditación durante una semana cada mes del año. (K. PARVATHI KUMAR – Nutrients for Discipleship, 63, original inglés).

Frecuentemente oímos hablar de la transmutación, transformación y transfiguración. Estas tres palabras cubren una inmensa serie de encarnaciones. No son tan sencillas como se escriben en los libros. Sin embargo, en cada plegaria, podemos trabajar un poco en relación con ellas. **Cuando visualizamos los centros etéricos en nuestro cuerpo y conscientemente nos movemos de centro en centro hacia arriba, entonando la clave del sonido y sintiendo su vibración, mientras visualizamos también el color clave y su velocidad, a eso se le llamamos proceso de transmutación. Cuando hacemos lo mismo desde arriba hacia abajo entonando el sonido correcto y visualizando el color adecuado con respecto a cada loto, a esto se le llama trabajo de transformación. Uno es visualizar el ascenso, y el otro es visualizar el descenso. Dejemos que esto ocurra en nosotros, con cualquier mantra. Esto ayuda a preparar el *antahkarana sarira*, con la formación de una columna iluminada dentro del *brahma Danda*.**

Durante los tiempos del templo de Ibez se energetizaron cuatro centros hacia arriba y hacia abajo para la transmutación, transformación y la resultante transfiguración. Y luego, durante la raza aria, se han puesto en funcionamiento cinco centros desde arriba hacia abajo y desde abajo hacia arriba, los cuales se relacionan con el hombre cuádruple y con su mente. Cuando estos centros funcionan regularmente con la ayuda de la clave del sonido y la clave del color, el trabajo mágico ocurre más rápidamente.

Las meditaciones deben ser necesariamente ocultas y se deben llevar a cabo con la ayuda de la ciencia oculta. Sentándonos vagamente cada día por la mañana y por la tarde, esperando que ocurra algo, sólo nos hará ineffectivos e incluso emocionales. Que nuestro trabajo meditativo sea científico, no de creencia y superstición. (K. PARVATHI KUMAR – Nutrients for Discipleship, 68, original inglés).



El propósito de la meditación es, inicialmente, alinearse. Este alineamiento cubre cuatro procesos.

Primero, la personalidad necesita alinearse con el alma. Esto permite establecer un enlace con el reino de Dios.

Segundo, debe haber un alineamiento del alma y la personalidad con un *ashram*, para establecer una conexión consciente con el Maestro del *ashram*. Esto permitirá la afluencia de enseñanzas y entrenamiento subconscientes y el consecuente funcionamiento en la tierra en términos de buena voluntad.

Tercero, a través del alineamiento de la personalidad con el alma y del alma con el Maestro, uno debería intentar alinearse con la triada espiritual dentro de uno mismo, lo cual permitirá el reconocimiento de la energía monádica que, a su vez, permitiría la afluencia de la voluntad, el amor y la luz.

Por último, debe intentarse el alineamiento de los seis centros del cuerpo etérico para permitir la transferencia de energías del estado monádico al del mecanismo inferior, que es también una tríada. Ese alineamiento permitirá la expresión de energías de los círculos superiores a la Tierra.

No debe perderse de vista la importancia de los alineamientos anteriores expuestos. (K. PARVATHI KUMAR – Nutrients for Discipleship, 75, original inglés).

Entre los mantras, los *rishis* ensalzan gayatri como el más elevado. Gayatri significa aquello que protege a aquellos que cantan gayatri. Cuando más se canta gayatri, más protege.

¿Qué es gayatri? Es el principio pulsante que causa la respiración. La pulsación es un funcionamiento centrípeto y centrífugo con su sonido relacionado *so-ham*. La pulsación de la vida es *so-ham*. Uno puede escuchar esta canción *so-ham* a medida que se relaciona con la respiración. La inhalación naturalmente suena “so”, la exhalación, del mismo modo, suena “ham”. Así pues, la respiración canta regularmente el mantra gayatri. La pulsación también canta, sutilmente, la misma canción de sonido oculto. Cuando se eliminan las consonantes de la canción *so-ham*, permanece “OM”. OM es el sonido que desciende como *so-ham*. Es el sonido de zumbido interior.

Es el sonido de *anahata*. Se le llama *pranava*. Con *pranava* como base, *prana* funciona y sostiene la mente, los sentidos y el cuerpo a través de *so-ham*. Es OM solamente cuando desciende como el alma. Es el morador del alma. Contemplar



Quienquiera que se relaciona con esta canción en el interior y de esta manera se relaciona con el morador, se dice que está cantando gayatri; y quienquiera que visualice al morador en los seres circundantes a través de la respiración de OM en ellos, está también cantando gayatri. Gayatri es el relacionarse con el morador interior y con el exterior. No es simplemente el canto mecánico de un mantra. (K. PARVATHI KUMAR – Nutrients for Discipleship, 86, original inglés).

Algunas personas creen que la práctica del yoga incluye la concentración de la mente. Vosotros sabéis que el verdadero camino del yoga tiene ocho pasos según Patanjali y el Bhagavad Gita. Los primeros cuatro pasos pertenecen al intento externo del discípulo de prepararse y de hacer su cuerpo más sano y en forma, de hacer uniforme la circulación de la sangre y las fuerzas vitales, de alimentar las diversas partes del cuerpo con el flujo fresco de las corrientes vitales y de sanar las diversas partes físicas del cuerpo y luego de rectificar los defectos en la respiración y en la circulación sanguínea. Estos son los cuatro pasos preliminares en la práctica del yoga que incluyen los primeros cuatro pasos del yoga. Hay un esfuerzo externo del discípulo en estos primeros cuatro pasos y también hay un intento interno de prepararse y hacerse uno. El esfuerzo interno, que incluye los primeros cuatro pasos, es como poner bajo su control toda su propia naturaleza de hábitos, lo que podemos llamar el aspecto del comportamiento bajo control.

Los dos primeros pasos son *yama* y *niyama*. Incluyen el intento de componer la naturaleza del hábito de uno mismo en sí mismo. La naturaleza formadora del hábito es la verdadera personalidad de un ser humano y nunca está bajo el control del buen pensamiento y la educación. Por ejemplo, podemos tener



muchos buenos pensamientos; podemos decidir hacer muchas cosas buenas; leer muchos buenos libros y aprender muchas cosas buenas y mucho conocimiento sobre las cosas buenas. Pero aún así, seguimos viviendo de acuerdo con nuestros propios hábitos más antiguos. Nuestro conocimiento se sigue añadiendo y tornándose cada vez mas y mas, pero nuestro hábito sigue siendo el mismo que antes de que pudiéramos reunir algún conocimiento.

El verdadero estudiante de yoga observa dos aspectos diferentes en su existencia interna. Aquel que se suma día a día en él por medio de la buena información que él llama conocimiento y que no tiene nada que ver con su comportamiento en absoluto. La segunda cosa son sus hábitos desde el principio, tomando un fuerte control sobre su propio comportamiento, teniendo pleno control sobre sí mismo y que no son vulnerables a ningún buen conocimiento de ningún libro en absoluto. Así, el verdadero estudiante de yoga trata de tener algún control sobre el segundo aspecto de sí mismo, mientras practica los dos primeros pasos del óctuple camino del yoga, es decir, el *yama* y el *niyama*.

El modo de vida positivo se establece durante estos dos pasos y la actitud hacia su propia vida se acostumbra gradualmente a la positividad. La actitud hacia su propia vida se transformará gradualmente en un comportamiento positivo, no luchando contra el mal de sí mismo, sino ignorando el aspecto negativo e incorporando en su vida diaria un nuevo hábito y una nueva forma de vida. Porque llega a comprender que es la naturaleza del hábito la que lo está controlando, y que su conocimiento no lo está controlando en absoluto y sus deseos no lo están controlando en absoluto. El deseo de llegar a ser bueno no tiene nada de influencia sobre él.

Por lo tanto, hay un aspecto que tiene control total sobre esta vida interna. El poder de ese único aspecto será entendido por el estudiante de yoga. Ese aspecto es el aspecto del hábito. Entiende cuán poderoso es el hábito en la psicología humana y como el racionalismo y la lógica no son para nada poderosos para tener control sobre él. Sabiendo

esto, el estudiante de yoga comienza a rectificar el segundo aspecto de su existencia interna, es decir, comienza a experimentar con la naturaleza del hábito de sí mismo y no con la naturaleza racionalista o lógica de sí mismo que no tiene control alguno sobre él.

De hecho, lo que llamamos lógica está flotando en la superficie de nuestra naturaleza individual. Esta es la razón por la que cada uno tiene su propia lógica,



aunque nos engañamos a nosotros mismos pensando que la lógica tiene un estándar. Cada uno organiza sus propios pasos lógicos de acuerdo a su propio estilo de vida y cada uno encuentra su propia manera de vivir razonable para sí mismo. Ahora es este aspecto el que atrae la atención del verdadero estudiante de yoga, porque los otros aspectos no sirven para nada. Cuando comencemos a abordar los otros aspectos, añadiendo conocimiento a nuestro conocimiento existente, leyendo libros valiosos uno tras otro; conociendo muchas cosas valiosas una tras otra durante diez años o veinte años o treinta años, los temas irán aumentando en nuestra contraparte lógica de la mente. No hay ni expansión de nuestra conciencia ni transformación desde la presente a una etapa mejor.

Seguimos siendo lo que éramos hace 30 años, aunque leamos los cuatro evangelios y los entendamos completamente; el Bhagavad Gita completamente y las enseñanzas de Buddha y Confucio completamente. Estaremos aprendiendo, discutiendo y conociendo, pero permaneceremos como éramos porque nuestra naturaleza del hábito no se ve afectada en absoluto por este método. Es esta naturaleza del hábito la que debe ser transformada. Si hay algún método específico para transformar esta naturaleza del hábito, es ese método el que nos es realmente útil.

Durante estos dos primeros pasos del óctuple sendero del yoga, ese hábito que forma la naturaleza es tocado por primera vez por el estudiante de yoga. Él se verá forzado a formar ciertos hábitos que antes no existían. La formación de hábitos no siempre está de acuerdo a nuestro gusto y conveniencia. Nos guste o no, tenemos que hacer un hábito si queremos practicar yoga. Debemos seleccionar un lugar y un momento en nuestra rutina diaria y presentarnos en ese momento y ese lugar regularmente. Exactamente al minuto tenemos que mantener el tiempo y el lugar y mientras lo hacemos, nos enfrentaremos a mucha tensión en nuestra rutina diaria, porque tenemos que robar algo de tiempo de nuestra ocupada rutina y organizar todo lo demás para presentarnos de acuerdo con el programa.

No es el programa de un día, sino un programa para toda la vida. Así que, tu mente lucha por adaptarse. Mientras tu mente haya estado luchando para ajustarse a un programa, significa que no has entrado en el verdadero espíritu de la práctica de yoga. Sólo cuando se siente la felicidad de mantener el tiempo, sólo después de haber liberado toda la tensión de la mente para mantener el programa, sólo entonces se puede asegurar la facilidad y la comodidad de estar presente en el programa. Sólo entonces se puede llamar a tu programa como el segundo paso de la práctica del yoga. De lo contrario, cuando un estudiante está



luchando duro para mantener el tiempo de la práctica de yoga, esa práctica no puede llamarse práctica de yoga en absoluto, porque el yoga, en primer lugar, indica una relajación de su mente.

Algunas personas piensan que tienen que concentrar su mente. Pero es lo opuesto a lo que tenemos que hacer cuando estamos para practicar verdadero yoga. Un intento de concentrar la mente nos pone nerviosos e inquietos. Cuando concentramos nuestra mente en estudiar un libro, el resultado es que nos fatigamos después de estudiar unas cuantas páginas. Cuando tratamos de concentrar nuestra mente en la enseñanza de una lección, el resultado es que la mente se niega a trabajar después de algún tiempo de asistir y recibir la clase. Este es el resultado de lo que llamamos concentración.

Mucha gente entendió erróneamente que la concentración es meditación. Vosotros, podéis entenderlo mejor si digo que la meditación es lo opuesto a la concentración. *Es la relajación de la mente consciente sobre la mente del trasfondo a la que llamamos nuestra existencia superior.* Tenéis dos mentes en vosotros a las que siempre podéis sentir cuando sois un poco cuidadosos. Una es la mente inferior y la otra es la mente superior. Cuando cerráis los ojos y empezáis a pensar en una idea, otras ideas vienen a vuestra mente y la idea en la que queráis concentraros desaparecerá y después de un cierto tiempo entenderéis que vuestra mente está entretenida en ideas que no son vuestra intención. Eso demuestra que habéis tenido la intención de pensar en algo y que estáis pensando en algo diferente. Eso *significa que hay dos personas en vosotros; una tiene la intención de pensar en algo, la segunda empieza a pensar en* otra *cosa.*

Después de algún tiempo la primera entiende que la segunda está pensando y luego la primera empuja a la segunda a un lado y trata de pensar por sí misma. De nuevo, después de unos segundos, la segunda mente empuja a la mente anterior a un lado y comienza a pensar por sí misma. Una vez mas, después de dos o tres minutos, encontraremos que los pensamientos con los que nos estamos entreteniendo no son los pensamientos que queríamos. Por ejemplo, si después de ir a la India, quiero hacer memoria y pensar en nuestra anfitriona aquí, si trato de hacer memoria de su rostro, entonces por un momento puedo ver su rostro en mi mente y luego cómo me recibió cuando llegué aquí, cómo entré en la sala y cómo la sala tiene tantas fotos de yoguis y cómo hablé con mi amiga en esta sala. Entonces comprendí que sólo quería pensar en nuestra anfitriona, pero



empecé a pensar en esta sala y en los cuadros, las luces y los pilares. Debemos entender claramente que tenemos dos mentes.

Una quiere recordar a su anfitriona, la otra quiere entretenerse con otros pensamientos no deseados. La concentración es un intento contra este proceso. Es tratar de traer la mente de nuevo al pensamiento, idea o forma deseada. Es imposible. Cuando hay dos personas en nosotros, no podemos concentrar la mente porque hay dos mentes en nosotros. Pero cuando entendemos cuidadosamente, resulta que hay cientos y cientos de mentes trabajando en nuestra mente. Entonces en el Bhagavad Gita también se dice, *'Es imposible concentrar la mente y un intento en esas líneas es tan inútil como cualquier otra cosa'*. Por lo tanto, no es la concentración lo que se pretende en la práctica del yoga.

Hemos visto que principalmente hay dos personas en nosotros que piensan. Una persona debe absorberse en la otra, así como un bloque de hielo se convierte en un segundo elemento con el agua sobre la que flota; segundo elemento aunque el agua y el hielo son lo mismo, cuando una parte del agua se convierte en bloque de hielo, funcionan como dos elementos, el uno flotando en la superficie del otro.

Esta doble naturaleza, falsa en esencia, está siempre presente en nosotros. Una es la mente que estamos usando y la otra es la que está habituada a trabajar a su propia manera. Es como tener dos sirvientes en la casa. El que está dispuesto a obedecernos y el otro que quiere hacer las cosas según su propia voluntad y quiere ser mantenido por ti. Siempre que queréis instruir al primer sirviente, es el segundo el que interfiere y empieza a trabajar y no permite que el primer sirviente trabaje. Esto es lo que normalmente sucede en nuestra mente. Aquí un sirviente debería ser absorbido por el otro. El segundo sirviente debería ser absorbido en el primero. Entonces no hay primero. Sólo hay un sirviente. Solo cuando existen dos sirvientes, es cuando el primer sirviente se convierte en el primero. Cuando un sirviente desaparece, el primer sirviente comienza a ser el primero y se convierte en el único sirviente.

En la meditación se necesita ese proceso. En el proceso de concentración, las dos mentes se fortalecen por separado y la mente consciente se vuelve más y más poderosa, porque un intento de concentración es un intento de la mente consciente. La concentración es un intento sobre la mente consciente. Y por lo tanto el intento también se hace por medio de la mente consciente. La



concentración es un proceso que se hace sobre la mente consciente. La concentración es un proceso que se hace contra la mente consciente y el intento también lo hace la mente consciente. Entonces, es la mente consciente la que hace el intento de concentrar la mente consciente. Así que, si le pides al ladrón que se ocupe del ladrón, el resultado es un miserable fracaso. Suponed que un ladrón está vestido como un policía, pensáis que es un policía y lo llamáis y le decís: "Alguien me robó el bolso, por favor ocúpese de ello y mire quién se lo ha llevado".

Entonces el ladrón, vestido de policía, te sonrío y te dice: "Sí". Es lo que pasa cuando intentamos concentrar la mente.

Cada vez que le pedís a vuestra mente consciente que se concentre, ella también repite lo mismo. La mente consciente repite la misma idea. Cuando le pedís que se concentre, ella os pedirá que os concentréis. Si cerráis los ojos y os decís a vosotros mismos que no deberíamos tener otras ideas, entonces la mente también comienza a decir, 'No deberíais tener otras ideas, yo no debería tener otras ideas'. El resultado es siempre un fracaso y no un éxito. Por lo tanto, la meditación nunca es concentración. Aseguraos que una mente se funde con la otra. De estas dos mentes, una debe fusionarse con la otra. La mente consciente debería fusionarse con la mente superior. La mente superior es la verdadera mente en vosotros. La mente inferior es la mente del deseo en vosotros. Puede que desee que practiquen yoga. Pero un deseo nunca puede ser cumplido. El segundo aspecto de vuestra mente debería permanecer estable haciendo que la mente consciente desaparezca en el trasfondo de la mente superior. Entonces existe la mente superior del trasfondo.

Cada día estamos experimentando la desaparición de la mente consciente, pero no lo estamos experimentando. Es sólo en el sueño que nos está sucediendo tal cosa. La mente consciente queda absorbida junto con la actividad de los sentidos mientras dormimos. Pero, debido a que estamos durmiendo, no nos sirve de nada. Es tan bueno como mostrar una canasta de frutas a un hombre dormido. Pero, debería haber otra ocasión diferente al sueño. Cuando hay una desaparición total de nuestra mente consciente, debemos estar despiertos, debemos estar conscientes y nuestra mente consciente debe desaparecer. Este es el proceso que se requiere cuando se usa la palabra meditación. Lo sabemos y, a veces, lo estamos experimentando, pero no sabemos que es meditación. Cuando comencemos a conocerlo, podremos conocer la comodidad y la habilidad de usarla.



(Ekkirala Krishnamacharya – Overseas Messages VI, (The Science of Meditation), 59-68).

. . . Hoy se me permite hablar principalmente sobre la meditación y, en general, el término se utiliza en muchos aspectos y en muchos matices de significado. Desde el tiempo del advenimiento del yoga a occidente, el término "Meditación" ha ganado mucha importancia. Pero la verdad es que algunas personas conocen el significado de la palabra precisamente de acuerdo al sentido científico y la usan estrictamente de acuerdo a los principios y estándares yóguicos. Pero hay gente que usa el término de manera bastante vaga. Hay personas que cierran los ojos y dicen que están meditando. Cuando alguien duerme en el coche cerrando los ojos, su amigo le hace una broma preguntándole: "¿Estás meditando?" Algunas personas tratan de concentrar la mente en algo y lo llaman meditación. Esto significa que usan la palabra meditación para referirse a la concentración.

Algunas personas creen que la práctica del yoga incluye la concentración de la mente. Vosotros sabéis que el verdadero camino del yoga tiene ocho pasos según Patanjali y el Bhagavad Gita. Los primeros cuatro pasos pertenecen al intento externo del discípulo de prepararse y de hacer su cuerpo más sano y en forma, de hacer uniforme la circulación de la sangre y las fuerzas vitales, de alimentar las diversas partes del cuerpo con el flujo fresco de las corrientes vitales y de sanar las diversas partes físicas del cuerpo y luego de rectificar los defectos en la respiración y en la circulación sanguínea. Estos son los cuatro pasos preliminares en la práctica del yoga que incluyen los primeros cuatro pasos del yoga. Hay un esfuerzo externo del discípulo en estos primeros cuatro pasos y también hay un intento interno de prepararse y hacerse uno. El esfuerzo interno, que incluye los primeros cuatro pasos, es como poner bajo su control toda su propia naturaleza de hábitos, lo que podemos llamar el aspecto del comportamiento bajo control.

Los dos primeros pasos son *yama* y *niyama*. Incluyen el intento de componer la naturaleza del hábito de uno mismo en sí mismo. La naturaleza formadora del hábito es la verdadera personalidad de un ser humano y nunca está bajo el control del buen pensamiento y la educación. Por ejemplo, podemos tener muchos buenos pensamientos; podemos decidir hacer muchas cosas buenas; leer muchos buenos libros y aprender muchas cosas buenas y mucho conocimiento sobre las cosas buenas. Pero aún así, seguimos viviendo de acuerdo con nuestros propios hábitos más antiguos. Nuestro conocimiento se sigue añadiendo y tornándose cada vez mas y mas, pero nuestro hábito sigue siendo el mismo que antes de que pudiéramos reunir algún conocimiento.



El verdadero estudiante de yoga observa dos aspectos diferentes en su existencia interna. Aquel que se suma día a día en él por medio de la buena información que él llama conocimiento y que no tiene nada que ver con su comportamiento en absoluto. La segunda cosa son sus hábitos desde el principio, tomando un fuerte control sobre su propio comportamiento, teniendo pleno control sobre sí mismo y que no son vulnerables a ningún buen conocimiento de ningún libro en absoluto. Así, el verdadero estudiante de yoga trata de tener algún control sobre el segundo aspecto de sí mismo, mientras practica los dos primeros pasos del óctuple camino del yoga, es decir, el *yama* y el *niyama*.

El modo de vida positivo se establece durante estos dos pasos y la actitud hacia su propia vida se acostumbra gradualmente a la positividad. La actitud hacia su propia vida se transformará gradualmente en un comportamiento positivo, no luchando contra el mal de sí mismo, sino ignorando el aspecto negativo e incorporando en su vida diaria un nuevo hábito y una nueva forma de vida. Porque llega a comprender que es la naturaleza del hábito la que lo está controlando, y que su conocimiento no lo está controlando en absoluto y sus deseos no lo están controlando en absoluto. El deseo de llegar a ser bueno no tiene nada de influencia sobre él.

Por lo tanto, hay un aspecto que tiene control total sobre esta vida interna. El poder de ese único aspecto será entendido por el estudiante de yoga. Ese aspecto es el aspecto del hábito. Entiende cuán poderoso es el hábito en la psicología humana y como el racionalismo y la lógica no son para nada poderosos para tener control sobre él. Sabiendo esto, el estudiante de yoga comienza a rectificar el segundo aspecto de su existencia interna, es decir, comienza a experimentar con la naturaleza del hábito de sí mismo y no con la naturaleza racionalista o lógica de sí mismo que no tiene control alguno sobre él.

De hecho, lo que llamamos lógica está flotando en la superficie de nuestra naturaleza individual. Esta es la razón por la que cada uno tiene su propia lógica, aunque nos engañamos a nosotros mismos pensando que la lógica tiene un estándar. Cada uno organiza sus propios pasos lógicos de acuerdo a su propio estilo de vida y cada uno encuentra su propia manera de vivir razonable para sí mismo. Ahora es este aspecto el que atrae la atención del verdadero estudiante de yoga, porque los otros aspectos no sirven para nada. Cuando comencemos a abordar los otros aspectos, añadiendo conocimiento a nuestro conocimiento existente, leyendo libros valiosos uno tras otro; conociendo muchas cosas valiosas una tras otra durante diez años o veinte años o treinta años, los temas irán aumentando en nuestra contraparte lógica de la mente. No hay ni expansión de nuestra conciencia ni transformación desde la presente a una etapa mejor.



Seguimos siendo lo que éramos hace 30 años, aunque leamos los cuatro evangelios y los entendamos completamente; el Bhagavad Gita completamente y las enseñanzas de Buddha y Confucio completamente. Estaremos aprendiendo, discutiendo y conociendo, pero permaneceremos como éramos porque nuestra naturaleza del hábito no se ve afectada en absoluto por este método. Es esta naturaleza del hábito la que debe ser transformada. Si hay algún método específico para transformar esta naturaleza del hábito, es ese método el que nos es realmente útil.

Durante estos dos primeros pasos del óctuple sendero del yoga, ese hábito que forma la naturaleza es tocado por primera vez por el estudiante de yoga. Él se verá forzado a formar ciertos hábitos que antes no existían. La formación de hábitos no siempre está de acuerdo a nuestro gusto y conveniencia. Nos guste o no, tenemos que hacer un hábito si queremos practicar yoga. Debemos seleccionar un lugar y un momento en nuestra rutina diaria y presentarnos en ese momento y ese lugar regularmente. Exactamente al minuto tenemos que mantener el tiempo y el lugar y mientras lo hacemos, nos enfrentaremos a mucha tensión en nuestra rutina diaria, porque tenemos que robar algo de tiempo de nuestra ocupada rutina y organizar todo lo demás para presentarnos de acuerdo con el programa.

No es el programa de un día, sino un programa para toda la vida. Así que, tu mente lucha por adaptarse. Mientras tu mente haya estado luchando para ajustarse a un programa, significa que no has entrado en el verdadero espíritu de la práctica de yoga. Sólo cuando se siente la felicidad de mantener el tiempo, sólo después de haber liberado toda la tensión de la mente para mantener el programa, sólo entonces se puede asegurar la facilidad y la comodidad de estar presente en el programa. Sólo entonces se puede llamar a tu programa como el segundo paso de la práctica del yoga. De lo contrario, cuando un estudiante está luchando duro para mantener el tiempo de la práctica de yoga, esa práctica no puede llamarse práctica de yoga en absoluto, porque el yoga, en primer lugar, indica una relajación de su mente.

Algunas personas piensan que tienen que concentrar su mente. Pero es lo opuesto a lo que tenemos que hacer cuando estamos para practicar verdadero yoga. Un intento de concentrar la mente nos pone nerviosos e inquietos. Cuando concentramos nuestra mente en estudiar un libro, el resultado es que nos fatigamos después de estudiar unas cuantas páginas. Cuando tratamos de concentrar nuestra mente en la enseñanza de una lección, el resultado es que la mente se niega a trabajar después de algún tiempo de asistir y recibir la clase. Este es el resultado de lo que llamamos concentración.



Mucha gente entendió erróneamente que la concentración es meditación. Vosotros, podéis entenderlo mejor si digo que la meditación es lo opuesto a la concentración. *Es la relajación de la mente consciente sobre la mente del trasfondo a la que llamamos nuestra existencia superior.* Tenéis dos mentes en vosotros a las que siempre podéis sentir cuando sois un poco cuidadosos. Una es la mente inferior y la otra es la mente superior. Cuando cerráis los ojos y empezáis a pensar en una idea, otras ideas vienen a vuestra mente y la idea en la que queríais concentraros desaparecerá y después de un cierto tiempo entenderéis que vuestra mente está entretenida en ideas que no son vuestra intención. Eso demuestra que habéis tenido la intención de pensar en algo y que estáis pensando en algo diferente. Eso *significa que hay dos personas en vosotros; una tiene la intención de pensar en algo, la segunda empieza a pensar en otra cosa.*

Después de algún tiempo la primera entiende que la segunda está pensando y luego la primera empuja a la segunda a un lado y trata de pensar por sí misma. De nuevo, después de unos segundos, la segunda mente empuja a la mente anterior a un lado y comienza a pensar por sí misma. Una vez mas, después de dos o tres minutos, encontraremos que los pensamientos con los que nos estamos entreteniendo no son los pensamientos que queríamos. Por ejemplo, si después de ir a la India, quiero hacer memoria y pensar en nuestra anfitriona aquí, si trato de hacer memoria de su rostro, entonces por un momento puedo ver su rostro en mi mente y luego cómo me recibió cuando llegué aquí, cómo entré en la sala y cómo la sala tiene tantas fotos de yoguis y cómo hablé con mi amiga en esta sala. Entonces comprendí que sólo quería pensar en nuestra anfitriona, pero empecé a pensar en esta sala y en los cuadros, las luces y los pilares. Debemos entender claramente que tenemos dos mentes.

Una quiere recordar a su anfitriona, la otra quiere entretenerse con otros pensamientos no deseados. La concentración es un intento contra este proceso. Es tratar de traer la mente de nuevo al pensamiento, idea o forma deseada. Es imposible. Cuando hay dos personas en nosotros, no podemos concentrar la mente porque hay dos mentes en nosotros. Pero cuando entendemos cuidadosamente, resulta que hay cientos y cientos de mentes trabajando en nuestra mente. Entonces en el Bhagavad Gita también se dice, *'Es imposible concentrar la mente y un intento en esas líneas es tan inútil como cualquier otra cosa'*. Por lo tanto, no es la concentración lo que se pretende en la práctica del yoga.

Hemos visto que principalmente hay dos personas en nosotros que piensan. Una persona debe absorberse en la otra, así como un bloque de hielo se convierte en un segundo elemento con el agua sobre la que flota; segundo elemento aunque el



agua y el hielo son lo mismo, cuando una parte del agua se convierte en bloque de hielo, funcionan como dos elementos, el uno flotando en la superficie del otro.

Esta doble naturaleza, falsa en esencia, está siempre presente en nosotros. Una es la mente que estamos usando y la otra es la que está habituada a trabajar a su propia manera. Es como tener dos sirvientes en la casa. El que está dispuesto a obedecernos y el otro que quiere hacer las cosas según su propia voluntad y quiere ser mantenido por ti. Siempre que queréis instruir al primer sirviente, es el segundo el que interfiere y empieza a trabajar y no permite que el primer sirviente trabaje. Esto es lo que normalmente sucede en nuestra mente. Aquí un sirviente debería ser absorbido por el otro. El segundo sirviente debería ser absorbido en el primero. Entonces no hay primero. Sólo hay un sirviente. Solo cuando existen dos sirvientes, es cuando el primer sirviente se convierte en el primero. Cuando un sirviente desaparece, el primer sirviente comienza a ser el primero y se convierte en el único sirviente.

En la meditación se necesita ese proceso. En el proceso de concentración, las dos mentes se fortalecen por separado y la mente consciente se vuelve más y más poderosa, porque un intento de concentración es un intento de la mente consciente. La concentración es un intento sobre la mente consciente. Y por lo tanto el intento también se hace por medio de la mente consciente. La concentración es un proceso que se hace sobre la mente consciente. La concentración es un proceso que se hace contra la mente consciente y el intento también lo hace la mente consciente. Entonces, es la mente consciente la que hace el intento de concentrar la mente consciente. Así que, si le pides al ladrón que se ocupe del ladrón, el resultado es un miserable fracaso. Suponed que un ladrón está vestido como un policía, pensáis que es un policía y lo llamáis y le decís: "Alguien me robó el bolso, por favor ocúpese de ello y mire quién se lo ha llevado".

Entonces el ladrón, vestido de policía, te sonríe y te dice: "Sí". Es lo que pasa cuando intentamos concentrar la mente.

Cada vez que le pedís a vuestra mente consciente que se concentre, ella también repite lo mismo. La mente consciente repite la misma idea. Cuando le pedís que se concentre, ella os pedirá que os concentréis. Si cerráis los ojos y os decís a vosotros mismos que no deberíamos tener otras ideas, entonces la mente también comienza a decir, 'No deberíais tener otras ideas, yo no debería tener otras ideas'. El resultado es siempre un fracaso y no un éxito. Por lo tanto, la meditación nunca es concentración. Aseguraos que una mente se funde con la otra. De estas dos mentes, una debe fusionarse con la otra. La mente consciente debería fusionarse con la mente superior. La mente superior es la verdadera



mente en vosotros. La mente inferior es la mente del deseo en vosotros. Puede que desee que practiquen yoga. Pero un deseo nunca puede ser cumplido. El segundo aspecto de vuestra mente debería permanecer estable haciendo que la mente consciente desaparezca en el trasfondo de la mente superior. Entonces existe la mente superior del trasfondo.

Cada día estamos experimentando la desaparición de la mente consciente, pero no lo estamos experimentando. Es sólo en el sueño que nos está sucediendo tal cosa. La mente consciente queda absorbida junto con la actividad de los sentidos mientras dormimos. Pero, debido a que estamos durmiendo, no nos sirve de nada. Es tan bueno como mostrar una canasta de frutas a un hombre dormido. Pero, debería haber otra ocasión diferente al sueño. Cuando hay una desaparición total de nuestra mente consciente, debemos estar despiertos, debemos estar conscientes y nuestra mente consciente debe desaparecer. Este es el proceso que se requiere cuando se usa la palabra meditación. Lo sabemos y, a veces, lo estamos experimentando, pero no sabemos que es meditación. Cuando comencemos a conocerlo, podremos conocer la comodidad y la habilidad de usarla.

Por ejemplo, cuando estáis sentados frente al televisor en vuestra casa; supongamos que hay un hermoso tema en un rato de cine; supongamos que el tema es algo bíblico y algo piadoso que os gusta mas; supongamos que hay buena música; buena historia y buena situación y muy buenas conversaciones escritas por un buen dramaturgo; la película comenzó exactamente a las 20:40h y comenzasteis a presenciarla en vuestra habitación. Antes de que comenzarais a verla, queríais partir hacia algún lugar a las 21:00h de la noche porque vuestro amigo os dijo que os estaría esperando en algún lugar. Ahora, comenzáis a ver la película en el televisor a las 20:40h, cuando la película llegó a su fin eran las 22:00h y luego miráis vuestro reloj; ahora recordáis que vuestro amigo estaba esperando a las 21:00h.

¿Qué ha ocurrido durante este tiempo? Durante el intervalo, ¿Estabais existiendo o no? ¿Estabais presentes o ausentes? En lo que concierne a la mente consciente, vosotros no estabais presentes. Durante ese tiempo, ¿recordáis la habitación en la que estabais sentados? ¿Recordáis que había un televisor en la habitación? ¿Recordáis que en el televisor había una película, una charla? No os acordáis. Si hubierais recordado estas cosas, habrías recordado vuestra cita con vuestro amigo a las 9 de la noche. Entonces, hubo algo que sucedió en vosotros durante ese tiempo; algo que es muy similar al sueño. No es dormir porque estáis disfrutando de la película. Estáis escuchando con vuestros oídos y viendo con vuestros ojos. El sentido de la vista y el sentido del oído funcionan normalmente. Pero la mente no funciona. Si la mente hubiera funcionado con normalidad, habría



recordado el televisor y la habitación en la que estabais presentes, la silla en la que estabais sentados y la casa en la que os encontrabais y el nombre de la calle y el número de la puerta y el nombre de la ciudad o pueblo, el nombre del país.

Todas estas cosas habrían estado jugando con vuestra mente conscientemente, si vuestra mente consciente hubiera estado trabajando normalmente. Pero hay algo diferente que está sucediendo. La mente consciente está ausente. La mente que ha fijado la cita con el amigo a las 9h está ausente, pero hay otra mente presente. Está usando vuestros ojos para ver la televisión. Está usando vuestros oídos para escuchar las conversaciones y la música. Pero la mente es diferente de la que conocéis. Lo que ha ocurrido es que vuestra mente consciente ha desaparecido y otra mente está trabajando. Esa otra mente está empleando la vista y el oído para servir a su propósito. Entonces, la mente consciente ha desaparecido y vosotros existís. La única mente que tenía la intención de pensar algo ahora existe. La única mente que quería practicar yoga ahora existe.

Así que, siempre que asistáis a algo que os gusta especialmente, encontraréis esta experiencia. Cuando asistís a una dulce ópera musical, cuando la música está en sintonía con vuestros gustos, incluso entonces sucede lo mismo. Vuestra mente normal o mente consciente desaparece y la mente del trasfondo está disfrutando de la música. Cuando la música se detiene, vuestra mente normal vuelve a nacer, vuestra mente consciente toma nacimiento una vez más, y comprenderéis que son las 22:00 horas y que habéis decepcionado a vuestro amigo a las 21:00 horas. De hecho, vosotros no sois responsables, porque no estabais presentes.

Normalmente, vosotros sois vuestra mente consciente la mayor parte del tiempo. Pero muy raramente sois vuestra mente superior. Normalmente como vosotros estáis la mayor parte del tiempo en vuestra propia mente consciente, a la que llamamos la mente inferior, arreglaremos nuestra cita con amigos sólo con la mente inferior; porque la programación de la rutina diaria es hecha por la mente inferior. Pero muy raramente cuando la mente superior entra en funcionamiento, la mente inferior desaparece y sus programas también desaparecen junto con ella. Una vez terminada la función, se le permite a la mente inferior que vuelva a nacer y entonces recordarán su programa.

Ahora entendéis que es posible vivir en ausencia de la mente inferior. También entendéis que muchas veces se nos está haciendo posible vivir con esta mente inferior ausente. Sólo tenéis que saber cómo hacerlo. Ese proceso es lo que se llama el cuarto y quinto paso del yoga. El cuarto paso se llama *pranayama* y el quinto *pratyahara*. Estos pasos incluyen lo que nosotros llamamos meditación. El cuarto paso os prescribe qué hacer y el quinto paso os indica lo que pasa.



El segundo conjunto de cuatro pasos en el camino del yoga es la segunda mitad de los ocho pasos. Cuando el primer grupo de cuatro pasos está terminado, entonces el segundo grupo de cuatro pasos indica un esfuerzo interno para practicar yoga. Así, el cuarto y quinto paso indican vuestro paso del intento consciente al intento interno inconsciente. *Cuando practicáis el bienestar y sencillez del pranayama, cuando entiendes lo que es el pranayama en su verdadero sentido, entonces entráis en el pratyahara, que es absorberos en vosotros mismos, absorbiendo vuestra existencia inferior en el trasfondo de la existencia superior; absorbiendo la mente consciente en el trasfondo de la mente supra consciente.* La primera mente es la mente consciente, la segunda mente es la mente supra-consciente. La primera mente tiene sueño y despertar. La primera mente atraviesa las dos etapas del sueño y el despertar, mientras que la segunda mente no está sometida a ningún sueño.

No existe el sueño para la segunda mente, la mente supra-mental. El sueño existe sólo para la mente consciente y los sentidos. Siempre que dormimos, es sólo nuestra mente consciente y los sentidos que están durmiendo y la mente supra-consciente no está durmiendo en absoluto, porque tiene que cuidar de todos los deberes en el cuerpo. Nuestra mente externa o mente consciente sólo cuida de nuestras actividades externas. La mente externa o mente consciente atiende lo que queremos hacer en el mundo exterior. Es hacer nuestro trabajo y ganar nuestro dinero para comprar una casa y alguna propiedad y obtener más y más ganancias en los negocios y ahorrar algo de dinero en el banco por seguridad.

Todas estas actividades las hace la mente consciente, pero la mente supra-consciente tiene que atender las tareas más importantes; es decir, vuestra respiración y el latido de vuestro corazón y las debe mantener incluso mientras vosotros dormís. De lo contrario, si nuestra mente supra-consciente se detiene cuando estamos durmiendo, entonces nunca nos levantaremos de nuestro sueño. Es sólo hasta que dormimos que se nos permite estar en esta tierra. Y luego, cuando una persona duerme, debe ser arrojada a un camión, llevada y enterrada, porque nunca más se levantará. Será arrojado en una camioneta o en un camión, llevado y enterrado porque ya nunca se despertará una vez dormido. Esto es lo que sucede si la mente supra-consciente duerme cuando nosotros dormimos. Pero la mente supra-consciente no está durmiendo cuando nuestra mente está durmiendo. Nuestra mente consciente y nuestros sentidos están durmiendo pero la mente supra-consciente está alerta sobre los latidos de nuestro corazón y nuestra respiración. No sólo eso, cuando comemos una cena pesada y dormimos, la mente supra-consciente tiene que mantenerse ocupada con nuestro estómago también. Si también duerme junto con nuestra mente consciente, nuestro estómago se bloquea y nunca nos levantaremos de nuevo del sueño.



Entonces, entended que nuestra mente supra-consciente nunca, nunca duerme. El yogui entiende que nunca duerme, incluso después de que este cuerpo se va porque la mente supra-consciente no es nada más que aquello que llamamos espacio. Cuando este cuerpo está trabajando alrededor de este espacio, entonces el espacio comienza a hablar, a respirar y a vivir. Cuando este cuerpo se va, el espacio permanece como espacio. Entonces, esta constitución que llamamos el cuerpo vivo no es mas que un generador muy similar al generador eléctrico que produce espacio dentro de la forma de lo que nosotros llamamos seres vivos. No son los cuerpos lo que nosotros llamamos los seres vivos, no son las mentes, no son los sentidos y no es la inteligencia o la unidad psicológica total que tenemos. Todas estas capas se forman sólo en el espacio al igual que las capas de cebolla se forman en la cebolla. Cuando intentáis detectar la cebolla original quitando capa tras capa pensando que dentro de ella está la cebolla original, os sentiréis totalmente decepcionados porque sólo habrá capas y no habrá nada como la cebolla original dentro. Las capas se agotarán, las capas se completarán y finalmente no habrá cebolla. Pero no se puede llamar cebolla a ninguna capa y si se vuelven a juntar todas las capas en una sola pieza, no se puede volver a llamar cebolla. Es sólo un conjunto de las capas peladas de cebolla. Pero nunca puede ser una cebolla. La cebolla nunca existe en ninguna de las capas de cebolla, pero mantiene las capas en unidad.

¿Qué es lo que mantiene a las capas en unidad? Hay una ciencia que todavía no ha sido revelada a los científicos del siglo XX hasta hoy y que era familiar para todas las naciones antiguas, los antiguos egipcios, los antiguos indos y caldeos y algunas otras naciones. Ellos estaban bien versados en esa única ciencia que es la ciencia del espacio. Ahora la ciencia moderna es demasiado inmadura para conocer estos pasos fundamentales de la ciencia del espacio.

Todavía hay profesores de física que son tontos al creer que existe el vacío en el espacio. Tenemos que cubrir mucho antes de entender la ciencia avanzada. Tenemos que darnos cuenta de que no hay vacío en el espacio, sino que *el espacio está hecho de espacio y está lleno de algo a partir del cual se está creando todo*. Debemos entender el disolvente universal, al que podemos llamar *aqua regia* de esta creación. Esa ciencia dice que la cebolla existe en el espacio de las capas de cebolla y mantiene las capas de la cebolla en unidad y que a esa unidad la llamamos cebolla.

Del mismo modo, tenemos capas en nosotros, si comenzamos a despegar capa tras capa en nombre del cuerpo físico, del cuerpo astral, del cuerpo etérico, del cuerpo mental, etc. Muchos son los nombres dados a las divisiones y subdivisiones de nosotros mismos. Cuanto más queramos parecer científicos, mas nombres le daremos. Nuestra aristocracia intelectual nos hace inventar más



y más nombres sin ningún propósito. Se llama la jerga técnica de una ciencia con la que un verdadero científico no tiene nada que ver.

Por ejemplo, Albert Einstein no tiene nada que ver con todos los términos técnicos utilizados sobre la ciencia de Albert Einstein. Su teoría fue inventada por él como un niño pequeño y al principio nunca usó ningún término técnico para su teoría. Él la describió de la misma manera que un niño describe su idea, pero después se le hizo obligatorio cubrirlo todo en términos técnicos porque tuvo que comunicar la teoría a los llamados científicos de su época.

En cualquier ciencia, el verdadero científico no tiene nada que ver con los términos técnicos de la ciencia. Del mismo modo, si estudiamos nuestra constitución olvidémonos de las muchas divisiones y subdivisiones y de sus nombres y tratemos de entenderla en su verdadero nivel científico y sabremos que todas las capas de la constitución humana no contienen el ser humano.

Cada capa es parte del ser humano y ninguna capa contiene al ser humano en ella. Cuando agrupamos las partes de un ser humano en un solo bloque, si ponemos las partes de un cuerpo humano juntas, nunca lo podremos llamar ser humano. Podremos llamarlo sólo un cadáver. ¿Qué es eso que está haciendo al ser humano? Es este espacio el que ocupan estas capas, el que mantiene estas capas en unidad y a esta unidad la llamamos ser humano. Así que es el espacio el que está hablando, el que está viendo, el que está oyendo, y estas constituciones son para hacer que el espacio actúe consigo mismo para hacer que el espacio se comunique dentro de sí mismo, así como dos botellas cuando están sumergidas en un río, están llenas de la misma agua. La presión empuja el agua hacia las botellas hasta que se llenan. Una vez que la botella está llena de agua, la presión del agua se transmite desde el interior al exterior. El agua interior intenta empujar y tocar el agua exterior.

De manera similar, cuando el espacio se llena dentro de las capas de nuestra constitución en el útero de la madre, la conciencia comienza a expandirse hacia las funciones de nuestras capas y cuando esta función se termina, la conciencia comienza a empujarse a sí misma hacia afuera. Esto es lo que llamamos la conciencia objetiva, es decir, tratar de entender que hay algo más, diferente de nosotros mismos. Pero, de hecho, no hay nada diferente de nosotros mismos a nuestro alrededor. Todo está hecho de la misma sustancia atómica. El cuerpo de otras personas también está hecho de los mismos tejidos con los que nuestro cuerpo está hecho, pero nosotros los llamamos otros. Esto es lo que se llama la necesaria limitación u objetividad.

Sobre esta rama del entendimiento hay una literatura bastante grande en las antiguas escrituras sánscritas de la India y hubo gente que dedicó toda su vida a



explicar lo que es el fenómeno de la objetividad. En sánscrito se les llama *aitareyas*. *Aitareyam* significa algo diferente de nosotros mismos que es la objetividad. Los científicos llamados *aitareyas* son los que nos explican sobre la objetividad. Nos explicaron que los vehículos físicos son lo que llamamos cuerpos; son sólo los generadores del espacio interior. Se producen para hacer activo el espacio en el mundo objetivo y esto es expresarse para hablar, ver, oír, oler, gustar, sentir, pensar y comprender.

Para llevar a cabo todas estas funciones el espacio está produciendo sus propios vehículos que nosotros creemos como propios. Entonces, es el espacio interior que se llama nosotros mismos y cuando uno lo conoce correctamente, entonces el propósito de los nacimientos está terminado y ese será el último nacimiento para él, porque él no es mas que espacio cuando deja su cuerpo. Pero muchas personas no mueren completamente o dejan sus cuerpos completamente, debido al poder del deseo que tienen de vivir. Dejan sólo algunos de estos vehículos que tienen y podemos llamar a esto científicamente una muerte incompleta y entonces la personalidad se mantiene en suspenso y permanece, luego la fuerza del deseo previo empujará al individuo a su propio ambiente requerido y es atraído por padres aptos para recibirlo en el tipo de deseos que él tenía.

De esta manera, los renacimientos tienen lugar debido a los deseos y cuando la muerte es completa, no hay continuación de esa alma para tomar renacimiento. Cada vez el espacio crea sus propias capas alrededor de sí mismo en la forma de los vehículos necesarios, mas grandes o mas pequeños. Cuando los vehículos son más grandes los llamamos sistemas solares y planetas. Cuando los vehículos son más pequeños los llamamos átomos y moléculas y los llamamos cuerpos físicos.

Cuando una vez que conseguimos que la mente consciente sea absorbida por nosotros mismos, entonces es la mente original la que existe, es decir, el puro nosotros mismos dentro. Entonces esta mente inferior no existe. Lo que ahora llamamos la mente consciente no existe, pero los sentidos seguirán funcionando. Los tejidos y el cuerpo estarán funcionando. La respiración y la circulación funcionarán. Todo es normal excepto la mente consciente. Viviréis en este mundo como lo hacían cuando presenciaban la ópera o la televisión. Todos los programas de vuestra mente consciente serán cancelados. Una vez más, el programa será borrado por vuestra personalidad interior, de acuerdo con el plan universal y no con vuestro plan. Tal estado se logrará mediante una práctica adecuada del *pranayama* y el *prathyahara*.

El *pranayama* se debe practicar en su verdadero sentido según Patanjali y según el Bhagavad Gita y no según otros libros de yoga. Por ejemplo, Patanjali nunca



nos pidió que hiciéramos *kumbhaka* en *pranayama*. Cuando tomamos una respiración profunda dentro de nosotros y mantenemos la respiración dentro de nosotros durante algún tiempo, los profesores de yoga la llaman *kumbhaka*. Pero ni el Bhagavad Gita ni Patanjali prescribieron que practicáramos *kumbhaka*. El tipo de *pranayama* prescrito por ellos es la regulación de las pulsaciones de la vida y no la contención (supresión) de la respiración y no la sofocación de la respiración.

Las pulsaciones son diferentes de la respiración. La respiración es también uno de los resultados de la pulsación y la pulsación nunca significa respiración. Existe una pulsación desde el momento de nuestro nacimiento hasta el momento de nuestra muerte. Es la doble pulsación de las pulsaciones centrípeta y centrífuga. Está haciendo que nuestros músculos y nervios se expandan y contraigan en varios lugares de nuestro cuerpo y esto está causando lo que llamamos respiración y circulación de la sangre por el corazón. La pulsación es la causa de la respiración mediante los pulmones y de la circulación mediante el corazón. Es por eso que la respiración está teniendo lugar y nosotros no estamos efectuando la respiración.

A veces decimos: "Estoy respirando". La respiración se hace a través de nosotros y nosotros vivimos. *Entonces, la pulsación es el poder de expandir y contraer el material de nuestro cuerpo y a esa pulsación se la llama prana. Ese prana es regular cuando nacemos y es rítmico y musical cuando somos niños. Pero cuando envejecemos, muchas veces perturbamos la música de la respiración y la circulación. Siempre que estamos enojados, ellos son perturbados. La respiración se acelera y el latido del corazón se convierte en una palpitación. Siempre que estamos celosos, ellos son perturbados. Cada vez que tenemos miedo, cada vez que sospechamos, ellos se perturban. Muchas son las situaciones que creamos para perturbar la música de los pulmones y el corazón. El resultado es que, después de algunos años de edad, nuestra respiración es irregular y los latidos del corazón son irregulares hasta que el médico los descubre. Pero el médico nunca puede hacer nada para ayudarnos en este asunto porque el cardiólogo sólo conoce los músculos, los nervios y la piel del corazón. No tiene nada que ver con vosotros mismos que sois los que estáis haciendo que el corazón funcione. Así que, la cardiología o la pulmonología no sirven para eso.*

Son las pulsaciones las que hacen trabajar a vuestros pulmones y a vuestro corazón y no están funcionando independientemente. Por lo tanto, se requiere un médico de las pulsaciones y un cardiólogo, por grande que sea su cualificación, no sirve para nada cuando la función de los pulmones y del corazón se ve perturbada. Ahora el arte del *pranayama* es enderezar nuevamente la respiración



y el latido del corazón. Es una gran dimensión de la nueva ciencia que Patanjali y el Bhagavad Gita nos han dado.

Cuando comencéis a practicar el *pranayama* en su verdadero sentido, la respiración restablecerá su propio ritmo y música anteriores. Es decir, la regularidad de la respiración y la regularidad de los latidos del corazón se restablecerán y el proceso del *pranayama* debería ser así de acuerdo a ellos. Con el fin de equilibrar las pulsaciones de vuestra respiración, es inútil intentarlo con la nariz y el pecho porque la regularidad o la irregularidad de los pulmones y del corazón depende de la regularidad o la irregularidad del trabajo de vuestra mente consciente.

Ahora comenzad a hacer que el trabajo de la mente consciente sea regular. Es decir, fijar ciertos horarios en el día y tratar de hacer lo mismo en la misma hora y minuto. Cada día tratad de hacerlo así. Seleccionad vuestros propios tiempos de acuerdo a vuestra propia rutina y a vuestra propia profesión. En primer lugar, comprended vuestros deberes en casa y vuestros deberes en la oficina. Haced una programación, fijad vuestros horarios y a partir del día siguiente en adelante intentad seguir el programa. Tratando de hacer lo mismo en la misma hora y en el mismo minuto sin tener ninguna tensión por el esfuerzo en absoluto; gradualmente se producirá un cambio en vosotros. Las vibraciones de vuestra actividad mental se regularán. Los diversos polígonos desagradables de vuestras vibraciones mentales se convertirán en polígonos regulares. Las imágenes desagradables de los polígonos irregulares de vuestra actividad mental se volverán regulares y gradualmente tendréis una actividad mental regulada y comenzarán a responder en términos de vuestra mayor conciencia. La respiración se normalizará día a día y los latidos del corazón comenzarán a normalizarse. A continuación sólo se espera que comencéis la práctica del *pranayama*.

Antes de practicar la regularidad en la rutina diaria, si comenzáis a practicar el *pranayama*, no será más que auto-asfixia y auto-sofocación. Comprenderéis que la música en vuestra respiración se restablece gradualmente. En esta etapa se inicia el *pranayama*, el cuarto punto de la práctica de yoga.

Sentaos en una posición cómoda, cerrad los ojos y relajad cada músculo y cada nervio de vuestro cuerpo. Viajad mentalmente a través de cada parte de vuestro cuerpo relajando cada músculo y cada nervio. Cuando hayáis completado esto de la cabeza a los pies de una manera lenta y pausada, entonces cerrad los ojos. Comenzad a observar los movimientos de vuestra respiración. Comenzad a observar dentro de vosotros cómo los músculos y los nervios están haciendo sus movimientos dentro de vuestro pecho. Cómo se mueven los músculos



abdominales, cómo se mueve la caja respiratoria. Comenzad a observar en cada momento que está sucediendo. Haced esto durante 15 minutos todos los días.

Tratad de comprender cómo la respiración está restableciendo su propio equilibrio. Descubriréis que vuestra mente está comprometida con vuestra respiración. Cada día después de vuestra práctica, comprenderéis que estáis viviendo 15 minutos al día en ausencia de vuestra mente consciente, estando vosotros mismos presentes. Cuando vuestra mente consciente está ocupada con vuestra respiración, estáis viviendo libremente sin vuestra mente consciente. Cuando vais a casa de un amigo que tiene un perro horrible en su casa y cuando el perro no os permite acercaros a su puerta. Habéis intentado entrar en esa casa durante toda vuestra vida, pero el perro nunca os ha permitido entrar en ella. Luego, cuando el amigo viene de dentro de la casa, os sonríe y llama al perro para que se vaya. El perro debe estar comprometido con el dueño. Entonces tenéis plena libertad para entrar en la casa, porque el horrible perro ha sido llamado de vuelta por su dueño.

De esta manera os encontraréis por primera vez libres de vuestra mente consciente. Comenzaréis a saber lo que sois. *Por primera vez podréis comenzar a saber que sois el supra-consciente.* Comenzad a practicar esto durante 15 minutos y después de dos o tres meses, os encontraréis en condiciones de realizar la siguiente práctica. Es decir, repetid todo el experimento y luego, después de los primeros 15 minutos de la práctica, es decir, observando vuestra propia respiración, luego comenzad a respirar lenta, suave y profundamente, inhalando todo lo que podáis, tan profundamente como podáis, sin la menor incomodidad para vuestros pulmones.

Algunas personas, cuando se les pide que respiren profundamente en *pranayama*, lo harán tan profundamente que tendrán que toser. Pero entended que solo lo tenéis que adoptar si os sentís cómodos. Hay algunas personas que hacen la respiración y la bloquean así. Si lo bloqueáis aquí, es lo peor y se puede decir que es la peor experiencia. No lo bloqueéis; dejadlo ahí después de hacer la respiración profunda. Luego, cuando lo sintáis, comenzad a exhalar lenta, suave y profundamente. Una vez más, de la misma manera en que tenéis que inhalar, se espera que exhaléis también. En el medio no se espera que bloqueéis la respiración en nombre del *kumbhaka*. Después de algún tiempo llegaréis a una etapa tal que la respiración no es necesaria durante un tiempo. Esto es lo que se llama *kumbhaka*, y no el bloqueo de la respiración.

La necesidad de la respiración se detiene por un momento y será una experiencia de gran éxtasis y alegría y eso es lo que los científicos del yoga llaman exactamente *kumbhaka*. Se llama el equilibrio de la respiración y se le llama



samana vayu en el Bhagavad Gita y si practicáis esto diariamente sólo durante 15 minutos entonces sabréis que la mente se está acercando mas y mas a la respiración porque la mente está ocupada en observar los movimientos de la respiración. Entonces finalmente, la mente desaparece en la respiración de la misma manera que vuestra mente desapareció cuando estabais viendo televisión. Esto es lo que se llama meditación. Vosotros existiréis pero vuestra mente consciente ya nunca existirá. Toda la actividad de vuestra vida existirá, pero ya nunca será mental, sino que será solo sólo supra-mental. Esto es lo que llamamos meditación según los científicos del yoga.

En otra charla, trataré de explicarles una vez más, el propósito de esta meditación y su aplicación consciente. Pero mientras tanto, si empezáis a practicar este proceso, experimentaréis por vosotros mismos lo que es la meditación y sabréis para qué propósito sirve y seréis capaces de hacer una aplicación adecuada de ella, porque cuando estéis despiertos en el mundo supra-mental, no tenéis nada que aprender del mundo objetivo. Es sólo una cuestión de verificación que se obtiene de los grandes Maestros y de los hermanos mayores y de los libros científicos y las escrituras sagradas. No hay ninguna duda de que nunca dejaréis de leer grandes libros o de ir y asistir a los discursos de los grandes Maestros. Pero es sólo una cuestión de verificación lo que se recibe a través de ellos. Pero las instrucciones que vosotros necesitáis las recibiréis desde dentro regularmente.

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre hacer y no hacer?

Respuesta: La diferencia es que cuando no practicamos la meditación estaremos cumpliendo con nuestro deber. Cuando se practica la meditación, nunca cumplimos con nuestro deber, sino que nuestro deber será cumplido por nosotros.

En el primer caso hay esfuerzo y tensión. En el segundo caso, ya que no hacemos nada en absoluto, ya que sólo nuestro cuerpo y nuestra mente lo hacen todo. No hay esfuerzo ni tensión porque no haremos nada en absoluto aunque todo está siendo hecho a través nuestro. Comparad la conducción de un automóvil de un conductor principiante con la de un conductor experimentado. Un principiante siempre está conduciendo a cada momento, a cada minuto y a cada segundo. Sus piernas están conduciendo, sus manos están conduciendo, sus ojos están conduciendo y cada parte de su cuerpo está conduciendo. Pero, si vosotros os sentáis en su coche, nunca podréis disfrutar de su conducción. Será muy brusco y tendréis que tomar algunas medicinas por la noche para los dolores que tendréis y mientras él conduce deberíais sentaros en el asiento de al lado y preguntarle: "¿Este camino lleva a las montañas? Nunca se volverá hacia vosotros. Él os dirá: "Cállate, no hables".



Pero un conductor experimentado que tiene un manejo exitoso sin ningún tipo de accidente durante 30 años; si os sentáis a su lado podéis preguntar lo que es la meditación. Él os explicará claramente lo que es la meditación mas fácil y más claramente de lo que yo os he explicado a vosotros ahora porque él no está conduciendo en absoluto. Sus manos están conduciendo. Él no está conduciendo. Sus piernas están conduciendo. Él no está conduciendo. Sus ojos están conduciendo. Él no está conduciendo. Su mente está conduciendo. Su intelecto está conduciendo. Él no está conduciendo. Su precaución está conduciendo. Él no está conduciendo. Así que él no está haciendo nada en absoluto. En el Bhagavad Gita se le describe así: *"Udaseena vadaseenam asaktham teshu karmasu"*.

Eso significa, sentarse en una silla, no hacer nada, miraros mientras todos vosotros estáis haciendo algo; vosotros estaréis así mientras meditáis. Mientras estáis en meditación, todas las cosas medio hechas y algo hechas en esta etapa de vuestra experiencia serán hechas completamente y con perfección después de que alcancéis la meditación. El trabajo de un día será hecho dentro de una hora por vosotros porque vosotros no estaréis haciendo nada en absoluto. Esto es, por lo tanto, no hay ningún problema en vuestra rutina diaria cuando practicáis la meditación. No hay nadie que pueda decir que no pueda alcanzar la meditación. Incluso el loco (demente), si sabéis cómo atraerlo gradualmente, será capaz de comenzar a meditar y alcanzar al menos cierto grado de perfección. Pero un ser humano con una salud física y mental promedio y un nacimiento normal es seguro que alcanzará la perfección en la meditación.

Pregunta: ¿Puede explicarnos algo sobre la dieta y la rutina?

Respuesta: La dieta y los detalles de la ingesta de alimentos y hábitos alimenticios, es un tema en sí mismo. Pero en términos generales debemos evitar todas las comidas abundantes que llamamos los platos de las cenas. Reducid los alimentos cocidos tanto como sea posible. Tomad mas y mas vegetales verdes, frutas jugosas, frutas que tienen jugo, utilizad regularmente el trigo y la miel y se deben consumir muchos de los cereales remojados en agua mantenidos durante un día. Mucho más líquido del que tomamos normalmente, especialmente agua pura, más que cualquier otra cosa debería ser la dieta de una persona que quiere alcanzar la perfección en la meditación. Este tipo de comida no es obligatoria, pero si queremos dominar la meditación, se hace obligatoria. Se debe de detener el consumo de todos los alimentos ricos. Por ejemplo, también debe detenerse la ingesta de mantequilla y de queso. Por lo tanto, se espera que se pare de comer carne. De acuerdo a las antiguas autoridades, se pueden tomar leche, yogur, suero de mantequilla y suero de leche desnatado.



Mientras haya impurezas en la materia etérica y astral, mientras haya alguna influencia tóxica en los vehículos más sutiles, nos dormiremos cuando meditamos sobre la respiración. Pero cuando continuamos con el mismo proceso, los vehículos mas sutiles se liberan de sus condiciones tóxicas y entonces no experimentaremos más el sueño y pasaremos a la etapa supra-consciente tan pronto como se elimine completamente la condición tóxica. Lo único es que no debemos desesperarnos y detener el proceso. (EKKIRALA KRISHNAMACHARYA – Mensajes- The Science of Meditation, 59-85).