

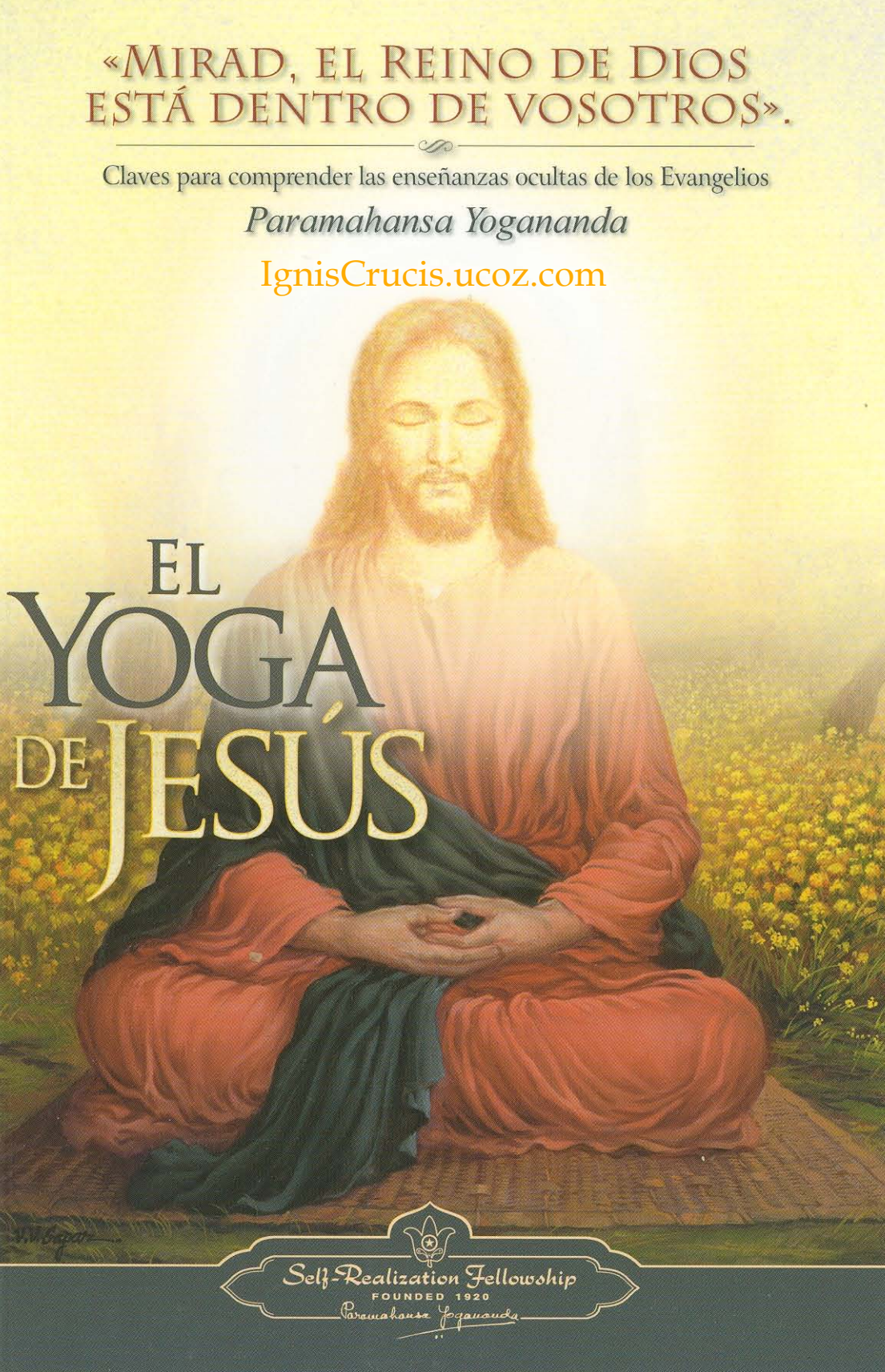
«MIRAD, EL REINO DE DIOS  
ESTÁ DENTRO DE VOSOTROS».



Claves para comprender las enseñanzas ocultas de los Evangelios

*Paramahansa Yogananda*

[IgnisCrucis.ucoz.com](http://IgnisCrucis.ucoz.com)



EL  
YOGA  
DE JESÚS



Self-Realization Fellowship

FOUNDED 1920

*Paramahansa Yogananda*

## Reseñas elogiosas del comentario completo que escribió Paramahansa Yogananda sobre las enseñanzas de Jesús...

*The Second Coming of Christ:  
The Resurrection of the Christ Within You*

[La Segunda Venida de Cristo:

La resurrección del Cristo que mora en tu interior]

(publicado en inglés por Self-Realization Fellowship en 2004)

«Aporta ideas sorprendentes sobre el significado profundo de las enseñanzas de Jesús y su unidad esencial con el yoga (uno de los más antiguos y sistemáticos senderos religiosos para alcanzar la unidad con Dios). [...] Ha recibido el elogio de especialistas en religiones comparadas, que la consideran una obra pionera». —*Los Angeles Times*

«Una obra maestra de revelación espiritual. [...] A medida que Yogananda va ahondando en la vida y el entorno de Jesús, resulta evidente que los Evangelios contienen un mensaje esotérico de alcance universal que ha estado esperando una explicación completa y sistemática desde la época de los apóstoles. En el comentario de Paramahansa Yogananda, aquello que había permanecido velado, oscuro y sesgado queda clara y totalmente expuesto». —*Yoga International*

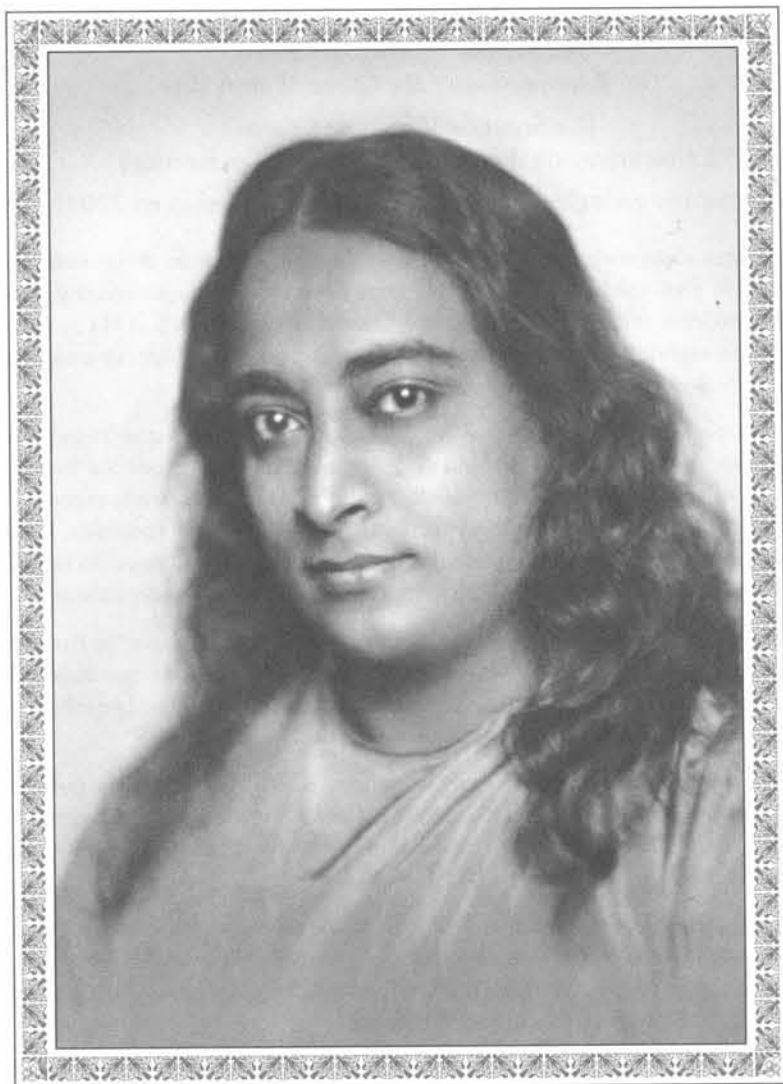
«La publicación de *The Second Coming of Christ*, cuyo autor es Paramahansa Yogananda, tiene todas las características de una ofrenda que habrá de marcar una época. [...] He aquí una majestuosa exposición de universalidad y profundidad: una obra extraordinaria». —*Dayton Daily News*

«En un mundo plagado de odio, violencia, furia y oscuridad, la publicación de la obra de Paramahansa Yogananda *The Second Coming of Christ: The Resurrection of the Christ Within You* está en sincronía con las necesidades del momento actual». —*India Post*

«Yogananda deja al descubierto el enfoque dogmático y las contiendas que se han acumulado en torno a las enseñanzas de Jesús y afirma que cada persona, sea cual sea su fe religiosa, puede establecer con la Divinidad una relación semejante a la que tenía Jesús». —*Sacred Pathways*

«Paramahansa Yogananda demuestra la verdad universal de la realización del Ser, que se halla oculta en los Evangelios, la cual concierne a todos los seres humanos y puede ayudar a unificar todas las religiones en una conciencia más elevada y sin límites sectarios. Este libro es capaz de transformar a la humanidad hoy mismo, en estos tiempos de crisis global, si sus enseñanzas se estudian y practican sinceramente». —Dr. David Frawley, director del American Institute of Vedic Studies

«Este revelador comentario [...] late con la misma entrañable sabiduría y apacible belleza que asociamos con *Autobiografía de un yogui*. Si por alguna razón has perdido el contacto con el mensaje de Jesús, Yogananda es el compañero ideal para reavivar en ti su significado y majestuosidad». —*Adyar Booknews* (Australia)



Paramahansa Yogananda (1893-1952)

# EL YOGA DE JESÚS

Claves para comprender  
las enseñanzas ocultas  
de los Evangelios

Selecciones provenientes de los escritos de  
Paramahansa Yogananda



*«Mirad, el Reino de Dios está dentro de vosotros».*



Self-Realization Fellowship

FOUNDED 1920

Paramahansa Yogananda

..



Título de la obra original en inglés publicada por  
*Self-Realization Fellowship*, Los Ángeles (California):

*The Yoga of Jesus*

ISBN 978-0-87612-556-4

Traducción al español: *Self-Realization Fellowship*

Copyright © 2009 *Self-Realization Fellowship*

Todos los derechos reservados. A excepción de breves citas en reseñas bibliográficas, ninguna porción de la edición en español de «El Yoga de Jesús» (*The Yoga of Jesus*) puede ser reproducida, almacenada, transmitida o difundida en forma alguna, ya sea por medios electrónicos, mecánicos o de cualquier otro tipo conocido en la actualidad o utilizado en el futuro —lo cual incluye fotocopias, grabaciones, sistemas de almacenamiento y recuperación de datos— sin el previo permiso escrito de *Self-Realization Fellowship*, 3880 San Rafael Avenue, Los Angeles, California 90065-3219, EE.UU.

Los textos bíblicos han sido tomados de la edición española de la BIBLIA DE JERUSALÉN editada por Desclée De Brouwer S.A., Bilbao (España) —salvo la cita de la portada y otras pocas señaladas a lo largo de la obra (véase la nota de la página XIV).



Esta edición ha sido autorizada  
por el Consejo de Publicaciones Internacionales  
de *Self-Realization Fellowship*

*Self-Realization Fellowship* fue fundada en 1920 por Paramahansa Yogananda, como el órgano difusor de sus enseñanzas en el mundo entero. En todos los libros, grabaciones y demás publicaciones de SRF aparecen el nombre y el emblema de *Self-Realization Fellowship* (tal como se muestran en esta página), los cuales garantizan a las personas interesadas que una determinada obra procede de la sociedad establecida por Paramahansa Yogananda y refleja fielmente sus enseñanzas.

Primera edición en español de la editorial  
*Self-Realization Fellowship*: 2009

Segunda impresión en rústica: 2010

ISBN-13: 978-0-87612-024-8

ISBN-10: 0-87612-024-9

Impreso en Estados Unidos de América  
1735-J1471

# Índice

Prefacio . . . . . VII

## PARTE I: Jesús el Cristo: avatar y yogui

1. Jesús el avatar . . . . . 3  
*La manifestación de Dios en las encarnaciones divinas*  
• *La Conciencia Crística universal* • *El verdadero significado de «La Segunda Venida»*
2. Jesús y el yoga . . . . . 12  
*Los años que Jesús pasó en la India* • *Las enseñanzas perdidas de los Evangelios* • *El yoga: la ciencia universal de la religión*
3. Las enseñanzas internas de Jesús el yogui . . . . . 23  
*Cómo llegan las almas al estado de Conciencia Crística*  
• *La importancia del Confortador o Espíritu Santo* • *El yoga y el libro del Apocalipsis* • *El verdadero bautismo en el Espíritu*

## PARTE II: ¿«Un solo camino» o un camino universal?

4. El «segundo nacimiento»: el despertar de la facultad intuitiva del alma . . . . . 47  
*Las enseñanzas de Jesús acerca de «nacer de nuevo»* • *Cómo expresar las divinas potencialidades del alma* • *El progreso de la conciencia material a la conciencia espiritual*
5. Cómo «elevar al Hijo del hombre» al estado de Conciencia Divina . . . . . 59  
*Los planos celestiales de la creación de Dios* • *La ciencia esotérica de kundalini o «fuerza serpentina» que se encuentra en la espina dorsal*

6. El verdadero significado de «creer en su nombre»  
y de la salvación . . . . . 69  
*¿Es Jesús el único salvador? • Dogma e incompreensión  
en el «eclesianismo» institucional • La creencia ciega en  
contraposición a la realización personal de la verdad*

### PARTE III: El yoga del amor divino que enseñó Jesús

7. Las Bienaventuranzas . . . . . 83  
*Cómo la vida del hombre queda bendecida y colmada  
con la bienaventuranza celestial*
8. El amor divino: la meta suprema de la religión y de la vida . . 102  
*Los dos mandamientos supremos: Amar a Dios primero,  
y servir a la Divina Presencia que mora en todos*
9. El reino de Dios que está dentro de vosotros . . . . . 113  
*El núcleo del mensaje de Jesús: el bienaventurado reino  
del Padre Celestial y el método para alcanzarlo*
- Reseña del autor . . . . . 127
- Glosario . . . . . 139
- Índice alfabético . . . . . 155

## Prefacio

- *¿Enseñó Jesús la ciencia de la meditación —a semejanza de los antiguos sabios y maestros de Oriente—, considerándola como el camino para entrar en el «Reino de los Cielos»?*
- *¿Existieron acaso «enseñanzas ocultas» que les fueron transmitidas a los discípulos más cercanos y se perdieron o eliminaron con el paso de los siglos?*
- *¿Enseñó realmente Jesús que quienes no sean cristianos se hallan excluidos del reino de Dios? ¿Puede la lectura literal de los Evangelios aportarnos en verdad, de manera profunda, el trascendental mensaje de Jesús para la humanidad?*

Con reverente entendimiento y una claridad sin precedentes, Paramahansa Yogananda responde a estos y muchos otros interrogantes en su libro *The Second Coming of Christ: The Resurrection of the Christ Within You*<sup>1</sup> [La Segunda Venida de Cristo: La resurrección del Cristo que mora en tu interior]. Y las conclusiones del autor concuerdan de forma extraordinaria con las continuas investigaciones de los estudiosos contemporáneos en materia de religión acerca del profundo contenido esotérico y vivencial del cristianismo de los primeros tiempos, tal como se demuestra en los «evangelios gnósticos» y otros manuscritos recientemente descubiertos que se hallaban perdidos desde los siglos II y III de nuestra era.

Paramahansa Yogananda es reconocido como «el padre del yoga en Occidente» y considerado una de las figuras espirituales más destacadas de nuestro tiempo. *The Second Coming of Christ* —su monumental obra acerca de «las enseñanzas originales de Jesús»— se publicó en 2004 en dos grandes volúmenes que suman más de 1.700 páginas. Llevando al lector, versículo por versículo, a través de los cuatro Evangelios, los 75

<sup>1</sup> De próxima publicación en español.



discursos que componen la obra aportan profundas disertaciones sobre el verdadero significado del mensaje de Jesús, mostrando que sus palabras sólo se pueden comprender plenamente si se examinan a la luz de su propósito original: ofrecer un sendero hacia la experiencia directa y personal del «Reino de Dios dentro de vosotros».

Al informar acerca de la publicación de este libro pionero, el diario *Los Angeles Times*, en su edición del 11 de diciembre de 2004, comenta lo siguiente: «*The Second Coming of Christ: The Resurrection of the Christ Within You* aporta ideas sorprendentes sobre el significado profundo de las enseñanzas de Jesús y su unidad esencial con el yoga (uno de los más antiguos y sistemáticos senderos religiosos para alcanzar la unidad con Dios). [...] El libro busca recuperar lo que Yogananda consideraba enseñanzas de enorme importancia que se hallaban perdidas para el cristianismo institucional. Entre ellas, el concepto de que todo buscador puede conocer a Dios, no por mera creencia sino a través de la experiencia directa, mediante las técnicas de meditación del yoga».

Otra reseña, publicada en la revista *Sacred Pathways* en diciembre de 2004, señaló: «Yogananda deja al descubierto el enfoque dogmático y las contiendas que se han acumulado en torno a las enseñanzas de Jesús y afirma que cada persona, sea cual sea su fe religiosa, puede establecer con la Divinidad una relación semejante a la que tenía Jesús. [...] Describe los métodos para comulgar con Dios que Jesús impartió a sus discípulos directos, pero que fueron quedando en el olvido a lo largo de los siglos, y explica temas tales como el Espíritu Santo, el bautismo, la meditación, el perdón de los pecados, la reencarnación, el cielo y el infierno, y la resurrección. Al esclarecer estos conceptos, revela la unidad fundamental que existe entre las enseñanzas esotéricas y morales de Jesús y la antigua ciencia del yoga, de la meditación y la unión con Dios, originaria de la India».

La obra también recibió elogios de especialistas en el campo de la religión, la historia y la salud. «Se trata de uno de esos libros singulares que llenan vacíos y pueden en verdad transformar el modo en que vemos a una figura que creíamos conocer perfectamente», escribió el Dr. Robert Ellwood, profesor emérito de Religión en la Universidad del Sur de California.

«*The Second Coming of Christ*, de Paramahansa Yogananda, es uno de los más importantes análisis que existen acerca de las enseñanzas de Jesús —señaló el Dr. Larry Dossey, renombrado escritor e investigador en el campo de la Medicina Holística—. Muchas de las interpretaciones de las palabras de Jesús dividen a los pueblos, culturas y naciones; éstas, en cambio, promueven la unidad y la curación, y por ello son vitales para el mundo en la actualidad».

La reseña publicada en la revista *Yoga International*, en su número de marzo de 2005, comienza con estas palabras: «El yoga se universalizó en el siglo XX, y ahora todo parece indicar que el abismo que existía entre las enseñanzas cristianas y la antigua ciencia espiritual de la India quedará finalmente superado en el presente siglo XXI. La nueva obra de Paramahansa Yogananda, *The Second Coming of Christ*, nos ofrece esa promesa, argumentando que tal división ha sido siempre superficial. Las implicaciones de todo esto para los practicantes del yoga en Occidente —y la sociedad en su conjunto— son enormes».

El presente libro tiene por objeto ofrecer una mirada introductoria a la reveladora explicación de Paramahansa Yogananda acerca del yoga oculto en los Evangelios, tema que el autor desarrolla con mucho más detalle en *The Second Coming of Christ*.

### ¿Qué es el yoga realmente?

La mayoría de las personas suelen buscar la satisfacción de sus anhelos fuera de sí mismas. El mundo en que vivimos nos ha condicionado a creer que los logros exteriores pueden brindarnos lo que en realidad deseamos. No obstante, la experiencia nos demuestra, una y otra vez, que nada exterior es capaz de satisfacer por completo ese profundo anhelo de «algo más».

Sin embargo, generalmente vivimos esforzándonos para lograr aquello que siempre parece estar casi a punto de alcanzarse. De ahí que nos sumerjamos en el «hacer» en lugar del «ser», en la *acción* en lugar de la *percepción interior*. Nos resulta difícil imaginar un estado de calma y reposo absolutos en el que los pensamientos y las sensaciones cesen el continuo movimiento de su danza. Y sin embargo, sólo en esa quietud se

puede adquirir un estado de gozo y comprensión imposible de obtener de otra manera.

La Biblia declara: «*Aquietaos y sabed que Yo soy Dios*»\*. Esta breve afirmación encierra la clave de la ciencia del yoga. Esta antigua ciencia espiritual ofrece un medio directo para calmar la turbulencia natural de los pensamientos y la inquietud corporal que nos impiden conocer nuestra verdadera esencia.

Por lo general, la conciencia y la energía se dirigen hacia el exterior, hacia las cosas del mundo que percibimos mediante los limitados instrumentos de los cinco sentidos. Puesto que la razón humana depende de la información parcial —y con frecuencia engañosa— que le suministran los sentidos, debemos aprender a conectarnos con niveles más profundos y sutiles de conciencia, si hemos de descifrar los enigmas de la vida, a saber: *¿Quién soy yo? ¿Por qué estoy aquí? ¿Cómo puedo conocer la Verdad?*

El yoga es un proceso simple consistente en invertir el flujo de la energía y la conciencia —que de ordinario se encauza hacia el exterior—, lo cual permite a la mente convertirse en un centro dinámico de percepción capaz de aprehender la Verdad por experiencia directa, sin depender de los falibles sentidos.

Mediante la práctica de los métodos específicos del yoga —y sin necesidad de aceptar nada sobre la base de una fe ciega o de una reacción puramente emocional— llegamos a conocer nuestra identidad con la Inteligencia Infinita, el Poder y el Gozo que dan vida a todo lo existente y constituyen la esencia misma de nuestro Ser<sup>2</sup>.

Muchas técnicas superiores del yoga apenas fueron comprendidas o practicadas en siglos pasados, debido a que la humanidad poseía un conocimiento limitado de las fuerzas que gobiernan el universo. La investigación científica actual, sin embargo, está modificando con rapidez nuestra concepción del mundo y de nosotros mismos. El descubrimiento de que la materia y la energía son básicamente lo mismo ha hecho desaparecer el tradicional concepto materialista de la vida, ante la evidencia

<sup>2</sup> En el término «Ser», la mayúscula se utiliza para denotar el alma —que es la verdadera identidad del hombre— a fin de distinguirla del ego o pseudo alma —que es, en contraposición, el ser inferior con el cual el hombre se identifica temporalmente al ignorar su verdadera naturaleza.

de que toda sustancia puede reducirse a un patrón o forma de energía que interacciona y se interconecta con otras formas. Algunos de los físicos más prestigiosos del presente van aún más allá y establecen que la base fundamental de todo ser es la *conciencia*. La ciencia moderna confirma así los antiguos principios del yoga que proclaman la unidad esencial de todo el universo.

El propio término *yoga* significa «unión»: la unión de la conciencia individual o alma con la Conciencia Universal o Espíritu. Aun cuando muchas personas creen que el yoga consiste únicamente en ejercicios físicos (las asanas o posturas que han ganado tanta popularidad en décadas recientes), en realidad éstos sólo representan el aspecto más superficial de esta profunda ciencia cuyo objeto es el desarrollo del infinito potencial de la mente y el alma humanas. El Yoga comprende varios senderos que conducen a esta meta, cada uno de los cuales constituye una rama especializada de dicha ciencia:

**Hatha Yoga:** es un sistema de posturas físicas, llamadas *asanas*, cuyo objetivo principal es purificar el cuerpo, facilitando así la percepción y el control de sus estados internos y preparándolo de manera adecuada para la meditación.

**Karma Yoga:** es la senda del servicio desinteresado que, sin apego a los resultados, prestamos a los demás, a quienes consideramos como parte de nuestro Ser más vasto; también implica ejecutar todas las acciones con la conciencia de que Dios es el Hacedor.

**Mantra Yoga:** es el método que consiste en centrar la conciencia en nuestro interior por medio de *japa* o la repetición de los sonidos universales de ciertas palabras raíz que representan un aspecto particular del Espíritu.

**Bhakti Yoga:** es la senda de la devoción y de la entrega total, mediante la cual nos esforzamos por amar y contemplar a Dios en todos los seres y en todas las cosas, rindiéndole así una constante adoración.

**Guiana Yoga:** es la senda de la sabiduría, que pone énfasis en el uso de la inteligencia y el discernimiento para lograr la liberación espiritual.

**Raja Yoga:** es el sendero regio o más elevado del Yoga. Combina lo



esencial de todas las demás sendas; fue sistematizado de manera formal en el siglo II a. C. por Patanjali, el sabio de la India.

El aspecto primordial del sistema de *Raja Yoga* que equilibra y unifica todos los enfoques anteriores es la práctica de métodos definidos y científicos de meditación que, desde los primeros esfuerzos, nos capacitan para percibir vislumbres de la meta final: la unión consciente con la bienaventuranza infinita del Espíritu.

El procedimiento más rápido y eficaz para alcanzar la meta del yoga consiste en el uso de métodos de meditación que actúan directamente sobre la energía y la conciencia. Este enfoque directo es lo que caracteriza al *Kriya Yoga*<sup>3</sup>, la forma especial de meditación de *Raja Yoga* que enseñó Paramahansa Yogananda.

La más amada de las escrituras de la India —el *Bhagavad Guita*— es un profundo tratado acerca de la unión con Dios y, al mismo tiempo, una receta imperecedera cuya finalidad es alcanzar el éxito equilibrado y la felicidad en la vida cotidiana. El hecho de que Jesús conoció y enseñó esta misma ciencia universal para comulgar con el Ser Supremo, así como idénticos preceptos destinados a la vida espiritual, es lo que Paramahansa Yogananda ha venido a revelar al mundo en general a través de las páginas de este libro<sup>4</sup>.

Una obra breve como la presente puede sólo proporcionar una mirada introductoria acerca de la profunda e inspiradora unidad existente entre las enseñanzas de Jesús el Cristo y aquellas del yoga. Quienes a

<sup>3</sup> «El *Kriya* es una ciencia antigua —escribió Paramahansa Yogananda en *Autobiografía de un yogui*—. Lahiri Mahasaya la recibió de su grandioso gurú, Babaji, quien la redescubrió y clarificó, luego de que se perdiera en la Edad Antigua. Babaji bautizó nuevamente esta técnica con el simple nombre de *Kriya Yoga*.

»Babaji le dijo a Lahiri Mahasaya:

»—El *Kriya Yoga* que estoy ofreciendo al mundo por conducto tuyo, en este siglo diecinueve, es una resurrección de la misma ciencia que Krishna dio a Arjuna hace miles de años, la cual fue conocida posteriormente por Patanjali, Cristo, San Juan, San Pablo y otros discípulos».

<sup>4</sup> Con la edición en inglés del presente volumen se ha publicado simultáneamente otro pequeño libro cuyo tema se halla relacionado con éste —*The Yoga of the Bhagavad Gita: An Introduction to India's Universal Science of God-Realization* [El Yoga del Bhagavad Guita: Una introducción a «la ciencia universal de la unión con Dios» originaria de la India]—. Se trata de extractos de las enseñanzas completas sobre el *Guita* que fueron presentadas en el elogiado comentario de Paramahansa Yogananda, *God Talks With Arjuna: The Bhagavad Gita* [Dios habla con Arjuna: El Bhagavad Guita], el cual se ha publicado en dos tomos.

partir de estos textos seleccionados se sientan motivados a continuar estudiando el tema hallarán abundantes detalles y enseñanzas prácticas para la vida cotidiana en los dos volúmenes de *The Second Coming of Christ*. Tal como lo expresa Paramahansa Yogananda en la introducción a dicha obra:

«En estas páginas, ofrezco al mundo una interpretación espiritual, percibida a través de la intuición, de las palabras de Jesús; estas verdades las he recibido mediante la comunión real con la Conciencia Crística. Si se estudian a conciencia y se medita sobre ellas con la percepción intuitiva del alma despierta, se comprobará que son universalmente ciertas y que muestran la perfecta unidad existente entre las revelaciones de la Biblia cristiana, el *Bhagavad Guita* de la India y todas las demás escrituras auténticas que han desafiado el paso del tiempo.

»Los salvadores del mundo no vienen con el propósito de fomentar divisiones doctrinales hostiles. Sus enseñanzas no deben ser utilizadas para tal fin. Incluso referirse al Nuevo Testamento como la Biblia “cristiana” es, en cierto modo, impropio, dado que no se trata del patrimonio exclusivo de ninguna confesión religiosa en particular. La Verdad se halla destinada a beneficiar y elevar a la raza humana en su conjunto. Así como la Conciencia Crística es universal, así también Jesucristo pertenece a todos».

*Self-Realization Fellowship*

**Nota del editor:**

La Biblia de referencia utilizada —con el permiso correspondiente de su editor— a lo largo de toda esta obra es la edición en español de la *Biblia de Jerusalén* (Ed. Desclée De Brouwer, Bilbao), excepto en el caso de unos pocos versículos (*Sal* 46:11; *Mt* 6:22; *Lc* 11:34; 17:20-21; *Jn* 3:13, 17-19) cuya transcripción responde al texto de la *King James Bible* —la versión inglesa de la Biblia preferida por Paramahansa Yogananda—, cuando se ha considerado que el contenido literal de la citada Biblia en inglés era el más pertinente en el contexto de las enseñanzas de Paramahansa Yogananda. A fin de evitar cualquier confusión sobre la autoría de tales versiones en español de la *King James Bible*, éstas siempre se señalizan con un asterisco volado (\*).

En medio de unas pocas citas bíblicas, se pueden encontrar incisos entre corchetes: éstos siempre indican la traducción al español de alguna palabra o expresión homóloga contenida en la *King James Bible*, o bien una aclaración complementaria, y el editor los ha incluido con el fin de facilitar la comprensión del comentario de Paramahansa Yogananda.

Para ayudar al lector que no se encuentre familiarizado con los conceptos y la terminología del yoga y de la filosofía oriental, en la parte posterior del libro se suministra un glosario del vocabulario utilizado. En éste, podrá hallar fácilmente definiciones de la mayoría de los términos que son importantes para comprender la exposición de Paramahansa Yogananda acerca de las enseñanzas de Jesús; por ejemplo, «Conciencia Crística», «Espíritu Santo», «*Om*», «mundo astral» y «mundo causal», así como los diversos términos del yoga referidos a la experiencia de la meditación y de la realización de Dios.



PARTE I



JESÚS EL CRISTO:  
AVATAR Y YOGUI







—¿Cree usted en la divinidad de Cristo?  
—preguntó un visitante.

—Ciertamente —respondió Paramahansa Yogananda—. Me agrada hablar de él, porque era un hombre de perfecta realización espiritual. Sin embargo, no fue el único hijo de Dios ni tampoco afirmó serlo. En lugar de ello, Jesucristo enseñó claramente que quienes cumplen la voluntad de Dios llegan a ser uno con el Señor, tal como lo fuera él mismo.

»¿No fue acaso la misión de Jesús en la tierra recordarles a los seres humanos que el Señor es su Padre Celestial y mostrarles el camino de regreso hacia Él?

Máximas de Paramahansa Yogananda



## CAPÍTULO 1

# Jesús el avatar

### La manifestación de Dios en las encarnaciones divinas

El desafío de enfrentar una vida llena de misterios irresueltos e irresolubles en un universo enigmático sería abrumador para los simples mortales, si no fuera por los emisarios divinos que vienen a la tierra para hablar con la voz y autoridad de Dios a fin de guiar al ser humano.

Hace milenios, en eras pretéritas más elevadas de la India, los *rishis* describieron la manifestación de la Benevolencia Divina, de «Dios con nosotros», en forma de encarnaciones divinas o avatares: seres iluminados a través de los cuales Dios se encarna sobre la tierra. [...]

Muchas son las voces que han mediado entre Dios y el hombre; se trata de los *khanda avatares* o encarnaciones parciales de Dios en almas que poseen conocimiento divino. Son menos frecuentes, en cambio, los *purna avatares* o seres liberados que están completamente unidos a Dios y cuyo regreso a la tierra tiene por objeto el cumplimiento de una misión encomendada por mandato divino.

En el *Bhagavad Guita* —la sagrada Biblia de los hindúes—, el Señor declara:

*«Cuando quiera que la virtud declina y el vicio prevalece,  
Yo me encarno como un avatar. Era tras era, aparezco en  
forma visible para proteger al justo y destruir la maldad, a fin  
de restablecer la virtud».*

La misma y única conciencia gloriosa e infinita de Dios —la Conciencia Crística Universal o *Kutastha Chaitanya*— adquiere una apariencia familiar al ataviarse con la individualidad de un alma iluminada, provista de una personalidad singular y una naturaleza espiritual adecuadas para la época y el propósito de esa encarnación.

Si no fuese por esta intercesión del amor de Dios que se manifiesta en la tierra a través del ejemplo, el mensaje y la mano rectora de sus avatares, sería prácticamente imposible que la desorientada humanidad hallara el sendero hacia el reino de Dios en medio del tenebroso miasma de la ilusión mundana —la sustancia cósmica en la que habita el hombre—. Con el fin de evitar que sus hijos sumidos en la oscuridad de la ignorancia permanezcan por siempre perdidos en los engañosos laberintos de la creación, el Señor acude una y otra vez, bajo la forma de los profetas iluminados, para alumbrar el camino. [...]

Jesús fue precedido por Gautama Buda, «el Iluminado», cuya encarnación le recordó a una generación desmemoriada el *Dharma Chakra*, la rueda del karma, cuyo constante giro implica que las acciones puestas en marcha por el ser humano, así como sus correspondientes efectos, determinan que cada hombre —y no un Dictador Cósmico— sea el responsable de su propio estado actual. Buda devolvió el espíritu compasivo a la árida teología y a los rituales mecánicos en que había caído la antigua religión védica tras el final de una era más elevada en la cual Bhagavan Krishna, el más amado de los avatares de la India, predicó el sendero del amor divino y de la realización de Dios mediante la práctica de la suprema ciencia espiritual del yoga, la unión con Dios.



La intercesión divina, cuyo fin es mitigar los efectos de la ley cósmica de causa y efecto [el karma] por la cual el ser humano sufre a consecuencia de sus errores, estaba presente en el corazón mismo de la misión de amor que Jesús hubo de cumplir en la tierra. [...]

Jesús vino a mostrar la misericordia y la compasión de Dios, cuyo amor es un refugio que nos protege, incluso, del rigor de la ley.



El Buen Pastor de almas abrió sus brazos para recibir a todos, sin excluir a nadie, y mediante la atracción del amor universal impulsó al mundo a seguirle en el sendero hacia la liberación, a través del ejemplo de su espíritu de sacrificio, renunciamiento, capacidad de perdón, amor por igual para amigos y enemigos y, sobre todas las cosas, amor supremo por Dios.

Ya fuera como el pequeño bebé en el pesebre de Belén, o como el salvador que sanaba a los enfermos, resucitaba a los muertos y aplicaba el bálsamo del amor sobre las heridas de los errores, el Cristo presente en Jesús vivió entre los seres humanos como uno más, para que también ellos pudieran aprender a vivir como dioses.

### La Conciencia Crística: unidad con el infinito Gozo e Inteligencia de Dios que impregna la creación entera

Para llegar a comprender la magnitud de una encarnación divina, es preciso entender el origen y la naturaleza de la conciencia que se halla encarnada en un avatar. Jesús se refirió a dicha conciencia al declarar: «Yo y el Padre somos uno» (*Juan 10:30*) y «Yo estoy en el Padre y el Padre está en mí» (*Juan 14:11*). Aquellos que unen su conciencia a Dios conocen tanto la naturaleza trascendente del Espíritu como su naturaleza inmanente: la singularidad de la siempre existente, siempre consciente y eternamente renovada Dicha del Absoluto No Creado, así como también la miríada de manifestaciones de su Ser en la infinitud de formas en las cuales Él se diversifica para dar lugar al variado panorama de la creación.



Hay una distintiva diferencia de significado entre *Jesús* y *Cristo*. Jesús fue el nombre que recibió al nacer, en tanto que «Cristo» era su título honorífico. En el pequeño cuerpo humano llamado Jesús se produjo el nacimiento de la vasta Conciencia Crística, la omnisciente Inteligencia de Dios que está presente en cada elemento y partícula de la creación.



El universo no es el simple resultado de la unión azarosa de fuerzas vibratorias y partículas subatómicas, tal como sostienen los científicos materialistas, es decir, una combinación casual de sólidos, líquidos y gases que da origen a la tierra, los océanos, la atmósfera y las plantas, todos ellos armoniosamente interrelacionados para proporcionar un hogar habitable a los seres humanos. Las fuerzas ciegas no pueden organizarse por sí solas para producir objetos inteligentemente estructurados. Así como se necesita de la inteligencia humana para verter agua en los pequeños



## *La ciencia descubre el orden inteligente*

«El avance de la ciencia ha servido para ampliar el abanico de las maravillas de la naturaleza, lo cual ha permitido que en la actualidad se haya descubierto el orden en los más recónditos recovecos del átomo y en los más vastos cúmulos de galaxias», señala el Dr. Paul Davies, renombrado escritor y profesor de Física Matemática, en su libro *Evidence of Purpose: Scientists Discover the Creator* [La evidencia de la intencionalidad: Los científicos descubren al Creador] (Continuum Publishing, Nueva York, 1994).

En *The Whispering Pond: A Personal Guide to the Emerging Vision of Science* [El estanque susurrante: Una guía personal hacia la visión emergente de la ciencia] (Element Books, Boston, 1999), el teórico de sistemas Ervin Laszlo afirma: «La ajustada sintonía del universo físico con los parámetros de la vida radica en una serie de coincidencias (si es que se las puede llamar así) [...], de tal suerte que incluso la más leve desviación con respecto a los valores establecidos significaría el fin de la vida o —para ser más preciso— crearía condiciones bajo las cuales la vida jamás podría haberse desarrollado siquiera. Si el peso del neutrón no superara al del protón en el núcleo del átomo, el lapso de vida activa del Sol y de otras estrellas se reduciría a unos pocos cientos de años. Si la carga de los protones y de los electrones no estuviese equilibrada con exactitud, todas las configuraciones de la materia serían inestables, y el universo se hallaría constituido tan sólo por radiaciones y una mezcla relativamente uniforme de gases. [...] Si la poderosa fuerza de cohesión entre las partículas del núcleo fuese apenas una fracción *más débil* de lo que es, el deuterón no existiría y una estrella como el Sol no podría brillar; y si esa fuerza resultase levemente *más intensa* de lo que es, el Sol y otras estrellas en actividad aumentarían de manera considerable su tamaño y tal vez explotarían. [...] Las magnitudes de las cuatro fuerzas universales [la gravitatoria, la electromagnética, la nuclear débil y la nuclear fuerte] poseían el valor preciso para permitir que la vida se desarrollase en el cosmos».

El profesor Davies estima que si —como algunos científicos sostienen— no existiera una inherente inteligencia rectora y la evolución cósmica estuviese gobernada sólo por la operación fortuita de leyes estrictamente mecánicas, «el tiempo requerido para alcanzar a través de simples procesos azarosos el grado de orden con que ahora contamos en el universo sería —como mínimo— de  $10^{10^{80}}$  años», un período inconcebiblemente mayor que la edad actual del universo. Citando estos cálculos, Laszlo comenta con ironía: «Una casualidad afortunada de semejante magnitud excede los límites de lo creíble. —Y concluye diciendo—: ¿Debemos, pues, aceptar la posibilidad de que el universo que contemplamos sea el resultado del plan intencional de un constructor omnipotente?». (*Nota del editor*).

compartimentos de un recipiente adecuado y, luego, congelarla con el fin de obtener cubitos de hielo, así también podemos reconocer las manifestaciones de una oculta Inteligencia Inmanente que opera en la fusión de las vibraciones para dar lugar a formas cada vez más evolucionadas en todo el universo.



¿Acaso podría haber algo más milagroso que la presencia evidente de una Inteligencia Divina en cada partícula de la creación? Podemos vislumbrar esa presencia en el modo en que un árbol enorme emerge de una diminuta semilla; en los incontables mundos que giran en el espacio infinito, sujetos a una elaborada danza cósmica mediante la regulación precisa de las fuerzas universales; en el modo en que el cuerpo humano —tan maravillosamente complejo— se desarrolla a partir de una única célula microscópica, se halla dotado de una inteligencia consciente de sí misma y se sostiene por medio de un poder invisible que lo sana y le da vitalidad. En cada átomo de este asombroso universo, Dios obra milagros constantemente y, sin embargo, los hombres de mentalidad obtusa no saben valorarlos.



Cristo es la Infinita Inteligencia de Dios que está presente en toda la creación. El Cristo Infinito es «el Hijo unigénito» de Dios Padre, el único Reflejo puro del Espíritu en el reino de lo creado. Esta Inteligencia Universal, *Kutastha Chaitanya* o Conciencia de Krishna según las escrituras hindúes, se manifestó plenamente en la encarnación de Jesús, Krishna y otros seres iluminados, y puede también manifestarse en tu propia conciencia.



Trata de imaginarlo: si toda tu vida transcurriese en esta sola habitación, sin tener ningún contacto con lo que se encuentra más allá de sus paredes y sin saber siquiera que existe alguna otra cosa, seguramente dirías que éste es todo tu mundo. Sin embargo, si alguien te condujera al mundo exterior, descubrirías que las dimensiones de tu «mundo» son, en realidad, insignificantes. Lo mismo sucede con la percepción de la Conciencia Crística. El alcance de la conciencia mortal es, en comparación,

como observar sólo la superficie que ocupa un diminuto grano de mostaza y excluir el resto del cosmos. La Conciencia Crística es Omnipresencia, es el Señor que habita en cada poro del espacio infinito y satura cada átomo<sup>1</sup>.



La conciencia de una hormiga se limita a las sensaciones que experimenta en su pequeño cuerpo. La conciencia de un elefante abarca por completo su imponente figura: si diez personas tocaran diez partes diferentes del cuerpo del voluminoso animal, éste percibiría simultáneamente las sensaciones provenientes de cada uno de esos puntos. La Conciencia Crística [...] se extiende hasta los confines de todas las regiones vibratorias.

La totalidad de la creación vibratoria es una exteriorización del Espíritu. El Espíritu Omnipresente se halla escondido en la materia vibratoria, del mismo modo que el aceite está oculto dentro de la aceituna. Al pensar el fruto, aparecen en la superficie minúsculas gotas de aceite; de igual manera, el Espíritu, manifestado individualmente en cada alma, emerge de la materia en forma gradual mediante el proceso de evolución. El Espíritu se expresa en los minerales y las piedras preciosas como belleza y fuerza química y magnética; en las plantas, como belleza y vitalidad; en los animales, como belleza, vida, poder, movimiento y conciencia; en el hombre, como entendimiento y poder en expansión; y en el superhombre<sup>2</sup>, el Espíritu retorna a la Omnipresencia.

En cada fase evolutiva, por consiguiente, el Espíritu se expresa en mayor medida. El animal se ha liberado de la inercia de los minerales y de la fijeza de las plantas, para experimentar, por medio del movimiento y de la conciencia de los sentidos, una porción aún mayor de la creación

<sup>1</sup> Véanse también las páginas 26 ss. La fuerza contraria presente en la creación, que provoca desarmonía, enfermedades, separación e ignorancia, está personificada en la Biblia como Satanás. En la filosofía del yoga, esta fuerza ilusoria recibe el nombre de *Maya* o *Apara Prakriti*. Paramahansa Yogananda ofrece una extensa explicación sobre este tema en el libro *The Second Coming of Christ: The Resurrection of the Christ Within You*.

<sup>2</sup> En la filosofía del yoga, estas cinco etapas evolutivas reciben el nombre de *koshas*, «envolturas» que se van abriendo progresivamente a medida que la creación evoluciona desde la materia inerte hasta convertirse de nuevo en Espíritu puro. Véase el comentario de las estrofas 1:4-6 en *God Talks With Arjuna: The Bhagavad Gita*, páginas 63 ss. (Nota del editor).

de Dios. El hombre, gracias a su capacidad de autoconciencia, puede además comprender los pensamientos de sus semejantes y proyectar la mente sensorial —al menos mediante el poder de la imaginación— hacia el espacio tachonado de estrellas.

El superhombre expande su energía vital y su conciencia desde el cuerpo hasta abarcar el espacio entero, y siente como parte de su propio ser la presencia de todos los universos del vasto cosmos, así como también cada minúsculo átomo de la tierra. En el superhombre se recupera la omnipresencia perdida del Espíritu, que se hallaba implícita en el alma como Espíritu individualizado. [...]

La conciencia de Jesús traspasó los límites de su cuerpo hasta abarcar toda la creación finita que se encuentra en la región vibratoria de lo manifestado: la esfera de tiempo y espacio que incluye los universos planetarios, las estrellas, la Vía Láctea y la familia de nuestro pequeño sistema solar, del cual forma parte la Tierra, donde el cuerpo de Jesús era tan sólo una partícula. Jesús el hombre —un diminuto punto sobre la Tierra— se convirtió en Jesús el Cristo, cuya conciencia, unida a la Conciencia Crística [...], era omnipresente.

### La enseñanza principal de Jesús: cómo convertirse en un Cristo

La tarea de Dios en la creación es hacer regresar a todos los seres a la unidad consciente con Él mismo, mediante los dictados evolutivos de la Inteligencia Crística. [...] Cuando el sufrimiento se extiende sobre la tierra, Dios responde al llamado del alma de sus devotos y envía a un hijo divino para que, por medio de su ejemplar vida espiritual en la que se manifiesta plenamente la Conciencia Crística, pueda enseñar a los seres humanos a cooperar con la obra de salvación de Dios en sus propias vidas.



Fue a esa Conciencia Infinita, saturada del amor y la dicha de Dios, a la que se refirió San Juan cuando dijo: *«Pero a todos los que la recibieron [la Conciencia Crística] les dio poder de hacerse hijos de Dios»*. Así pues, de acuerdo con las enseñanzas mismas de Jesús tal como fueron registradas por Juan —el más avanzado de sus apóstoles—, todas las almas

que alcanzan la unión con la Conciencia Crística mediante la intuitiva realización del Ser<sup>3</sup> merecen, con justicia, ser llamados *hijos de Dios*.



Recibir a Cristo no es un logro que se pueda conseguir por el simple hecho de pertenecer a una congregación religiosa, o por medio del ritual externo de aceptar a Jesús como nuestro salvador pero sin llegar jamás a conocerle en verdad mediante el contacto con él en la meditación. Conocer a Cristo significa cerrar los ojos, expandir la conciencia y hacer tan profunda nuestra concentración que, a través de la luz interior de la intuición del alma, participemos de la misma conciencia que poseía Jesús.

San Juan y otros discípulos avanzados que realmente le «recibieron» percibían a Jesús como la Conciencia Crística que está presente en cada partícula del espacio. Un verdadero cristiano —un ser crístico— es aquel que libera su alma de la conciencia del cuerpo y la unifica con la Inteligencia Crística que satura la creación entera.



Una copa pequeña no puede contener en su interior el océano. Del mismo modo, la copa de la conciencia humana, al hallarse limitada por la mediación física y mental de las percepciones materiales, no se encuentra en condiciones de captar la Conciencia Crística universal, por muy deseosa que esté de hacerlo. Mediante el uso de la precisa ciencia de la meditación —conocida durante milenios por los sabios y yoguis de la India y, también, por Jesús—, todo buscador de Dios puede expandir la capacidad de su conciencia hasta hacerla omnisciente y recibir dentro de sí la Inteligencia Universal de Dios.



El divino poder de la realización crística es una experiencia interior, que pueden recibir quienes sienten devoción pura por Dios y por su inmaculado reflejo como Cristo. El poder de las iglesias y templos se desvanecerá. La espiritualidad verdadera ha de surgir de los templos de las grandes almas que día y noche permanecen en el éxtasis de Dios. En la India he conocido almas así, cuya gloria sobrepasa la de todos

<sup>3</sup> Véase *realización del Ser* en el Glosario.

los edificios religiosos juntos. Recuerda: Cristo busca los templos de las almas sinceras; él ama el silencioso altar de la devoción erigido en tu corazón, donde moras con él en un santuario iluminado por la luz perpetuamente encendida de tu amor. Aquellos que meditan con devoción recibirán a Cristo en el altar de calma de sus propias conciencias.



Al titular esta obra *The Second Coming of Christ* [La Segunda Venida de Cristo]<sup>4</sup>, no me refiero en forma literal al retorno de Jesús a la tierra. Jesús vino hace dos mil años y, después de revelarnos un sendero universal hacia el reino de Dios, fue crucificado y resucitó. Su reaparición ante las masas en la actualidad no es necesaria para que se dé cumplimiento a sus enseñanzas. Lo que *verdaderamente* se requiere es que la sabiduría cósmica y la percepción divina presentes en Jesús hablen de nuevo a cada persona a través de su propio entendimiento y experiencia de la infinita Conciencia Crística encarnada en Jesús. Ésa será, realmente, su Segunda Venida.



Los auténticos seguidores de Cristo son aquellos que, a través de la meditación y del éxtasis, aceptan en su propia conciencia la cósmica y omnipresente sabiduría de Jesucristo y su bienaventuranza. [...] Los devotos que deseen ser verdaderos cristianos —seres crísticos—, antes que meros miembros de la feligresía cristiana, deben conocer y sentir en todo momento y de manera real la presencia del Cristo Omnipresente, deben comulgar con Él en éxtasis y ser guiados por su Infinita Sabiduría.



Estas enseñanzas han sido enviadas para explicar la verdad tal como Jesús quería que fuera conocida por el mundo; no tienen el propósito de iniciar un nuevo cristianismo, sino el de dar a conocer lo que Cristo realmente enseñó: cómo llegar a ser un Cristo, cómo hacer resucitar al Cristo Eterno en el interior de nuestro propio Ser.

<sup>4</sup> Es decir, la obra más extensa de Paramahansa Yogananda de la cual *El Yoga de Jesús* es un extracto.

## CAPÍTULO 2

# Jesús y el yoga

La continuidad de la palabra de Dios a través de sus avatares quedó bellamente simbolizada por el intercambio espiritual que se produjo entre Jesús y los magos [sabios] de Oriente, procedentes de la India, que acudieron a honrarle en ocasión de su nacimiento.



Existe en la India un sólido legado tradicional, considerado fidedigno por notables metafísicos y compuesto por conocidos relatos que figuran en manuscritos antiguos, donde se narra que los magos de Oriente que viajaron a Belén con el propósito de ver al niño Jesús eran, en realidad, grandes sabios de la India. Y no sólo los maestros de la India visitaron a Jesús, sino que él, a su vez, les devolvió la visita.

Durante los años de la vida de Jesús sobre los cuales no se tiene ninguna información (las escrituras guardan silencio en lo que respecta al período comprendido aproximadamente entre los catorce y los treinta años de edad), él viajó a la India recorriendo, probablemente, la transitada ruta comercial que unía el Mediterráneo con China y la India.

La realización divina con que ya contaba Jesús, nuevamente despierta y fortalecida por la compañía de los maestros de la India y el entorno espiritual allí imperante, brindó el cimiento de universalidad de la verdad en el que Jesús se basó para predicar un mensaje sencillo y asequible que las masas de su país natal podrían comprender, pero que, al mismo tiempo, se hallaba colmado de significados subyacentes que serían apreciados por las generaciones futuras, a medida que la mente humana progresara desde su etapa infantil hasta alcanzar la madurez del entendimiento.

### Los «años perdidos» de Jesús

En el Nuevo Testamento, la cortina del silencio descende sobre la vida



de Jesús después de los doce años y no vuelve a alzarse hasta dieciocho años más tarde, cuando recibe el bautismo de Juan y comienza a predicar ante las multitudes. Únicamente se nos dice: «Jesús crecía en sabiduría, en estatura y en gracia ante Dios y ante los hombres» (Lucas 2:52).

### **India: la madre de la religión**

En su libro *In Search of the Cradle of Civilization: New Light on Ancient India* [En busca de la cuna de la civilización: Una nueva luz sobre la India antigua] (Quest Books, Wheaton, Illinois, 1995), los Doctores Georg Feuerstein y Subhash Kak, junto a David Frawley, Doctor en Medicina Oriental, presentan abundantes pruebas sobre la primacía de la cultura espiritual de la India en el mundo antiguo: «El viejo adagio *ex oriente lux* (la luz viene de Oriente) no es una mera trivialidad, dado que la antorcha de la civilización —sobre todo, la sagrada tradición esencial de la sabiduría perenne— nos fue legada desde el hemisferio oriental. [...] El judaísmo y el cristianismo, creados en Oriente Medio, que en gran medida le han dado a nuestra civilización su actual forma, se vieron influidos por ideas provenientes de países que se hallaban más hacia el Este, principalmente de la India».

En las escrituras de la India «se encuentran la filosofía y la psicología más antiguas que aún existen de nuestra raza», señala el renombrado historiador Will Durant en su libro *Our Oriental Heritage (The Story of Civilization, Part I)* [Nuestra herencia oriental (La historia de la civilización, Parte 1)]. Robert C. Priddy, Profesor de Historia de la Filosofía en la Universidad de Oslo, escribe en *On India's Ancient Past* [Sobre la historia antigua de la India] (1999): «El pasado de la India es tan antiguo y ha ejercido tal influencia en los orígenes de la civilización y la religión —al menos sobre prácticamente todo el Viejo Mundo—, que la gran mayoría de la gente podría afirmar que se trata, en efecto, de la etapa más temprana de nuestra propia odisea. [...] Las enseñanzas de la tradición védica —la primera de las enseñanzas espirituales del mundo y madre de la religión— contienen la más sublime e incluyente de las filosofías».

En su obra *India and World Civilization* [La India y la civilización mundial] (Michigan State University Press, 1969), publicada en dos tomos, el historiador D. P. Singhal reúne abundantes datos acerca de la formación espiritual del mundo antiguo por parte de la India. Singhal describe el hallazgo, en las proximidades de Bagdad, de una vasija que ha llevado a los investigadores a la conclusión de que «para mediados del tercer milenio antes de Cristo, ya se practicaba en Mesopotamia un culto originado en la India. [...] La arqueología ha demostrado así que, dos mil años antes de que las primeras referencias halladas en textos cuneiformes mencionaran las relaciones con la India, desde allí ya se enviaban productos manufacturados hacia la tierra donde se encuentran las raíces de la civilización occidental». (Nota del editor).

El hecho de que los contemporáneos de un personaje tan excepcional como Jesús no hayan encontrado nada digno de ser mencionado por escrito desde la niñez hasta el trigésimo año de su vida es, en sí mismo, extraordinario.

Sin embargo, existen efectivamente relatos notables acerca de Jesús, pero no en su país de origen, sino más hacia Oriente, en aquellos lugares donde pasó la mayor parte del período sobre el cual se carece de datos. Ocultos en un remoto monasterio tibetano se encuentran documentos de incalculable valor que hacen referencia a un tal San Issa, proveniente de Israel, «en quien se hallaba manifestada el alma del universo» y que desde los catorce a los veintiocho años permaneció en la India y zonas de la cordillera del Himalaya —entre santos, monjes y pándits—, predicó su mensaje por toda la región y luego, con el propósito de enseñar, retornó a su tierra natal, donde fue cruelmente maltratado, condenado a muerte y crucificado. A excepción de los registros que aparecen en estos antiguos manuscritos, nada se ha publicado acerca de los años desconocidos de la vida de Jesús.

De modo providencial, el viajero ruso Nicolás Notovitch descubrió y transcribió estos documentos [en el monasterio de Himis, del Tíbet]. [...] Él mismo publicó sus notas en 1894 bajo el título *The Unknown Life of Jesus Christ* [La vida desconocida de Jesucristo]. [...]

En 1922, Swami Abhedananda, discípulo directo de Ramakrishna Paramahansa, visitó el monasterio de Himis y confirmó todos los detalles sobresalientes publicados acerca de Issa en el libro de Notovitch.

En una expedición a la India y al Tíbet realizada a mediados de la década de los veinte, Nicolás Roerich tuvo ocasión de ver y copiar versos de antiguos manuscritos que eran idénticos a aquellos publicados por Notovitch (o cuyo contenido, al menos, era el mismo). Roerich quedó además profundamente impresionado con las tradiciones orales de la región: «En Srinagar nos enteramos por primera vez de la curiosa leyenda sobre la visita de Cristo a estos parajes. Más tarde, pudimos comprobar cuán difundida se halla en la India, en Ladak y en Asia Central la leyenda de la visita de Cristo a estas regiones durante su larga ausencia mencionada en el Evangelio».



La India es la madre de la religión. Se reconoce que su cultura es mucho más antigua que la legendaria civilización egipcia. Si investigamos estas cuestiones, podremos comprobar que las antiquísimas escrituras de la India preceden a todas las demás revelaciones y han influido sobre el Libro Egipcio de los Muertos y el Antiguo y Nuevo Testamento de la Biblia, así como también sobre otras religiones que estuvieron en contacto con la religión de la India y se inspiraron en ella, porque la India se ha especializado en la religión desde tiempos inmemoriales.

Por esa razón, el propio Jesús viajó a la India; el manuscrito de Novotvitch nos lo cuenta así: «Issa se ausentó secretamente de la casa de su padre, abandonó Jerusalén y viajó hacia Sind en una caravana de mercaderes, con el objeto de perfeccionarse en el conocimiento de la Palabra de Dios y en el estudio de las leyes de los grandes Budas»<sup>1</sup>.



Esto no significa que Jesús aprendiera de sus mentores y compañeros espirituales de la India y regiones circundantes todo cuanto luego enseñó. Los avatares vienen provistos de su propio caudal de sabiduría. Durante el período en que permaneció con los pándits hindúes, los monjes budistas y, en especial, los grandes maestros de yoga —de quienes recibió iniciación en la ciencia esotérica de la unión con Dios a través de la meditación—, la realización divina que Jesús ya poseía tan sólo despertó y se amoldó a la singular misión que iba a desarrollar. A partir del conocimiento que había acumulado y de la sabiduría que brotaba de su alma cuando se hallaba en profunda meditación, concibió para las masas parábolas simples sobre los principios ideales mediante los que ha de gobernarse la vida humana ante Dios. En cambio, a aquellos discípulos que estaban preparados para recibirlo, les impartió el conocimiento acerca de los más insondables misterios, como lo demuestra el libro del Apocalipsis de San Juan —que forma parte del Nuevo Testamento—, cuya simbología concuerda de manera precisa con la ciencia yóguica de la comunión con Dios. [Véase la página 36].

<sup>1</sup> Compárese con la traducción realizada por Swami Abhedananda de este verso, escrito originalmente en lengua tibetana: «En esa época, su gran deseo era alcanzar la completa percepción de la divinidad y aprender religión a los pies de aquellos que se habían perfeccionado a través de la meditación» (*Journey into Kashmir and Tibet*) [Viaje a Cachemira y al Tíbet].



Los documentos descubiertos por Notovitch aportan una corroboración histórica a lo que he sostenido durante largo tiempo, como resultado de la información recogida en mis años juveniles en la India, en el sentido de que Jesús se hallaba vinculado a los *rishis* de la India a través de los magos [sabios] de Oriente, quienes peregrinaron hasta su lugar de nacimiento y por cuya razón viajó él a la India con el fin de recibir sus bendiciones y deliberar con ellos sobre la misión mundial que había de llevar a cabo. En las páginas de este libro me propongo demostrar que las enseñanzas de Jesús, nacidas internamente de su comunión con Dios y alimentadas externamente por los estudios que realizó con los grandes maestros, expresan la universalidad de la Conciencia Crística, la cual no conoce límites de raza o de credo.

Al igual que el sol, que se eleva por el Este y se desplaza hacia el Oeste difundiendo sus rayos, así también Cristo surgió en Oriente y viajó hacia Occidente, para quedar allí entronizado en el altar de una vasta cristiandad cuyos miembros le consideran su gurú y salvador. No es casual que Jesús eligiera nacer en Palestina como un Cristo oriental. Este escenario era el centro de confluencia que vinculaba Oriente con Europa. Jesús viajó a la India para honrar los lazos que le unían con los *rishis*, predicó por aquellas regiones su mensaje y, luego, regresó a su tierra natal con el propósito de difundir allí sus enseñanzas, pues, en su gran sabiduría, reconoció Palestina como la vía de acceso a través de la cual su espíritu y sus palabras hallarían una ruta hacia Europa y el resto del mundo. Este grandioso Cristo, que irradia sobre Occidente la fortaleza y el poder espiritual de Oriente, constituye un divino lazo de unión entre los pueblos de Oriente y Occidente que aman a Dios.

La verdad no es monopolio ni de Oriente ni de Occidente. Los puros rayos dorados y plateados de la luz solar aparentan ser rojos o azules si se observan a través de un cristal rojo o azul. De igual modo, la verdad parece diferente si adquiere los matices de una civilización oriental u occidental. Al examinar la sencilla esencia de la verdad que han expresado las grandes almas en distintas épocas y latitudes, se puede observar que hay muy pocas diferencias entre sus mensajes. He comprobado que

aquello que recibí de mi gurú y de los venerados maestros de la India es idéntico a lo que he recibido de las enseñanzas de Jesús el Cristo.

### **Las enseñanzas perdidas de los Evangelios**

Cristo ha sido muy malinterpretado por el mundo. Incluso los principios más elementales de sus enseñanzas han sido profanados —crucificados a manos del dogma, los prejuicios y la falta de entendimiento— y la profundidad esotérica de esos principios ha quedado en el olvido. Bajo la supuesta autoridad de doctrinas del cristianismo forjadas por el hombre, se han librado guerras genocidas y se ha quemado a gente en la hoguera bajo la acusación de brujería o herejía. ¿Cómo podemos rescatar estas inmortales enseñanzas de las garras de la ignorancia? Es preciso conocer a Jesús como un Cristo oriental, como un yogui supremo que manifestó completo dominio sobre la ciencia universal de la unión con Dios y, por lo tanto, pudo hablar y actuar como un salvador que contaba con la voz y la autoridad de Dios. Jesús ha sido occidentalizado en exceso.

Jesús era oriental, tanto por nacimiento como por lazos de sangre y por la instrucción recibida. Disociar a un maestro espiritual de sus orígenes y entorno es empañar el entendimiento a través del cual se le debe percibir. Con independencia de lo que Jesús el Cristo era por sí mismo —en lo relativo a su propia alma—, por el hecho de nacer y haber alcanzado la madurez en Oriente, él tuvo que utilizar la civilización oriental, sus costumbres, peculiaridades, lenguaje y parábolas como instrumento para divulgar su mensaje. Por lo tanto, con el fin de entender a Jesucristo y sus enseñanzas debemos estar receptivos y bien predisuestos hacia el punto de vista oriental —en especial, hacia la civilización antigua y moderna de la India, sus escrituras religiosas, tradiciones, filosofías, creencias espirituales y experiencias metafísicas intuitivas—. Si bien las enseñanzas de Jesús, desde la perspectiva esotérica, son universales, están impregnadas de la esencia de la cultura oriental y se encuentran arraigadas en influencias orientales que se han adaptado al ambiente occidental.

Podemos comprender correctamente los Evangelios a la luz de las enseñanzas de la India: no de interpretaciones distorsionadas del hinduismo, con su opresivo sistema de castas o la práctica de adorar piedras,

## *Los evangelios gnósticos: ¿el cristianismo olvidado?*

A raíz del notable descubrimiento de textos gnósticos del cristianismo primitivo en Nag Hammadi (Egipto), en 1945, se puede vislumbrar parte de lo que perdió el cristianismo convencional durante el proceso de «occidentalización». En su libro *Los evangelios gnósticos* (Crítica, Barcelona, 2006), la Dra. Elaine Pagels escribe lo siguiente:

«Los textos de Nag Hammadi, y otros como ellos que circulaban en los comienzos de la era cristiana, fueron denunciados como heréticos por los cristianos ortodoxos en la mitad del siglo II. [...] Pero los que escribieron e hicieron circular estos textos no se consideraban *a sí mismos* como “herejes”. La mayoría de los escritos utilizan una terminología cristiana, claramente relacionada con una herencia judía. Muchos afirman ofrecer tradiciones secretas acerca de Jesús, unas tradiciones ocultas a ojos de “los muchos” que constituyen lo que, en el siglo II, dio en llamarse la “iglesia católica”. Actualmente a estos cristianos se los llama “gnósticos”, del griego *gnosis*, palabra que suele traducirse por “conocimiento”. Porque del mismo modo que a aquellos que dicen no conocer nada sobre la realidad última se los denomina “agnósticos” (literalmente: “que no conocen”), a la persona que sí afirma conocer tales cosas se la llama “gnóstica” (“conocedora”). Pero *gnosis* no significa principalmente conocimiento racional. [...] Tal como la utilizan los gnósticos, podríamos traducirla por “intuición”, porque *gnosis* entraña un proceso intuitivo de conocerse a uno mismo. [...] [Según los maestros gnósticos,] conocerse a uno mismo, en el nivel más profundo, es al mismo tiempo conocer a Dios; éste es el secreto de la *gnosis*. [...]

»El “Jesús vivo” de estos textos habla de ilusión y de iluminación, no de pecado y arrepentimiento, como el Jesús del Nuevo Testamento. En lugar de venir a salvarnos del pecado, viene como guía para abrir el acceso a la comprensión espiritual. [...]

»Los cristianos ortodoxos creen que Jesús es el Señor y el Hijo de Dios de una manera única: permanece para siempre distinto del resto de la humanidad a la que vino a salvar. Sin embargo, el *Evangelio de Tomás* de los gnósticos relata que tan pronto como Tomás le reconoce, Jesús le dice que ambos han recibido su ser de la misma fuente: “Jesús dijo: ‘Yo no soy tu amo. Porque has bebido, te has emborrachado del arroyo burbujeante que yo he medido. [...] Aquel que beba de mi boca se volverá como yo: yo mismo me volveré él y las cosas que están escondidas le serán reveladas’”.

»Esta enseñanza —la identidad de lo divino y lo humano, la preocupación por la ilusión y la iluminación, el fundador que se nos presenta no como Señor, sino como guía espiritual—, ¿no parece más oriental que occidental? [...] ¿Pudo la tradición hindú o budista influir en el gnosticismo? [...] Ideas que asociamos con las religiones orientales surgieron en el siglo I a través del movimiento gnóstico en Occidente, pero fueron suprimidas y condenadas por polemistas como Ireneo». (Nota del editor).

sino de la sabiduría filosófica de los *rishis* cuyo objeto es la salvación del alma, es decir, aquellas enseñanzas que constituyen no la cáscara sino el meollo de los Vedas, los Upanishads y el *Bhagavad Guita*. Esta esencia de la Verdad (el *Sanatana Dharma* o los eternos principios de la rectitud que sostienen al hombre y al universo) le fue conferida al mundo miles de años antes de la era cristiana y se conservó en la India con una vitalidad espiritual que ha convertido la búsqueda de Dios en el único propósito de la vida y no en un simple pasatiempo de salón.

### La ciencia universal de la religión

La experiencia personal de la verdad es la ciencia que se encuentra en el fondo de todas las ciencias. Sin embargo, para la mayoría de las personas la religión se ha transformado en una mera cuestión de creencia. Hay quienes creen en el catolicismo, hay otros que creen en alguna doctrina protestante, mientras que algunos afirman creer que la religión judía o la hindú o la musulmana o la budista es el camino verdadero. La ciencia de la religión identifica aquellas verdades universales que son comunes a todas —la base de la religión— y enseña cómo, mediante su aplicación práctica, una persona puede edificar su vida de acuerdo con el Plan Divino. Las enseñanzas del *Raja Yoga* (la ciencia «regia» del alma, originaria de la India) son superiores a la ortodoxia de la religión, pues exponen de forma sistemática la práctica de métodos universalmente necesarios para el perfeccionamiento de todo individuo, sea cual sea su raza o credo.



Es preciso reunificar la ciencia de la religión con lo que constituye su espíritu o inspiración: lo esotérico con lo exotérico. La ciencia del yoga expuesta por el Señor Krishna —la cual proporciona métodos prácticos para experimentar verdaderamente a Dios en nuestro interior y reemplazar así la corta expectativa de vida de las creencias— y el espíritu de hermandad y amor crístico predicado por Jesús (la única panacea segura para evitar que el mundo quede destrozado a causa de diferencias irreconciliables) son, en conjunto, una sola verdad universal que enseñaron dos Cristos, uno de Oriente y otro de Occidente.





Los salvadores del mundo no vienen con el propósito de fomentar divisiones doctrinales hostiles; sus enseñanzas no deben ser utilizadas para tal fin. Incluso referirse al Nuevo Testamento como la Biblia «cristiana» es, en cierto modo, impropio, dado que no se trata del patrimonio exclusivo de ninguna confesión religiosa en particular. La Verdad se halla destinada a beneficiar y elevar a la raza humana en su conjunto. Así como la Conciencia Crística es universal, así también Jesucristo pertenece a todos.

Si bien enfatizo el mensaje del Señor Jesús, contenido en el Nuevo Testamento, y la ciencia yóguica de la unión con Dios, delineada por Bhagavan Krishna en el *Bhagavad Guita*, como el *summum bonum* del camino a la realización de Dios, reverencio por igual las variadas expresiones de la verdad que fluyen del Dios Único a través de las escrituras de sus diversos emisarios.



La verdad es, en sí misma y por sí misma, la «religión» fundamental. Aun cuando pueda expresarse de diferentes maneras por los «ismos» de los distintos credos religiosos, éstos jamás podrán agotarla. La verdad posee infinitas expresiones y ramificaciones, pero sólo se consume en la experiencia directa de Dios, la Única Realidad.

El sello humano de la afiliación religiosa carece de importancia. No es la confesión religiosa a la que pertenecemos ni la cultura o el credo dentro del cual hemos nacido lo que nos otorga la salvación: la esencia de la verdad trasciende todas las formas externas. Es dicha esencia la que reviste una importancia fundamental para comprender a Jesús y su llamamiento universal a las almas para que entren en el reino de Dios, que se halla «dentro de vosotros».



Todos somos hijos de Dios, desde el comienzo hasta la eternidad. Las controversias surgen de los prejuicios, y el prejuicio es fruto de la ignorancia. No debemos sentirnos orgullosamente identificados con el hecho de ser estadounidenses o indios o italianos o de cualquier otra nacionalidad, pues ésta es sólo un accidente de nacimiento. Deberíamos

estar orgullosos, sobre todas las cosas, de ser hijos de Dios, hechos a su imagen. ¿No es ése, acaso, el mensaje de Cristo?

Jesús el Cristo constituye un excelente modelo que pueden seguir tanto Oriente como Occidente. La impronta divina que nos identifica como «hijos de Dios» se halla oculta dentro de cada alma. Jesús ratificó lo que dicen las escrituras: «*dioses sois*».

¡Desecha las máscaras! Revélate abiertamente como un hijo de Dios, no mediante vanas proclamas y oraciones aprendidas de memoria, ni por medio de los fuegos artificiales de eruditos sermones concebidos con el propósito de loar a Dios y reunir adeptos, ¡sino a través de la *realización*! Identifícate, no con el estrecho fanatismo disimulado bajo el disfraz de la sabiduría, sino con la Conciencia Crística. Identifícate con el Amor Universal, que se expresa al servir a los demás tanto material como espiritualmente. Entonces sabrás quién fue Jesucristo y podrás decir, desde el alma, que todos formamos parte de la misma familia, que todos somos hijos del Único Dios.



—Me agradan sus enseñanzas, pero ¿es usted cristiano? —preguntó un visitante, tras haber charlado por primera vez con Paramahansaji.

—¿No nos dijo Cristo: «No todo el que me diga: “Señor, Señor”, entrará en el Reino de los Cielos, sino el que haga la voluntad de mi Padre que está en los cielos»? —respondió el Gurú.

»En la Biblia, el término gentil se refiere al que es “idólatra”: aquel cuya atención no está centrada en el Señor, sino en las atracciones del mundo. Un materialista puede asistir a la iglesia los domingos y, sin embargo, ser un idólatra. Quien mantiene siempre encendida en su interior la llama del recuerdo del Padre Celestial y obedece los preceptos de Jesús es un cristiano. A usted —agregó— le corresponde decidir si puede o no considerarse cristiano.

Máximas de Paramahansa Yogananda



## CAPÍTULO 3

# Las enseñanzas internas de Jesús el yogui

## *Cómo llegan las almas al estado de Conciencia Crística*

### La importancia del Confortador o Espíritu Santo

*«Si me amáis, guardaréis mis mandamientos; y yo pediré al Padre y os dará otro Paráclito [Confortador], para que esté con vosotros para siempre, el Espíritu de la verdad, a quien el mundo no puede recibir, porque no le ve ni le conoce. Pero vosotros le conocéis, porque mora con vosotros y estará en vosotros. No os dejaré huérfanos [...].*

*»Pero el Paráclito [el Confortador], el Espíritu Santo, que el Padre enviará en mi nombre, os lo enseñará todo y os recordará todo lo que yo os he dicho.*

*»Os dejo la paz, mi paz os doy; no os la doy como la da el mundo. No se turbe vuestro corazón ni se acobarde» (Juan 14:15-18, 26, 27).*

La misma exhortación que Jesús hizo a sus discípulos directos se aplica en la actualidad. Si un devoto ama a Cristo —es decir, si ama establecer contacto con la Conciencia Crística presente en Jesús— debe, entonces, seguir fielmente los mandamientos (las leyes de la disciplina física y mental y de la meditación) que se requieren para que la Conciencia Crística se manifieste en la conciencia individual.



Pocas personas en el mundo cristiano han comprendido la promesa que hizo Jesús de enviar al Espíritu Santo después de su partida. El Espíritu Santo es el sagrado poder vibratorio invisible de Dios que sostiene activamente el universo: la Palabra u *Om*, la Vibración Cósmica, el Gran Confortador, el Salvador que libera de todo sufrimiento.

## La Palabra: la Vibración Cósmica e Inteligente de Dios

La evolución científica de la creación cósmica que surge de Dios el Creador se esboza, en terminología arcana, en el libro del Génesis del Antiguo Testamento. A los versículos iniciales del Evangelio de San Juan en el Nuevo Testamento se les podría denominar, con justicia, el Génesis según San Juan. Estos dos profundos relatos bíblicos, cuando se comprenden claramente por medio de la percepción intuitiva, se corresponden de forma exacta con la cosmogonía espiritual delineada en las escrituras de la India, legado de los *rishis* que allí vivieron y que habían alcanzado el conocimiento de Dios en la Edad de Oro.

San Juan fue, probablemente, el más avanzado de los discípulos de Jesús. Así como un maestro de escuela tiene entre sus alumnos uno cuya

### *La «Palabra» en el cristianismo original*

Aun cuando la doctrina oficial de la Iglesia ha interpretado durante siglos que «la Palabra» (*Logos* en el original griego) es una referencia a Jesús mismo, no fue ése el significado que pretendía darle San Juan en este pasaje. De acuerdo con los eruditos, el concepto que expresaba Juan puede comprenderse mejor no a través de la exégesis de la ortodoxia eclesiástica (que es muy posterior), sino de los escritos bíblicos y las enseñanzas de los filósofos judíos que vivieron en la misma época que Juan (por ejemplo, el libro de los Proverbios, con el cual tanto Juan como cualquier otro judío de su tiempo se hallaban seguramente familiarizados). En *Una historia de Dios: 4.000 años de búsqueda en el judaísmo, el cristianismo y el islam* (Paidós, Barcelona, 2006), Karen Armstrong escribe lo siguiente:

«El autor del libro de los Proverbios, que escribió en el siglo III a. C., [...] personifica la Sabiduría, que parece un ser personal:

»“Yahvé me creó [la Sabiduría], primicia de su actividad, antes de sus obras antiguas. Desde la eternidad fui formada, desde el principio, antes del origen de la tierra. [...] cuando asentaba los cimientos de la tierra, yo estaba junto a Él, como aprendiz, yo era su alegría cotidiana, jugando todo el tiempo en su presencia, jugando con la esfera de la tierra; y compartiendo mi alegría con los humanos” (*Proverbios* 8:22-23, 29-31; *Biblia de Jerusalén*). [...]

»En las versiones arameas de las Escrituras hebreas conocidas como *targumim*, que se redactaron en aquella época [es decir, cuando se escribió el Evangelio de Juan], el término *Memra* (palabra) se emplea para describir la actividad de Dios en el

comprensión aventajada lo coloca en el primer lugar de su clase, mientras que otros pertenecen a un nivel inferior, así también los discípulos de Jesús el Cristo poseían diferentes grados de capacidad para apreciar y absorber la profundidad y amplitud de sus enseñanzas. De los diversos libros del Nuevo Testamento, los escritos procedentes de San Juan evidencian el más elevado grado de realización divina, ya que dan a conocer las profundas verdades esotéricas experimentadas por Jesús y luego transferidas a Juan. No sólo en su evangelio, sino también en sus epístolas y, sobre todo, en la descripción simbólica de las profundas experiencias metafísicas que se encuentra en el libro del Apocalipsis, Juan presenta las verdades enseñadas por Jesús desde el punto de vista de la percepción intuitiva interior. En las palabras de Juan hallamos precisión, y por eso su evangelio, aun cuando es el último de los cuatro que se incluyen en el

---

mundo. Cumple la misma función que otros términos técnicos como “gloria”, “Espíritu Santo” y “Shekinah”, que ponían de relieve la distinción entre la presencia de Dios en el mundo y la realidad incomprensible de Dios en sí mismo. Como la sabiduría divina, la “Palabra” simbolizaba el proyecto divino original para la creación».

Los escritos de los primeros Padres de la Iglesia también indican que éste era el significado que deseaba San Juan. En *Clement of Alexandria* (William Blackwood and Sons, Edimburgo, 1914), John Patrick señala: «En forma reiterada, Clemente identifica la Palabra con la Sabiduría de Dios». La Dra. Anne Pasquier, profesora de Teología en la Universidad Laval (Quebec), en su libro *The Nag Hammadi Library After Fifty Years* [La biblioteca de Nag Hammadi cincuenta años después] (publicado por John D. Turner y Anne McGuire, Brill, Nueva York, 1997) escribe: «Filón, Clemente de Alejandría y Orígenes [...] todos asocian el *Logos* con la palabra de Dios en los relatos del Antiguo Testamento sobre la creación “Dijo Dios y así fue”. Lo mismo sucede con los valentinianos. [...] De acuerdo con estos últimos, en el prólogo del Evangelio de Juan se describe un génesis espiritual que sería el modelo del génesis material. Se considera que este prólogo constituye una interpretación espiritual de los relatos del Antiguo Testamento acerca de la creación».

Sin embargo, la «Palabra» (así como también «el Hijo unigénito») pasó con el tiempo a representar a la *persona* de Jesús únicamente, debido a una gradual evolución producida por complejas influencias teológicas y políticas. No fue sino hasta el siglo IV —según escribe la historiadora Karen Armstrong en *Una historia de Dios*— cuando la Iglesia llegó a adoptar «una noción exclusiva de la verdad religiosa: Jesús era la primera y la última Palabra de Dios a la raza humana». (*Nota del editor*).

---

Nuevo Testamento, debería ser considerado en primer lugar cuando se busca el verdadero significado de la vida y enseñanzas de Jesús.



«*En el principio...*». Con estas palabras comienzan las cosmogonías tanto del Antiguo como del Nuevo Testamento. «Principio» se refiere al nacimiento de la creación finita, porque en el Eterno Absoluto —el Espíritu— no existen ni el principio ni el final. [...]

El Espíritu, al ser la única Sustancia existente, no contaba con nada más que Consigo mismo a partir de lo cual crear. El Espíritu y su creación universal no podrían ser diferentes en esencia, porque cada una de esas dos Fuerzas Infinitas y eternamente existentes sería, en consecuencia, absoluta, lo cual es imposible por definición. Una creación coherente requiere de la dualidad: el Creador y lo creado. Así pues, el Espíritu hizo surgir, en primer lugar, el hechizo de la Ilusión, *Maya*, la Mágica Medidora Cósmica<sup>1</sup>, que crea el espejismo de dividir una porción del Infinito Indivisible en objetos finitos separados, de la misma manera que la superficie del mar en calma se distorsiona y se transforma en olas individuales mediante la acción de una tormenta.

La creación no es sino el Espíritu que, en apariencia y sólo temporalmente, se ha diversificado por obra de la actividad creativa y vibratoria del Espíritu.



«*En el principio existía la Palabra y la Palabra estaba junto a Dios, y la Palabra era Dios.*

»*Ella estaba en el principio junto a Dios.*

»*Todo se hizo por ella y sin ella no se hizo nada.*

»*Lo que se hizo en ella era la vida y la vida era la luz de los hombres*»

(Juan 1:1-4).

«Palabra» significa «vibración inteligente», «energía inteligente», que proviene de Dios. La pronunciación de cualquier palabra —tal como «flor»—, por parte de un ser inteligente, consta de la energía sonora, o

<sup>1</sup> La palabra sánscrita *maya* (la ilusión cósmica) significa «la medidora»; es el poder mágico existente en la creación, mediante el cual lo Inmensurable e Indivisible parece contener limitaciones y divisiones.



vibración, unida al pensamiento, el cual impregna de significado inteligente a dicha vibración. Del mismo modo, la Palabra que constituye el principio y la fuente de todas las sustancias creadas es la Vibración Cósmica [el Espíritu Santo] imbuida de Inteligencia Cósmica [la Conciencia Crística].

El pensamiento manifestado en la materia, la energía de la cual la materia está compuesta y la materia en sí —es decir, todo lo creado— no son sino los pensamientos del Espíritu que vibran de manera diversa.



Antes de la creación, sólo existía el Espíritu indiferenciado. Al manifestar la creación, el Espíritu se convirtió en Dios Padre, Hijo y Espíritu Santo. [...]

El Espíritu No Manifestado se transformó en Dios Padre, el Creador de toda vibración creativa. En las escrituras hindúes, Dios Padre recibe el nombre de *Ishvara* (el Soberano Cósmico) o *Sat* (la pura esencia suprema de la Conciencia Cósmica) —la Inteligencia Trascendental—. Es decir, Dios Padre existe en forma trascendental sin hallarse afectado por ninguno de los movimientos de la creación vibratoria; es una Conciencia Cósmica independiente y consciente.

La fuerza vibratoria que emana del Espíritu, dotada del ilusorio poder creativo de *maya*, es el Espíritu Santo: la Vibración Cósmica, la Palabra, *Om* o Amén.



Al igual que las ondas sonoras de un terremoto de poder inimaginable, la Palabra —la energía y el sonido creativos de la Vibración Cósmica— emanó del Creador para manifestar el universo. Esa Vibración Cósmica, saturada de Inteligencia Cósmica, se condensó para constituir los elementos sutiles (térmicos, eléctricos, magnéticos y toda clase de rayos), y a partir de éstos se originaron los átomos de vapor (los gases), los líquidos y los sólidos.



Una vibración cósmica que se hallara activa en el espacio entero no podría, por sí sola, crear o sostener un cosmos tan maravillosamente complejo como éste. [...] [Por eso,] la conciencia trascendente de Dios el Padre

## *La naturaleza vibratoria de la creación*

Los recientes avances en lo que los físicos teóricos denominan «la teoría de las supercuerdas» están llevando la ciencia hacia una comprensión de la naturaleza vibratoria de la creación. El Dr. Brian Greene, profesor de Física de las Universidades de Cornell y Columbia, escribe en su obra *El universo elegante: Supercuerdas, dimensiones ocultas y la búsqueda de una teoría final* (Crítica, Barcelona, 2007):

«Durante los últimos treinta años de su vida, Albert Einstein buscó incesantemente lo que se llamaría una teoría del campo unificado, es decir, una teoría capaz de describir las fuerzas de la naturaleza dentro de un marco único, coherente y que lo abarcase todo. [...] Ahora, iniciado el nuevo milenio, los partidarios de la teoría de cuerdas anuncian que finalmente han salido a la luz los hilos de este escurridizo tapiz unificado. [...]

»Esta teoría sugiere que el paisaje microscópico está cubierto de diminutas cuerdas cuyos modelos de vibración orquestan la evolución del cosmos —escribe el profesor Greene—. La longitud de uno de estos bucles de cuerda normales es [...] alrededor de cien trillones de veces ( $10^{20}$ ) menor que el núcleo de un átomo».

El profesor Greene explica que a finales del siglo XX la ciencia había determinado que el universo físico estaba conformado por un número muy reducido de partículas fundamentales, tales como los electrones, los quarks (que son los componentes básicos de los protones y neutrones) y los neutrinos. «Aunque cada partícula se consideraba elemental —escribe él—, se pensaba que era diferente el tipo de “material” de cada una. El “material” del electrón, por ejemplo, poseía carga eléctrica negativa, mientras que el “material” del neutrino no tenía carga eléctrica. La teoría de cuerdas altera esta imagen radicalmente cuando afirma que el “material” de toda la materia y de todas las fuerzas es el *mismo*.

«Según la teoría de cuerdas, hay sólo *un* ingrediente fundamental —la cuerda—», escribe Greene en *El tejido del cosmos: Espacio, tiempo y la textura de la realidad* (Crítica, Barcelona, 2006). «Igual que una cuerda de violín puede vibrar con pautas diferentes, cada una de las cuales produce un tono musical diferente —explica él—, los filamentos de la teoría de supercuerdas también pueden vibrar con pautas diferentes. [...] Una cuerda minúscula que vibra con una pauta tendría la masa y la carga eléctrica de un electrón; según la teoría, semejante cuerda vibrante podría *ser* lo que tradicionalmente hemos llamado un electrón. Una cuerda minúscula que vibra con una pauta diferente tendría las propiedades exigidas para identificarla como un quark, un neutrino o cualquier otro tipo de partícula. [...] Cada una aparece de una pauta vibratoria diferente ejecutada por la misma entidad subyacente. [...] En el nivel ultramicroscópico, el universo sería parecido a una sinfonía de cuerdas que da existencia a la materia». (Nota del editor).

se manifestó dentro de la vibración del Espíritu Santo como el Hijo —la Conciencia Crística, la Inteligencia Divina presente en toda la creación vibratoria—. Este reflejo puro de Dios que se encuentra en el Espíritu Santo guía a este último, de modo indirecto, a fin de que pueda crear, recrear, conservar y moldear la creación de acuerdo con el propósito divino.



Los autores de la Biblia, que no estaban versados en la terminología con que se expresan los conocimientos de la era moderna, emplearon muy acertadamente los términos «Espíritu Santo» y «Palabra» para expresar la naturaleza de la Vibración Cósmica Inteligente. «Palabra» implica un sonido vibratorio que posee poder de materialización. «Espíritu» implica una fuerza inteligente, invisible y consciente. «Santo» califica esta Vibración, porque se trata de la manifestación del Espíritu y porque procura crear el universo de acuerdo con el modelo perfecto de Dios.

El nombre con que se designa al «Espíritu Santo» en las escrituras hindúes, *Aum [Om]*, indica su papel en el plan creativo de Dios: esta palabra está formada por la *A* de *akara*, la vibración creativa; la *u* de *ukara*, la vibración preservadora, y la *m* de *makara*, la fuerza vibratoria de la disolución. La tormenta que se abate sobre el océano produce olas, tanto grandes como pequeñas, las conserva durante cierto tiempo y, una vez que se aquieta, las disuelve. De manera semejante, el *Om* o Espíritu Santo crea todas las cosas, las preserva en miríadas de formas y, finalmente, las disuelve en el seno oceánico de Dios con objeto de ser creadas de nuevo, lo cual constituye un proceso continuo de renovación de la vida y las formas en el incesante sueño cósmico de Dios.

De este modo, la Palabra o Vibración Cósmica constituye el origen de «todo»: «y sin ella no se hizo nada». La Palabra existió desde el comienzo mismo de la creación: fue la primera manifestación de Dios al dar origen al universo. «La Palabra estaba junto a Dios», se hallaba imbuida del reflejo de la inteligencia de Dios —la Conciencia Crística—, «y la Palabra era Dios», en la forma de vibraciones de su propio Ser único.

La afirmación de San Juan se hace eco de una verdad eterna que resuena en diversos pasajes de los antiguos Vedas: la Palabra cósmica vibratoria (*Vak*) estaba junto a Dios el Padre Creador (*Prajapati*) en el

principio de la creación, cuando nada existía; a partir de *Vak* todo fue creado, y *Vak* es, en sí misma, Brahman (Dios).



«Así habla el Amén [la Palabra, Om], el Testigo fiel y veraz, el Principio de la creación de Dios»<sup>2</sup>. El sagrado Sonido Cósmico de *Om* o Amén es el testigo de la Divina Presencia manifestada en toda la creación.

### El significado del Padre, el Hijo y el Espíritu Santo según el yoga

La relación entre la Santísima Trinidad del cristianismo —Padre, Hijo y Espíritu Santo— y el concepto que habitualmente se tiene acerca de la encarnación de Jesús resulta totalmente inexplicable si no se establece una diferencia entre el cuerpo de Jesús y Jesús como vehículo en el cual se manifestó el Hijo unigénito, la Conciencia Crística. Jesús mismo hace dicha distinción cuando se refiere a su cuerpo como el «hijo del hombre» y a su alma (que no estaba limitada por el cuerpo, sino que era una con la unigénita Conciencia Crística presente en cada partícula vibratoria) como el «hijo de Dios».

«Porque tanto amó Dios al mundo que dio a su Hijo unigénito» para redimirlo; es decir, Dios Padre permanecía oculto más allá del reino vibratorio que surgió de su Ser, pero luego se manifestó como la Inteligencia Crística que se halla presente en toda la materia y en todos los seres vivientes, con el propósito de hacer regresar todas las cosas a su hogar de Eterna Bienaventuranza, a través de los hermosos llamados de la evolución. De no ser por esta presencia de Dios que impregna por completo la creación, el ser humano se encontraría privado del Auxilio Divino. ¡Con cuánta dulzura —y a veces de un modo casi imperceptible— ese Divino Amparo acude en ayuda del hombre cuando éste se postra de rodillas en actitud suplicante! Nuestro Creador y Supremo Benefactor jamás se encuentra a una distancia mayor que la de un pensamiento amoroso.

Dijo San Juan: «Pero a todos los que la recibieron les dio poder de hacerse hijos de Dios». El plural utilizado en la expresión «hijos de

<sup>2</sup> *Apocalipsis* 3:14. El *Om* de los Vedas se convirtió en el sagrado *Hum* de los tibetanos, en el *Amín* de los musulmanes, y en el *Amén* de los egipcios, griegos, romanos, judíos y cristianos. En hebreo, el significado de *Amén* es «seguro, fiel».

Dios» muestra con toda claridad que, según las enseñanzas impartidas por Jesús y recibidas por Juan, el Hijo unigénito no era el cuerpo de Jesús, sino su estado de Conciencia Crística, y que todos aquellos que fuesen capaces de purificar su conciencia y recibir (o reflejar sin impedimentos) el poder de Dios estarían en condiciones de hacerse hijos de Dios, es decir, podrían —al igual que Jesús— hacerse uno con el reflejo unigénito de Dios en toda la materia y, a través del Hijo (la Conciencia Crística), ascender al Padre, la suprema Conciencia Cósmica.



La invaluable contribución de la India al mundo, descubierta en la antigüedad por sus *rishis*, es la ciencia de la religión (el yoga o «unión divina») mediante la cual es posible conocer a Dios, no como un concepto teológico sino como una experiencia personal verdadera. De todos los conocimientos científicos, la ciencia yóguica de la realización divina es el más valioso para el ser humano, porque erradica la causa de todos los males que le aquejan: la ignorancia, esa engañosa ilusión que envuelve y nubla el entendimiento del hombre. Cuando nos afianzamos firmemente en la realización divina, trascendemos la ilusión, y la sojuzgada conciencia mortal se eleva hasta alcanzar una altura crística.

### **Cómo recibir la Conciencia Crística mediante la comunión con el Espíritu Santo en la meditación**

*«Pero a todos los que la recibieron les dio poder de hacerse hijos de Dios, a los que creen en su nombre; los cuales no nacieron de sangre, ni de deseo de carne, ni de deseo de hombre sino que nacieron de Dios» (Juan 1:12-13).*

La luz de Dios resplandece en todos por igual, pero a causa de la ilusoria ignorancia no todos la reciben ni la reflejan del mismo modo. Los rayos del sol inciden por igual sobre un trozo de carbón y sobre un diamante, pero sólo el diamante recibe y refleja la luz con brillo esplendoroso. El carbono que forma el trozo de carbón tiene la capacidad de convertirse en diamante. Lo único que se requiere para lograr esta metamorfosis es someterlo a alta presión. Por eso aquí se afirma que todos pueden ser como Cristo: todos aquellos que despejen su conciencia a

## *El bautismo por el Espíritu Santo*

El bautismo supremo, ensalzado por Juan el Bautista y por todos los maestros que poseen la realización divina, consiste en ser bautizados «con *Espíritu Santo y fuego*»: es decir, quedar henchidos de la presencia de Dios en la sagrada Vibración Creativa, cuya omnipresente omnisciencia no sólo eleva y expande la conciencia, sino que su fuego de energía vital cósmica cauteriza de manera efectiva los pecados resultantes de los malos hábitos del presente y los efectos kármicos de las acciones erróneas del pasado.



Las edificantes vibraciones del Confortador brindan profunda paz interior y gozo. La Vibración Creativa tonifica la fuerza vital específica del cuerpo (lo que conduce a la salud y el bienestar) y puede enviarse de forma consciente como poder curativo hacia aquellos que necesitan ayuda divina. Por ser la fuente de la inteligencia creativa, la vibración de *Om* inspira la iniciativa, el ingenio y la voluntad personales.



Mediante el contacto con Dios [...] en la meditación, todos los deseos del corazón se ven colmados, porque nada es más valioso, placentero o atractivo que el siempre renovado gozo de Dios, que todo lo satisface. [...] Quien baña su conciencia en el Espíritu Santo pierde el apego por los deseos y objetos personales, a la vez que disfruta de todas las cosas con la dicha de Dios en su interior.



*[Una experiencia extática de Paramabansa Yogananda cuando se hallaba en comunión con el Om o Vibración Cósmica del Espíritu Santo:]*

«Cuando las percepciones sensoriales producen sus vibraciones placenteras en el cuerpo, experimento la sensación de acarrear un lastre; una pesada carga cuelga del seno de mi alma y me siento arrastrado hacia abajo, hacia la materia. Pero, ¡oh inspirador *Om!*, cuando Tú vibras en mi interior, ¡qué exultante gozo y ligereza siento! Me elevo sobre el cuerpo y me siento atraído hacia el Espíritu. ¡Oh, majestuoso *Om*, retumbante océano de *Om!*, vibra por largo tiempo dentro de mí, de modo que pueda permanecer despierto ante tu infinita presencia, expandiéndome hasta identificarme con el Espíritu Universal. ¡Oh!, ésta es la Voz de los Cielos, es la voz del Espíritu. *Om*, Tú eres el origen de toda la vida, de todas las expresiones de la creación en el universo. Así pues, permíteme sentirte, ¡oh grandiosa Vibración Madre!, reverberando dentro de mí como parte de tu Ser Cósmico. Recíbeme, hazme uno Contigo, jamás me abandones, retumba por siempre en mi interior como un poderoso mar espiritual, que me llama y que revela tu oceánica presencia. ¡Oh, Poderosa Vibración, Poderosa Verdad, que penetras en cada átomo de mi cuerpo! ¡Paz y armonía eternas, bienaventuranza y sabiduría eternas! Ven con tu presencia, con tu resonancia universal. ¡Oh!, quiero abandonar los minúsculos gozos, los insignificantes tónicos de las vibraciones sensoriales. Envuélveme en tu vibración y transpórtame con tu sonido estruendoso. Libérame de las ataduras de la carne, déjame avanzar con tus infinitas olas vibratorias de gozo omnisciente, ¡oh grandioso *Om!* Permanece conmigo, poséeme, absuélveme en Ti».

través de una vida moral y espiritual y, especialmente, mediante la purificación que brinda la meditación, en la cual la rudimentaria mortalidad se sublima hasta transformarse en la perfección inmortal del alma.

La condición de hijo de Dios no es algo que deba adquirirse: más bien, se trata solamente de recibir la luz de Dios y tomar conciencia de que Él ya nos ha conferido ese estado bienaventurado desde el momento mismo en que fuimos creados.

«A los que creen en su nombre»: cuando el solo Nombre de Dios despierta en nosotros la devoción y hace que ancleemos en Él nuestros pensamientos, se convierte en una puerta hacia la salvación. Cuando la mera mención de su Nombre enciende en el alma la llama del amor por Dios, se iniciará la marcha del devoto en el camino hacia la liberación.

El significado más profundo de «nombre» hace referencia a la Vibración Cósmica (la Palabra, *Om* o Amén). Dios como Espíritu no posee un nombre que lo circunscriba. Ya sea que nos refiramos al Absoluto como Dios, Yahvé, Brahman o Alá, estos nombres no le describen fielmente. Dios el Creador y Padre de todas las cosas vibra en la naturaleza entera como vida eterna, y esa vida posee el sonido del majestuoso Amén u *Om*. Este nombre es el que define a Dios con mayor exactitud. «Los que creen en su nombre» significa «aquellos que comulgan con el sonido de *Om*, la voz de Dios que se halla en la vibración del Espíritu Santo». Cuando oímos ese nombre de Dios, esa Vibración Cósmica, nos encontramos en camino de hacernos hijos de Dios, porque en ese sonido la conciencia está en contacto con la inmanente Conciencia Crística, la cual nos conducirá hasta Dios como Conciencia Cósmica.

El sabio Patanjali, el más elevado exponente de la India en la ciencia del yoga, describe a Dios el Creador como *Ishvara*, el Señor o Soberano Cósmico. «Su símbolo es el *Pranava* (la Palabra o Sonido Sagrado, *Om*). Al cantar *Om* de forma reverente y reiterada, y meditar sobre su significado, los obstáculos desaparecen y la conciencia se dirige al interior (apartándose de la identificación sensorial externa)» (*Yoga Sutrás* I:27-29)<sup>3</sup>.

<sup>3</sup> No se conoce con exactitud en qué período vivió Patanjali, aunque muchos eruditos lo sitúan en el siglo II a. C. Sus célebres *Yoga Sutrás* presentan, en una serie de breves aforismos, la esencia condensada de la sumamente vasta y compleja ciencia de la unión con Dios. Allí formula de manera tan bella, clara y concisa el método para unir el alma con el Espíritu indiferenciado, que



Los seres humanos son en esencia hijos de Dios, reflejos immaculados del Padre que no han sido manchados por la ilusión, los cuales se han convertido en «hijos del hombre» al identificarse con el cuerpo y olvidar su origen en el Espíritu. Quien está cautivo de la ilusión es simplemente un mendigo en las calles del tiempo; pero así como Jesús recibió y reflejó —a través de su conciencia purificada— la divina filiación de la Conciencia Crística, así también todo ser humano, por medio de los métodos de meditación del yoga, puede purificar su mente y convertirse en una mentalidad diamantina apta para recibir y reflejar la luz de Dios.



El método para establecer contacto con esta Vibración Cósmica, o Espíritu Santo, se está difundiendo por primera vez en todo el mundo a través de técnicas definidas de meditación que forman parte de la ciencia del *Kriya Yoga*. Mediante la bendición que proviene de la comunión con el Espíritu Santo, se expande la copa de la conciencia humana a fin de recibir el océano de la Conciencia Crística. El practicante avezado de la ciencia del *Kriya Yoga* que experimenta de forma consciente la presencia del Espíritu Santo, el Confortador, y se funde en el Hijo, la inmanente Conciencia Crística, alcanza de ese modo su unidad con Dios Padre y entra al reino infinito de Dios.

Así pues, Cristo vendrá por segunda vez a la conciencia de cada devoto ferviente y experimentado que domine la técnica para establecer contacto con el Espíritu Santo, que otorga un indescriptible y bienaventurado consuelo en el Espíritu.

### La ciencia yóguica de la espina dorsal: «*Rectificad el camino del Señor*»

Oculto en los versículos de la Biblia donde Juan el Bautista se describe a sí mismo, hay una hermosa revelación acerca del camino que conduce a ese divino contacto:

«*Yo soy la voz del que clama en el desierto: Rectificad el camino del Señor, como dijo el profeta Isaías*» (Juan 1:23).

---

generaciones de sabios y eruditos han reconocido los *Yoga Sutras* como el más importante de los tratados antiguos acerca del yoga.



Cuando los sentidos se encuentran ocupados con lo externo, el ser humano se halla absorto en el ajetreado «mercado» de las complejidades de la materia, que interactúan constantemente dentro de la creación. Incluso cuando mantiene los ojos cerrados en la oración o está concentrado en otros pensamientos, el hombre permanece en el ámbito de la actividad. El verdadero desierto, donde ningún pensamiento mortal, deseo humano o inquietud puede importunarnos, se encuentra al trascender la mente sensorial, la mente subconsciente y la mente supraconsciente, es decir, al alcanzar la conciencia cósmica del Espíritu, el «desierto» in-creado e inexplorado de la Bienaventuranza Infinita.



Cuando Juan oyó dentro de sí, en el desierto del silencio, el omnisciente Sonido Cósmico, la sabiduría intuitiva le ordenó calladamente: «*Rectificad el camino del Señor*»; manifestad dentro de vosotros al Señor —la Conciencia Crística subjetiva presente en toda la creación cósmica vibratoria— mediante el sentimiento intuitivo que surge cuando, en el estado de éxtasis trascendente, se abren los divinos centros metafísicos de la vida y la conciencia en el camino recto de la espina dorsal.



Entre todas las criaturas, el ser humano es el único cuyo cuerpo posee centros espirituales, en el cerebro y la médula espinal, que están dotados de conciencia divina y en los cuales tiene su templo el Espíritu que ha descendido. Los yoguis conocen estos centros, y también San Juan los conocía y los describió en el libro del Apocalipsis como los siete sellos, y como siete estrellas y siete iglesias, con sus siete ángeles y siete candeleros de oro.



Los tratados de yoga explican el despertar de los centros espinales no como algún tipo de aberración mística sino como un hecho puramente natural, común a todos los devotos que encuentran el camino hacia la presencia de Dios. Los principios del yoga no reconocen los límites artificiales de los «ismos» religiosos. El yoga es la ciencia universal para lograr la divina unión del alma con el Espíritu, del hombre con su Hacedor.

El yoga describe el modo preciso en que el Espíritu desciende de la

Conciencia Cósmica a la materia y se expresa de forma individualizada en todos los seres, y cómo, en sentido inverso, la conciencia individualizada debe finalmente ascender de nuevo hacia el Espíritu.

Muchos son los senderos religiosos y las maneras de acercarse a Dios, pero todos conducen, en última instancia, a una única autopista

### *El yoga y el libro del Apocalipsis*

*«Escribe, pues, lo que has visto: lo que ya es y lo que va a suceder más tarde. La explicación del misterio de las siete estrellas que has visto en mi mano derecha y de los siete candeleros de oro es ésta: las siete estrellas son los ángeles de las siete iglesias, y los siete candeleros son las siete iglesias» (Apocalipsis 1:19-20).*

*«Vi también en la mano derecha del que está sentado en el trono un libro, escrito por el anverso y el reverso, sellado con siete sellos. Y vi a un ángel poderoso que proclamaba con fuerte voz: "¿Quién es digno de abrir el libro y soltar sus sellos?"» (Apocalipsis 5:1-2).*

Los tratados de yoga identifican estos centros (en orden ascendente) del siguiente modo:

- 1) *muladhara* (el centro coccígeo, ubicado en la base de la espina dorsal);
- 2) *svadhisthana* (el centro sacro, unos cinco centímetros por encima del *muladhara*);
- 3) *manipura* (el centro lumbar, en el área opuesta al ombligo);
- 4) *anahata* (el centro dorsal, en el área opuesta al corazón);
- 5) *vishuddha* (el centro cervical, en la base del cuello);
- 6) *ajna* (asiento del ojo espiritual, tradicionalmente localizado a nivel del entrecejo y, en realidad, directamente conectado por polaridad con el bulbo raquídeo);
- 7) *sahasrara* («el loto de mil pétalos», en la parte superior del cerebro).

Los siete centros son salidas o «puertas disimuladas», divinamente planificadas, atravesando las cuales el alma ha descendido al cuerpo y, a través de las cuales, deberá pasar nuevamente cuando ascienda mediante un proceso de meditación. El alma escapa hacia la Conciencia Cósmica subiendo siete peldaños sucesivos. Generalmente, los tratados de yoga consideran sólo a los seis centros inferiores como *chakras* («ruedas», porque la energía concentrada en cada uno de ellos es similar al cubo de una rueda del cual parten rayos de luz y energía vitales), y se refieren por separado al *sahasrara* como el séptimo centro. A los siete centros, sin embargo, a menudo se les llama «lotos» (flores de loto), cuyos pétalos se abren —es decir, se vuelven hacia arriba— en el despertar espiritual, a medida que la vida y la conciencia ascienden por la espina dorsal.

que constituye el ascenso final hacia la unión con Él. El camino para liberar el alma de los lazos que la atan a la conciencia mortal del cuerpo es idéntico para todos: se trata de la misma vía «recta» de la espina dorsal por la cual el alma descendió del Espíritu al cuerpo y la materia<sup>4</sup>.

La verdadera naturaleza del ser humano es el alma, un rayo del Espíritu. Así como Dios es la Dicha siempre existente, siempre consciente y eternamente renovada, así también el alma, al hallarse encerrada en el cuerpo, es la Dicha individualizada siempre existente, siempre consciente y eternamente renovada.

La envoltura corporal del alma tiene una triple esencia. El cuerpo físico, con el cual el hombre se encuentra tan tenaz y afectuosamente identificado, es poco más que materia inerte, un terrón de minerales y sustancias químicas terrestres que están formados por toscos átomos. Toda la energía y fuerza que anima el cuerpo físico la recibe de un radiante cuerpo astral interno constituido por vitatrones. El cuerpo astral, a su vez, recibe sus poderes de un cuerpo causal de conciencia pura, que se encuentra formado por todos los principios ideacionales que estructuran y sostienen los instrumentos corporales físicos y astrales utilizados por el alma para interactuar con la creación de Dios.

Los tres cuerpos están vinculados entre sí y trabajan como uno solo debido a la ligazón entre la fuerza vital y la conciencia en los siete centros espirituales cerebroespinales: un instrumento físico, impulsado por la fuerza vital del cuerpo astral y por la conciencia que proviene de la forma causal. Al residir en el cuerpo trino, el alma adopta las limitaciones del confinamiento y se convierte en la pseudo-alma o ego.

La fuerza vital y la conciencia descienden primero al cuerpo causal de conciencia a través de los centros ideacionales de la espina causal (constituida por conciencia magnetizada) y, desde allí, a los maravillosos centros espinales de luz y energía localizados en el cuerpo astral; luego, descienden al cuerpo físico a través del cerebro y la espina dorsal y se dirigen hacia el exterior por el sistema nervioso, los órganos y los sentidos,

<sup>4</sup> «Habrá allí una senda y un camino, vía sacra se la llamará; no pasará el impuro por ella, ni los necios por ella vagarán. [...] los rescatados la recorrerán. Los redimidos de Yahvé volverán, entrarán en Sión entre aclamaciones, y habrá alegría eterna sobre sus cabezas. ¡Regocijo y alegría les acompañarán! ¡Adiós, penar y suspiros!» (Isaías 35:8-10).

permitiendo así que el ser humano perciba el mundo e interactúe con su entorno material.

El flujo de la fuerza vital y la conciencia que se orienta hacia el exterior a través de la médula espinal y los nervios provoca que el hombre perciba y aprecie únicamente los fenómenos sensoriales. Dado que la atención es lo que dirige las corrientes vitales y la conciencia, en las personas que se entregan en exceso a los sentidos del tacto, olfato, gusto, oído y vista, los «reflectores» de la fuerza vital y la conciencia se hallan enfocados sobre la materia.

Si, en cambio, por medio del autodomínio al meditar, la atención se concentra firmemente en el centro de la percepción divina situado en el entrecejo, los faros de la fuerza vital y de la conciencia invierten su orientación y, al retirarse de los sentidos, revelan la luz del ojo espiritual.

### *El cuerpo astral de energía vital*

En el libro *Vibrational Medicine* [Medicina vibracional] (Bear and Company, Rochester, Vermont, 2001), el Dr. Richard Gerber detalla el descubrimiento científico de la energía electromagnética que forma un patrón organizador para el cuerpo físico: «Harold S. Burr, neuroanatomista de la Universidad de Yale en la década de 1940, estudiaba la configuración de los campos de energía» —que él denominó «campos de la vida» o campos L [de *life*, «vida»]— «existentes en torno a los organismos vivos, tanto vegetales como animales. Parte del trabajo de Burr consistió en estudiar la configuración de los campos eléctricos que rodean a las salamandras. Descubrió que éstas poseen un campo de energía cuyo aspecto se asemeja a la del animal adulto. Comprobó además que este campo contenía un eje eléctrico alineado con el cerebro y la médula espinal. El objetivo de Burr era descubrir en qué momento preciso del desarrollo del animal se originaba este eje eléctrico. Comenzó a trazar el mapa de los campos eléctricos en etapas cada vez más tempranas de la embriogénesis de las salamandras y encontró que el eje se originaba en el óvulo sin fecundar. [...] Burr experimentó también con los campos eléctricos existentes en torno a plántulas muy pequeñas. De acuerdo con sus investigaciones, el campo eléctrico que rodeaba a un brote no poseía la forma de la semilla original, sino que se asemejaba al de la planta adulta».

En *Blueprint for Immortality: The Electric Patterns of Life* [El sello de la inmortalidad: Los patrones eléctricos de la vida] (Saffron Walden, Essex, Inglaterra, 1972), el profesor Burr narra los pormenores de su investigación: «La mayoría de las personas que hayan cursado Ciencias Naturales en la escuela secundaria recordarán que si se esparcen limaduras de hierro sobre una cartulina debajo de la cual se coloca un

[...] A través de este ojo de omnipresencia, el devoto se adentra en los dominios de la conciencia divina.



Valiéndose del método correcto de meditación y la práctica de la devoción, y manteniendo los ojos cerrados y concentrados en el ojo espiritual, el devoto llama a las puertas del cielo. Cuando los ojos se encuentran enfocados e inmóviles, y la respiración y la mente están en calma, comienza a formarse una luz en la frente. Finalmente, gracias a la concentración profunda, la luz tricolor del ojo espiritual empieza a hacerse visible<sup>5</sup>. No basta sólo con ver el ojo único; lo más difícil para

<sup>5</sup> «La lámpara del cuerpo es el ojo. Si tu ojo es único, todo tu cuerpo estará luminoso» (Mateo 6:22).

imán, éstas se distribuirán adoptando la forma de las “líneas de fuerza” del campo magnético, y que si estas limaduras se desechan y se reemplazan por otras, las nuevas limaduras se distribuirán de la misma manera que las anteriores.

»Algo similar —aunque infinitamente más complejo— ocurre en el cuerpo humano. Las moléculas y células del cuerpo se destruyen y reconstituyen de modo permanente con material nuevo proveniente de los alimentos que ingerimos, pero gracias al efecto coordinador del campo I, las nuevas moléculas y células se reconstruyen y distribuyen siguiendo el mismo patrón que las anteriores.

»Las investigaciones modernas con elementos “marcados” han revelado que los materiales que componen nuestro cuerpo y nuestro cerebro se renuevan mucho más a menudo de lo que se creía anteriormente. Por ejemplo, la totalidad de las proteínas del cuerpo es reemplazada por completo cada seis meses y, en algunos órganos como el hígado, la proteína se renueva con una frecuencia mucho mayor. Cuando nos encontramos con un amigo al que no hemos visto durante seis meses, ni una sola de las moléculas de su rostro estaba allí cuando le vimos por última vez. Sin embargo, gracias a su campo I de coordinación, las nuevas moléculas adoptan la disposición del antiguo patrón con el que estamos familiarizados y nos resulta posible reconocer su cara. Antes de que los instrumentos modernos revelaran la existencia de los campos I de coordinación, los biólogos no lograban explicarse cómo nuestros cuerpos “se mantienen en forma” después de atravesar incesantes procesos metabólicos y cambios de sustancias. Ahora el misterio ha sido desvelado; el campo electrodinámico del cuerpo hace las veces de matriz o molde, que conserva la “forma” u ordenamiento de cualquier material que se vierta en él, independientemente de la frecuencia con que se efectúe el reemplazo». (Nota del editor).

el devoto es entrar en esa luz. Sin embargo, al practicar los métodos más elevados de meditación, tales como el *Kriya Yoga*, la conciencia es conducida hacia el interior del ojo espiritual, hacia otro mundo de dimensiones más vastas.

En el halo dorado del ojo espiritual, se percibe la creación entera como la luz vibratoria del Espíritu Santo. La luz azul de la Conciencia Crística es la región donde moran los ángeles y las deidades que actúan como instrumentos de los poderes individualizados de creación, conservación y disolución que emanan de Dios. En esa luz azul también se encuentran los santos más avanzados. A través de la luz blanca del ojo espiritual, el devoto entra en la Conciencia Cósmica y asciende hasta Dios Padre.



Los yoguis de la India (aquellos que buscan la unión con Dios por medio de los métodos formales de la ciencia del yoga) otorgan suprema importancia al hecho de mantener erguida la espina dorsal durante la meditación y concentrarse en el entrecejo. Una columna vertebral que permanece encorvada durante la meditación ofrece verdadera resistencia al proceso por el cual se invierte el curso de las corrientes vitales, e impide que éstas asciendan con fluidez hacia el ojo espiritual. Una espina dorsal que no esté erguida desalinea las vértebras y ocasiona el pinzamiento de los nervios, de modo que deja atrapada la fuerza vital en su acostumbrado estado de conciencia corporal e inquietud mental.

El pueblo de Israel buscaba al Cristo en un cuerpo físico; por eso, Juan el Bautista les aseguró que vendría alguien en quien el Cristo se haría manifestado, pero también les dijo sutilmente que todo aquel que quisiera en verdad conocer a Cristo debía recibirlo elevando su conciencia a través de la espina dorsal en la meditación («*el camino del Señor*»).

Juan señalaba que el mero hecho de adorar el cuerpo de Cristo Jesús no era la vía para conocerle. La Conciencia Crística encarnada en Jesús sólo podía experimentarse mediante el despertar de los centros astrales de la espina dorsal, el camino recto de ascenso a través del cual era posible percibir de forma intuitiva la metafísica Conciencia Crística presente en el cuerpo de Jesús.

Las palabras del profeta Isaías, reiteradas por Juan el Bautista, muestran que ambos sabían que el Señor subjetivo de la Creación Vibratoria Finita, o Conciencia Crística, podía recibirse en la conciencia de todo ser humano sólo a través del camino recto de la espina dorsal que ha «despertado» como consecuencia de la meditación.

Isaías, Juan, los yoguis: todos ellos saben que para recibir la Conciencia Crística no basta el simple contacto físico con una persona que se halle en estado crístico. Es preciso saber cómo meditar, cómo desconectar la atención de las distracciones causadas por los sentidos y mantener la conciencia enfocada en el altar del ojo espiritual, donde la Conciencia Crística puede recibirse en toda su gloria<sup>6</sup>.



Todas las religiones verdaderas conducen a Dios, pero algunos senderos implican mayor demora, en tanto que otros son más cortos. Sin importar cuál de las religiones dispuestas por Dios sea la que uno siga, las creencias de todas ellas se fundirán en una única e idéntica experiencia común de Dios. El yoga es el sendero unificador que transitan todos los buscadores religiosos a medida que se acercan, finalmente, a Dios. Antes de que uno pueda llegar a Él, debe existir el «arrepentimiento» que aparta de la ilusoria materia a la conciencia y la dirige hacia el reino de Dios que mora en nuestro interior. Este recogimiento de la conciencia lleva la fuerza vital y la mente hacia dentro, con el fin de que éstas asciendan a través de los centros de espiritualización situados en la espina dorsal hasta alcanzar los estados supremos de la realización divina. La unión final con Dios y las etapas que comprende esta unión son universales. Esto es el yoga, la ciencia de la religión. Las sendas laterales divergentes habrán de confluir en la autopista de Dios; y esa autopista pasa por la espina dorsal: el camino por el cual se trasciende la conciencia del cuerpo y se entra en el infinito reino de Dios.



<sup>6</sup> Cualquiera que fuese la estrella del cielo que pudiera haberles indicado a los magos de Oriente el nacimiento de Jesús, ellos supieron acerca de la venida de Cristo Jesús a la tierra por medio de una «estrella de Oriente» más poderosa: la omnisciente luz del ojo espiritual, que manifiesta la divina percepción intuitiva del alma y se encuentra al «Este» del cuerpo —en un sutil centro espiritual de Conciencia Crística situado en la frente, entre ambos ojos físicos.



La verdad y la sabiduría espirituales no se hallan en las palabras de algún sacerdote o predicador, sino en el «desierto» del silencio interior. Las escrituras sánscritas dicen: «Sabios hay muchos, cada uno con su propia interpretación de lo espiritual y de las escrituras, que aparentemente contradice la de los demás; pero el verdadero secreto de la religión se encuentra oculto en una cueva». La verdadera religión mora en nuestro interior, en la cueva de la quietud, en la cueva de la serena sabiduría intuitiva, en la cueva del ojo espiritual. Cuando nos concentramos en el entrecejo y ahondamos en las calmadas profundidades del luminoso ojo espiritual, podemos hallar respuesta a todos los interrogantes de índole religiosa que albergamos en el corazón. *«Pero el Paráclito, el Espíritu Santo [...] os lo enseñará todo» (Juan 14:26).*

### El yoga confiere el verdadero bautismo en el Espíritu

El camino de la ascensión quedó de manifiesto en el bautismo de Jesús. Como se relata en el Evangelio según San Mateo:

*«Una vez bautizado Jesús, salió luego del agua; y en esto se abrieron los cielos y vio al Espíritu de Dios que bajaba como una paloma y venía sobre él. Y una voz que salía de los cielos decía: “Éste es mi Hijo amado, en quien me complazco”» (Mateo 3:16-17).*

Cuando se recibe el bautismo por inmersión en la luz del Espíritu, se puede entender la relación que guarda el ojo espiritual microcósmico del cuerpo con la luz del Espíritu que desciende como la Trinidad Cósmica. En el bautismo de Jesús, este descenso se describe metafóricamente: «el Espíritu que bajaba como una paloma y venía sobre él». La paloma simboliza el ojo espiritual, y el devoto que medita con profundidad lo ve en el centro cósmico, situado en la frente, entre los dos ojos físicos.

Este ojo de luz y conciencia aparece como un halo dorado (la Vibración del Espíritu Santo) que rodea una esfera de luz azul opalescente (la Conciencia Cósmica) en cuyo centro se encuentra una estrella de luz blanca y brillante de cinco puntas (el portal que conduce a la Conciencia Cósmica del Espíritu).

La luz trina de Dios del ojo espiritual está simbolizada por una paloma porque brinda paz eterna. Además, mirar el ojo espiritual produce,



en la conciencia del hombre, la pureza significada por la paloma.

El pico de la paloma simbólica representa la estrella del ojo espiritual, el pasaje secreto hacia la Conciencia Cósmica. Las dos alas representan las dos esferas de conciencia que emanan de la Conciencia Cósmica: la luz azul del ojo espiritual es el microcosmos de la Inteligencia Crística subjetiva presente en toda la creación, y el anillo dorado de luz es el microcosmos de la energía cósmica objetiva (la Vibración Cósmica o Espíritu Santo).



Durante el bautismo por el Espíritu en la forma de Espíritu Santo tal como lo experimentó Jesús, él vio que la luz del ojo espiritual descendía de la Luz Divina macrocósmica; y de allí provenía la voz de *Om*, el sonido celestial inteligente y creador de todas las cosas, que vibraba como voz inteligible:

«Tú eres mi Hijo, ya que has elevado tu conciencia por encima de las limitaciones del cuerpo y de toda la materia con el objeto de percibirte a ti mismo en unidad con mi perfecto reflejo, mi imagen unigénita, inmanente en todo lo manifestado. Yo soy la Bienaventuranza, y expreso mi gozo en el regocijo que sientes al sintonizarte con mi Omnipresencia».

Jesús experimentó la sintonía de su conciencia con la Conciencia Crística, el reflejo «unigénito» de la Inteligencia de Dios Padre presente en la Sagrada Vibración: primero, sintió su cuerpo como la totalidad de la creación vibratoria, en la cual su pequeño cuerpo estaba incluido; luego, dentro de su cuerpo cósmico constituido por la creación entera, percibió su unidad con la innata Presencia de Dios en el aspecto de Cristo Infinito o Inteligencia Universal —un aura magnética de bienaventurado Amor Divino en la cual la presencia de Dios sostiene a todos los seres.



En la meditación más profunda, tal como la practican quienes se hallan avanzados en la técnica de *Kriya Yoga*, el devoto experimenta no sólo una expansión de la vibración de *Om* («la voz que salía de los cielos»), sino que comprueba además que le es posible seguir la luz microcósmica del Espíritu por el «camino recto» de la espina dorsal hacia la luz del ojo espiritual («la paloma que baja desde los cielos»). [...]

A través de los ojos físicos, el ser humano ve únicamente su cuerpo y una pequeña porción del mundo. Sin embargo, la conciencia se expande al recibir el bautismo o iniciación espiritual de un verdadero gurú. Todo aquel que, a semejanza de Jesús, pueda ver la paloma espiritual posarse sobre él —es decir, que pueda contemplar el ojo espiritual de omnisciencia omnipresente— y, como resultado de perseverar en la meditación cada vez más profunda, logre adentrarse en su luz, percibirá la totalidad del reino de la Energía Cósmica y la conciencia de Dios existente en dicho reino y más allá, en la Infinita Bienaventuranza del Espíritu<sup>7</sup>.

<sup>7</sup> En *Autobiografía de un yogui*, Paramahansa Yogananda escribió: «La ilusión del mundo, *maya*, al manifestarse en el individuo se denomina *avidya*, que literalmente significa “ausencia de conocimiento”, ignorancia, ilusión. *Maya* o *avidya* no pueden ser destruidas por medio de la convicción intelectual o del análisis, sino únicamente al alcanzar el estado interior de *nirbikalpa samadhi*. Los profetas del Antiguo Testamento y los videntes de todos los países y de todas las épocas hablaron desde ese estado de conciencia.

»Ezequiel dijo: “*Me condujo luego hacia el pórtico, el pórtico que miraba a Oriente, y entonces la gloria del Dios de Israel llegaba de la parte de Oriente, con un ruido como el ruido de muchas aguas, y la tierra resplandecía de su gloria*”. A través del ojo divino situado en la frente (el Oriente), el yogui sumerge su conciencia en la omnipresencia, oyendo la Palabra u *Om*, el sonido divino de “muchas aguas”: las vibraciones de la luz, que constituyen la única realidad de la creación».



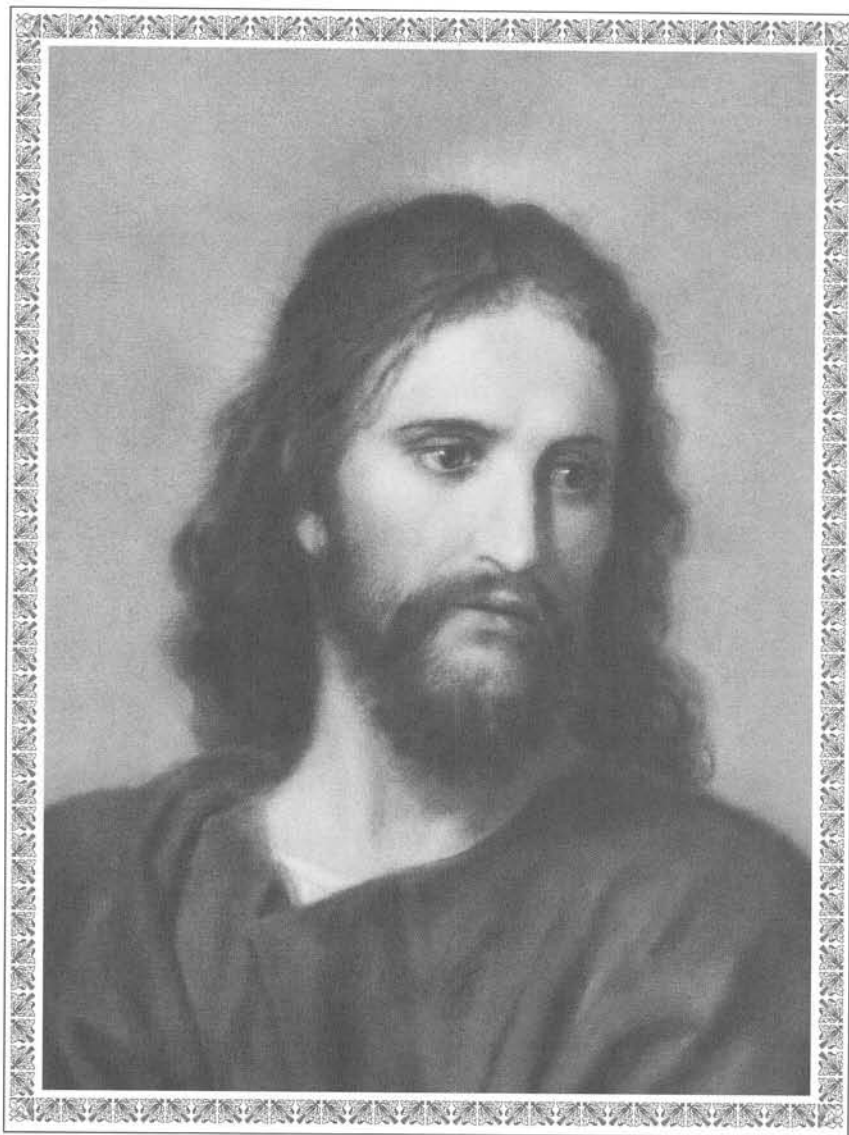
## PARTE II

---

# ¿«UN SOLO CAMINO» O UN CAMINO UNIVERSAL?

*Las enseñanzas de Jesús  
acerca de «nacer de nuevo»,  
alcanzar el cielo y «creer en su nombre»*

---



### Cristo a los 33 años

*«A vosotros se os ha dado conocer los misterios del Reino de los Cielos...».*

## CAPÍTULO 4

# El «segundo nacimiento»: el despertar de la facultad intuitiva del alma

### La verdad oculta en las parábolas de Jesús

«Y acercándose los discípulos le dijeron: “¿Por qué les hablas en parábolas?”. Él les respondió: “Es que a vosotros se os ha dado conocer los misterios del Reino de los Cielos, pero a ellos no. [...] Por eso les hablo en parábolas, porque viendo no ven, y oyendo no oyen ni entienden”» (Mateo 13:10-11, 13).

Cuando los discípulos le preguntaron a Jesús por qué enseñaba a la gente por medio de las sutiles imágenes de las parábolas, él les respondió: «Porque ha sido decretado que vosotros, que sois mis verdaderos discípulos, que vivís una vida espiritual y guiáis vuestras acciones de acuerdo con mis enseñanzas, merecéis, en virtud de vuestro despertar interior en la meditación, comprender la verdad de los arcanos del cielo y el modo de alcanzar el reino de Dios, es decir, la Conciencia Cósmica oculta tras la creación vibratoria de la ilusión cósmica.

»Pero las personas comunes, cuya receptividad es todavía insuficiente, no están capacitadas para comprender o practicar las verdades más profundas de la sabiduría. Según su entendimiento, captan de las parábolas las verdades más sencillas contenidas en la sabiduría que yo les comunico. Mediante la aplicación práctica de lo que son capaces de recibir, realizan cierto progreso hacia la redención». [...]

¿Cómo es que perciben la verdad aquellos que son receptivos, en tanto que quienes no lo son «viendo no ven, y oyendo no oyen ni entienden»? Las verdades fundamentales relacionadas con el cielo y el reino de Dios, la realidad que se encuentra en el trasfondo de la percepción sensorial y más allá de las reflexiones de la mente racional, sólo pueden

captarse a través de la intuición, es decir, mediante el despertar del saber intuitivo, o comprensión pura, del alma.



*«Había entre los fariseos un hombre llamado Nicodemo, magistrado judío. Fue éste a Jesús de noche y le dijo: “Rabí, sabemos que has venido de Dios como maestro, porque nadie puede realizar los signos que tú realizas si Dios no está con él”.*

*»Jesús le respondió: “En verdad, en verdad te digo: el que no nazca de nuevo no puede ver el Reino de Dios”.*

*»Dícele Nicodemo: “¿Cómo puede uno nacer siendo ya viejo? ¿Puede acaso entrar otra vez en el seno de su madre y nacer?”.*

*»Respondió Jesús: “En verdad, en verdad te digo: el que no nazca de agua y de Espíritu no puede entrar en el Reino de Dios. Lo nacido de la carne, es carne; lo nacido del Espíritu, es espíritu. No te asombres de que te haya dicho: Tenéis que nacer de nuevo. El viento sopla donde quiere, y oyes su voz, pero no sabes de dónde viene ni a dónde va. Así es todo el que nace del Espíritu”» (Juan 3:1-8).*

Nicodemo visitó a Jesús en secreto, durante la noche, porque temía las críticas de la sociedad. Acercarse al controvertido maestro y expresar su fe en la divina estatura de Jesús constituyó un acto de valor por parte de quien ocupaba una posición tan encumbrada. Reverentemente, afirmó su convicción de que sólo un maestro que experimentase la verdadera comunión con Dios podía tener dominio de las leyes superiores que gobiernan la vida interior de todos los seres y de todas las cosas.

En respuesta, Cristo dirigió la atención de Nicodemo directamente hacia la celestial Fuente de todos los fenómenos de la creación —tanto mundanos como «milagrosos»— y señaló de manera sucinta que cualquier persona puede establecer contacto con esa Fuente y conocer las maravillas que proceden de ella —como Jesús mismo lo hacía— si experimenta el «segundo nacimiento»: el nacimiento espiritual del despertar intuitivo del alma.

Las multitudes, que tan sólo albergaban una curiosidad superficial y se sentían atraídas por el despliegue de poderes fenoménicos, recibían una porción ínfima del tesoro de sabiduría de Jesús; en cambio, la

manifiesta sinceridad de Nicodemo le permitió obtener del maestro una guía precisa que hacía énfasis en el Poder y el Objetivo Supremos en los cuales debe concentrarse el hombre. Los milagros de la sabiduría que iluminan la mente son superiores a los de la curación física y a los del dominio sobre la naturaleza; pero aún mayor es el milagro que consiste en la curación de la causa original de toda forma de sufrimiento: la engañosa ignorancia que eclipsa la unidad del alma humana con Dios. Ese olvido primordial puede desterrarse sólo mediante la realización del Ser, a través del poder intuitivo con que el alma percibe de manera directa su propia naturaleza como Espíritu individualizado y siente al Espíritu como la esencia de todas las cosas.

Todas las religiones del mundo auténticamente reveladas se basan en el conocimiento intuitivo. Cada una de ellas tiene una particularidad exotérica o externa y una esencia esotérica o interna. El aspecto exotérico es su imagen pública, constituida por preceptos morales y un conjunto de doctrinas, dogmas, razonamientos, normas y costumbres que tienen como propósito servir de guía al común de los seguidores. El aspecto esotérico consiste en ciertos métodos que se concentran en la comunión real del alma con Dios. El aspecto exotérico es para las multitudes; el esotérico, para aquellos pocos que cuentan con verdadero fervor. Es el aspecto esotérico de la religión el que conduce a la intuición, al conocimiento directo de la Realidad.

El sublime *Sanatana Dharma* de la filosofía védica de la antigua India —resumido en los Upanishads y en los seis sistemas clásicos de conocimiento metafísico, e incomparablemente sintetizado en el *Bhagavad Guita*— está basado en la percepción intuitiva de la Realidad Trascendental. El budismo, con sus diversos métodos de lograr el control de la mente y profundizar en la meditación, aboga por el conocimiento intuitivo para alcanzar la trascendencia del nirvana. El sufismo del islam tiene su fundamento en la intuitiva experiencia mística del alma<sup>1</sup>. Dentro de la religión judía, hay enseñanzas esotéricas basadas en la experiencia interior de la Divinidad, de lo cual existe copiosa evidencia en el legado de los profetas bíblicos iluminados por Dios. Las enseñanzas de Cristo

<sup>1</sup> Véase el libro *Wine of the Mystic: The Rubaiyat of Omar Khayyam—A Spiritual Interpretation*, cuyo autor es Paramahansa Yogananda (publicado por *Self-Realization Fellowship*).

expresan plenamente esa realización. El libro del Apocalipsis, escrito por el apóstol Juan, constituye una notable revelación de las más profundas verdades que, revestidas de metáforas, se presentan ante la percepción intuitiva del alma.



El «segundo nacimiento», sobre cuya necesidad habla Jesús, nos permite entrar en los dominios de la percepción intuitiva de la verdad. Aun cuando al escribir el Nuevo Testamento no se utilizó la palabra «intuición», pueden hallarse en él abundantes referencias al conocimiento intuitivo. De hecho, los 21 versículos en los que se describe la visita de Nicodemo presentan, en forma de condensados epigramas —tan característicos de la escritura oriental—, un completo resumen de las enseñanzas esotéricas de Jesús sobre la manera práctica de obtener el infinito reino de la bienaventurada conciencia divina.

Estos versículos han sido interpretados, por lo general, como una confirmación de doctrinas tales como la que afirma que el bautismo del cuerpo por el agua es un requisito esencial para entrar en el reino de Dios después de la muerte (*Juan 3:5*), que Jesús es el único «hijo de Dios» (*Juan 3:16*), que la mera «creencia» en Jesús es suficiente para la salvación y que todos aquellos que no creen ya están condenados (*Juan 3:17-18*).

Semejante interpretación exotérica de las escrituras hace que la universalidad de la religión quede sepultada en el dogma. Sin embargo, la comprensión de la verdad esotérica revela un panorama de unidad.



*«En verdad, en verdad te digo: el que no nazca de nuevo no puede ver el Reino de Dios».*

Las palabras elegidas por Jesús constituyen una indicación de que estaba familiarizado con la doctrina espiritual de la reencarnación, doctrina originaria de Oriente. Uno de los significados que pueden inferirse de este precepto es que el alma debe nacer repetidas veces en diversos cuerpos hasta despertar nuevamente a la realidad y conocer su innata perfección. Creer que con la muerte del cuerpo el alma accede de modo automático a una eterna existencia angélica en el cielo es una esperanza



infundada. En tanto no alcances la perfección, eliminando del alma (la imagen individualizada de Dios) los escombros del karma (los resultados de tus propias acciones), no podrás entrar en el reino de Dios<sup>2</sup>. Una persona común, que sin cesar crea nuevas ataduras kármicas mediante sus acciones erróneas y deseos materialistas —que se suman a los efectos acumulados de numerosas encarnaciones anteriores—, no puede liberar su alma en el lapso de una sola vida. Para deshacer todos los impedimentos kármicos que obstruyen la intuición del alma (el conocimiento puro sin el cual es imposible «*ver el Reino de Dios*»), son necesarias muchas vidas de evolución física, mental y espiritual.

El significado más importante de las palabras de Jesús a Nicodemo va más allá del hecho de que son una referencia implícita a la reencarnación. Esto resulta evidente en la petición de Nicodemo de recibir una explicación adicional acerca de cómo podía un *adulto* alcanzar el reino de Dios: ¿Acaso debe entrar de nuevo en el seno materno y volver a nacer? En los versículos siguientes, Jesús expone en detalle el modo en que una persona puede «*nacer de nuevo*» en su actual encarnación: cómo el alma identificada con el cuerpo y las limitaciones de los sentidos es capaz de obtener, por medio de la meditación, un nuevo nacimiento en la Conciencia Cósmica.



«*El que no nazca de agua y de Espíritu no puede entrar en el Reino de Dios*».

«Nacer de agua» se interpreta, en general, como un imperativo para efectuar el ritual externo del bautismo por agua —un renacimiento simbólico—, con el objeto de ser dignos del reino de Dios después de la muerte. Sin embargo, Jesús no aludía a un re-nacimiento que implicara el uso de agua. En este pasaje, «agua» significa «protoplasma». El cuerpo está constituido en su mayoría por agua y comienza su existencia terrenal en el líquido amniótico del útero materno. Aun cuando el alma debe pasar por el proceso natural de nacimiento que Dios ha establecido a través de sus leyes biológicas, el nacimiento físico no es suficiente para que

<sup>2</sup> «*Vosotros, pues, sed perfectos como es perfecto vuestro Padre celestial*» (Mateo 5:48).

el ser humano sea digno de contemplar el reino de Dios o entrar en él.

La conciencia ordinaria se halla ligada a la carne, y el hombre puede ver, por medio de los ojos físicos, sólo lo que hay dentro de esta diminuta casa de muñecas que es la Tierra y el cielo estrellado que la rodea. A través de las pequeñas ventanas externas de los cinco sentidos, las almas que se encuentran atadas al cuerpo no perciben ninguna de las maravillas que están más allá de la limitada materia.

Cuando una persona viaja en avión a gran altura, no ve fronteras, sino sólo el ilimitado espacio y los despejados cielos sin fin. Sin embargo, si se halla encerrada en una habitación, rodeada de paredes sin ventanas, pierde la visión de la inmensidad.

De manera similar, cuando el alma del hombre debe abandonar la infinitud del Espíritu para confinarse en un cuerpo mortal sujeto a las limitaciones de los sentidos, sus experiencias externas se circunscriben a las restricciones de la materia. Por ese motivo, Jesús aludió al hecho de que sólo podemos ver y conocer aquello que nos permiten los limitados instrumentos de los sentidos y del raciocinio, como afirman los científicos modernos.

Así como a través de un telescopio de sólo cinco centímetros de diámetro no es posible apreciar en detalle las estrellas distantes, así también Jesús explicaba que el ser humano no puede ver ni saber nada del reino celestial de Dios mediante el mero uso del poder no amplificado de su mente y sus sentidos. Por el contrario, un telescopio de cinco metros le permite al hombre escudriñar las vastas extensiones del espacio poblado de estrellas; de manera semejante, al desarrollar el sentido de la intuición a través de la meditación, el ser humano es capaz de contemplar los reinos causal y astral de Dios —donde nacen los pensamientos, las estrellas y las almas— y puede entrar en ellos.

Jesús señala que una vez que el alma humana se encarna —es decir, que nace del agua o protoplasma—, el hombre debe perfeccionarse a fin de trascender las imposiciones mortales del cuerpo. Por medio del despertar de su «sexto sentido» (la intuición) y de la apertura del ojo espiritual, su conciencia iluminada puede entrar en el reino de Dios. En este segundo nacimiento, el cuerpo no cambia, pero la conciencia del alma, en vez de hallarse atada al plano material, es libre para vagar por

el imperio eternamente gozoso y sin fronteras del Espíritu.

La intención de Dios era que sus hijos humanos vivieran en la tierra conscientes del Espíritu que anima la creación entera, y disfrutasen así de su drama onírico como si fuera un entretenimiento cósmico. De entre todas las criaturas, sólo el cuerpo del ser humano, por tratarse de una creación especial de Dios, fue dotado de los instrumentos y habilidades que son necesarios para expresar en su totalidad las divinas potencialidades del alma. Sin embargo, debido al engaño de Satanás, el hombre ignora sus atributos más elevados y permanece apegado a la limitada forma carnal y sujeto a la mortalidad.

En su manifestación como almas individualizadas, el Espíritu desarrolla progresivamente su poder de conocimiento a través de las sucesivas etapas de la evolución: como respuesta subconsciente en los minerales, como sensibilidad en la vida vegetal, como conocimiento sensible e instintivo en los animales, como intelecto, raciocinio e intuición introspectiva no desarrollada en el hombre y como intuición pura en el superhombre.

Se dice que, después de atravesar las sucesivas etapas de la evolución ascendente durante ocho millones de vidas como un hijo pródigo, a lo largo de los ciclos de las encarnaciones, el alma por fin adquiere un nacimiento humano. En el principio, los seres humanos eran hijos inmaculados de Dios. A excepción de los santos, nadie ha experimentado la divina conciencia de la que disfrutaban Adán y Eva. A partir de la caída original, fruto del mal uso de su independencia, el hombre ha perdido ese estado de conciencia al haberse equiparado y asociado con el ego carnal y los deseos mortales relacionados con dicho ego. No son pocas las personas que más parecen animales movidos por el instinto que seres humanos que responden al intelecto. Su mente es tan materialista que, cuando se les habla acerca de comida, sexo o dinero, comprenden y responden por medio de un acto reflejo, como el famoso perro de Pavlov que segregaba saliva. Pero si alguien trata de hacerlas participar de un intercambio filosófico coherente acerca de Dios o del misterio de la vida, reaccionan con ignorante estupefacción como si su interlocutor no estuviera en su sano juicio.

El hombre espiritual intenta liberarse de la materialidad que le hace

vagabundear como un hijo pródigo por el laberinto de las encarnaciones; pero el hombre común no desea otra cosa que mejorar las condiciones de su existencia terrenal. Así como el instinto confina a los animales a un territorio comprendido dentro de límites preestablecidos, así también la razón impone sus propias restricciones a aquellos seres humanos que no procuran convertirse en superhombres mediante el desarrollo de su intuición. El individuo que sólo rinde culto al raciocinio y no es consciente de que dispone del poder de la intuición —el único que le permite conocerse a sí mismo como alma— permanece en un estado que supera escasamente al de un animal racional; ha perdido el contacto con la herencia espiritual que es su derecho de nacimiento.



El cuerpo nacido de la carne tiene las limitaciones de la carne, en tanto que el alma, nacida del Espíritu, posee en potencia poderes ilimitados. Por medio de la meditación, la conciencia del hombre se transfiere del cuerpo al alma y, a través del poder de la intuición del alma, el ser humano ya no se percibe a sí mismo como un cuerpo mortal —un fenómeno de naturaleza objetiva— sino como la conciencia inmortal que, aunque mora en dicho cuerpo, está unida a la Divina Esencia que se encuentra más allá de lo fenoménico.



El ser humano continúa firmemente convencido de que es en esencia un cuerpo, aun cuando a diario recibe demostraciones de lo contrario. Cada noche durante el sueño («la pequeña muerte»), desecha su identificación con la forma física y renace como conciencia invisible. ¿Por qué el hombre siente el impulso de dormir? El sueño es un recordatorio de lo que se encuentra más allá del estado de sueño: el estado del alma. La existencia material sería insoportable si no se tuviese, al menos, un contacto subconsciente con el alma, el cual es proporcionado por el sueño.

Durante la noche, el ser humano se despoja del cuerpo para sumergirse en el subconsciente y se convierte en un ángel; durante el día, se convierte una vez más en un demonio, divorciado del Espíritu por causa de los deseos y las sensaciones del cuerpo. Mediante la técnica de *Kriya Yoga*, puede volverse un dios durante el día, al igual que Cristo y los

grandes maestros; trascenderá el subconsciente hasta alcanzar la supraconciencia y disolverá la conciencia del cuerpo en el éxtasis de Dios. Quien pueda lograr esta transformación habrá nacido de nuevo.



Esta tierra es el hábitat de los problemas y del sufrimiento; por el contrario, el reino de Dios que está más allá de este plano material es la morada de la libertad y de la bienaventuranza. El alma del hombre que se encuentra en el proceso del despertar ha seguido un camino arduamente conquistado, a lo largo de numerosas encarnaciones de evolución ascendente, con el propósito de llegar a la etapa de ser humano y tener la posibilidad de reclamar su divinidad perdida. Y, sin embargo, ¡cuántos nacimientos humanos se han desperdiciado por permanecer absortos en la comida, el dinero, la gratificación del cuerpo y las emociones egoístas! Cada persona debería preguntarse cómo está empleando los preciosos momentos de su presente encarnación. Con el tiempo, el cuerpo de todos los seres humanos termina decaendo dolorosamente. ¿No es preferible, acaso, separar el alma de la conciencia del cuerpo y mantener el cuerpo como un templo del Espíritu? ¡Oh alma!, tú no eres el cuerpo. ¿Por qué no recordar siempre que eres el Espíritu de Dios?<sup>3</sup>

Jesús dijo que es preciso reestablecer nuestra conexión con la Eternidad; hemos de nacer de nuevo. El hombre debe seguir la tortuosa senda de las reencarnaciones hasta agotar su karma, o bien —mediante una técnica como el *Kriya Yoga* y la ayuda de un verdadero gurú— despertar la divina facultad de la intuición y reconocerse como alma, es decir, nacer de nuevo en el Espíritu. Por el último método mencionado, puede ver el reino de Dios y entrar en él en esta vida.

Tarde o temprano, después de un mayor o menor número de penosas encarnaciones, el alma de cada hombre clamará a gritos recordándole que su hogar no se encuentra aquí, y él comenzará con sincera determinación a volver sobre sus pasos para regresar a su legítimo reino celestial. Cuando alguien tiene un anhelo intenso de conocer la Verdad, Dios le envía un maestro, a través de cuya devoción y realización el Señor implanta su amor en el corazón de esa persona.

<sup>3</sup> «¿No sabéis que sois templo de Dios y que el Espíritu de Dios habita en vosotros?» (I Corintios 3:16).

El nacimiento como ser humano lo recibimos de nuestros padres; el nacimiento espiritual, en cambio, lo concede un gurú enviado por Dios. En la tradición védica de la antigua India, al bebé recién nacido se le denomina *kayastha*, que significa «identificado con el cuerpo». Los ojos físicos, que miran hacia la tentadora materia, son un legado de los padres físicos; pero en el momento de la iniciación (el bautismo espiritual), es el gurú quien abre el ojo espiritual. Por medio de la ayuda del gurú, el iniciado aprende a utilizar el ojo telescópico para contemplar el Espíritu y se convierte, entonces, en un *dwija*, «nacido dos veces» (la misma terminología metafísica empleada por Jesús). Comienza así su avance hasta alcanzar el estado de *brahmin*, aquel que conoce a Brahman o el Espíritu.

El alma vinculada a la materia, al elevarse hasta el Espíritu a través del contacto con Dios, nace por segunda vez, en el Espíritu. Lamentablemente, incluso en la India esta iniciación para pasar de la conciencia del cuerpo a la conciencia espiritual se ha transformado en una simple formalidad, en una ceremonia de castas que llevan a cabo sacerdotes comunes durante la iniciación de los jóvenes *brahmines*, lo cual equivale al ritual simbólico del bautismo con agua. No obstante, Jesús, al igual que los grandes maestros hindúes de los tiempos antiguos y modernos, confería el bautismo real del Espíritu, «*con Espíritu Santo y fuego*». Un verdadero gurú es aquel que puede modificar las células cerebrales del discípulo mediante la corriente espiritual que fluye desde Dios a través de la conciencia iluminada del gurú. Quienquiera que se halle en sintonía —que medite sincera y profundamente y aprenda a enviar la corriente divina hacia las células cerebrales, como ocurre en la técnica de *Kriya Yoga*— percibirá ese cambio. El alma se encuentra atada al cuerpo mediante las cuerdas del karma, trenzadas por vidas enteras de deseos, comportamientos y hábitos materiales. Sólo la acción de la corriente vital puede transformar la vida de una persona, al destruir esos millones de registros kármicos. Se nace, entonces, de nuevo; el alma abre la ventana interior de su identidad con el Espíritu y comienza a percibir la maravillosa omnipresencia de Dios.

Así pues, «*nacer de nuevo*» significa mucho más que el simple hecho de convertirse en miembro de una iglesia y recibir el bautismo en una

ceremonia. La mera creencia no le asegura al alma un lugar permanente en el cielo después de la muerte; es preciso lograr la comunión con Dios ahora. Los seres humanos se vuelven ángeles en la tierra, no en el cielo. Cualquiera que sea el punto en que una persona interrumpa su progreso espiritual debido a la llegada de la muerte, desde ese mismo punto deberá comenzar, una vez más, en la siguiente encarnación. Después de dormir, continúas siendo el mismo que antes del sueño; después de morir, seguirás siendo el mismo que antes del fallecimiento.

Por este motivo, Cristo y los grandes maestros señalan que es necesario convertirse en santo antes de que llegue el sueño de la muerte. No se puede lograr tal transformación si se llena la mente de apegos mortales y distracciones inútiles. Aquel que está ocupado en acumular tesoros en la tierra no se encuentra centrado en Dios; quien se halla absorto en Dios no desea tener en su vida demasiadas actividades infructuosas. Sólo liberándose de los deseos terrenales es posible acceder al reino de Dios. El Señor espera con paciencia el cien por ciento de la devoción del hombre; a quienes le buscan diligentemente cada día y cumplen sus mandamientos, comportándose conforme a la divina naturaleza de su alma, Él les abre el portal que conduce al reino de su presencia.

Aunque escuchara un sinfín de conferencias sobre la luz del sol y las bellezas del paisaje, no podría ver éstas si mis ojos se encontrasen cerrados. De igual manera, la gente no verá a Dios —que es omnipresente— en tanto no abra el ojo espiritual de la percepción intuitiva. Cuando el ser humano sea capaz de percibir que no es un cuerpo mortal sino una chispa del Espíritu Infinito revestida de un cúmulo de energía vital, podrá contemplar el reino de Dios. Comprenderá que su cuerpo y el universo no están constituidos de la materia que mantiene cautiva al alma, sino de energía y de conciencia, expansivas e indestructibles. La ciencia ha demostrado esta verdad, y cada individuo tiene la posibilidad de experimentarla por sí mismo: por medio del *Kriya Yoga*, puede lograr la inquebrantable percepción de que él es esa gran Luz y Conciencia del Espíritu.

¡Oh ser humano!, ¿cuánto tiempo más seguirás siendo un animal racional? ¿Cuánto tiempo más continuarás intentando infructuosamente escudriñar las inconmensurables regiones de la creación a través sólo de

la mirada miope de los sentidos y de la razón? ¿Cuánto tiempo más permanecerás atado a la satisfacción de las exigencias propias del hombre animal? ¡Despójate de los grilletes que te mantienen prisionero! Toma conciencia de que eres inmortal y de que cuentas con poderes y facultades ilimitados. ¡No sigas ya soñando el sueño antiguo del animal racional! ¡Despierta! ¡Eres el hijo de la inmortalidad, dotado de intuición!



## CAPÍTULO 5

# Cómo «elear al Hijo del hombre» al estado de Conciencia Divina

«Respondió Nicodemo: “¿Cómo puede ser eso?”. Jesús le respondió: “Tú eres maestro en Israel y ¿no sabes estas cosas? En verdad, en verdad te digo: nosotros hablamos de lo que sabemos y damos testimonio de lo que hemos visto, pero vosotros no aceptáis nuestro testimonio. Si al deciros cosas de la tierra, no creéis, ¿cómo vais a creer si os digo cosas del cielo?»

»Nadie ha subido al cielo sino el que bajó del cielo, el Hijo del hombre, que está en el cielo\*. Y como Moisés elevó la serpiente en el desierto, así tiene que ser elevado el Hijo del hombre, para que todo el que crea tenga en él la vida eterna [y no perezca]”» (Juan 3:9-15).

Al dirigirse a Nicodemo, Jesús señaló que el solo hecho de desempeñar el cargo ceremonial de maestro de la casa de Israel no le garantizaba la comprensión de los misterios de la vida. A menudo, se otorgan dignidades religiosas a ciertas personas en virtud de su conocimiento intelectual de las escrituras, pero sólo se puede obtener una comprensión total de las profundidades esotéricas de la verdad por medio de la experiencia intuitiva.

«Nosotros hablamos de lo que sabemos» implica un conocimiento más profundo que la información que puede obtenerse a través del intelecto y del raciocinio, que dependen de los sentidos. Dado que estos últimos son limitados, también lo es el entendimiento intelectual. Los sentidos y la mente son los portales externos por los cuales el conocimiento se introduce en la conciencia. El conocimiento humano penetra por medio de los sentidos, y la mente lo interpreta. Si los sentidos se equivocan en lo que perciben, la conclusión que el entendimiento obtenga a partir de esa información será también incorrecta.

Una tela de gasa blanca que ondea a la distancia puede parecer un fantasma, y una persona supersticiosa tal vez crea que lo es; pero una observación más detenida revelará que esa conclusión es errónea. Los sentidos y el entendimiento son fácilmente víctimas del engaño porque no captan la verdadera naturaleza, ni el carácter, ni la sustancia esenciales de todo lo creado.

Jesús, en virtud de su intuición, poseía un conocimiento pleno del noúmeno que sostiene el funcionamiento del cosmos y la diversidad de la vida. Por esa razón, pudo decir con autoridad: «Nosotros sabemos».

Jesús se hallaba en sintonía con el gran plan de manifestación que subyace en el espacio entero y que está más allá de la visión terrenal. A las mentes beligerantes, no podía hablarles sin reservas acerca de las percepciones omnipresentes que experimentaba; ¡incluso fue crucificado a causa de las verdades que pronunció! Él le dijo a Nicodemo: «Si te hablo acerca de temas concernientes a las almas humanas cuya presencia es visible en la tierra, y sobre el modo en que éstas pueden entrar en el reino de Dios, y no crees, ¿cómo podrás, entonces, creerme si te hablo acerca de acontecimientos de los reinos celestiales, los cuales se hallan totalmente ocultos a la mirada humana ordinaria?».

Aun cuando Jesús lamentaba, con afable tolerancia, que Nicodemo dudase de las revelaciones intuitivas del estado crístico, pasó a explicarle a su visitante la manera en que éste —y cualquier otro buscador espiritual— podía experimentar esas verdades por sí mismo.

Hay muchas personas que dudan de la existencia del cielo simplemente porque no lo ven. Y, sin embargo, no ponen en duda la existencia de la brisa tan sólo porque no sea visible. A ésta se la reconoce por su sonido, por la sensación que produce sobre la piel y por el movimiento que imprime a las hojas y demás objetos. De manera semejante, el universo entero vive, se mueve y respira por causa de la invisible presencia de Dios en las fuerzas celestiales que se encuentran más allá de la materia.

En cierta ocasión, un hombre le obsequió aceitunas a otro que no las conocía y le dijo: «Contienen gran cantidad de aceite». Esta otra persona partió el fruto pero no pudo ver el aceite, hasta que su amigo le mostró cómo extraer el aceite de las aceitunas. Lo mismo ocurre en relación con Dios. Todo en el universo se encuentra saturado de su presencia: las

titilantes estrellas, la rosa, el canto de los pájaros, nuestras mentes. Su Ser lo inunda todo por doquier. Pero es imprescindible —metafóricamente hablando— «extraer» a Dios de la materia donde se halla oculto.

La concentración interior es el camino para tomar conciencia del sutil y prolífico cielo que se encuentra más allá de este denso universo. La soledad es el precio de la grandeza y del contacto con Dios. Aquellos que estén dispuestos a arrebatarle algo de tiempo al insaciable mundo material con el propósito de dedicárselo, en cambio, a la búsqueda divina aprenderán a contemplar la maravillosa fábrica de la creación de la cual han surgido todas las cosas. Cada una de las almas encarnadas en un cuerpo físico ha descendido de las celestiales esferas causal y astral, y todas ellas pueden volver a ascender retirándose al «desierto» del silencio interior y practicando el método científico de elevar la fuerza vital y la conciencia desde la identificación corporal hasta la unión con Dios.



«*Nadie ha subido al cielo sino el que bajó del cielo, el Hijo del hombre, que está en el cielo\**. Y como Moisés elevó la serpiente en el desierto, así tiene que ser elevado el Hijo del hombre» (Juan 3:13-14).

Este pasaje es muy importante y poco comprendido. Si se las considera en forma literal, las palabras «*elevó la serpiente*» son, en el mejor de los casos, una clásica ambigüedad de las escrituras. Cada símbolo encierra un significado oculto que debe interpretarse con acierto.

La palabra «serpiente» de este pasaje se refiere, metafóricamente, a la conciencia y la fuerza vital del ser humano presentes en el sutil conducto enrollado que se encuentra en la base de la espina dorsal, cuyo flujo hacia la materia debe revertirse para que el hombre ascienda de nuevo desde un estado de apego corporal hasta su libertad en la supraconciencia.

En nuestra calidad de almas, todos nos hallábamos, al principio, en el seno de Dios. Luego el Espíritu proyectó el deseo de crear una expresión individualizada de Sí mismo; el alma se manifestó entonces y proyectó la idea del cuerpo en la forma causal; la idea se convirtió en energía, o sea, en el cuerpo astral de vitatrones; y el cuerpo astral se condensó para formar el cuerpo físico. A través del conducto espinal integrado por estos

tres medios instrumentales, el alma desciende hasta identificarse con el cuerpo material y la materia densa.

«*El que bajó del cielo*» significa el cuerpo físico. (Jesús se refiere al cuerpo físico como el «hombre». En los Evangelios, Jesús designa en todo momento su propio cuerpo físico como «el Hijo del hombre», para diferenciarlo de la Conciencia Crística, «el Hijo de Dios»). El hombre desciende de los planos celestiales de la creación de Dios cuando su alma, vestida con un cuerpo causal de ideas «congeladas» de Dios y un cuerpo astral de luz, adopta la envoltura externa de tejido material. Así pues, no sólo Jesús sino todos los hijos de Dios han «bajado del cielo».



Ningún cuerpo humano ha ascendido al cielo: la esencia etérica de esta región no puede albergar formas corpóreas; no obstante, todas las almas tendrán la posibilidad de entrar —y, de hecho, entrarán— en los reinos celestiales cuando, a causa de la muerte o por medio de la trascendencia espiritual, se despojen de la conciencia física y se reconozcan como seres angélicos ataviados de pensamientos y de luz.

Todos estamos hechos a imagen de Dios; somos seres dotados de conciencia imperecedera, envueltos en diáfana luz celestial —una herencia que se encuentra sepultada bajo el terrón de la carne—. Sólo podremos reconocer dicha herencia por medio de la meditación. No existe otro camino; ese logro no se alcanza a través de la lectura de libros o del estudio filosófico, sino por la devoción y la oración continua y la meditación científica que eleva la conciencia hacia Dios.



Jesús se refería a una extraordinaria verdad cuando habló del «*Hijo del hombre, que está en el cielo*»\*. Las almas comunes ven sus cuerpos (el «Hijo del hombre») vagar sólo por la tierra; en cambio, las almas libres como Jesús moran simultáneamente en el plano físico y en los reinos celestiales astral y causal. [...]

Así pues, las palabras de Jesús son a la vez simples y maravillosas: aun cuando residía en un cuerpo en el mundo físico, se contemplaba a sí mismo como un rayo de Dios que descendía del cielo. Demostró esto en forma concluyente después de su muerte, al volver a crear su cuerpo

físico con rayos de luz creativa cósmica y desmaterializarlo más tarde en presencia de sus discípulos cuando ascendió nuevamente al cielo. [...]

Mientras Jesús, encarnado por mandato divino, se encontraba en el mundo llevando a cabo con diligencia la obra de su Padre Celestial, pudo en verdad proclamar: «Estoy en el cielo». Éste es el estado más elevado de éxtasis de la conciencia divina, definido por los yoguis como *nirvikalpa samadhi*, un estado extático «sin diferencia» entre la conciencia externa y la comunión interior con Dios. En *savikalpa samadhi*, «con diferencia» (un estado menos elevado), no somos conscientes del mundo externo; el cuerpo entra en un trance inerte a la vez que la conciencia se halla inmersa en la unidad interior consciente con Dios. Los maestros más avanzados logran ser plenamente conscientes de Dios sin mostrar signos de que el cuerpo esté paralizado; el devoto bebe la presencia de Dios y, al mismo tiempo, continúa consciente y completamente activo en su entorno externo, si así se lo propone.

Esta declaración de Jesús brinda enorme aliento a todas las almas: aun cuando el ser humano se encuentre acosado por las complicaciones asociadas a la residencia en un cuerpo físico, Dios le ha proporcionado la capacidad de permanecer en la conciencia celestial a pesar de las circunstancias externas. Un ebrio lleva su embriaguez consigo sin importar a dónde vaya. Aquel que se encuentra enfermo está en todo momento preocupado por su malestar. Quien es feliz está siempre burbujeante de alegría. Y el que se halla consciente de Dios disfruta de esa suprema Bienaventuranza, ya sea que esté activo en el mundo externo o absorto en la comunión interior.



En los Evangelios, Jesús enfatiza una y otra vez el hecho de que todos pueden lograr aquello que él logró. El siguiente comentario que le hace a Nicodemo muestra de qué manera es posible:

«Y como Moisés elevó la serpiente en el desierto, así tiene que ser elevado el Hijo del hombre, para que todo el que crea tenga en él la vida eterna [y no perezca]».

Jesús señala que cada hijo del hombre, cada conciencia corporal, debe elevarse del plano de los sentidos al reino astral revirtiendo la

corriente de la fuerza vital que se dirige hacia el exterior, en dirección a la materia, con el fin de que ascienda por el conducto enrollado en forma de serpiente que se encuentra en la base de la espina dorsal: el hijo del hombre se eleva cuando esta fuerza serpentina asciende, «*como Moisés elevó la serpiente en el desierto*». Al igual que hizo Moisés, debemos reascender en el desierto espiritual de silencio donde cesaron todos sus deseos y elevó su alma —a través del mismo sendero por el cual había descendido— desde la conciencia corporal a la conciencia de Dios.

Como se explicó anteriormente, los cuerpos físico, astral y causal del ser humano están ligados entre sí y funcionan como uno solo debido al anudamiento de la fuerza vital y de la conciencia en los siete centros cerebroespinales. En orden descendente, el último lazo es un nudo enrollado que se encuentra en la base de la columna vertebral, el cual impide el ascenso de la conciencia hacia el celestial reino astral. A no ser que se conozca la manera de desatar este nudo de fuerzas astrales y físicas, la vida y la conciencia continúan siendo atraídas al reino mortal y fluyen hacia el exterior, hacia la conciencia del cuerpo y de los sentidos.

Al circular por el espacio, la mayor parte de la energía se mueve en forma helicoidal —un motivo ubicuo en la arquitectura macrocósmica y microscópica del universo—. A partir de las nebulosas galácticas (que son la cuna cósmica de la cual surge toda la materia), la energía fluye describiendo diseños enrollados, circulares o vortiginosos. El patrón se repite en la danza orbital de los electrones alrededor del núcleo atómico y —como aparece citado en las escrituras hindúes de origen antiguo— en la de los planetas y los soles y los sistemas estelares que giran por el espacio en torno a un gran centro del universo. Muchas galaxias tienen una configuración helicoidal, y otros incontables fenómenos de la naturaleza —plantas, animales, vientos y tormentas— evidencian, de modo similar, las invisibles espirales de energía que subyacen a su forma y su estructura. Así es la «fuerza serpentina» (*kundalini*) en el microcosmos del cuerpo humano: una corriente enrollada que se encuentra en la base de la espina dorsal, una poderosa dinamo de vida que, cuando se dirige hacia fuera, sostiene el cuerpo físico y la conciencia sensorial, y cuando se hace ascender conscientemente, abre las maravillas de los centros cerebroespinales astrales.

El alma, envuelta en las sutiles cubiertas de los cuerpos astral y causal, comienza su encarnación física en el momento de la concepción; es entonces cuando se inicia el desarrollo del cuerpo entero a partir de la célula seminal formada por la unión del espermatozoide con el óvulo. Así surgen los primeros vestigios del bulbo raquídeo, el cerebro y la médula espinal.

Desde su sede primigenia en el bulbo, la energía vital inteligente del cuerpo astral fluye hacia abajo; activa, así, los poderes especializados de los *chakras* astrales cerebroespinales que originan y vitalizan la columna vertebral, el sistema nervioso y los demás órganos del cuerpo. Una vez finalizada su tarea de creación del cuerpo, la fuerza vital primaria descansa en un conducto enrollado que se encuentra en el centro más bajo, el cóccigeo. La configuración espiralada de este centro astral es lo que da a la energía vital allí presente el nombre de *kundalini* o fuerza serpentina (del sánscrito *kundala*, «enrollada»). Cuando ha completado su obra creativa, la concentración de fuerza vital de este centro recibe el nombre de *kundalini* «adormecida», porque al fluir en sentido centrífugo hacia el cuerpo, en su continua tarea de vitalización del área física de los sentidos —que incluye la vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto, así como la fuerza creativa física de naturaleza sexual, ligada a lo terreno—, ocasiona una fuerte identificación de la conciencia con los sueños ilusorios de los sentidos y su campo de acción: las actividades y los deseos.

Moisés, Jesús y los yoguis hindúes conocían el secreto de la vida espiritual científica. Demostraron, con unanimidad, que todos aquellos cuya mente aún se encuentra atada a lo físico deben dominar el arte de elevar la fuerza serpentina de la conciencia corporal sensoria a fin de dar los primeros pasos en su camino interior de regreso al Espíritu.

Todos los santos que han alcanzado la conciencia de Dios, sea cual sea su religión, han logrado, en efecto, retirar la conciencia y la fuerza vital de las regiones sensoriales para hacerlas ascender por el conducto y los plexos espinales hasta llegar al centro de la conciencia divina situado en el cerebro y, desde allí, al Espíritu omnipresente.

Cuando nos hallamos sentados en calma y en silencio, logramos aquietar parcialmente la fuerza vital que fluye hacia fuera en dirección a los nervios, al haberla retirado de los músculos; en ese momento, el

cuerpo se encuentra relajado. Sin embargo, esta paz se ve fácilmente perturbada por la llegada de cualquier sonido o sensación, debido a que la energía vital que continúa fluyendo hacia el exterior a través del sendero enrollado mantiene los sentidos en funcionamiento.

Durante el sueño, las fuerzas vitales astrales se retiran no sólo de los músculos, sino también de los instrumentos sensoriales. Cada noche, todo ser humano consigue el recogimiento físico de la fuerza vital —si bien este proceso se realiza de manera inconsciente—; la energía y la conciencia presentes en el cuerpo se retiran a la región del corazón, de la columna vertebral y del cerebro, para aportar al hombre la paz rejuvenecedora que proviene del contacto subconsciente con la dinamo divina de todos los poderes humanos: el alma. ¿Por qué el hombre siente gozo durante el sueño? Porque al encontrarse en el estado de sueño profundo, libre de actividad onírica y sin conciencia del cuerpo, las limitaciones físicas se olvidan y la mente establece contacto por un tiempo con una conciencia superior.

El yogui conoce el arte científico de retirar la energía en forma consciente de los nervios sensoriales, de modo que ninguna perturbación externa —visual, auditiva, táctil, gustativa u olfativa— se introduzca en el santuario interior de su meditación saturada de paz. Los soldados apostados durante días en las líneas del frente pueden quedar sumidos en el sueño a pesar del fragor incesante de la batalla, debido al mecanismo corporal por el cual la energía se retira inconscientemente de los oídos y demás órganos sensoriales. El yogui razona que este proceso se puede llevar a cabo de manera consciente. Mediante el conocimiento y aplicación de determinadas leyes y técnicas científicas de concentración, los yoguis desconectan a voluntad los sentidos. Atraviesan, de este modo, los umbrales del sueño subconsciente hasta llegar a las regiones del gozoso recogimiento supraconsciente.



Todos los seres humanos han aprendido a entrar en la subconciencia durante el sueño y todos pueden, asimismo, dominar el arte del éxtasis supraconsciente, que es una experiencia infinitamente más placentera y reparadora que aquella que se puede obtener del sueño. Este estado



superior nos brinda la percepción constante de que la materia es una condensación de aquello que Dios imagina, del mismo modo que, al dormir, nuestros sueños y pesadillas son una creación efímera de nuestros propios pensamientos, condensados o «congelados» en experiencias visuales mediante el poder objetivador de la imaginación. La persona que sueña no sabe que una pesadilla es irreal hasta que despierta. Así también, sólo a través del despertar en el Espíritu —la unidad con Dios en el estado de *samadhi*— puede el ser humano desvanecer el sueño cósmico de la pantalla de su conciencia individualizada.

La ascensión en el Espíritu no es algo que se pueda lograr fácilmente, porque cuando una persona es consciente del cuerpo, se halla a merced de su segunda naturaleza, caracterizada por persistentes hábitos y estados de ánimo negativos. Es preciso vencer, sin intimidarse, los deseos del cuerpo. El «hijo del hombre», que se encuentra sujeto a las ataduras del cuerpo, no puede ascender a la libertad celestial simplemente conversando acerca de ella: debe aprender cómo desatar el nudo enrollado de la fuerza *kundalini*, situado en la base de la espina dorsal, para trascender así su confinamiento en la prisión corporal.

Cada vez que meditamos profundamente, ayudamos en forma automática a invertir el flujo de fuerza vital y conciencia para que se dirija de la materia hacia Dios. Si no se eleva la corriente del nudo astral que se halla en la base de la columna vertebral mediante el recto vivir, los buenos pensamientos y la meditación, se acentuarán en la vida los pensamientos materialistas, los pensamientos mundanos y los pensamientos egoístas. Con cada acción bondadosa que el hombre realiza, éste «asciende al cielo»: su mente se enfoca más en el centro cósmico de percepción celestial; con cada acción malvada, desciende a la materia y su atención queda atrapada por los fantasmas de la engañosa ilusión.



El despertar de la fuerza *kundalini* es una tarea sumamente difícil y no puede lograrse de manera accidental. Se requieren años de coordinados esfuerzos en la meditación bajo la guía de un gurú competente antes de poder soñar con liberar de su cautiverio en la prisión física, mediante el despertar de la *kundalini*, al celestial cuerpo astral. Aquel que puede

despertar la fuerza *kundalini* se aproxima rápidamente al estado cósmico. El ascenso por ese sendero enrollado abre el ojo espiritual de visión esférica, el cual revela el universo entero que rodea al cuerpo y que se halla sostenido por la luz vibratoria de los poderes celestiales.

Los sentidos de la vista, el oído, el gusto, el tacto y el olfato se asemejan a cinco reflectores que nos muestran la materia. Cuando emerge la energía vital a través de los rayos sensoriales, el hombre se siente atraído hacia los bellos rostros, los sonidos cautivantes y los atrayentes aromas, sabores y sensaciones táctiles. Esto es natural, pero aquello que es natural para la conciencia atada al cuerpo no lo es para el alma. Sin embargo, cuando esa divina energía vital se retira de los autocráticos sentidos y asciende a través del sendero espinal hasta alcanzar el centro espiritual de percepción infinita situado en el cerebro, el faro de energía astral se proyecta hacia la inconmensurable eternidad y revela al Espíritu universal. El devoto es, entonces, atraído por lo supremamente Sobrenatural, la Belleza que supera toda belleza, la Música que trasciende todas las músicas, el Gozo que está más allá de todo gozo. Puede hacer contacto con el Espíritu en el universo entero y escuchar la voz de Dios reverberando en todas las esferas. La forma se disuelve en Aquello que es Sin Forma. La conciencia del cuerpo, confinada en una forma temporal y pequeña, se expande de manera ilimitada hasta fundirse con el eterno Espíritu sin forma.

Jesús explica que jamás perecerá quien crea en la doctrina que consiste en elevar la conciencia corporal (el hijo del hombre) para llevarla del plano físico al astral mediante la reversión de la fuerza de vida a través del conducto serpentino situado en la base de la espina dorsal; es decir, no estará sujeto a los cambios mortales de la vida y de la muerte, sino que adquirirá gradualmente el estado de inmutabilidad: la Conciencia Cósmica, el Hijo de Dios.

## CAPÍTULO 6

# El verdadero significado de «creer en su nombre» y de la salvación

*«Porque tanto amó Dios al mundo que dio a su Hijo unigénito, para que todo el que crea en él no perezca, sino que tenga vida eterna. Porque Dios no ha enviado a su Hijo al mundo para condenar al mundo, sino para que el mundo se salve por él\*. El que cree en él, no es condenado; pero el que no cree, ya ha sido condenado, porque no ha creído en el nombre del Hijo unigénito de Dios\*.*

*»Y la condenación está en que la luz vino al mundo, y los hombres amaron más las tinieblas que la luz, porque sus obras eran malas\*. Pues todo el que obra el mal aborrece la luz y no va a la luz, para que no sean censuradas sus obras. Pero el que obra la verdad, va a la luz, para que quede de manifiesto que sus obras están hechas según Dios» (Juan 3:16-21).*

La confusión entre «Hijo del hombre» e «Hijo unigénito de Dios» ha sido causa de mucha intolerancia en el ámbito del *eclesianismo*, que no comprende o no reconoce el elemento humano presente en Jesús: el hecho de que era un hombre, nacido con un cuerpo mortal, que había desarrollado su conciencia hasta volverse uno con Dios mismo. No era el cuerpo de Jesús sino la conciencia existente en dicho cuerpo la que era una con el Hijo unigénito: la Conciencia Crística, el único reflejo de Dios Padre dentro de la creación. Al instar a la gente a creer en el Hijo unigénito, Jesús se refería a esta Conciencia Crística, que se hallaba totalmente manifestada en él —así como en los maestros de todas las épocas que han alcanzado la realización divina— y que se encuentra latente dentro de cada alma. Jesús señaló que todas las almas que eleven su conciencia física (la conciencia de Hijo del hombre) hasta alcanzar el cielo astral y luego se unifiquen con la Inteligencia Crística unigénita presente en la creación entera conocerán la vida eterna.

¿Significa este pasaje de la Biblia que todos aquellos que no acepten a Jesús o no crean en él como su salvador serán condenados? Éste es un concepto dogmático en lo que respecta a la condenación. Lo que Jesús quiso expresar es que quienes no se identifiquen con la Conciencia Crística universal están condenados a vivir y pensar como agobiados mortales, circunscritos a las limitaciones sensoriales, porque esencialmente se han desunido del Eterno Principio de la vida.

Jesús no se refirió en ningún momento a su conciencia de Hijo del hombre ni a su cuerpo como el único salvador de todos los tiempos. Abrahán y muchos otros alcanzaron la salvación antes incluso de que Jesús naciera. Afirmar que la persona histórica de Jesús es el único salvador constituye un error metafísico, ya que quien otorga la salvación universal es la Inteligencia Crística. Como único reflejo del Espíritu Absoluto (el Padre) presente de manera ubicua en el mundo de la relatividad, el Cristo Infinito es el mediador o vínculo exclusivo entre Dios y la materia, y todos los individuos que están hechos de materia —sean cuales fueren sus diferentes castas o credos— deben pasar a través de Él con el fin de llegar a Dios. Todas las almas pueden liberar su conciencia cautiva en la materia y sumergirla en la vastedad de la Omnipresencia al sintonizarse con la Conciencia Crística.

Dijo Jesús: «*Cuando hayáis levantado al Hijo del hombre, entonces sabréis que Yo Soy [Él]*». Jesús sabía que su cuerpo físico permanecería en el plano terrenal sólo por poco tiempo, y por eso les aclaró a aquellos para quienes él era el Salvador que, cuando su cuerpo (el hijo del hombre) hubiera dejado esta tierra, la gente todavía podría hallar a Dios y la salvación al creer en el omnipresente Hijo unigénito de Dios y conocerle. Jesús enfatizó que todo aquel que creyera en su espíritu como el Cristo Infinito que en él se había encarnado hallaría el sendero hacia la vida eterna mediante la ciencia meditativa de la ascensión interior de la conciencia.

«*Para que todo el que crea en él no perezca*». Las formas de la naturaleza son cambiantes, pero la Inteligencia Infinita inmanente a ella jamás resulta modificada por las mutaciones de la ilusión. El niño que caprichosamente se apega a un muñeco de nieve llorará cuando el sol se eleve en el cielo y derrita esa figura. Del mismo modo, los hijos de Dios sufren si se apegan al cambiante cuerpo humano, que atraviesa las

etapas de la niñez, la juventud, la vejez y la muerte. Mas quienes enfocan dentro de sí la fuerza vital y la conciencia y se concentran en la chispa interior de inmortalidad del alma perciben el cielo incluso cuando aún se hallan en la tierra y, puesto que han comprendido la esencia trascendente de la vida, están libres del dolor y el sufrimiento inherentes a los incesantes ciclos de vida y muerte<sup>1</sup>.

El propósito de las majestuosas palabras de Jesús en este pasaje era dar a conocer una alentadora promesa divina de redención para toda la humanidad. Siglos de interpretaciones equivocadas han instigado, en cambio, guerras de odio intolerante, crueles inquisiciones y juicios condenatorios causantes de divisiones.

«Porque Dios no ha enviado a su Hijo al mundo para condenar al mundo, sino para que el mundo se salve por él»\*. En este versículo, «mundo» significa la creación de Dios en su conjunto. Al reflejar su Inteligencia en la creación —lo cual hizo posible un cosmos estructurado—, el propósito del Señor no fue diseñar una prisión de finitud en la que las almas quedaran confinadas, lo quisieran o no, como participantes en la danza macabra del sufrimiento y la destrucción, sino volverse accesible como una Fuerza impulsora que instase al mundo a pasar de la manifestación material oscurecida por la ignorancia a la manifestación espiritual iluminada.

Es verdad que la vibratoria manifestación creativa de la Inteligencia Universal ha dado origen a la mirada de atracciones que se exhiben en la sala de espectáculos cósmica, las cuales mantienen al ser humano constantemente alejado del Espíritu e inmerso en la vida material, dándole la espalda al Amor Universal ante los fatuos encantos de la vida humana. No obstante, la percepción del Absoluto que está más allá de la creación se encuentra íntimamente cercana, merced a la intermediación de su Inteligencia reflejada en todo lo creado. A través de ese contacto, el devoto comprende que Dios ha enviado a la Inteligencia Crística (su

<sup>1</sup> «Los cielos y la tierra se enrollarán delante de vosotros y el que vive del Viviente no verá muerte ni temor» (*Evangelio de Tomás*, versículo 111, citado de la obra de Antonio Piñeiro y col., *Textos gnósticos: Biblioteca de Nag Hammadi* Vol. II [Trotta, Madrid, 1999]). (Nota del editor).

El Señor Krishna en el *Bhagavad Guita* (II:40) se refiere a la ciencia del yoga en estos términos: «Incluso una pequeña práctica de esta religión verdadera te salvará de grandes temores (los terribles sufrimientos inherentes a los repetidos ciclos de nacimiento y muerte)».

Hijo unigénito) no para crear una cámara de torturas, sino una colosal película cinematográfica cósmica cuyas escenas y actores proporcionarán entretenimiento durante algún tiempo y finalmente regresarán a la Bienaventuranza del Espíritu.

A la luz de este entendimiento, y sean cuales sean las circunstancias que atravesemos en este mundo relativo, sentimos nuestra conexión con el Espíritu Universal y percibimos que la vasta Inteligencia del Ser Absoluto opera en todas las relatividades de la naturaleza. Todo aquel que crea en esa Inteligencia —el Cristo— y se concentre en ella en vez de enfocarse en sus productos —la creación externa— encontrará la redención.

Pensar que el Señor condena a los no creyentes como pecadores es una incongruencia. Dado que quien mora en todos los seres es el Señor mismo, la condenación sería algo totalmente contraproducente. Dios jamás castiga al hombre por no creer en Él; es el hombre quien se castiga

### *Dogma y política: cómo se perdió el verdadero significado de «Hijo unigénito»*

Al igual que con «la Palabra» (véase el capítulo 3), el «Hijo unigénito» pasó a significar únicamente la persona de Jesús a través de un proceso gradual de evolución de la doctrina producido por una serie de complejas influencias teológicas y políticas. Para conocer al detalle la historia de dicho proceso, véase, por ejemplo, el libro de Richard E. Rubenstein *When Jesus Became God: The Struggle to Define Christianity During the Last Days of Rome* [Cuando Jesús se convirtió en Dios: La lucha para definir el cristianismo en los últimos días de Roma] (Harcourt, Nueva York, 1999).

Los escritos de muchos gnósticos cristianos de los dos primeros siglos d. C., Basílides, Teodoto, Valentín y Tolomeo entre otros, expresan, de modo similar, que el «Hijo unigénito» se conceptuaba como el principio cósmico de la creación —el divino *Nous* (en griego, «inteligencia», «mente» o «pensamiento») — y no como la persona de Jesús.

Uno de los Padres de la Iglesia, el célebre Clemente de Alejandría, cita, de los escritos de Teodoto, que «el Hijo unigénito es el *Nous*» (*Excerpta ex Theodoto* 6.3). En el libro *Gnosis: A Selection of Gnostic Texts* [Gnosis: Una selección de textos gnósticos] (Clarendon Press, Oxford, Inglaterra, 1972), el estudioso alemán Werner Foerster cita estas palabras atribuidas a Ireneo: «Basílides presenta al *Nous* como el primero en nacer del Padre sin origen». Valentín, un maestro sumamente respetado por la congregación cristiana de Roma alrededor del año 140 d. C., sostenía, según

a sí mismo. Si uno no cree en la dinamo y corta los cables que conectan su casa a esa fuente de energía, se privará de las ventajas que le brinda la electricidad. De modo similar, ignorar la Inteligencia que se halla omnipresente en la creación entera es negar a la conciencia su vínculo con la Fuente de la sabiduría y el amor divinos que ponen en movimiento el proceso de ascensión en el Espíritu.

El reconocimiento de la inmanencia de Dios puede comenzar de un modo tan simple como lo es la expansión de nuestro amor, a fin de abarcar un círculo cada vez más amplio. El ser humano se condena a las limitaciones cada vez que piensa únicamente en su propio y pequeño ser, en su propia familia, en su propio país. El proceso de expansión es parte inherente de la evolución de la naturaleza y del hombre en su camino de regreso hacia Dios. La exclusividad de la conciencia familiar —«nosotros cuatro y nadie más»— es incorrecta. Hacer caso omiso de esta

---

Foerster, una postura similar y consideraba que «en la Introducción del Evangelio de Juan, el “Unigénito” reemplaza al *Nous*».

En el Concilio de Nicea (325 d. C.), sin embargo, y en el posterior Concilio de Constantinopla (381 d. C.), la Iglesia proclamó como doctrina oficial que Jesús mismo era, en las palabras del Credo de Nicea, «el Hijo unigénito de Dios, nacido del Padre antes de todos los siglos, luz de luz, Dios verdadero de Dios verdadero, engendrado, no creado, *homoousios* [“de la misma naturaleza”] del Padre». Después del Concilio de Constantinopla, según escribe Timothy D. Barnes en *Athanasius and Constantius: Theology and Politics in the Constantinian Empire* [Atanasio y Constancio: Teología y política en el Imperio Bizantino] (Harvard University Press, 1993), «el emperador convirtió las decisiones [del Concilio] en ley y sometió a inhabilitación legal a los cristianos que no aceptaran el credo de Nicea y su consigna *homoousios*. Como se reconoce desde hace ya largo tiempo, estos sucesos marcaron la transición de una época particular a otra en la historia de la Iglesia cristiana y del Imperio Romano».

Desde ese momento en adelante —explica Richard E. Rubenstein en *When Jesus Became God*—, la enseñanza oficial de la Iglesia promulgó que no aceptar a Jesús como Dios era rechazar a Dios mismo. A lo largo de los siglos, esta postura tuvo inmensas —y, a menudo, trágicas— repercusiones en la relación entre cristianos y judíos (y, posteriormente, entre cristianos y musulmanes, ya que éstos consideraban a Jesús como un profeta divino pero no como parte de la Divinidad), así como también para los pueblos no cristianos de las tierras conquistadas y colonizadas más tarde por las naciones europeas. (*Nota del editor*).

---

familia más extensa que es la humanidad implica ignorar también al Cristo Infinito. Aquel que se desvincula de la felicidad y el bienestar de los demás se ha condenado ya a sí mismo a quedar aislado del Espíritu que impregna todas las almas, puesto que quien no se expande en el amor y servicio a Dios que se rinde a través del amor y servicio al prójimo desprecia el poder redentor de la conexión con la universalidad de Cristo. Todos los seres humanos están dotados del poder de hacer el bien; si no utilizan esta cualidad, su nivel de evolución espiritual es apenas superior al egoísmo instintivo de los animales.

El amor puro de los corazones humanos irradia el amor universal de Cristo. Mediante la expansión continua del círculo del amor individual, la conciencia humana se sintoniza con el Hijo unigénito. Amar a los miembros de nuestra familia es el primer paso en el proceso de expandir el amor por uno mismo hasta que incluya a quienes nos rodean; amar a todos los seres humanos, sin importar su raza o nacionalidad, es conocer el amor de Cristo.

Sólo Dios, en la forma del Cristo Omnipresente, es el responsable de todas las expresiones de la vida. Es el Señor quien pinta los gloriosos paisajes siempre cambiantes del cielo y de las nubes. Es Él quien crea, en las flores, altares impregnados con la fragancia de su amor. En todas las cosas y en todos los seres —los amigos y enemigos, las montañas, los bosques y océanos, el aire y el dosel galáctico giratorio que todo lo abarca—, el devoto crístico contempla las armoniosas combinaciones de la luz de Dios. Descubre que las miríadas de expresiones de esa única Luz, muchas veces de apariencia caótica cuando se manifiesta en los conflictos y las contradicciones, han sido creadas por la inteligencia de Dios, no para engañar a los seres humanos ni causarles infortunio, sino con el propósito de alentarlos a buscar el Infinito del cual han surgido. Aquel que no mira las partes sino el conjunto puede discernir cuál es el objetivo de la creación: avanzar inexorablemente, sin excepciones, hacia la salvación universal. Todos los ríos fluyen hacia el océano, y los ríos de nuestras vidas fluyen hacia Dios.

Las olas de la superficie del mar cambian constantemente cuando juegan con el viento y la marea, pero su esencia oceánica permanece inalterable. Quien se concentra tan sólo en una ola de vida está condenado



a sufrir, pues dicha ola es inestable y no ha de perdurar. A eso se refería Jesús por «condenación»: al separarse de Dios, el ser humano apegado al cuerpo se condena a sí mismo; para obtener la salvación, debe volver a percibir su inseparable unidad con la Inmanencia Divina.

Al despertar, al comer, al trabajar, al dormir, al soñar,  
al servir, al meditar, al cantar, al amar divinamente,  
por siempre mi alma exhala un solo son, silente:  
¡Dios! ¡Dios! ¡Dios!<sup>2</sup>

De este modo, permanecemos en todo momento conscientes de nuestra conexión con la inmutable Inteligencia Divina, la Bondad Absoluta que subyace en los provocativos enigmas de la creación.

«*El que cree en él, no es condenado; pero el que no cree, ya ha sido condenado*»\*. Este pasaje deja también claro el papel de la «creencia» en el hecho de que el hombre sea condenado o no. Quienes no comprenden la inmanencia del Absoluto en el mundo de la relatividad tienden a volverse escépticos o dogmáticos, porque, en ambos casos, la religión es un asunto de creencias ciegas. Incapaz de conciliar la idea de un Dios bondadoso con los aparentes males de la creación, el escéptico rechaza las creencias religiosas con la misma obstinación con que el dogmático se aferra a ellas.

Las verdades que Jesús enseñó iban mucho más allá de la creencia ciega, la cual crece o mengua bajo la influencia de las opiniones paradójicas del sacerdote y del cínico. La creencia es una primera etapa del progreso espiritual necesaria para dar acogida al concepto de Dios. Sin embargo, este concepto debe transformarse en convicción, en experiencia. La creencia es precursora de la convicción: es preciso creer en la posibilidad de algo para investigarlo imparcialmente. Pero si nos damos por satisfechos tan sólo con las creencias, éstas se convierten en dogma —estrechez mental—, lo cual obstaculiza la búsqueda de la verdad y el progreso espiritual. Hay que cultivar en la tierra de la creencia los frutos de la experiencia directa de Dios y del contacto con Él. Es este conocimiento incontrovertible —y no la mera creencia— lo que brinda la salvación.

Si alguien me dijese: «Creo en Dios», yo le preguntaría: «¿Por qué

<sup>2</sup> Citado del libro *Songs of the Soul*, de Paramahansa Yogananda (publicado por *Self-Realization Fellowship*).

crees en Él? ¿Cómo sabes que hay un Dios?». Si su respuesta estuviese basada en suposiciones o en la opinión de otras personas, le diría que no cree realmente. Para defender una convicción, es necesario tener pruebas que la avalen; de lo contrario, se tratará simplemente de un dogma y será presa fácil del escepticismo.

Si yo señalara un piano y afirmase que se trata de un elefante, la razón de una persona inteligente se rebelaría ante lo absurdo de dicha aseveración. Del mismo modo, si se propagan dogmas acerca de Dios carentes de la validación que aporta la experiencia o la realización, tarde o temprano, cuando se los someta a prueba mediante una experiencia contraria, el raciocinio formulará conjeturas acerca de la veracidad de tales ideas. A medida que los ardientes rayos del sol de la investigación analítica se vuelvan cada vez más abrasadores, las frágiles creencias sin fundamento se debilitarán y marchitarán, dejando en su lugar un páramo de dudas, agnosticismo o ateísmo.

La meditación científica, que trasciende la mera filosofía, sintoniza la conciencia con la poderosa verdad suprema; el devoto avanza, a cada paso, hacia la auténtica percepción de la verdad y evita el errático vagar. Una vida espiritual genuina e inmune a las dudas se construye a través de la perseverancia en los esfuerzos por verificar las creencias y someterlas a la prueba de la experiencia merced a la realización intuitiva que se logra con los métodos yóguicos.

La creencia es una fuerza poderosa si conduce al deseo y determinación de experimentar a Cristo. Eso fue lo que Jesús quería expresar cuando instó a la gente a «creer en el nombre del Hijo unigénito de Dios»; es decir, a retirar de los sentidos y la materia —por medio de la meditación— la conciencia y la energía vital, con el propósito de percibir intuitivamente el *Om*, la Palabra o Energía Cósmica Vibratoria que todo lo penetra y que es el «nombre» o manifestación activa de la inmanente Conciencia Crística. Alguien podría aseverar una y otra vez su creencia intelectual en Jesucristo, pero si no experimenta realmente al Cristo Cósmico, tanto en su forma omnipresente como encarnado en Jesús, la practicidad espiritual de dicha creencia será insuficiente para que alcance la salvación.

Nadie puede ser salvado por el solo hecho de pronunciar reiteradamente el nombre del Señor o rendirle alabanzas en un *crescendo* de

aleluyas. No es posible recibir el poder liberador de las enseñanzas de Jesús mediante la creencia ciega en su nombre o la adoración de su personalidad. La verdadera adoración de Cristo consiste en percibir a Cristo, en comunión divina, en el templo sin muros de la conciencia expandida.

Dios no envió al mundo a su «Hijo unigénito», su divino reflejo, para que actuase como un detective implacable dedicado a localizar a los no creyentes con el fin de castigarlos. La redentora Inteligencia Crística, que mora en el seno de cada alma sea cual sea la medida de su cúmulo de pecados o virtudes, espera con infinita paciencia que, al meditar, cada una de estas almas despierte y salga del sueño narcotizante del engaño cósmico para recibir la gracia de la salvación. Quien crea en esta Inteligencia Crística y cultive, por vía de las acciones espirituales, el deseo de buscar la salvación a través de la ascensión en esta conciencia reflejada de Dios, no necesitará ya deambular a ciegas por el engañoso sendero del error. Con pasos medidos, avanzará sin duda hacia la redentora Gracia Infinita. Por el contrario, el no creyente que desprecie la idea de la existencia de este Salvador —el único camino hacia la redención— se condenará a sí mismo a la ignorancia surgida de la identificación con el cuerpo y a las consecuencias de dicha ignorancia, hasta la llegada de su despertar espiritual.



*«Y la condenación está en que la luz vino al mundo, y los hombres amaron más las tinieblas que la luz, porque sus obras eran malas\*. Pues todo el que obra el mal aborrece la luz y no va a la luz, para que no sean censuradas sus obras. Pero el que obra la verdad, va a la luz, para que quede de manifiesto que sus obras están hechas según Dios» (Juan 3:19-21).*

De la omnipresente luz de Dios, imbuida de la Inteligencia Crística universal, emanan silenciosamente la sabiduría y el amor divinos para conducir a todos los seres de regreso a la Conciencia Infinita. El alma, al ser una versión microcósmica del Espíritu, es una luz que está siempre presente en el hombre para guiarle a través del entendimiento y de la voz intuitiva de la conciencia. Sin embargo, muy a menudo el ser humano trata erróneamente de justificar los hábitos y caprichos enraizados en sus deseos y hace caso omiso de dicha guía; tentado por el Satanás de la

ilusión cósmica, elige acciones que extinguen la luz de la guía interior del discernimiento.

El origen del pecado y del consiguiente sufrimiento físico, mental y espiritual reside, por lo tanto, en el hecho de que la inteligencia y el discernimiento divinos que posee el alma se reprimen debido al mal uso que hace el hombre del libre albedrío otorgado por Dios. Aun cuando la gente que carece de entendimiento atribuye a Dios sus propias tendencias vengativas, la «condenación» acerca de la cual hablaba Jesús no constituye un castigo impuesto por un Creador tiránico, sino que se trata de los resultados que el hombre atrae sobre sí mismo por sus propias acciones, de acuerdo con la ley de causa y efecto (karma) y la ley del hábito.

Sucumbiendo a los deseos que mantienen su conciencia absorta y reclusa en el mundo material —las «tinieblas» o porción densa de la creación cósmica donde la luminosa Presencia Divina se halla intensamente velada por las sombras de la ilusión de *maya*—, las almas ignorantes, identificadas en su condición humana con el ego mortal, se abandonan de manera reiterada a sus modos equivocados de vivir, los cuales quedan entonces grabados con fuerza en su cerebro como malos hábitos de comportamiento mortal.

Cuando Jesús señaló que los hombres aman las tinieblas más que la luz, se refería al hecho de que los hábitos materialistas alejan de Dios a millones de personas. No quiso decir con ello que todos los seres humanos amen la oscuridad, sino sólo aquellos que no hacen ningún esfuerzo por resistir las tentaciones de Satanás y toman, en cambio, el camino más fácil, que consiste en deslizarse cuesta abajo por la colina de los malos hábitos, acostumbándose así a las tinieblas de la conciencia mundana. Dado que rehúsan escuchar la voz de la Conciencia Crística que les susurra desde el interior de su propia conciencia, se privan de la experiencia del gozo, infinitamente más tentadora, de la cual podrían disfrutar a través de los buenos hábitos que la guiadora luz de la sabiduría, presente en sus almas, les impulsa a crear.



De allí el énfasis de Jesús en señalar que con la luz del despertar

del alma es posible desvanecer de la conciencia humana la tendencia mortal a preferir las engañosas tinieblas de la materialidad. Ejercitando una y otra vez la fuerza de voluntad para meditar de forma profunda y regular, se puede obtener el contacto con la supremamente satisfactoria

### *El ojo «único» u ojo espiritual*

*«La lámpara del cuerpo es el ojo. Si tu ojo es único, todo tu cuerpo estará luminoso\*; pero si tu ojo está malo, todo tu cuerpo estará a oscuras. Y, si la luz que hay en ti es oscuridad, ¡qué oscuridad habrá!» (Mateo 6:22-23).*

La luz que revela a Dios dentro del cuerpo es el ojo único ubicado en el entrecejo, que puede verse durante la meditación profunda y constituye la puerta de acceso a la presencia de Dios. Cuando el devoto es capaz de percibir a través del ojo espiritual, ve su cuerpo entero, así como su cuerpo cósmico, colmado de la luz de Dios que emana de la vibración cósmica.

Al fijar la visión de ambos ojos en el entrecejo en el estado meditativo de concentración interior, se logra enfocar la energía óptica positiva y negativa de los ojos derecho e izquierdo y unir estas corrientes de energía en el ojo único de luz divina. El hombre ignorante y materialista nada sabe acerca de esta luz, pero cualquiera que haya practicado la meditación, aunque sea sólo un poco, puede verla ocasionalmente. Cuando el devoto se encuentra más avanzado, contempla dicha luz a voluntad, con los ojos abiertos o cerrados, a la luz del día o en la oscuridad. Aquellos devotos que han alcanzado un alto grado de desarrollo la contemplan durante tanto tiempo como lo deseen y, cuando su conciencia puede penetrar en ella, logran alcanzar los estados supremos de realización trascendente.

Por el contrario, cuando la mirada y la mente del ser humano se alejan de Dios, concentrándose en motivaciones negativas y acciones materialistas, su vida se llena de la oscuridad de la ignorancia causada por la engañosa ilusión, la indiferencia espiritual y los hábitos causantes de sufrimiento. La sabiduría y la luz cósmica interiores permanecen ocultas. ¡«Qué oscuridad habrá» en el hombre materialista que poco o nada conoce de la divina realidad y acepta, con alegría o resentimiento, cualquier ofrenda que la ilusión ponga en su camino! Vivir en tan malsana ignorancia no constituye una vida propia de la conciencia del alma encarnada.

El hombre que ha elevado su nivel espiritual — cuyo cuerpo y mente se encuentran iluminados interiormente por la luz y la sabiduría astrales, y en quien las sombras de la oscuridad física y mental se han disipado, siéndole posible contemplar el cosmos entero colmado de la luz, la sabiduría y el gozo de Dios —, aquel en quien la luz de la realización del Ser se halla plenamente manifestada, experimenta un gozo indescriptible y recibe la incesante guía de la sabiduría divina.

Bienaventuranza de Dios y traer de nuevo a la conciencia ese gozo en todo momento y lugar.



Siempre que una persona se halle envenenada con actitudes y pensamientos negativos, su oscura mentalidad profesará odio hacia la luz de la verdad. Sin embargo, el aspecto positivo de los malos hábitos es que muy pocas veces cumplen sus promesas. Con el tiempo, queda al descubierto que no son otra cosa que unos mentirosos empedernidos. Por ese motivo, las almas no pueden permanecer engañadas ni esclavizadas eternamente. Aun cuando quienes tienen malos hábitos retroceden al principio ante la idea de vivir mejor, una vez que se han saciado de su mal comportamiento —después de haber sufrido las consecuencias por tiempo suficiente—, se vuelven en busca de consuelo hacia la luz de la sabiduría divina, a pesar de que todavía persistan algunos malos hábitos arraigados que deban erradicarse. Si continuamente practican formas de vivir que se encuentren en armonía con la Verdad, en esa luz llegarán a experimentar la paz interior y el gozo que son el resultado del autocontrol y de los buenos hábitos.

*«Pero el que obra la verdad, va a la luz, para que quede de manifiesto que sus obras están hechas según Dios».* [...] El buscador espiritual, que procura cada día modificar aquellas características de su naturaleza que no le resultan beneficiosas, trasciende poco a poco su viejo comportamiento materialista anclado en los hábitos. Sus acciones y su vida misma se crean nuevamente, *«hechas según Dios»*: en verdad, nace de nuevo. Al adherirse al buen hábito de practicar a diario la meditación científica, contempla la luz de la sabiduría de Cristo —la divina energía del Espíritu Santo, que hace desaparecer con efectividad los surcos eléctricos del cerebro formados por los malos hábitos de pensamiento y acción— y se bautiza en esa luz. Se abre así el ojo espiritual de su percepción intuitiva, la cual confiere no sólo una guía certera en el sendero de la vida, sino también la visión del reino celestial de Dios y la entrada a dicho reino y, finalmente, la unidad con la divina conciencia omnipresente.

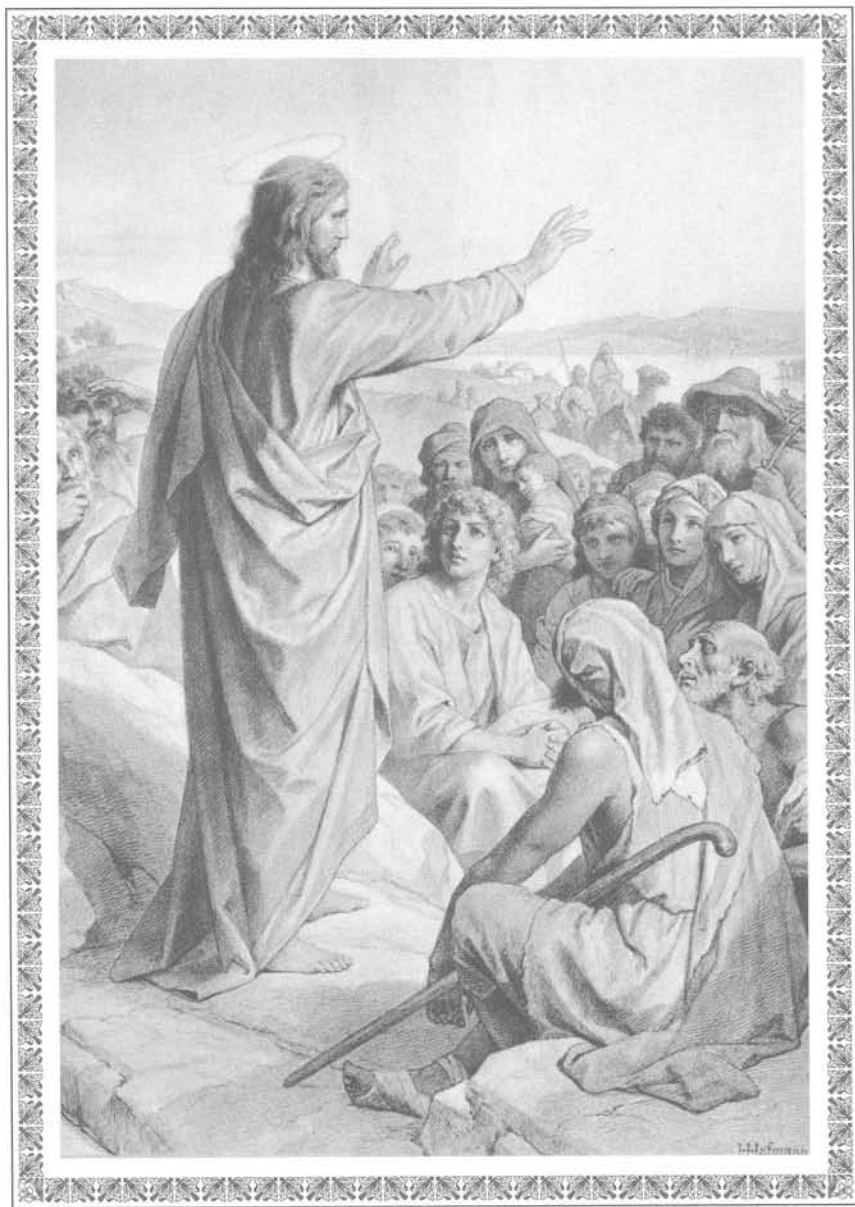


PARTE III



EL YOGA DEL AMOR DIVINO  
QUE ENSEÑÓ JESÚS





## El Sermón del Monte

Ilustración: Heinrich Hofmann



## CAPÍTULO 7

# Las Bienaventuranzas

«Y, tomando la palabra, les enseñaba diciendo: “Bienaventurados los pobres de espíritu, porque de ellos es el Reino de los Cielos”» (Mateo 5:2-3).

*Referencia paralela:*

«Y él, alzando los ojos hacia sus discípulos, decía: “Bienaventurados los pobres, porque vuestro es el Reino de Dios”» (Lucas 6:20).

Cuando Jesús enseñaba, les transmitía a sus discípulos —tanto a través de la voz como de los ojos— su divina fuerza vital y su sagrada vibración, a fin de que serenamente se sintonizaran con él y se llenasen de magnetismo divino, de manera que, mediante el entendimiento intuitivo, fueran capaces de recibir plenamente su sabiduría.

Los poéticos versículos de Jesús que comienzan con la palabra «Bienaventurados...» son conocidos como las Bienaventuranzas o Beatitudes. «Beatificar» es hacer supremamente feliz a alguien. La beatitud o bienaventuranza significa la bendición —la dicha— del Cielo. Jesús deja aquí asentada, con fuerza y simplicidad, una doctrina de principios morales y espirituales cuyo eco sigue resonando sin decrecer a lo largo de los siglos. Por medio de estos principios, la vida del hombre queda bendecida, colmada de bienaventuranza celestial.

La palabra «pobres», tal como se halla expresada en la primera bienaventuranza, significa «desprovistos de todo engalanamiento superficial externo relacionado con la riqueza espiritual». Aquellos que poseen verdadera espiritualidad jamás hacen alarde de ella; más bien expresan con naturalidad una humilde ausencia de ego y de sus vanagloriosos adornos. Ser «pobre de espíritu» significa que uno ha despojado su propio ser interno, su espíritu, del deseo y apego por los objetos materiales, las posesiones terrenales, los amigos de mentalidad mundana y el amor

humano egoísta. Mediante la purificación inherente a esta renuncia interior, el alma se percató de que siempre ha poseído todas las riquezas del Reino Eterno de la Sabiduría y la Bienaventuranza, y desde ese momento reside en dicho Reino, comulgando sin cesar con Dios y sus santos.

La pobreza «de espíritu» no implica que hayamos de convertirnos necesariamente en indigentes, pues, al privarnos de aquello que es esencial para el cuerpo, la mente podría distraerse y apartarse de Dios. Lo que en realidad significa es que no debemos conformarnos con las posesiones materiales en lugar de conseguir la abundancia espiritual. Las personas materialmente ricas pueden ser pobres en desarrollo espiritual interior si su opulencia provoca el hartazgo de los sentidos, en tanto que quienes han elegido ser materialmente «pobres» —quienes han simplificado las condiciones externas de su vida para dedicar tiempo a Dios— cosecharán beneficios espirituales y un grado tal de plenitud que ningún tesoro de este mundo podría jamás comprar.

Jesús elogió de esta manera a las almas que son pobres de espíritu, completamente libres del apego a la fortuna y a las metas mundanas personales por haber preferido la búsqueda de Dios y el servicio a los demás: «Sois benditos a causa de vuestra pobreza. Ésta os abrirá las puertas hacia el reino de Dios, quien todo lo provee y os aliviará tanto de las necesidades materiales como de las espirituales por toda la eternidad. ¡Bienaventurados los que tenéis carencias y buscáis a Aquel que es el único que puede aliviar vuestras deficiencias para siempre!».

Cuando el espíritu del hombre renuncia mentalmente al deseo por los objetos de este mundo, porque sabe que son ilusorios, perecederos, engañosos e impropios del alma, comienza a hallar el gozo verdadero en la adquisición de esas cualidades espirituales que le satisfacen de forma permanente. Al llevar con humildad una vida de simplicidad externa y de renunciación interior, saturada del gozo y la sabiduría celestiales del alma, el devoto finalmente hereda el reino perdido de la bienaventuranza inmortal.



*«Bienaventurados los que lloran, porque ellos serán consolados»  
(Mateo 5:5).*

*Referencia paralela:*

«*Bienaventurados los que lloráis ahora, porque reiréis*» (Lucas 6:21).

El sufrimiento de las personas comunes se origina en la pena por las esperanzas mundanas incumplidas, o por la pérdida del amor humano o de las posesiones materiales. Jesús no estaba alabando tal estado negativo de la mente, que eclipsa la felicidad psicológica y es en extremo nocivo para retener el gozo espiritual que se ha obtenido mediante arduos esfuerzos en la meditación. Él se refería a la divina melancolía que surge cuando uno toma conciencia de hallarse separado de Dios, lo cual crea en el alma un insaciable anhelo de reunirse con el Bienamado Eterno. Aquellos que en verdad claman por Dios, que lloran en todo momento por Él con fervor siempre creciente en la meditación, hallarán consuelo en la revelación de la Bienaventuranza y Sabiduría que Dios les envía.

Los hijos de Dios que son espiritualmente negligentes soportan los dolorosos traumas de la vida con resignación derrotista y resentimiento, en vez de solicitar con eficacia la ayuda de Dios. El bebé enternecedoramente obstinado, que clama sin cesar para obtener el conocimiento espiritual, es quien atrae por fin la respuesta de la Madre Divina. La Madre Misericordiosa acude ante el llamado persistente de su hijo concediéndole el solaz de la sabiduría y del amor, que se revela a través de la intuición o de una vislumbre de su Presencia misma. Ningún otro consuelo puede mitigar al instante la aflicción de incontables encarnaciones.

Aquellos cuyos lamentos espirituales pueden ser aplacados por medio de satisfacciones de naturaleza material volverán a sufrir cuando les sean arrebatados —ya sea por las exigencias de la vida o por la muerte— esos frágiles motivos de seguridad. En cambio, quienes claman por la Verdad y por Dios, rehusando ser acallados con una oferta menor, recibirán consuelo por siempre en los brazos de la Gozosa Divinidad.

«*Bienaventurados los que lloran por la realización de Dios ahora, porque gracias a ese anhelo vehemente la alcanzarán. Con el deleite del siempre nuevo gozo hallado en la comunión divina, reirán y se regocijarán por toda la eternidad*».



*«Bienaventurados los mansos, porque ellos poseerán en herencia la tierra» (Mateo 5:4).*

La humildad y la mansedumbre crean en el hombre una receptividad ilimitada para abrazar la Verdad. El individuo orgulloso e irascible, como el canto rodado del proverbio, rueda cuesta abajo por la colina de la ignorancia y no recoge el musgo de la sabiduría, en tanto que las almas mansas que se encuentran en paz en el valle del entusiasmo y la buena disposición mental recolectan las aguas de la sabiduría, que fluyen de fuentes tanto humanas como divinas, para regar el floreciente vergel de las cualidades del alma.

El egoísta arrogante se irrita con facilidad y se pone a la defensiva; al sentirse agraviado, se vuelve injurioso y rechaza a los emisarios de la sabiduría que tratan de entrar en el castillo de su vida. Por el contrario, quienes son mansa y humildemente receptivos atraen la invisible ayuda de los ángeles benéficos constituidos por las fuerzas cósmicas que brindan bienestar material, mental y espiritual. De este modo, los mansos de espíritu heredan no sólo toda la sabiduría, sino también la tierra, es decir, la felicidad terrenal.



*«Bienaventurados los que tienen hambre y sed de la justicia, porque ellos serán saciados» (Mateo 5:6).*

*Referencia paralela:*

*«Bienaventurados los que tenéis hambre ahora, porque seréis saciados» (Lucas 6:21).*

Las palabras «hambre» y «sed» ofrecen una metáfora adecuada de la búsqueda espiritual. Primero, es preciso tener sed de conocimientos teóricos sobre cómo alcanzar la salvación. Una vez calmada la sed al aprender la técnica práctica que permite establecer contacto con Dios de manera efectiva, es posible satisfacer el hambre interior de la Verdad mediante el ágape diario con el divino maná de la percepción espiritual que proviene de la meditación.

Aquellos que buscan contentamiento en los objetos materiales advierten que no les es posible extinguir jamás su «sed» de deseos, ni

pueden saciar su «hambre» mediante la adquisición de posesiones. El impulso presente en todo ser humano de llenar el vacío interior es el deseo que siente el alma por Dios, el cual sólo puede mitigarse al tomar plena conciencia de la propia naturaleza inmortal y del impercedero estado de divinidad que son inherentes a la unidad con Dios. Cuando el ser humano insensatamente procura apagar la sed de su alma con los sustitutos que proceden de la felicidad sensorial, avanza a tientas de un placer evanescente a otro y termina rechazándolos todos por hallarlos inapropiados.

Los placeres sensoriales pertenecen al cuerpo y a la mente inferior; no le proporcionan al hombre alimento para la esencia más profunda de su ser. El hambre espiritual que sufren quienes subsisten a base de aquello que los sentidos ofrecen se alivia sólo mediante la rectitud, es decir, los atributos, actitudes y acciones apropiados para el alma: la virtud, el comportamiento espiritual, la bienaventuranza, la inmortalidad.

La rectitud consiste en actuar con acierto en los aspectos físico, mental y espiritual de la vida. Aquellos que sienten una intensa sed y hambre de cumplir con los deberes supremos de la vida se hacen acreedores de la siempre renovada bienaventuranza de Dios: «Bienaventurados los que tienen sed de sabiduría y aprecian la virtud y la rectitud como el verdadero alimento para calmar su hambre interior, porque obtendrán la felicidad perdurable que sólo se logra al adherirse a los ideales divinos: la satisfacción incomparable del corazón y del alma».



*«Bienaventurados los misericordiosos, porque ellos alcanzarán misericordia» (Mateo 5:7).*

La misericordia es como la aflicción que siente un padre por los defectos de un hijo descarriado. Se trata de una cualidad intrínseca de la Naturaleza Divina. La historia de la vida de Jesús contiene muchos relatos de misericordia expresada sublimemente en sus acciones y su personalidad. En los divinos hijos de Dios que han alcanzado la perfección, vemos que el oculto Padre trascendente se revela tal como es. El Dios de Moisés es descrito como un Dios iracundo (aun cuando no creo que Moisés, que hablaba con Dios *«cara a cara, como habla un hombre con*

*su amigo*», haya considerado jamás que Dios fuese el tirano vengativo que se representa en el Antiguo Testamento). El Dios de Jesús era, en cambio, un Dios bondadoso. Fue esa benevolencia y misericordia del Padre la que expresó Jesús cuando, en vez de juzgar y destruir a los enemigos que iban a crucificarle, le pidió al Padre que los perdonara, «*porque no saben lo que hacen*».

Con su paciente corazón divino, Jesús veía a la humanidad como a niños pequeños carentes de entendimiento. Si un pequeñuelo toma un cuchillo y lastima a alguien, esa persona no querrá matar al niño para vengarse, pues el niño no sabía lo que hacía. Cuando contemplamos a la humanidad con los mismos ojos con que un padre amoroso mira a sus hijos y está dispuesto a sufrir por ellos con el fin de que puedan recibir un poco de la luz y poder de su espíritu, nos volvemos semejantes a Cristo: Dios en acción.

Únicamente el sabio puede ser en verdad misericordioso, porque con divina visión interior es capaz de percibir incluso a los malhechores como almas —como hijos de Dios que, al extraviarse, merecen comprensión, perdón, ayuda y guía—. La misericordia implica la aptitud para ayudar; sólo las almas desarrolladas o capacitadas están en condiciones de ser útiles de manera práctica y misericordiosa. La misericordia se manifiesta de forma provechosa cuando la aflicción paternal atenúa la rigidez del juicio severo y otorga no sólo el perdón sino ayuda espiritual efectiva para erradicar las faltas de una persona.

Aquellos que son moralmente débiles pero están deseosos de ser buenos, los pecadores (es decir, quienes yerran en detrimento de su propia felicidad por hacer caso omiso de las leyes divinas), los que se hallan en un estado de decrepitud física, los que padecen trastornos mentales y los ignorantes espirituales, todos ellos necesitan la ayuda misericordiosa de las almas que, gracias a su desarrollo interior, se hallan capacitadas para prestarles asistencia y comprensión. Jesús exhorta al devoto con estas palabras: «Si deseas recibir la misericordia divina, debes ser misericordioso contigo mismo por medio del desarrollo de tus aptitudes espirituales y, también, debes ser misericordioso con los demás hijos de Dios que se encuentren sumidos en el engaño. Las personas que se perfeccionan sin cesar en todos los aspectos y que, movidas por la misericordia, sienten

y alivian la falta de desarrollo general en sus semejantes ablandarán con toda certeza el corazón de Dios y obtendrán para sí mismas su incesante e incomparable ayuda misericordiosa».



«*Bienaventurados los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios*» (Mateo 5:8).

La experiencia religiosa suprema es la percepción directa de Dios, para alcanzar la cual es indispensable purificar el corazón. En este sentido, todas las escrituras concuerdan. El *Bhagavad Guita* —la escritura inmortal de la India que trata sobre el yoga, la ciencia de la religión y la unión con Dios— se refiere al estado de bienaventuranza y divina percepción propio de quien ha conseguido esa purificación interior:

«*El yogui que ha logrado aquietar la mente y controlar las pasiones por completo, liberándolas de toda impureza, y que es uno con el Espíritu, en verdad ha alcanzado la bienaventuranza suprema. [...]*

»*Con el alma unida al Espíritu mediante el yoga, percibiendo con igualdad todas las cosas, el yogui contempla su verdadero Ser (unido al Espíritu) en todas las criaturas, y a todas las criaturas en el Espíritu.*

»*Aquel que me ve en todas partes y contempla todo en Mí, nunca me pierde de vista, y Yo jamás le pierdo de vista a él*» (*Bhagavad Guita* VI:27, 29-30).

Desde tiempos inmemoriales, los *rishis* de la India han escudriñado el corazón mismo de la verdad y han descrito con detalle su utilidad práctica para el hombre. Patanjali, el renombrado sabio de la ciencia del yoga, comienza sus *Yoga Sutras* declarando: *Yoga chitta vritti nirodha*: «El yoga (la unión científica con Dios) es la neutralización de los cambios de *chitta* (el “corazón” interno o poder del sentimiento, un término que abarca en su conjunto todos los componentes mentales que dan lugar a la conciencia inteligente)». Tanto la razón como el sentimiento se derivan de esta facultad interior de la conciencia inteligente.

Mi venerado gurú, Swami Sri Yukteswar, que fue uno de los primeros

en revelar, en los tiempos modernos, la unidad entre las enseñanzas de Cristo y el *Sanatana Dharma* de la India, escribió con toda profundidad acerca de cómo la evolución espiritual del hombre consiste en la purificación del corazón. A partir de un estado inicial en el que la conciencia se halla completamente bajo el engaño de *maya* («el corazón oscuro»), el hombre evoluciona a través de los estados sucesivos del corazón motivado, el corazón constante y el corazón consagrado hasta llegar al corazón puro, en el cual —escribe Sri Yukteswar— «es capaz de comprender la Luz Espiritual, Brahma [el Espíritu] o la Sustancia Real del universo»<sup>1</sup>.

A Dios se le percibe con la visión del alma. En su estado natural, todas las almas son omniscientes y, por medio de la intuición, contemplan directamente a Dios o la Verdad. Tanto la razón pura como el sentimiento puro son intuitivos. Sin embargo, cuando la razón se ve limitada por la intelectualidad de la mente atada a los sentidos y cuando el sentimiento se transforma en emoción egoísta, estos instrumentos del alma producen percepciones distorsionadas.

Esta Bienaventuranza explica la necesidad de restituir la perdida claridad de la visión divina. El estado de bienaventuranza conocido por quienes son del todo puros de corazón no es otro que aquel al que se refiere el Evangelio de San Juan: «*Pero a todos los que la recibieron les dio poder de hacerse hijos de Dios*». A cada devoto que recibe y refleja la omnipresente Luz Divina, o Conciencia Crística, a través de la purificada transparencia del corazón y de la mente, Dios le concede el poder de reclamar, al igual que hizo Jesús, la bienaventuranza de su filiación divina.

La transparencia a la Verdad se cultiva cuando la conciencia —el sentimiento del corazón y el raciocinio de la mente— se libera de las influencias dualistas de la atracción y la repulsión. La realidad no puede reflejarse fielmente en una conciencia agitada por los gustos y aversiones, con sus inquietos deseos y pasiones y las irritantes emociones que éstos engendran: la ira, los celos, la avaricia y la caprichosa susceptibilidad. En cambio, cuando *chitta* —el conocimiento y sentimiento del hombre— se

<sup>1</sup> Véase el capítulo 3, sutras 23-32, de *La ciencia sagrada*, cuyo autor es Swami Sri Yukteswar (publicado por *Self-Realization Fellowship*).



aquieta mediante la meditación, el ego (que de ordinario se encuentra en estado de agitación) cede el paso a la bienaventurada serenidad de la percepción del alma.

La pureza de intelecto otorga al ser humano la facultad de razonar acertadamente, pero la pureza de corazón le brinda el contacto con Dios. La capacidad intelectual es una cualidad del poder de razonamiento, y la sabiduría es la cualidad liberadora que posee el alma. Cuando la razón se purifica por medio del sereno discernimiento, se transforma en sabiduría. La sabiduría pura y el divino entendimiento de un corazón puro son dos aspectos de la misma facultad. En efecto, la pureza de corazón o de sentimiento a la que hace referencia Jesús se basa en que todas las acciones sean guiadas por la discernidora sabiduría, es decir, que las actitudes y el comportamiento humanos sean modelados por las sagradas cualidades del alma: el amor, la misericordia, el servicio, el autocontrol, la autodisciplina, la conciencia moral y la intuición. La visión pura de la sabiduría debe combinarse con el sentimiento inmaculado que proviene del corazón. La sabiduría revela el camino correcto, y el corazón purificado desea y ama seguir ese sendero. Todas las cualidades del alma reveladas por la sabiduría deben seguirse de todo corazón y no sólo de forma teórica o intelectual.

La ocluida visión del hombre común le permite distinguir la densa corteza de la materia, pero es ciega al Espíritu omnipresente. La perfecta combinación del discernimiento puro y del sentimiento puro abre el ojo penetrante de la intuición que todo lo revela, y el devoto logra en verdad percibir la presencia de Dios tanto en su alma como en todos los seres, pues Él es el Divino Morador, cuya naturaleza es una armoniosa combinación de sabiduría y amor infinitos.



*«Bienaventurados los que trabajan por la paz, porque ellos serán llamados hijos de Dios» (Mateo 5:9).*

Los verdaderos pacifistas son aquellos que generan la paz por medio de su devota práctica de la meditación diaria. La paz es la primera manifestación de la respuesta de Dios en la meditación. Quienes conocen a Dios como Paz en el templo interior del silencio y reverencian al Dios

de la Paz que allí se encuentra son sus hijos verdaderos, en virtud de esta relación de comunión divina.

Una vez que han percibido la naturaleza de Dios como paz interior, los devotos desean que el Dios de la Paz se manifieste por siempre en su hogar, en su comunidad, en su país y entre todas las razas y nacionalidades. El que lleva la paz a una familia inarmónica ha establecido a Dios en ese lugar. Quienquiera que destierre la incompreensión entre las almas las ha unido en la paz de Dios. Todo aquel que, dejando a un lado la avaricia y el egoísmo nacionalista, procure crear la paz entre naciones en conflicto está implantando a Dios en el corazón de esas naciones. Aquellos que promueven y facilitan la paz dan expresión al amor unificador de Cristo que reconoce a cada alma como un hijo de Dios.

La conciencia de «hijo de Dios» hace que una persona sienta amor por todos los seres. Quienes son verdaderos hijos de Dios no pueden percibir diferencias entre un indio, un estadounidense o una persona de cualquier otra raza o nacionalidad. Por un corto lapso, las almas inmortales se visten con el atavío de cuerpos blancos, negros, morenos, cobrizos o aceitunados. ¿Consideramos acaso que el país de origen de una persona varíe por el hecho de vestirse con ropas de diferentes colores? Cualquiera que sea su nacionalidad o el color de su cuerpo, cada uno de los hijos de Dios es un alma. El Padre no reconoce ninguna de las distinciones creadas por los seres humanos. Él ama a todos, y sus hijos deben aprender a vivir en ese mismo estado de conciencia. Cuando el hombre confina su identidad a su naturaleza humana exclusivista, ocasiona incontables males y hace surgir el fantasma de la guerra.

A los seres humanos les fue concedido un potencial ilimitado, con el fin de que demuestren que en verdad son hijos de Dios. Ante tecnologías tales como la de la bomba atómica, nos damos cuenta de que, a no ser que el hombre utilice sus poderes correctamente, se destruirá a sí mismo. El Señor podría incinerar este planeta en un segundo si perdiese la paciencia con sus hijos descarriados, pero no lo hace. Y así como Él jamás haría mal uso de su omnipotencia, también nosotros, por estar hechos a su imagen, debemos actuar como dioses y conquistar el corazón del prójimo mediante el poder del amor; de lo contrario, la humanidad tal como la conocemos desaparecerá sin duda. El poder del hombre para hacer la

guerra se está incrementando; en igual medida, debe crecer también su capacidad para hacer la paz. El mejor modo de contrarrestar la amenaza de la guerra es la fraternidad, tomar plena conciencia de que, como hijos de Dios, somos una sola familia.

Quienquiera que estimule el conflicto entre naciones hermanas bajo el disfraz del patriotismo es un traidor a su familia divina, un hijo desleal de Dios. Todo el que promueva por medio de falsedades y chismes la enemistad entre los miembros de su familia, vecinos o amigos, o que de alguna manera sea un instrumento de discordia, está profanando el templo divino de la armonía.

Cristo y otras grandes almas nos han dado la receta para lograr la paz interior y, también, la paz entre individuos y naciones. ¡Por cuánto tiempo ha vivido el hombre en la oscuridad de la incomprensión e ignorancia con respecto a estos ideales! El verdadero arte crístico de vivir puede desterrar los conflictos entre los seres humanos y el horror de la guerra, así como traer paz y comprensión al mundo; todos los prejuicios y enemistades deben desaparecer. Ése es el desafío que se les plantea a aquellos que aspiran a ser los divinos adalides de la paz.



*«Bienaventurados los perseguidos por causa de la justicia, porque de ellos es el Reino de los Cielos» (Mateo 5:10).*

La bienaventuranza de Dios visitará a aquellas almas que soporten con ecuanimidad la tortura de la crítica injusta que les infligen los falsos amigos y los enemigos, cuando ellas tratan de hacer lo correcto y no se dejan influenciar por las malas costumbres o hábitos dañinos de la sociedad. Quien se adhiere fervientemente a la rectitud no se doblegará ante la presión social que le incita a beber alcohol por el solo hecho de estar en una reunión en la que se sirven bebidas, aun cuando se burlen de él por no participar de ese placer que comparten los demás. La rectitud moral puede acarrear el ridículo a corto plazo, pero produce, en cambio, regocijo a largo plazo, ya que la perseverancia en el autocontrol brinda bienaventuranza y perfección. Quienes viven y mueren comportándose correctamente se hacen merecedores de un reino eterno de gozo celestial del que disfrutarán en esta vida y en el más allá.

Las personas mundanas que prefieren abandonarse a los placeres sensoriales en vez de elegir el contacto con Dios son las que, en realidad, se comportan de manera insensata, ya que por hacer caso omiso de lo que es correcto —y, por lo tanto, bueno para ellas— deberán cosechar los resultados de tal comportamiento. El devoto virtuoso busca lo que le beneficia en el sentido más elevado. Quien renuncia a los erráticos caminos del mundo y, a causa de su idealismo, soporta con alegría la burla proveniente de los amigos de mentalidad estrecha demuestra que está capacitado para recibir la eterna bienaventuranza de Dios.

El versículo anterior ofrece también aliento a aquellos que, cuando han decidido aferrarse a los ideales de la moralidad y a las prácticas espirituales, son perseguidos y torturados por las tentaciones sensoriales y los malos hábitos. Ellos son virtuosos, en verdad, porque siguen el camino recto del autocontrol y la meditación, que con el tiempo derrotará a las tentaciones y permitirá conquistar el reino del gozo eterno a quienes resulten victoriosos.

Sin importar cuán poderosas sean las tentaciones o cuán fuertes los malos hábitos, es posible resistirlos mediante el poder del autocontrol guiado por la sabiduría y aferrándose a la convicción de que, cualesquiera que sean los placeres que la tentación prometa, al final siempre causarán sufrimiento. Quienes son irresolutos se vuelven inevitablemente hipócritas, pues terminan justificando su mal comportamiento mientras sucumben a los engaños de la tentación. Lo que verdaderamente ansía el alma es la miel de Dios, aun cuando se encuentre sellada por el misterio. Aquellos que mediten con inquebrantable paciencia y perseverancia romperán el sello del misterio y beberán sin límites del néctar celestial de la inmortalidad.

El cielo es aquel estado de gozo trascendental y omnipresente en el que los pesares no osan entrar. Siendo constante en la rectitud, el devoto alcanza por fin esa bienaventuranza de la cual ya no habrá de caer. Los devotos que vacilan, que no se encuentran anclados con firmeza en la meditación, pueden resbalar y caer de esa felicidad celestial; pero quienes son resueltos obtienen dicha bienaventuranza de forma permanente. El reino de la Conciencia Cósmica le pertenece al Rey de la Bienaventuranza Celestial y a las almas elevadas que han alcanzado la unidad con Él. De

ahí que se diga de los devotos que funden su ego en Dios y se vuelven uno con el Rey del Universo que *«de ellos es el Reino de los Cielos»*.



*«Bienaventurados seréis cuando os injurien y os persigan y digan con mentira toda clase de mal contra vosotros por mi causa. Alegraos y regocijaos, porque vuestra recompensa será grande en los cielos; pues de la misma manera persiguieron a los profetas anteriores a vosotros» (Mateo 5:11-12).*

*Referencia paralela:*

*«Bienaventurados seréis cuando los hombres os odien, cuando os expulsen, os injurien y proscriban vuestro nombre como malo por causa del Hijo del hombre. Alegraos ese día y saltad de gozo, que vuestra recompensa será grande en el cielo. Pues de ese modo trataban sus padres a los profetas» (Lucas 6:22-23).*

Los versículos anteriores no implican que para tener la posibilidad de entrar en el reino de los cielos sea preciso reclutar una cuadrilla de personas que nos injurien. Aun cuando uno aplique sus mejores esfuerzos a favor del bien en el mundo y en sí mismo, jamás se verá libre de las observaciones mordaces de los perseguidores, como bien lo sabía Jesús. La irritable naturaleza del ego hace que el hombre indisciplinado sienta desagrado y mala disposición hacia aquellos que son moral o espiritualmente diferentes de él. El aguijoneo de la satánica ilusión causante de divisiones induce a quienes se han autoerigido en críticos a mantenerse ocupados todo el tiempo en buscar razones para difamar a los demás. Jesús alentó a sus seguidores a no sentirse abatidos ni dejarse intimidar si, en sus esfuerzos por llevar una vida espiritual, advierten que las personas de mentalidad materialista no los comprenden. Aquellos que puedan superar con alegría la prueba del desprecio, sin ceder a la tentación de obrar mal con el objeto de «quedar bien», obtendrán la felicidad que resulta de aferrarse a los hábitos virtuosos, cuyo fruto es la bienaventuranza.

No debe considerarse una gran pérdida el hecho de que quienes enarbolan el reproche, el odio y la difamación nos «expulsen» de su compañía. En realidad, todos los que son así dejados de lado tienen la

bendición de que, merced a ese ostracismo, sus almas se mantienen alejadas de la mala influencia que supone asociarse con esas personas poco comprensivas y de mala conducta.

Quienes se dedican a la vida espiritual jamás deben sentirse abatidos, por mucho que la gente hable en contra de ellos o se menoscabe su buen nombre con denuncias de mal proceder. Bienaventurados aquellos cuyo nombre es denigrado por no cooperar con acciones mundanas o malvadas, porque sus nombres permanecerán grabados en el corazón de Dios y gozarán de su silenciosa admiración.

De manera similar, el *Bhagavad Guita* (XII:18-19) expresa la estima del Señor por tales devotos: «Aquel que permanece igualmente sereno ante amigos y enemigos, al recibir adoración e insulto, y al experimentar calor y frío, placer y dolor, y que ha renunciado al apego y considera por igual el vituperio y la alabanza, que es calmado y encuentra la satisfacción con facilidad, que no se apega al hogar y tiene una actitud tranquila y devota, es para Mí una persona muy querida».

Uno debe adherirse a lo que sabe que es correcto, aun cuando sea criticado. Es preciso que cada persona haga una introspección sincera y libre de egoísmo: si se encuentra en lo cierto, ha de mantenerse firme en su práctica de aquellas acciones virtuosas cuyo fruto es el gozo, sin sentirse influida por las alabanzas o las críticas; si, por el contrario, está equivocada, debe alegrarse de contar con la oportunidad de reformarse y eliminar así un obstáculo más en su camino hacia la felicidad perdurable. Incluso una crítica injusta hará que el discípulo sea más puro que nunca y le alentará aún más a seguir los caminos de la paz interior, en vez de ceder a las tentaciones bajo el impulso de las malas amistades.

Al estar en la compañía de Dios es cuando permanecemos en estado de bienaventuranza. Hemos de dedicar tiempo al Señor en la paz de la meditación. ¿Qué sentido tiene malgastar todo el tiempo libre en frecuentar las salas de cine, ver la televisión o dedicarse a otros pasatiempos inútiles? Al cultivar hábitos espirituales y adherirse a ellos, el devoto halla el verdadero ímpetu que le permite regocijarse en su satisfacción interior y en saber que finalmente heredará el reino de la plenitud eterna.

El devoto que es criticado por perseverar en los hábitos espirituales no debería enorgullecerse pensando que el ser perseguido por la causa de Dios

significa hacerle al Señor un gran favor. «Ser perseguidos por mi causa» o «por causa del Hijo del hombre» significa que al devoto se le castiga como resultado de su constancia en aquellas prácticas que ha emprendido a petición de su gurú crístico para alcanzar la sintonía con Dios.

Jesús hablaba a sus discípulos y seguidores en su condición de gurú o salvador enviado por Dios: «Bienaventurados sois si, a consecuencia de seguir al Hijo del hombre (el gurú preceptor crístico, representante de Dios), sois criticados y menospreciados por haber preferido caminar a la luz de su sabiduría armonizada con Dios, en vez de avanzar junto a las multitudes dando traspiés por los senderos mundanos de la oscuridad y de la ignorancia».

Soportar el odio, el ostracismo, el reproche o la marginación no es en sí mismo motivo de bendición, si uno es moral o espiritualmente perverso; en cambio, cuando a pesar de sufrir persecuciones el devoto se aferra a la verdad, tal como se manifiesta en la vida y enseñanzas de un gurú crístico, alcanza entonces la libertad en la bienaventuranza eterna. «Regocijaos en ese día y sentid la inspiradora vibración sagrada del siempre renovado gozo, porque he aquí que quienes se esfuerzan arduamente y acepten el dolor a fin de seguir el sendero divino serán recompensados en el cielo con la bienaventuranza eterna.

»Aquellos que os persiguen son la continuación de las sucesivas generaciones que persiguieron a los profetas. Reflexionad acerca de los grandes males que recayeron sobre esos antepasados y cuál fue la recompensa que los profetas recibieron en el cielo de manos de Dios como resultado de soportar en su nombre la persecución por parte de personas ignorantes. Si uno se mantiene firme en los principios espirituales, aun a costa de perder el cuerpo, al igual que los mártires de antaño, será recompensado con la divina herencia del reino de Júbilo Eterno de Dios».

«*Vuestra recompensa será grande en los cielos*» significa el estado de eterna bienaventuranza que se percibe cuando el divino contacto de Dios experimentado en la meditación se vuelve estable: quien en la tierra realiza acciones buenas y sublimes cosechará, de acuerdo con la ley del karma, los frutos de dichas acciones, ya sea en su cielo interior durante la vida terrenal o en los reinos celestiales después de la muerte.

El buen karma y la perseverancia espiritual que hayamos acumulado

determinan cuál será la recompensa celestial en esta vida o en el más allá. Las almas avanzadas —aquellas que a través de la meditación experimentan el estado de gozo siempre renovado de la realización del Ser y son capaces de permanecer sin cesar en esa celestial bienaventuranza interior en la que mora Dios— llevan consigo un cielo portátil dondequiera que vayan. El sol astral del ojo espiritual comienza a desplegar ante su conciencia el cielo astral donde residen las almas virtuosas y los santos, los seres liberados y los ángeles, en esferas con grados progresivos de desarrollo. Poco a poco, la luz del ojo espiritual abre sus portales y atrae la conciencia hacia esferas celestiales cada vez más elevadas: el aura dorada omnipresente de la Vibración Cósmica del Espíritu Santo, la cual encierra los misterios de las fuerzas más sutiles que animan todas las regiones de la existencia vibratoria (y en la que se hallan las «puertas de perla» del paraíso o entrada al cielo astral, al que se accede atravesando el perlado firmamento multicolor o muro divisorio); el Cielo Crístico de la Conciencia reflejada de Dios, cuya inteligencia resplandece en el reino vibratorio de la creación; y el cielo supremo de la Conciencia Cósmica, el Reino eterno de bienaventuranza inmutable y trascendental de Dios.

Sólo aquellas almas que logran mantener la conciencia centrada en el ojo espiritual durante la existencia terrena —incluso a través de las dificultades y las persecuciones— entrarán, en esta vida o en la vida después de la muerte, en los estados bienaventurados de las regiones superiores del Cielo donde las almas sumamente evolucionadas residen en la deliciosa cercanía de la liberadora presencia de Dios.

Aun cuando Jesús menciona de manera especial la enorme recompensa destinada a las almas avanzadas, incluso una medida menor de la gozosa comunión con Dios brinda la recompensa celestial correspondiente. Aquellos que hacen algún progreso y luego traicionan sus ideales espirituales o abandonan la meditación, porque se sienten interiormente hostigados por el esfuerzo que se requiere o se ven desalentados desde el exterior por las influencias mundanas o las críticas de parientes, vecinos o «amigos», pierden el contacto con el gozo celestial. Sin embargo, aquellos que son divinamente fieles no sólo retienen el gozo que han obtenido en la meditación sino que reciben una doble recompensa, porque su perseverancia da origen a satisfacciones cada vez mayores. Ésta es la



retribución psicológica celestial que se percibe al aplicar la ley del hábito: quienquiera que, por medio de la meditación, permanezca sin cesar en la bienaventuranza interior será recompensado con un gozo siempre creciente que le acompañará incluso al abandonar este plano terrenal.

El estado celestial de bienaventuranza meditativa que se experimenta en esta vida es un adelanto del gozo siempre renovado que siente el alma inmortalizada en el estado post mórtem. El alma lleva consigo ese gozo a las sublimes regiones astrales de celestial belleza, en las que los capullos vitatrónicos despliegan sus pétalos multicolores en el jardín del éter, y donde el clima, la atmósfera, el alimento y quienes allí residen están constituidos de diversas vibraciones de luz de múltiples tonalidades —un reino de manifestaciones refinadas que, comparado con las tosquedades de la tierra, se encuentra en mayor armonía con la esencia del alma.

Las buenas personas que resisten la tentación en el mundo pero aún no se han liberado por completo de la ilusión son recompensadas, después de la muerte, con un descanso renovador en este cielo astral, entre numerosos semi-ángeles y almas semi-redimidas, que llevan una vida muy superior a la que es común en la tierra. Allí disfrutaban de los resultados de su buen karma astral durante un lapso determinado por los efectos de sus acciones pasadas; tras ese período, el karma terreno que aún poseen las atrae una vez más a reencarnar en un cuerpo físico. Su «gran recompensa» en el cielo astral les permite manifestar a voluntad las condiciones que deseen y tratar únicamente con vibraciones y energía en vez de hacerlo con las propiedades fijas de las sustancias sólidas, líquidas y gaseosas con las que tienen que enfrentarse durante su tránsito por la tierra. En el cielo astral, todos los objetos, los atributos, las condiciones climáticas y el transporte se hallan sujetos al poder de la voluntad de los seres astrales, quienes pueden materializar, manipular y desmaterializar, de acuerdo con sus preferencias, las sustancias vitatrónicas de ese mundo más sutil.

Las almas completamente redimidas no albergan deseos mortales en su corazón al abandonar las riberas de este mundo. Como columnas, permanecen fijas por siempre en la mansión de la Conciencia Cósmica y nunca más reencarnan en el plano terrenal<sup>2</sup>, a no ser que lo hagan en

<sup>2</sup> «Al vencedor le pondré de columna en el Santuario de mi Dios, y no saldrá fuera ya más» (*Apocalipsis* 3:12).

forma voluntaria con el objeto de llevar de regreso hacia Dios a las almas que están apegadas a la tierra.

Entre estas almas liberadas se hallan los profetas de Dios, que se encuentran anclados en la Verdad y retornan a la tierra por mandato del Señor con el fin de guiar a otros, mediante su conducta ejemplar y su mensaje de salvación, hacia modos de vida espirituales. El estado espiritual de un profeta o salvador es de total unión divina, lo cual le habilita para manifestar a Dios de manera sagrada y misteriosa. Por lo general, se trata de reformadores excepcionales que proporcionan a la humanidad extraordinarios ejemplos espirituales. Ellos demuestran el poder y la influencia superior del amor sobre el odio, de la sabiduría sobre la ignorancia, aunque eso les suponga el martirio. Rehúsan abandonar sus verdades, sea cual sea el grado de persecución física o mental, descrédito o falsas acusaciones a que se vean sometidos, y con la misma firmeza rehúsan odiar a sus perseguidores o recurrir a la venganza para imponerse sobre sus enemigos. Manifiestan y mantienen el autocontrol y la paciencia del amor de Dios que todo lo perdona, a la vez que ellos mismos se encuentran protegidos en esa Gracia Infinita.

En todas las grandes almas —que vienen a la tierra para mostrar a la humanidad el camino hacia la eterna beatitud o conciencia de felicidad suprema— se pueden encontrar los rasgos divinos ensalzados por Jesús como camino hacia la bienaventuranza. En el *Bhagavad Guita*, Sri Krishna enumera en detalle las cualidades imprescindibles del alma que son distintivas del hombre de Dios:

*«(Las características del sabio son:) la humildad, la falta de hipocresía, la no violencia, la misericordia, la rectitud, el servicio al gurú, la pureza de mente y cuerpo, la tenacidad, el dominio de sí mismo;*

*»la indiferencia a los objetos de los sentidos, la ausencia de egoísmo, la comprensión del dolor y de los males (inherentes a la vida mortal): nacimiento, enfermedad, vejez y muerte;*

*»el desapego, la no identificación de su verdadero ser con los hijos, el cónyuge o el hogar; la constante ecuanimidad ante las circunstancias deseables e indeseables;*

*»la inquebrantable devoción hacia Mí mediante la práctica del yoga que trasciende toda separación, la inclinación a frecuentar parajes solitarios y a evitar la compañía de personas mundanas;*

*»la perseverancia en conocer el alma; y la percepción meditativa del objeto de todo conocimiento —su esencia verdadera o significado oculto—. Todas estas cualidades forman parte de la sabiduría, y las opuestas no son más que ignorancia» (Bhagavad Guita XIII:7-11).*

Al cultivar las virtudes antes mencionadas, el ser humano puede vivir —incluso en este mundo materialista— en la bienaventurada conciencia del alma, como un verdadero hijo de Dios. De este modo, su vida, al igual que la de muchos otros con los que se cruza en su camino, se vuelve radiante con la luz, el gozo y el amor infinitos del Padre Eterno.

## CAPÍTULO 8

# El amor divino: la meta suprema de la religión y de la vida

«Se levantó un legista y dijo, para ponerle a prueba: “Maestro, ¿qué he de hacer para tener en herencia vida eterna?”. Él le dijo: “¿Qué está escrito en la Ley? ¿Cómo lees?”. Respondió: “Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, con todas tus fuerzas y con toda tu mente; y a tu prójimo como a ti mismo”. Díjole entonces: “Bien has respondido. Haz eso y vivirás”» (Lucas 10:25-28).

*Pasaje paralelo del Evangelio de Marcos:*

«Acercose uno de los escribas que les había oído y, viendo que les había respondido muy bien, le preguntó: “¿Cuál es el primero de todos los mandamientos?”. Jesús le contestó: “El primero es: Escucha, Israel: El Señor, nuestro Dios, es el único Señor, y amarás al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu mente y con todas tus fuerzas. El segundo es: Amarás a tu prójimo como a ti mismo. No existe otro mandamiento mayor que éstos”» (Marcos 12:28-31).

El propósito entero de la religión —de la vida misma, en realidad— se encuentra resumido en los dos mandamientos supremos citados por el Señor Jesús en estos versículos. En ellos está la esencia de la verdad eterna que distingue todos los senderos espirituales auténticos, el irreducible imperativo que el hombre debe aceptar como alma individual separada de Dios si aspira a recuperar la conciencia de unidad con su Hacedor.

«Haz eso y vivirás», le dijo Jesús al legista que le había preguntado cómo tener vida eterna. Esto significa: «Si en la meditación diaria puedes amar a Dios con todo tu ser en verdadera comunión con Él y demuestras, por medio de tus acciones, que amas a tu prójimo (tu hermano divino) tanto como te amas a ti mismo, te elevarás por encima de la conciencia

mortal de este plano ilusorio de vida y muerte y experimentarás el eterno e inmutable Espíritu que vive en ti y en la divina omnipresencia».

«*De estos dos mandamientos penden toda la Ley y los Profetas*», le reveló Jesús al legista aludido en el Evangelio de Mateo. Y al escriba que le preguntó, en el Evangelio de Marcos, cuál de los mandamientos divinos era el más importante, Jesús le respondió: «El Soberano Cósmico, nuestro Protector y único Dios, es el Señor y Amo exclusivo de toda la creación. Él te ha creado como uno de sus hijos, hecho a su imagen y portador de la divina relación por Él decretada. A ti te corresponde amar espontáneamente a tu Creador con el amor que Él implantó en ti: con todo el divino amor de tu corazón, con toda la percepción intuitiva de tu alma, con toda la atención de tu mente y con todas las fuerzas de tu determinación mental y de tu energía física».

Ésta constituye la principal de todas las leyes cósmicas decretadas por el Espíritu para elevar y liberar el alma —afirmaba Jesús—, porque es a través de los portales del amor del ser humano como Dios establece su unidad con él, y esta unión libera al hombre del cautiverio de la ilusión. Amar a Dios en forma suprema es recibir de Él satisfacción y plenitud eternas, además de la liberación de todos los deseos humanos que irresponsablemente provocan continuos nacimientos y muertes y los sufrimientos imprevistos que éstos conllevan.

Jesús alabó el entendimiento demostrado por el escriba y le aseguró que se hallaba próximo a alcanzar un elevado grado de conciencia espiritual, porque este hombre comprendía que amar a Dios en su supremacía e innata intimidad en todos los seres «*vale más que todos los holocaustos y sacrificios*». Honrar al Creador a través de formalidades religiosas externas es mantener la distancia entre quien venera y Aquel que es objeto de su veneración; amarle, en cambio, es convertirse en su amigo, en su hijo, y volverse uno con Él.

Que Dios ordene al hombre amarle sobre todas las cosas podría parecer impropio de una Deidad omnipotente. Sin embargo, todos los avatares y santos comprenden, en lo más íntimo de su corazón, que este mandamiento no tiene la intención de satisfacer algún inverosímil capricho de Dios, sino que es, más bien, un requisito esencial para que el alma individualizada pueda lograr una conexión consciente con su Creador. A

Dios le es posible vivir sin el amor de los seres humanos; pero así como la ola no puede existir sin el océano, tampoco puede el hombre vivir sin el amor de Dios. La sed de amor presente en cada corazón humano se debe a que el hombre está hecho a imagen del amor de Dios. Por eso, los avatares y los santos hacen un llamado a la humanidad para que ame a Dios, mas no por compulsión ni por mandato, sino porque el océano del amor divino se agita bajo la pequeña ola de amor presente en cada corazón.

Un gran santo de la India expresó: «Aquel que busca primero a Dios con todo su corazón es el más inteligente entre los hombres», porque al hallarle recibe, junto con Él, todo aquello que a Dios le pertenece. Amar a Dios es hacer contacto con la Munífica Fuente de la creación. Son muchos los hombres mundanos que ocupan de forma irreflexiva su corazón, mente, alma y fortaleza física en buscar dinero, amor humano o poder terrenal, sólo para perderlos —si es que acaso los han encontrado— en el momento de la muerte. La manera más sabia de aprovechar la vida es invertirla en la búsqueda de Dios, el único tesoro que brinda satisfacción eterna y que jamás puede perderse ni menguar.

Aun cuando es preciso amar a Dios para poder conocerle, también es cierto que debemos conocer a Dios para poder amarle. Nadie puede amar algo acerca de lo cual no sabe nada; nadie puede amar a una persona que le es por completo desconocida. Sin embargo, quienes meditan con profundidad «conocen», porque hallan la prueba de la existencia de Dios en el siempre renovado Gozo que se siente en la meditación, o en el Sonido Cósmico de *Om* (Amén) que se oye en el silencio profundo, o en el Amor Cósmico que se experimenta al enfocar la devoción en el corazón, o en la Sabiduría Cósmica que alborea como iluminación interior, o en la Luz Cósmica que evoca visiones del Infinito, o en la Vida Cósmica que se percibe durante la meditación cuando la pequeña vida se funde con la gran Vida presente en todo.

El devoto que, aunque sea una vez, haya percibido a Dios en la meditación como alguna de sus manifestaciones tangibles no puede evitar amarle cuando de este modo capta sus arrobadoras cualidades. La mayoría de las personas nunca aman en realidad a Dios porque saben muy poco acerca de lo cautivante que es el Señor cuando visita el corazón del devoto que medita. Este contacto genuino con la presencia trascendental

de Dios es posible para aquellos devotos resueltos que son constantes en la meditación y perseveran en la oración sincera que brota del alma.

Sólo existe un Origen de todas las capacidades del ser humano: Dios, el Creador del amor con el que amamos, de nuestras almas con las que clamamos por la inmortalidad, de la mente y los procesos mentales con los que nos es posible pensar, razonar y actuar, y de la vitalidad con la cual emprendemos las actividades cotidianas. Deberíamos emplear todos estos dones para realizar, con la máxima energía, un esfuerzo supremo en la meditación con el fin de expresarle nuestro amor a Dios hasta que sintamos conscientemente la manifestación de su respuesta.

El practicante religioso medio racionaliza el cumplimiento de sus obligaciones espirituales mediante rituales mecánicos u oraciones que pronuncia mientras sus pensamientos están en otra parte, o bien con erráticos vagabundeos por la jungla de la teología y del dogma. Quizá procure sentir amor y devoción a Dios en su corazón y enfocar su mente en Él, tanto como le sea posible, durante los períodos de oración; tal vez intente amar a Dios «con todas sus fuerzas», cantando, danzando e incluso rodando enérgicamente por el suelo como hacen algunas sectas de los denominados «santos rodadores». En lo que respecta a amar a Dios con toda el alma, se siente desconcertado, ya que ni siquiera sabe qué es el alma. El único momento en que percibe algo acerca del alma (y en ese caso, sólo de modo inconsciente) es durante el sueño profundo sin ensueños. En ese estado, la «fuerza» o energía vital se desconecta de los cinco sentidos y se retira hacia el interior; la conciencia de sí mismo como entidad física desaparece. Por la noche, los seres humanos tienen una vislumbre de su verdadero Ser, el alma; cada mañana, al despertar, la mayoría de las personas adopta, una vez más, su errónea identificación como hombre o mujer mortal.

Los intentos de aplicar las enseñanzas de Jesús en forma externa proporcionan por lo general sólo una satisfacción exterior mínima y no la experiencia divina. Existe, sin embargo, un significado interno de la exhortación a amar a Dios con todo el corazón, la mente, el alma y las fuerzas. Jesús empleó estos sencillos términos bíblicos, pero dio a entender que en ellos se incluye toda la ciencia del yoga, el camino trascendental para alcanzar la unión divina a través de la meditación. En la India,

donde el conocimiento espiritual se había desarrollado durante miles de años antes de la época de Jesús, los sabios que conocían a Dios plasmaron estos conceptos en una filosofía espiritual de amplio alcance con el propósito de guiar a los devotos de manera sistemática en el sendero hacia la liberación. Cuando una persona hace el esfuerzo de conocer a Dios en el estado meditativo, empleando la sinceridad del corazón y sus más profundos sentimientos, y la intuición del alma, y todos los poderes de concentración de la mente, y toda la energía vital interiorizada (todas sus fuerzas), con seguridad alcanzará el éxito.

El sistema de desarrollo espiritual en el que uno aprende a «amar a Dios con todo su corazón» se conoce en la India como *Bhakti Yoga* —la unión con Dios por medio del amor y la devoción incondicionales—. El *bhakta* llega a comprender que lo que hay en el corazón de una persona es lo que determina en qué se concentra: en aquello que ama. Así como el corazón del amante está junto al ser amado y el del ebrio junto a la bebida, así también el corazón del devoto se halla de continuo absorto en el amor por su Bienamado Divino.

«Amar a Dios con toda tu mente» significa amarle con toda la concentración enfocada en Él. La India se ha especializado en la ciencia de concentrar por completo la mente mediante la práctica de técnicas precisas, de modo que, durante sus prácticas de adoración, el devoto pueda mantener toda la atención en Dios. Si al ofrendar las plegarias de devoción, la mente gira sin cesar en torno a pensamientos relacionados con el trabajo, la comida, las sensaciones corporales u otras distracciones, no se está amando a Dios con toda la mente. La Biblia enseña: «*Orad constantemente*»; la ciencia del yoga originaria de la India ofrece el método efectivo para adorar a Dios con la mente concentrada por completo.

«Amar a Dios con toda tu alma» significa entrar en el estado de éxtasis supraconsciente: la percepción directa del alma y de su unidad con Dios. Cuando ningún pensamiento atraviesa la mente y existe, en cambio, una percepción consciente absoluta; cuando uno sabe, gracias al conocimiento intuitivo, que puede lograr lo que se proponga con sólo pedirlo, entonces uno se halla en el expansivo estado de la supraconciencia: la experiencia del alma como reflejo de Dios, la conexión del alma con la conciencia de Dios. Es un estado de dicha suprema en que el



alma percibe de manera cristalina el Espíritu omnipresente que se refleja como el gozo de la meditación.

Amar a Dios con toda el alma exige la absoluta quietud que se alcanza en el recogimiento trascendente. No es posible lograrlo cuando se reza en voz alta, se mueven las manos de un lado a otro, se canta o se lleva a cabo cualquier otra acción corporal que active el sistema sensorio-muscular. Así como durante el sueño profundo el cuerpo y los sentidos permanecen inertes, así también este recogimiento interior caracteriza el éxtasis supraconsciente, con la diferencia de que el éxtasis es mucho más profundo que el sueño. Lo que se siente al dormir multiplicado por diez millones de veces no alcanza a describir el gozo del éxtasis. Se trata de un estado en el que podemos conocer nuestro verdadero Ser, el alma, y adorar sin reservas, con ese auténtico Ser, a Aquel que es el Amor mismo.

El cumplimiento del mandato divino de amar a Dios con todo nuestro corazón, mente y alma se hace posible por medio de la ciencia que le permite al devoto «amar a Dios con todas sus fuerzas». El yoga enseña dicha ciencia. Cuando uno duerme, la mente consciente se encuentra inactiva; la energía se retira del área sensomotora del cerebro, así como de los músculos y nervios, concentrándose en las facultades de la mente subconsciente. No es posible entrar en el estado de sueño subconsciente a no ser que, por lo general en forma pasiva, la fuerza vital se haya desconectado del sistema nervioso sensomotor consciente; tampoco es posible entrar en el estado de supraconciencia —que trasciende la subconciencia— sin que la energía vital se desconecte conscientemente de los sentidos y músculos.

El dominio de la energía vital que le permite al devoto amar a Dios con todas sus fuerzas se inicia con la postura (*asana*, el entrenamiento del cuerpo para mantener, con facilidad y sin inquietud, la postura correcta que posibilita permanecer inmóvil al meditar) y con ejercicios respiratorios para controlar la fuerza vital (*pranayama*, las técnicas para aquietar la respiración y el corazón). Mediante tales prácticas, se serena el corazón, la energía se desconecta de manera efectiva de los sentidos, y se calma el aliento inquieto que mantiene al hombre atado a la conciencia corporal. El yogui es capaz de enfocar su mente en Dios sin que le perturbe la intrusiva atracción del cuerpo. La mente, desconectada de

las sensaciones, se retira de modo trascendental hacia el interior (*pratyahara*). El devoto puede entonces utilizar la mente así liberada para experimentar la unión amorosa con Dios. Cuando al devoto le es posible amar a Dios con la mente concentrada en el interior de su ser, comienza a sentir en su corazón ese amor por Dios que, de manera exquisita, impregna con la divina presencia cada matiz de sus sentimientos. El corazón así colmado de Dios percibe entonces al Bienamado Señor en lo más recóndito del alma, donde su pequeño amor se conecta y se funde con el Gran Amor. El sentimiento de Dios dentro del alma se expande hasta convertirse en percepción de Dios en la vastedad de su omnipresencia (el *samyama* del yoga: *dharana*, *dhyana* y *samadhi*).

Jesús impartió enseñanzas que a primera vista parecen simples, pero que son mucho más profundas de lo que la mayoría de la gente supone. El hecho de que enseñó el sistema completo del yoga (el método científico de unión con Dios) queda evidenciado en el libro del Apocalipsis, donde se expone el misterio de las siete estrellas y siete iglesias con sus siete ángeles y siete candeleros de oro. Al abrir los «*siete sellos*» de estos centros de percepción espiritual —con el propósito de lograr el dominio sobre todos los poderes astrales de la vida y de la muerte a través de los cuales el alma asciende hacia la libertad—, se alcanza la unión divina.

Jesús enfatizó que la salvación comienza con aquellas prácticas que le permiten al devoto amar de verdad a Dios por medio de la ofrenda suprema de su corazón, su mente, su alma y sus fuerzas. En la más grandiosa de las escrituras de la India que tratan sobre el yoga, el *Bhagavad Guita*, el Señor se expresa en palabras análogas al mandamiento bíblico citado por Jesús: «Escucha de nuevo mi suprema enseñanza, la más secreta de todas. Puesto que te amo profundamente, por tu bien te la revelaré. Absorbe tu mente en Mí, conviértete en mi devoto, renuncia por Mí a todas las cosas; inclínate ante Mí. Eres querido para Mí y, por eso, en verdad te prometo que tú llegarás a Mí».



El Primer Mandamiento lleva al devoto a la observancia del segundo gran precepto espiritual, «*semejante a éste*». Mientras uno se esfuerza por sentir a Dios en su interior, tiene además el deber de compartir con

su prójimo la experiencia de Dios: «Amarás a tu prójimo (a todas las razas y a todas las criaturas de todo lugar con las que entres en contacto) como a ti mismo (como amas a tu propia alma), porque ves a Dios en todos». El prójimo de un hombre es la manifestación de su Ser superior, o sea, Dios. El alma es un reflejo del Espíritu; un reflejo que se halla presente en cada ser y en toda la vida vibratoria del decorado animado e inanimado del cosmos. Amar a nuestros padres, parientes, conocidos y conciudadanos, a todas las razas del mundo, a todas las criaturas, flores y estrellas, que viven en la «vecindad» o al alcance de la propia conciencia, es amar a Dios en sus multifacéticas manifestaciones tangibles. Aquellas personas que aún no son capaces de amar a Dios en las sutiles expresiones divinas que se presentan en la meditación pueden alimentar su amor por Él en las manifestaciones de la naturaleza y de todos los seres a los que perciben o con quienes entran en contacto.

Es Dios quien adopta el aspecto de padre para proteger al niño; de madre para amar al niño incondicionalmente; y de amigo para ayudar, sin las limitaciones que imponen los instintos familiares, a esa alma encarnada. Es Dios quien se ha convertido en la tierra engalanada con un firmamento de estrellas para entretener a sus hijos y mantenerlos maravillados. Es Él quien se ha transformado en el alimento y en el aliento y en las funciones vitales que sostienen a los innumerables seres mortales. Cuando la inmanencia de Dios se hace patente en el entendimiento del hombre, despierta en él la comprensión de que tiene el deber y el privilegio de adorar a Dios en el templo de su propio ser —a través de la meditación— y en el templo de todos los seres y objetos del universo —a través del amor al prójimo, en la cercanía de su hogar cósmico.

Incluso los santos que aman a Dios en el éxtasis trascendental de la meditación hallan sólo la completa redención cuando han compartido su logro divino al amar a Dios bajo la forma en que Él se manifiesta en todas las almas al alcance omnipresente de su alma.

El mejor modo en que el devoto, alentado por el amor a Dios en la meditación, puede iniciar las buenas relaciones de vecindad de su alma con otras almas consiste en extender su ayuda hacia aquellas personas que no forman parte de su propia familia pero que, no obstante, se hallan más próximas a él que el mundo en general. De manera instintiva,

la gente prefiere ser dadivosa con los miembros de su propia familia antes que con un extraño; y la idea misma del «mundo» es un concepto sumamente lejano y abstracto. Si una persona, sin embargo, vive sólo para sí y para los pocos escogidos que elige favorecer por considerarlos como seres queridos, obstruye la expansión de su vida y, desde el punto de vista espiritual, no vive en absoluto. Por el contrario, cuando una persona extiende su solidaridad y su afecto desde un sentido de identidad restringido a «nosotros cuatro y nadie más» hasta abarcar a sus vecinos y al mundo, su pequeña vida fluye hacia la vida superior de Dios y se transforma en la Vida Eterna —el segundo requisito en respuesta a la pregunta que le formuló el legista a Jesús: «¿Qué he de hacer para tener en herencia vida eterna?».

La mayoría de la gente vive dentro de las estrechas paredes del egoísmo, sin sentir jamás el palpitar de la vida universal de Dios. Quiquiera que desconozca que su vida proviene de la vida eterna, que lleve una existencia puramente materialista y que muera y se reencarne sin recordar sus pasados nacimientos, en verdad no ha vivido. Su conciencia mortal anduvo errante atravesando ilusorias experiencias oníricas, pero su verdadero Ser, el alma, jamás despertó para expresar su divina naturaleza e inmortalidad. En contraste, aquellos devotos que, por medio de la meditación, perciben que es la vida eterna la que sostiene su vida mortal viven para siempre, sin perder jamás su existencia consciente en el momento de morir, ni de una encarnación a otra, ni en la eternidad de la libertad del alma en Dios.

Los santos y los sabios que cumplen con los dos mandamientos supremos no están ya supeditados a la disciplina de los demás mandamientos, puesto que, al amar a Dios tanto en la meditación trascendental como en su divina manifestación en los demás seres, automáticamente dan justo cumplimiento a todas las leyes cósmicas. En los devotos que han establecido contacto con Dios, el Artífice de la Ley Cósmica se expresa como la bondad intuitiva y natural que los mantiene siempre en armonía con los códigos universales de Dios. La oscuridad acumulada durante milenios en torno al alma puede disiparse poco a poco con las pequeñas llamas de la observancia de las numerosas normas de conducta; mas cuando, mediante un empeño supremo del corazón, de la

mente y de las fuerzas, la omnipresente luz de Dios se hace visible en el alma, desaparece entonces la oscuridad: el advenimiento de la Gran Luz absorbe por completo la llama vacilante que emiten las acciones disciplinadas. Así pues, amar a Dios por medio de la oración y la meditación continuas y amarle a través del servicio físico, mental y espiritual prestado a sus manifestaciones en nuestra familia universal (constituida por nuestros semejantes) es el fundamento y esencia del conjunto de todas las demás leyes que rigen la conducta y la liberación de los seres humanos.



Un renacimiento en el amor a Dios y al prójimo tal como propugnó Jesucristo daría origen a un espíritu de unidad que ayudaría a sanar los males del mundo.

La armonía y la fraternidad llegarán a la tierra a través sólo de la comunión con Dios. Cuando percibimos realmente la Presencia Divina en nuestra propia alma, se despierta en nosotros el amor por el prójimo —judío y cristiano, musulmán e hindú— al tomar conciencia de que nuestro Ser verdadero y el Ser de todos los demás son, por igual, almas o reflejos del único e infinitamente adorable Dios. Los planes políticos y sociales utópicos producirán escasos beneficios perdurables hasta que la humanidad aprenda la ciencia eterna por medio de la cual los seguidores de todas las religiones pueden conocer a Dios en la unidad de la comunión del alma con el Espíritu.

Observar el «primer mandamiento», como fue expuesto por Jesús, es la obligación central de la vida del hombre; quedan, así, subordinadas y al servicio de dicha observancia la hueste de absorbentes responsabilidades que el ser humano acumula sobre sí. Jesús apoyaba el mandamiento bíblico que dice: «*Honra a tu padre y a tu madre*», pero ama a Dios de manera suprema. Padre, madre, amigos, seres amados: todos ellos son regalos de Dios. Ama al Amor Único que permanece oculto detrás de todos los disfraces bondadosos. Ama a Dios en primer lugar y sobre todas las cosas; de lo contrario, incontables serán las ocasiones en que Él visite tu corazón y se marche de nuevo sin que le reconozcas ni le des la bienvenida.

Es de suprema importancia estar con Dios ahora. Su amor es el

único refugio en la vida y en la muerte. Debes utilizar el tiempo del mejor modo posible. ¿Por qué no aprovecharlo para recobrar tu unidad con el Creador de este Universo, nuestro Padre Infinito?

## CAPÍTULO 9

### El reino de Dios que está dentro de vosotros

«Habiéndole preguntado los fariseos cuándo llegaría el Reino de Dios, les respondió: “El Reino de Dios no vendrá con observación, ni se dirá: ‘Vedlo aquí o allá’, porque, mirad, el Reino de Dios está dentro de vosotros”» \* (Lucas 17:20-21).

Jesús se dirige en estos términos al ser humano en su aspecto de eterno buscador de la felicidad perdurable y de la liberación de todo sufrimiento: «El reino de Dios —el reino de la eterna, inmutable, siempre renovada y gozosa Conciencia Cósmica— está dentro de ti. Contempla tu alma como un reflejo del Espíritu inmortal y descubrirás que tu Ser abarca el imperio infinito de amor divino, sabiduría divina y bienaventuranza divina que está presente en cada partícula de la creación vibratoria, así como en el Absoluto Trascendental no vibratorio».

Podría afirmarse que las enseñanzas de Jesús acerca del reino de Dios —a veces en lenguaje directo y a veces en forma de parábolas plenas de significado metafísico— son el núcleo del mensaje completo que él impartió. El Evangelio deja constancia de que, en el comienzo mismo de su ministerio público, «*marchó Jesús a Galilea; y proclamaba la Buena Nueva [del Reino] de Dios*». Su exhortación a «buscar primero el Reino de Dios» constituye el tema central de su Sermón del Monte. La única oración que —según se sabe— dio a sus discípulos eleva una súplica a Dios: «*Venga tu Reino*». Una y otra vez se refirió al reino del Padre Celestial y al método para alcanzarlo:

«*El que no nazca de agua y de Espíritu no puede entrar en el Reino de Dios*».

«*Luchad por entrar por la puerta estrecha, porque, os digo, muchos pretenderán entrar y no podrán*».

«*Nadie ha subido al cielo sino el que bajó del cielo, el Hijo del*

*hombre, que está en el cielo\**. Y como Moisés elevó la serpiente en el desierto, así tiene que ser elevado el Hijo del hombre».

«Y si tu ojo te es ocasión de pecado, sácatelo. Más vale que entres con un solo ojo en el Reino de Dios que, con los dos ojos, ser arrojado a la gehenna».

«Yo soy la puerta; si uno entra por mí, estará a salvo; entrará y saldrá y encontrará pasto».

«Yo soy el Camino, la Verdad y la Vida. Nadie va al Padre sino por mí»<sup>1</sup>.

Tomadas en conjunto, estas y otras declaraciones de Jesús referidas al reino de Dios permiten comprender de modo más amplio la sencilla afirmación, expresada en estos versículos, acerca de que el reino de Dios no podrá hallarse mediante la «observación» —la utilización de los sentidos de la vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto sintonizados con la materia—, sino por medio del recogimiento interior de la conciencia con el fin de percibir la Divina Realidad «dentro de vosotros».

«El reino de Dios no llega en respuesta a la observación sensorial, ni puede ser hallado por quienes dicen: “Mira, está aquí o allá, en algún lugar entre las nubes”. Concéntrate, más bien, en tu interior y hallarás la esfera de la conciencia de Dios oculta detrás de la conciencia material».

Mucha gente supone que el cielo es un lugar físico, un remoto punto del espacio situado por encima de la atmósfera o más allá de las estrellas. Otros interpretan las afirmaciones de Jesús acerca del advenimiento del reino de Dios como una referencia a la llegada de un Mesías que establecerá y gobernará un reino divino en la tierra. De hecho, el reino de Dios y el reino de los cielos constan, respectivamente, de las infinitudes trascendentales de la Conciencia Cósmica y de los celestiales reinos causal y astral de la creación vibratoria, los cuales son mucho más sutiles y están más armonizados con la voluntad de Dios que las vibraciones físicas cuyo agrupamiento da lugar a los planetas, al aire y al ambiente terrenal.

Los objetos materiales que conocemos en forma de sensaciones de la vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto son el producto de la

<sup>1</sup> El profundo significado metafísico de estos versículos y su aplicación a la ciencia del yoga se explican de forma exhaustiva en *The Second Coming of Christ: The Resurrection of the Christ Within You*.



interacción de fuerzas que se originan y existen más allá de la capacidad de observación de la conciencia humana. El origen primigenio de todos los objetos y vibraciones materiales se encuentra en la Conciencia Cósmica. La materia es energía física condensada, la energía física es energía astral condensada, y ésta, a su vez, es la fuerza condensada del pensamiento original de Dios. Por consiguiente, la Conciencia Cósmica se halla oculta tanto en el interior como más allá de las capas constituidas por la materia, la energía física, la energía astral y el pensamiento o conciencia.

Lo mismo que ocurre en el macrocosmos sucede también en el microcosmos del cuerpo humano: la Conciencia Cósmica, cuyo rasgo característico es el gozo siempre renovado y la inmortalidad, es la que ha creado la conciencia humana y, por lo tanto, se encuentra dentro de ella. Cada alma fue concebida a partir de la infinita Conciencia Cósmica; estas ideaciones individuales del pensamiento de Dios fueron revestidas con otras dos cubiertas de manifestación externa, mediante la condensación de las fuerzas magnéticas causales propias de la conciencia, a fin de engendrar el cuerpo astral de energía vital luminosa y el cuerpo mortal de carne y hueso.

Así pues, el reino de Dios no está separado del reino de la materia, sino que se halla tanto en su interior —lo impregna sutilmente, dado que es su origen y sostén— como fuera de él, en las mansiones infinitas del Padre, más allá del limitado cosmos físico<sup>2</sup>.

Por eso, Jesús señaló que es en vano buscar el Cielo con la conciencia enfocada en las vibraciones materiales e identificada con las sensaciones

<sup>2</sup> «Si os dicen vuestros guías: “Mirad, el Reino está en el cielo”, entonces los pájaros del cielo os precederán. Si os dicen: “Está en el mar”, entonces los peces os precederán. Pero el Reino está dentro de vosotros y está fuera de vosotros. Cuando os lleguéis a conocer, entonces seréis conocidos y sabréis que vosotros sois los hijos del Padre Viviente. Pero si vosotros no os conocéis, entonces vosotros estáis en la pobreza y vosotros sois la pobreza» (*Evangelio de Tomás*, versículo 3, citado de la obra de Antonio Piñero y col., *Textos gnósticos: Biblioteca de Nag Hammadi* Vol. II [Trotta, Madrid, 1999]).

«Sus discípulos le dijeron: “[...] ¿Qué día vendrá el mundo nuevo?”. Les dijo: “Lo que esperáis ha llegado, pero vosotros no lo conocéis”» (*Evangelio de Tomás*, versículo 51, *op. cit.*).

«Sus discípulos le dijeron: “¿Qué día vendrá el reino?”. [Jesús dijo: “No vendrá en expectativa, ni dirán: ‘Mirad aquí’ o ‘mirad allá’; sino que el Reino del Padre está difundido sobre la tierra y los hombres no lo ven”» (*Evangelio de Tomás*, versículo 113, *op. cit.*). (*Nota del editor*).

y placeres corporales y las comodidades terrenales. En el reino de la materia y de la conciencia corporal, el ser humano padece enfermedades y sufrimiento físico y mental; si, por el contrario, dirige su atención hacia el reino interior, halla al Confortador, el Espíritu Santo o Vibración Cómica de *Om*, manifestado en los sutiles centros cerebrospinales de la conciencia espiritual. Dejarse llevar por la corriente de la conciencia material que fluye hacia el exterior implica ser arrastrado inexorablemente hacia el Hades del reino de Satanás, la esfera de los apegos y limitaciones terrenales del cuerpo mortal; en cambio, meditar en *Om* para seguir la corriente de la conciencia que fluye hacia el interior es alcanzar el bienaventurado reino de Dios que se encuentra más allá del opaco obstáculo del cuerpo físico<sup>3</sup>.

La comunión con el santo Confortador brinda la sintonía con la Conciencia Crística que mora en el cuerpo como el alma siempre perfecta. Al comulgar aún más profundamente con la Conciencia Crística, se llega a experimentar la unidad del alma con el Espíritu omnipresente: el pequeño Ser se expande hasta alcanzar la magnitud de su Ser infinito y abarca así el ilimitado reino divino de la Dicha siempre existente, siempre consciente y eternamente renovada.

El reino de Dios aguarda ser descubierto por aquellas almas que, hallándose confinadas en el cuerpo, ahondan en la meditación para trascender la conciencia humana y alcanzar los estados sucesivamente más elevados de la supraconciencia, la Conciencia Crística y la Conciencia Cómica. Quienes meditan con profundidad, concentrándose intensamente en el silencio interior (el estado en que los pensamientos se encuentran neutralizados), retiran su mente de los objetos materiales percibidos a través de la vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto —es

<sup>3</sup> Entre los evangelios no canónicos que han perdurado del primer período de la era cristiana, hay un manuscrito incompleto conocido como «Diálogo del Salvador», escrito alrededor del año 150 d. C. y que permaneció perdido hasta el hallazgo de los manuscritos de Nag Hammadi, ocurrido en 1945. La traducción que se encuentra en *Textos gnósticos: Biblioteca de Nag Hammadi* Vol. II incluye el siguiente pasaje (132:27-30):

«Mateo dijo: “Señor, deseo ver ese lugar de vida, ese lugar que no tiene tinieblas, sino luz pura”.

»Dijo el Señor: “Hermano Mateo, no podrás verlo en tanto estés revestido de carne”.

»Mateo dijo: “Señor, aunque no pueda verlo, permíteme conocerlo”.

»Dijo el Señor: “Todo aquel que se ha conocido a sí mismo lo ha visto”». (*Nota del editor*).

decir, de toda sensación corporal e inquietud mental perturbadora—. En esa concentrada quietud interior, descubren un inefable sentimiento de paz. La paz es la primera vislumbre del reino interior de Dios.

Los devotos que pueden lograr a voluntad ese recogimiento interior de la mente y concentrarse por completo en el sentimiento de paz resultante lograrán con toda certeza entrar al reino de la conciencia de Dios. Esta percepción se transforma poco a poco en omnipresencia, omnisciencia, dicha siempre renovada y visiones de los reinos de luz eterna por los cuales se desplazan, en el seno de Dios, todas las almas liberadas, materializándose y desmaterializándose a voluntad. Nadie puede entrar en ese reino de la Conciencia Cósmica a no ser que sea capaz de penetrar en su conciencia hasta lo más profundo de su ser, a través de los portales de la concentración y meditación fervientes. Por ese motivo, Jesús afirmó de manera inequívoca: *«El Reino de Dios está dentro de vosotros»\**, es decir, en los estados trascendentes de las percepciones del alma.

Existe una bella concordancia entre las enseñanzas de Jesucristo relativas a entrar en el «Reino de Dios que está dentro de vosotros» y las enseñanzas del yoga expuestas en el *Bhagavad Guita* por el Señor Krishna acerca de devolverle al Rey Alma —el reflejo de Dios en el ser humano— su justa potestad sobre el reino corporal y su plena realización de los celestiales estados de conciencia espiritual. Una vez que el hombre se ha establecido en ese reino interior de conciencia divina, la ya despierta percepción intuitiva del alma rasga los velos de la materia, de la energía vital y de la conciencia, dejando al descubierto la esencia de Dios que se encuentra presente en el corazón de todas las cosas.

*«Él reside en el mundo, y todo lo envuelve por doquier; sus manos y pies están presentes en todas partes, al igual que sus ojos, oídos, bocas y cabezas; resplandece en todas las facultades sensorias y, sin embargo, trasciende los sentidos; permanece desapegado de la creación y, no obstante, es el Fundamento de todo; está libre de todas las gunas (modalidades de la naturaleza) y, sin embargo, disfruta de todas ellas.*

*»Está dentro y fuera de todo cuanto existe —animado e inanimado—, es cercano y a la vez lejano; es imperceptible por ser tan sutil.*

»Él, el Indivisible, se manifiesta en forma de incontables seres; Él los conserva y los destruye, y de nuevo los crea.

»La Luz de todas las Luces, que trasciende la oscuridad, el Conocimiento mismo, Aquello que ha de saberse y la Meta de toda sapiencia, Él mora en el corazón de todos» (*Bhagavad Guita* XIII:13-17).

El *Raja Yoga*, el camino regio de la unión con Dios, es la ciencia de la auténtica realización del reino de Dios que está dentro de cada ser. Gracias a la práctica de las sagradas técnicas yóguicas de recogimiento interior recibidas de un verdadero gurú durante la iniciación, es posible hallar dicho reino mediante el despertar de los centros astrales y causales de fuerza vital y conciencia que se encuentran en la espina dorsal y el cerebro, y que son las puertas de acceso a las regiones celestiales de conciencia trascendente. Quien logra despertar dichos centros conoce al Dios omnipresente, tanto en su Naturaleza Infinita como en la pureza de su propia alma e incluso bajo el manto ilusorio de las mutables formas y fuerzas de la materia.

Patanjali, el más destacado de los antiguos exponentes del *Raja Yoga* en la India, formuló los ocho pasos que han de seguirse para ascender al reino de Dios que se encuentra dentro del propio ser.

1. *Yama*, la conducta moral: evitar el daño a los demás y la falsedad y el hurto y la inmoderación y la codicia.

2. *Niyama*: la pureza de cuerpo y mente, el contentamiento en toda circunstancia, la introspección (contemplación) y la devoción a Dios. Estos dos primeros pasos conducen al autocontrol y a la calma mental.

3. *Asana*: la disciplina del cuerpo, de modo que pueda adoptar y mantener la postura correcta para la meditación sin fatiga ni inquietud física o mental.

4. *Pranayama*: la práctica de técnicas de control de la fuerza vital que calman el corazón y el aliento y eliminan de la mente las distracciones sensoriales.

5. *Pratyahara*: el poder de recoger la mente en el interior y aquietarla por completo, lo cual es resultado de retirar la mente de los sentidos.

6. *Dharana*: el poder de utilizar la mente interiorizada para concentrarse totalmente en Dios en alguno de los aspectos a través de los cuales Él se revela ante la percepción interna del devoto.

7. *Dhyana*: la meditación (cuya profundidad se ha acrecentado por la intensidad de la concentración, *dharana*) que permite concebir la vastedad de Dios y de sus atributos tal como se manifiestan en la expansión ilimitada de la Conciencia Cósmica.

8. *Samadhi*, la unión con Dios: la realización total de la unidad del alma con el Espíritu.

Todos los devotos pueden hallar la puerta que conduce al reino de Dios a través de la concentración en el ojo espiritual, que es el centro de la Conciencia Crística, ubicado a nivel del entrecejo. La meditación profunda y prolongada, tal como la enseña un verdadero gurú, le permite al devoto dejar gradualmente de enfocar la atención en el cuerpo material para hacerlo en el cuerpo astral y, mediante las facultades de percepción astral que han despertado, intuir estados cada vez más profundos de conciencia hasta alcanzar la unidad con la Fuente misma de la conciencia. Al entrar por la puerta del ojo espiritual, deja atrás todo apego a la materia y al cuerpo físico y accede a las infinitudes interiores del reino de Dios.

Los tejidos del cuerpo físico están constituidos por células; el tejido del cuerpo astral se compone de vitatrones —unidades inteligentes de luz o energía vital—. Cuando el ser humano se encuentra en el estado de apego al cuerpo, caracterizado por la tensión o contracción de la energía vital que se transforma en los componentes atómicos, los vitatrones del cuerpo astral se compactan y permanecen confinados a causa de la identificación con la forma física. A través de la relajación metafísica, la estructura vitatrónica comienza a expandirse: las ataduras de la carne, que mantienen sujeta la identidad, se sueltan.

Por medio de la meditación cada vez más profunda, el cuerpo astral de energía se expande y supera los límites del cuerpo físico. Dado que el cuerpo vitatrónico pertenece a una esfera de existencia que no está sometida a la restricción ilusoria del mundo físico tridimensional, tiene la capacidad de unificarse con la Energía Cósmica que impregna el universo entero. Dios en su aspecto de Espíritu Santo (la Vibración Sagrada)

es la Luz de la Energía Cósmica; el hombre, hecho a imagen de Dios, está compuesto de dicha luz. Somos esa Luz que se ha compactado y, asimismo, somos esa Luz de nuestro Ser Universal.

Como primer paso para entrar en el reino de Dios, el devoto debe sentarse quieto en la postura correcta de meditación, con la espina dorsal erguida, y tensar y relajar el cuerpo, ya que la relajación libera la conciencia de su confinamiento en los músculos. El yogui comienza con la práctica apropiada de la respiración profunda: inhalando y tensando todo el cuerpo, exhalando y relajando; este procedimiento lo repite varias veces. Con cada exhalación debe desecharse todo movimiento y tensión de los músculos, hasta alcanzar un estado de quietud corporal. Después, mediante la práctica de técnicas de concentración, se elimina la inquietud mental. En el estado de perfecta quietud del cuerpo y de la mente, el yogui disfruta la paz inefable conferida por la presencia del alma. En el templo del cuerpo reside la vida; en el templo de la mente, la luz; en el templo del alma, la paz. Cuanto más profundamente se adentre en el alma, mayor será la paz que sienta: ese estado es la supraconciencia. Cuando por medio de la meditación más profunda el devoto amplía su percepción de la paz, y siente que su conciencia se expande junto con esa paz por el universo entero y que todos los seres así como toda la creación se encuentran inmersos en ella, está entrando entonces en la Conciencia Cósmica. Siente esa paz por doquier —en las flores, en cada ser humano, en la atmósfera—. Ve que la tierra y la totalidad de los mundos flotan como burbujas en ese océano de paz.

La paz interior que primero experimenta el devoto en la meditación es su propia alma; la inmensa paz que siente cuando profundiza aún más es Dios. El devoto que experimenta la unidad con todas las cosas ha establecido a Dios en el templo de su infinita percepción interior.

En el templo del silencio,  
en el templo de la paz,  
te encontraré, te sentiré, te amaré.  
Y al altar de mi paz Tú vendrás.

En el templo del *samadhi*,  
en el templo de la dicha,

te encontraré, te sentiré, te amaré.

Y al altar de mi dicha Tú vendrás<sup>4</sup>.

Al disiparse los pensamientos inquietos, la mente se convierte de inmediato en un sagrado templo de paz. Dios insinúa su presencia en el templo del silencio y luego en el templo de la paz. El devoto le conoce primero como la paz que fluye de aquel estado mental en que todos los pensamientos se han transformado en sentimiento intuitivo puro; con el amor de su corazón, conmueve al Señor y le siente como gozo; su amor puro persuade a Dios para que se manifieste en el altar de su percepción de la paz. A medida que avanza, el devoto es consciente de Dios no sólo en la meditación, sino que le mantiene en todo momento en el altar de paz de su corazón.

En el templo del *samadhi* —la unidad con esa paz que constituye la primera manifestación de Dios en la meditación—, el devoto descubre un estado de dicha eternamente renovada, un gozo que jamás se extingue. La dicha es un estado mucho más profundo que la paz. Así como una persona muda que bebiera néctar se llenaría de deleite con su ambrosíaco sabor aunque no pudiera describirlo con palabras, así también el éxtasis de la dicha que se percibe en el templo del *samadhi* lleva a quien lo experimenta a un estado de callada elocuencia. Sólo ese gozo puede satisfacer el innato anhelo del corazón humano. Por medio de la paciente y persistente meditación, día tras día y año tras año, el devoto reclama amorosamente de su Señor: «¡Ven a mí como gozo en la unión del *samadhi* y permanece por siempre en mi corazón, en el altar de la dicha!». Cuando en nuestro corazón, y en armonía con los corazones de todos aquellos que aman a Dios en el templo interior del silencio y de la dicha, nos regocijamos en el gozo de nuestro único Bienamado, ese gozo unificado crea un vasto altar de Dios.

Le atañe al hombre como alma practicar ese silencio interior y encontrar a Dios ahora. Mientras emplea sus sentidos en el cumplimiento de las exigencias de la vida diaria, el devoto conserva dentro de su conciencia este pensamiento: «Estoy sentado en el trono de paz del silencio

<sup>4</sup> Citado del libro de Paramahansa Yogananda *Cosmic Chants: Spiritualized Songs for Divine Communion* (publicado por *Self-Realization Fellowship*).

## *El «yoga» de los santos cristianos*

Paramahansa Yogananda escribió lo siguiente: «Creer en el Espíritu Santo es una cosa; pero hacer contacto real con el Espíritu Santo ¡es algo muy diferente! Siglos atrás, grandes santos como Francisco de Asís y Teresa de Ávila conocieron el arte de establecer contacto con el Espíritu Santo, la Conciencia Crística y la Conciencia Cósmica —la Unidad trina— al interiorizar con intensidad la devoción pura».

En sus obras maestras *Camino de perfección* y *El castillo interior*, la célebre mística Santa Teresa de Ávila ofrece una descripción metódica, basada en su experiencia personal, de los estados interiores de comunión divina. En esencia, éstos se corresponden de manera exacta con los estados de conciencia progresivamente más elevados expuestos en la antiquísima ciencia universal del alma originaria de la India: el yoga.

El iluminado místico San Juan de la Cruz —contemporáneo y partidario de Teresa de Ávila— habla de sus propias experiencias de Dios como el Espíritu Santo, en las estrofas XIV y XV de su sublime *Cántico espiritual*. Al explicar el simbolismo utilizado, San Juan describe los «ríos sonoros» como «un sonido y voz espiritual que es sobre todo sonido y sobre toda voz, la cual voz priva toda otra voz, y su sonido excede todos los sonidos del mundo [...]».

»Esta voz, o este sonoro sonido de ríos que aquí dice el alma, es un henchimiento tan abundante que la hinche de bienes y un poder tan poderoso que la posee, que no sólo le parecen sonidos de ríos, sino aun poderosísimos truenos. Pero esta voz es voz espiritual y no trae esotros sonidos corporales, ni la pena y molestia de ellos, sino grandeza, fuerza, poder y deleite de gloria, y así es como una voz y sonido inmenso interior que viste al alma de poder y fortaleza. Esta espiritual voz y sonido se hizo en el espíritu de los apóstoles al tiempo que el Espíritu Santo con vehemente torrente (como se dice en los Actos de los apóstoles) descendió sobre ellos».

En su libro *La mística* (Parte I, Capítulo IV), Evelyn Underhill escribió: «Es uno de los muchos testimonios indirectos de la realidad objetiva de la mística que las etapas de este camino, la psicología del ascenso espiritual, tal como nos lo describen las diferentes escuelas de contemplativos, siempre presentan prácticamente la misma secuencia de estados. La “escuela de santos” nunca ha considerado necesario poner al día su currículo.

»El psicólogo tiene escasa dificultad, por ejemplo, para reconciliar los “Grados de Oración” que describe Santa Teresa —Recogimiento, Quietud, Unión, Éxtasis, Rapto, el “Dolor de Dios” y el Matrimonio Espiritual del alma— con las cuatro formas de contemplación que enumera Hugo de San Víctor, o con los “Siete Estadios” sufíes del ascenso del alma a Dios, que comienzan con la adoración y terminan en las nupcias espirituales. Aun cuando cada viajero puede elegir diferentes puntos de referencia, resulta claro de esta comparación que el camino es uno solo». (*Nota del editor*).



interior». En medio de la actividad, permanece en un estado de recogimiento interno: «Soy el dios del silencio sentado en el trono de cada acción». Su ecuanimidad no se ve afectada por sentimientos ingobernables: «Soy el príncipe del silencio sentado en el trono del equilibrio». Su verdadero Ser, en perfecta armonía con la eternidad, en la vida y en la muerte, expresa con júbilo: «Soy el soberano de la inmortalidad que reina en el trono del silencio. La destrucción del cuerpo, las ofensas del engaño infligidas al alma, los imperativos de la inquietud y las tribulaciones de la vida no son más que dramas que estoy representando y contemplando como un divino entretenimiento. Tal vez actúe por cierto tiempo, pero siempre, desde el refugio de mi silencio interior, observo con el calmado gozo de la inmortalidad el desarrollo del guión de la vida».

Si durante la práctica de la meditación el devoto llama una y otra vez a las puertas del silencio, Dios responderá: «Entra. Te hablé en susurro a través de todos los disfraces de la naturaleza y ahora te digo: soy el Gozo, la Fuente viviente del Gozo. Báñate en mis aguas —lava con esas aguas tus hábitos y purifícate de todo temor—. Forjé un bello sueño para ti; mas, hijo mío, hiciste de él una pesadilla». Dios no desea que sus hijos continúen siendo hijos pródigos, sino que representen sus papeles en la vida como inmortales, a fin de que al abandonar el escenario de esta tierra puedan decir: «Padre, fue un hermoso espectáculo, pero ahora estoy listo para regresar a mi Hogar».

Es un pecado contra la naturaleza divina del alma pensar que no existe la posibilidad de ser feliz, y abandonar toda esperanza de hallar la paz; hay que desenmascarar estos pensamientos, considerándolos como errores psicológicos que se originan cuando Satanás interfiere en la mente humana. La felicidad y la paz infinitas están siempre al alcance de la mano, justo detrás de la cortina de ignorancia del hombre. ¿Cómo sería posible que le fuera vedado por siempre a un ser humano el acceso al reino de Dios, si ese divino reino se halla precisamente dentro de él? Lo único que debe hacer es darle la espalda a la oscuridad del mal y seguir la luz de la bondad.

La felicidad se encuentra tan próxima a nosotros como nuestro propio Ser; no se trata siquiera de alcanzarla, sino sólo de levantar el velo de la ignorancia que envuelve al alma. La palabra misma «alcanzar» implica

algo que uno desea pero que no posee, lo cual es un error metafísico. La dicha es el divino e irrevocable derecho de nacimiento de cada alma. Rasga ese velo que se interpone entre tú y Dios, y experimentarás de inmediato el contacto con la suprema felicidad. El Espíritu es felicidad. El alma es el reflejo puro del Espíritu. El ser humano apegado al cuerpo no puede percibir esta verdad, porque su conciencia está distorsionada: el lago de su mente se agita sin cesar por la invasión de pensamientos y emociones. La meditación aquietta las olas del sentimiento (*chitta*), de modo que la imagen de Dios como alma gozosa puede reflejarse con claridad en su interior.

La mayoría de los principiantes en el sendero que conduce hacia el divino reino interior comprueban que al meditar son presa de la inquietud. Ésa es la guarida de Satanás. El devoto debe escapar por medio de la devoción y de la perseverancia en la práctica del yoga. «Toda vez que la voluble e inquieta mente se extravíe —cualquiera que sea la razón— debe el yogui retirarla de las distracciones y volverla a poner bajo el exclusivo control del Ser. [...] Sin duda alguna, la mente es voluble y ardua de gobernar, pero a través de la práctica del yoga y el desapeñamiento, ¡oh Arjuna!, la mente puede controlarse, a pesar de todo. Ésta es mi promesa: aunque para el hombre indisciplinado la meta del yoga es difícil de alcanzar, aquel que se domine a sí mismo, esforzándose mediante los métodos apropiados, la logrará».

Es preciso desarrollar el hábito de mantenerse interiormente en la calmada presencia de Dios, a fin de conservar ese estado mental de manera constante, noche y día. El esfuerzo vale la pena, ya que vivir en la conciencia de Dios es terminar con la esclavitud de la enfermedad, del sufrimiento y del temor. Permanece, simplemente, en la compañía de Dios: ésa es la única finalidad de la vida. Si uno toma la resolución de no irse a dormir por la noche hasta haber meditado y haber sentido la Divina Presencia, descubrirá en su vida una felicidad que supera toda expectativa. Es necesario hacer el esfuerzo, pero ese esfuerzo nos convierte en reyes, sentados en el trono del reino de la paz y del gozo. El tiempo que emplea el hombre en la búsqueda de objetos materiales ajenos a su verdadero Ser es un derroche de las valiosas oportunidades que posee de conocer a Dios. Te digo esto desde el fondo de mi alma: bienaventurado aquel que toma la determinación de no descansar jamás hasta encontrar a Dios.

Experimentar una felicidad interior que perdura sin estar condicionada por influencias externas es prueba evidente de que Dios ha respondido con su presencia. El único modo de avanzar hacia la comunión divina es meditar con regularidad y con profunda concentración y devoción. La meditación de cada día debe ser más profunda que la del día anterior. El devoto que convierte la búsqueda divina en un asunto de primordial importancia hallará eterna seguridad en el reino de Dios; ni el más leve asomo de preocupación o de aflicción puede cruzar el umbral de este santuario de silencio donde a nada se le permite entrar, salvo al bienaventurado y amoroso Padre-Madre Dios.

Aquel que halla dentro de sí el «amparo del Altísimo» permanece envuelto en la felicidad suprema y la seguridad divina<sup>5</sup>. Ya sea que se encuentre rodeado de amigos, o esté durmiendo o trabajando, reserva ese sitio exclusivamente para Dios. Con la conciencia centrada en el Señor, ve descorrerse de súbito los velos concéntricos de *maya*; henchido de gozo, el devoto comprueba que Dios juega con él al escondite en los capullos de las flores; ve que las estrellas brillan con Luz aún más resplandeciente y que el cielo sonríe con la inmensidad del Infinito. Cuando sus ojos se hallan espiritualmente abiertos, el devoto contempla que los ojos del Infinito le observan a través de todas las miradas. En el fondo de las voces amables o descorteses de todas las personas, oye la voz veraz del Infinito. En el fondo de la voluntad sabia o caótica de los demás, percibe la constancia de la voluntad de Dios. En el fondo de todos los amores humanos, siente el supremo amor de Dios. ¡Cuán maravillosa se torna la existencia cuando todos los disfraces de Dios quedan a un lado y el devoto se encuentra cara a cara con el Infinito, en la bienaventurada unidad de la comunión divina!

Permanece por siempre embriagado con el Ser Divino y permite que

<sup>5</sup> «El que habita al amparo de Elyón [el Altísimo] y mora a la sombra de Shaddai [el Omnipotente], diga a Yahvé: "Refugio, baluarte mío, mi Dios, en quien confío". [...]

»El mal no te alcanzará, ni la plaga se acercará a tu tienda; que él ordenará a sus ángeles que te guarden en todos tus caminos. Te llevarán ellos en sus manos, para que en piedra no tropiece tu pie [...].

»Puesto que me ama, lo salvaré, lo protegeré, pues me reconoce. Me llamará y le responderé, estaré a su lado en la desgracia, lo salvaré y lo honraré. Lo saciaré de larga vida, haré que vea mi salvación» (Salmos 91:1-16).

la ola de tu conciencia repose en todo momento en el seno del Océano Eterno. Cuando uno patatea y chapotea en el agua, no es muy consciente del océano, sino más bien del esfuerzo que está realizando. Por el contrario, cuando uno se entrega y se relaja, el cuerpo flota y, en tal estado, siente que el mar entero lo acaricia. Ése es el modo en que el devoto que se halla en calma percibe a Dios: siente que el universo entero de la Divina Felicidad se mece suavemente bajo su conciencia.

El reino de Dios está dentro de ti; *Él* está dentro de ti. En el fondo de tus percepciones, de tus pensamientos, de tus sentimientos, justo allí se encuentra *Él*. Cada partícula de alimento que ingieres y cada soplo de aire que inhalas es Dios. No vives gracias a los alimentos ni al oxígeno, sino gracias a la Palabra Cósmica de Dios. Todos los poderes que utilizas, ya sean mentales o de acción, los has recibido de Dios. Piensa en *Él* todo el tiempo —antes de actuar, mientras llevas a cabo tus actividades y una vez que las hayas finalizado—. Al cumplir con tus responsabilidades hacia los demás, recuerda sobre todas las cosas tu deber hacia Dios, sin cuyo poder delegado en ti no te sería posible cumplir con responsabilidad alguna. Percíbele oculto en los sentidos de la vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto. Siente su energía en los brazos, las piernas y los pies. Siéntele como vitalidad en cada exhalación e inhalación. Siente su poder en tu voluntad, su sabiduría en tu cerebro, su amor en tu corazón. Dondequiera que percibas conscientemente la presencia de Dios, se desvanecerá la ignorancia mortal.

Aquellos que son sabios jamás pasan por alto su diaria cita con Dios en la meditación. Establecer contacto con *Él* se convierte en la apasionada meta de su existencia. Todos los que perseveren con tal clase de sinceridad entrarán en el reino de Dios en esta vida. Quien mora en ese reino es libre por toda la eternidad.



*«Pedid y se os dará; buscad y hallaréis; llamad y se os abrirá. Porque todo el que pide recibe; el que busca, halla; y al que llama, se le abrirá».*

Mateo 7:7-8

## RESEÑA DEL AUTOR

*«En la vida de Paramahansa Yogananda, el ideal de amor a Dios y servicio a la humanidad se manifestó en su plenitud. [...] Aunque la mayor parte de su existencia transcurrió fuera de la India, podemos contarle entre nuestros grandes santos. Su obra continúa prosperando y refulgiendo cada vez más, atrayendo hacia la senda espiritual a personas de todas las latitudes».*

*Palabras de homenaje que el gobierno de la India dedicó a Paramahansa Yogananda con motivo de la emisión de un sello postal conmemorativo en su honor, al cumplirse el vigésimo quinto aniversario de su fallecimiento.*

Paramahansa Yogananda nació en la India, el 5 de enero de 1893, y dedicó su vida a ayudar a personas de todas las razas y credos a tomar plena conciencia de la hermosura, la nobleza y la verdadera divinidad del alma humana, y a manifestar estas cualidades de manera más perfecta en sus vidas.

Después de graduarse en la Universidad de Calcuta, en 1915, Sri Yogananda hizo sus votos como monje de la venerable Orden de los Swamis de la India. Dos años más tarde, inició la obra a la que consagraría su vida entera, con la fundación de una escuela para niños cuyo programa educativo —basado en sus principios de «el arte de vivir»— integraba los temas académicos tradicionales con la disciplina del yoga y la enseñanza de principios espirituales. Desde entonces, el número de escuelas ha aumentado y existen en el presente veintiún establecimientos educacionales diseminados por toda la India. En 1920 fue invitado, como representante de la India, a un Congreso Internacional de Religiosos Liberales celebrado en Boston (Estados Unidos). Su conferencia en el Congreso, y las que ofreciera posteriormente en la costa oriental de este país, recibieron una entusiasta acogida; en 1924 emprendió una gira por Estados Unidos, dando conferencias en las numerosas ciudades que visitó.

En las tres décadas siguientes, Paramahansaji contribuyó extensamente al desarrollo, en Occidente, de una mayor comprensión y valoración de la sabiduría espiritual de Oriente. Paramahansa Yogananda

estableció en Los Ángeles (California) la sede internacional de *Self-Realization Fellowship*: la institución religiosa, no sectaria, que había fundado en 1920. Mediante sus escritos y sus prolongadas giras dando conferencias, así como por medio de la creación de numerosos templos y centros de meditación de *Self-Realization Fellowship*, él dio a conocer a miles de buscadores de la Verdad la antigua ciencia y filosofía del yoga y sus métodos de meditación de aplicación universal.

La obra espiritual y humanitaria que inició Paramahansa Yogananda continúa actualmente bajo la dirección de una de sus primeras y más cercanas discípulas, Sri Daya Mata, presidenta desde 1955 de *Self-Realization Fellowship/Yogoda Satsanga Society of India*. Además de la publicación de las conferencias, escritos y charlas informales de Paramahansaji (entre los cuales se incluye una serie completa de lecciones que se estudian en el hogar), la sociedad supervisa las actividades de los templos, retiros y centros de meditación con que cuenta en todo el mundo, y se encuentra también a cargo de supervisar las comunidades monásticas de la Orden de *Self-Realization* y el funcionamiento del «Círculo mundial de oraciones».

En un artículo sobre la vida y obra de Sri Yogananda, el Dr. Quincy Howe, Jr., profesor de lenguas antiguas del Scripps College, escribió lo siguiente: «Paramahansa Yogananda trajo a Occidente no sólo la promesa eterna de la India de que es posible lograr la unión con Dios, sino también un método práctico mediante cuya aplicación los buscadores de la Verdad de cualquier origen social pueden acercarse rápidamente a esa meta. El legado espiritual de la India —valorado originalmente en Occidente sólo en el nivel más eminente y abstracto— se encuentra en la actualidad a disposición, como práctica y experiencia, de cuantos anhelan conocer a Dios, no en el más allá, sino en el aquí y ahora. [...] Yogananda ha puesto al alcance de todas las personas los métodos de contemplación más elevados».

La vida y enseñanzas de Paramahansa Yogananda se describen en el libro *Autobiografía de un yogui* (véase la página 132).

## PARAMAHANSA YOGANANDA: UN YOGUI EN LA VIDA Y EN LA MUERTE

Paramahansa Yogananda entró en *mahasamadhi* (el abandono definitivo del cuerpo físico, realizado en forma voluntaria y consciente por un yogui) el 7 de marzo de 1952, en Los Ángeles (California), luego de haber concluido su discurso en un banquete ofrecido en honor de S. E. Binay R. Sen, Embajador de la India.

El gran maestro universal demostró, tanto en la vida como en la muerte, el valor del yoga (conjunto de técnicas científicas utilizadas para alcanzar la comunión con Dios). Semanas después de su deceso, su rostro inmutable resplandecía con el divino fulgor de la incorruptibilidad.

El señor Harry T. Lowe, director del cementerio de Forest Lawn Memorial Park de Glendale (en el cual reposa provisionalmente el cuerpo del gran maestro), remitió a *Self-Realization Fellowship* una carta certificada ante notario, de la cual se han extractado los párrafos siguientes:

«La ausencia de cualquier signo visible de descomposición en el cuerpo de Paramahansa Yogananda constituye el caso más extraordinario de nuestra experiencia. [...] Incluso veinte días después de su fallecimiento, no se apreciaba en su cuerpo desintegración física alguna. [...] Ningún indicio de moho se observaba en su piel, ni existía desecación visible en sus tejidos. [...] Este estado de perfecta conservación de un cuerpo es, hasta donde podemos colegir de acuerdo con los anales del cementerio, un caso sin precedentes. [...] Cuando se recibió el cuerpo de Yogananda en el cementerio, nuestro personal esperaba observar, a través de la cubierta de vidrio del féretro, las manifestaciones habituales de la descomposición física progresiva. Pero nuestro asombro fue creciendo a medida que transcurrieron los días sin que se produjera ningún cambio visible en el cuerpo bajo observación. El cuerpo de Yogananda se encontraba aparentemente en un estado de extraordinaria inmutabilidad. [...]

»Nunca emanó de él olor alguno a descomposición. [...] El aspecto físico de Yogananda instantes antes de que se colocara en su lugar la cubierta de bronce de su féretro, el 27 de marzo, era exactamente igual al que presentaba el 7 del mismo mes, la noche de su deceso; se veía tan fresco e incorrupto como entonces. No existía razón alguna para afirmar, el 27 de marzo, que su cuerpo hubiera sufrido la más mínima desintegración aparente. Debido a estos motivos, manifestamos nuevamente que el caso de Paramahansa Yogananda es único en nuestra experiencia».

RECURSOS ADICIONALES  
RELACIONADOS CON LA CIENCIA  
DEL KRIYA YOGA  
QUE ENSEÑÓ PARAMAHANSA YOGANANDA

*Self-Realization Fellowship* se halla consagrada a ayudar desinteresadamente a los buscadores de la verdad en el mundo entero. Si desea información acerca de los ciclos de conferencias y clases que se imparten a lo largo del año, los oficios inspirativos y de meditación que se celebran en nuestros templos y centros alrededor del mundo, el calendario de retiros y otras actividades, le invitamos a visitar nuestro sitio web o ponerse en contacto con nuestra Sede Internacional:

*[www.yogananda-srf.org](http://www.yogananda-srf.org)*

Self-Realization Fellowship  
3880 San Rafael Avenue  
Los Angeles, CA 90065  
(323) 225-2471



## LAS LECCIONES DE SELF-REALIZATION FELLOWSHIP

*Guía e instrucciones personales de Paramahansa Yogananda  
sobre las técnicas yóguicas de meditación  
y los principios de la vida espiritual*

Si se siente atraído hacia las verdades espirituales descritas en *El Yoga de Jesús*, le invitamos a suscribirse a las *Lecciones de Self-Realization Fellowship*.

Paramahansa Yogananda creó esta serie de lecciones, aptas para su estudio en el hogar, con el fin de brindar a los buscadores sinceros la oportunidad de aprender y practicar las antiguas técnicas yóguicas de meditación presentadas en este libro —incluida la ciencia del *Kriya Yoga*—. Las *Lecciones* ofrecen también los prácticos consejos de Paramahansa Yogananda para lograr un equilibrado bienestar físico, mental y espiritual.

Las *Lecciones de Self-Realization Fellowship* están disponibles mediante una cuota simbólica (destinada a cubrir los gastos de impresión y de envío). A todos los estudiantes se les brinda, de forma gratuita, orientación personal sobre sus prácticas, por parte de monjes y monjas de *Self-Realization Fellowship*.

### *Para más información...*

Hallará una explicación detallada acerca de las *Lecciones de Self-Realization Fellowship* en el folleto gratuito *Un mundo de posibilidades jamás soñadas*. Si desea recibir un ejemplar de dicho folleto y una solicitud de suscripción a las *Lecciones*, le sugerimos visitar nuestro sitio web o ponerse en contacto con la Sede Central de SRF.

*Publicada también por Self-Realization Fellowship...*

## AUTOBIOGRAFÍA DE UN YOGUI

Paramahansa Yogananda

Esta conocida obra autobiográfica presenta un fascinante retrato de una de las figuras espirituales más ilustres de nuestro tiempo. Con cautivadora sinceridad, elocuencia y buen humor, Paramahansa Yogananda narra la inspirativa historia de su vida: las experiencias de su extraordinaria infancia; los encuentros que mantuvo con numerosos santos y sabios durante la búsqueda que emprendió en su juventud, a través de toda la India, en pos de un maestro iluminado; los diez años de entrenamiento que recibió en la ermita de un venerado maestro de yoga, así como también los treinta años que vivió y enseñó en Estados Unidos. Además, relata las ocasiones en que se reunió con Mahatma Gandhi, Rabindranath Tagore, Lutero Burbank, Teresa Neumann (la santa católica estigmatizada) y otras renombradas personalidades espirituales tanto de Oriente como de Occidente.

*Autobiografía de un yogui* no es sólo el relato hermosamente escrito de una vida excepcional, sino también una exposición profunda de la milenaria ciencia del yoga y su tradición inmemorial de la práctica de la meditación. El autor expone claramente las leyes sutiles, aunque bien definidas, que rigen tanto los sucesos comunes de la vida cotidiana como los acontecimientos extraordinarios que generalmente se consideran milagros. La subyugante historia de su vida constituye el trasfondo que permite apreciar y absorber de inolvidable manera los más hondos misterios de la vida humana.

Considerada como una obra clásica de la literatura espiritual moderna, *Autobiografía de un yogui* ha sido traducida a más de veinte idiomas y se emplea como libro de texto y de consulta en un gran número de universidades. Desde su publicación, más de sesenta años atrás, esta obra ha constituido un *bestseller* permanente, que ha sido acogido entusiastamente por millones de lectores en el mundo entero.

---

«Un relato excepcional». —THE NEW YORK TIMES

«Un estudio fascinante expuesto con claridad». —NEWSWEEK

«Nunca antes se había escrito, ya sea en inglés u otra lengua europea, algo semejante a esta exposición del Yoga». —COLUMBIA UNIVERSITY PRESS

## OTRAS OBRAS DE PARAMAHANSA YOGANANDA

*Los libros mencionados a continuación pueden adquirirse  
en diversas librerías o solicitarse a:*

*Self-Realization Fellowship*

*3880 San Rafael Avenue • Los Angeles, California 90065-3298, EE.UU.*

*Tel.: (323) 225-2471 • Fax: (323) 225-5088*

*www.yogananda-srf.org*

### *La búsqueda eterna*

El volumen I de la antología de charlas y ensayos de Paramahansa Yogananda contiene 57 artículos que cubren numerosos aspectos de sus enseñanzas sobre «el arte de vivir». Explora aspectos poco conocidos y rara vez explicados de temas como la meditación, la vida después de la muerte, la naturaleza de la creación, la salud y la curación, los poderes ilimitados de la mente humana y la eterna búsqueda humana que sólo en Dios encuentra su plena satisfacción.

### *El Amante Cósmico*

Constituye el volumen II de la antología de charlas y ensayos de Paramahansa Yogananda. Entre su amplia variedad de temas, se incluyen los siguientes artículos: *Cómo cultivar el amor divino; Cómo armonizar los métodos físicos, mentales y espirituales de curación; Un mundo sin fronteras; Cómo controlar tu destino; El arte yóguico de superar la conciencia mortal y la muerte; El Amante Cósmico; Cómo encontrar el gozo en la vida.*

### *El viaje a la iluminación*

El volumen III de la antología de charlas y ensayos de Paramahansa Yogananda presenta una combinación única de sabiduría, compasión, guía práctica y aliento en docenas de temas fascinantes, por ejemplo: *Cómo acelerar la evolución humana; Cómo manifestar juventud eterna; y Cómo percibir a Dios en la vida diaria.*

*Donde brilla la luz: Sabiduría e inspiración para afrontar los desafíos de la vida*

Gemas de sabiduría ordenadas por temas; una extraordinaria guía

que los lectores podrán consultar rápidamente para obtener un tranquilizador sentido de orientación en momentos de incertidumbre o de crisis, o para lograr una renovada conciencia del siempre presente poder de Dios, al que podemos recurrir en nuestra vida diaria.

### *Vive sin miedo: Despierta la fuerza interior de tu alma*

Paramahansa Yogananda nos enseña el camino para romper los grilletes del temor y nos revela el modo de vencer nuestros propios impedimentos psicológicos. *Vive sin miedo* es un testimonio de la transformación interior que podemos lograr si sólo abrigamos fe en la divinidad de nuestro verdadero ser: el alma.

### *Por qué Dios permite el mal y cómo superarlo*

Paramahansa Yogananda ofrece fortaleza y solaz para afrontar los períodos de adversidad al esclarecer los misterios de la *lila* o drama de Dios. A través de este libro, el lector llegará a comprender el motivo por el cual la naturaleza de la creación es dual —la interacción divina entre el bien y el mal— y recibirá orientación sobre la forma de superar las más desafiantes circunstancias.

### *Triunfar en la vida*

En este libro extraordinario, Paramahansa Yogananda nos muestra cómo alcanzar las metas superiores de la vida al manifestar el ilimitado potencial que se halla en nuestro interior. Él nos ofrece consejos prácticos para lograr el éxito, describe métodos definidos para crear felicidad perdurable y nos explica cómo podemos sobreponernos a la negatividad y la inercia al poner en acción el poder dinámico de nuestra voluntad.

### *Susurros de la Eternidad*

Selección de oraciones y de las experiencias espirituales que Paramahansa Yogananda alcanzaba en elevados estados de conciencia durante la meditación. Expresadas con ritmo majestuoso y extraordinaria belleza poética, sus palabras revelan la inagotable variedad de la naturaleza de Dios y la infinita dulzura con la que Él responde a aquellos que le buscan.

### *La ciencia de la religión*

En cada ser humano —escribe Paramahansa Yogananda— existe un íntimo e ineludible deseo: superar el sufrimiento y alcanzar la felicidad

imperecedera. En esta obra, él explica cómo es posible satisfacer estos anhelos, examinando la efectividad relativa de las diferentes vías que conducen a dicha meta.

*La paz interior: El arte de ser calmadamente activo y activamente calmado*

Una guía práctica e inspiradora que ha sido recopilada de las charlas y escritos de Paramahansa Yogananda, la cual nos muestra cómo podemos permanecer «activamente calmados» al crear la paz interior mediante la meditación, y a estar «calmadamente activos» al concentrarnos en la serenidad y gozo de nuestra naturaleza esencial, a la vez que vivimos una vida dinámica, plena de satisfacciones y espiritualmente equilibrada.

*En el santuario del alma: Cómo orar para obtener la respuesta divina*

Esta recopilación de textos, extraídos de las obras de Paramahansa Yogananda, constituye un inspirador compañero, pleno de devoción, que nos revela cómo hacer de la oración una fuente diaria de amor, fortaleza y consejo.

*Cómo conversar con Dios*

Al explicar ambos aspectos de la naturaleza de Dios: el trascendente, como Espíritu universal; y el íntimo y personal, como Padre, Madre, Amigo y Amante de todos, Paramahansa Yogananda señala cuán cerca de cada uno de nosotros está el Señor y cómo podemos persuadirle a «romper su silencio» y respondernos de un modo tangible.

*Meditaciones metafísicas*

Más de 300 meditaciones, oraciones y afirmaciones que elevan el espíritu y pueden ser aplicadas para desarrollar e incrementar la salud y la vitalidad, la creatividad, la confianza en nosotros mismos y la calma, además de ayudarnos a vivir más plenamente en la conciencia de la gozosa presencia de Dios.

*Afirmaciones científicas para la curación*

Paramahansa Yogananda presenta en esta obra una profunda explicación de la ciencia de las afirmaciones. Expone él con claridad por qué surten efecto las afirmaciones y cómo utilizar el poder de la palabra y del

pensamiento, no sólo para lograr la curación sino también para efectuar los cambios deseados en cada aspecto de nuestra vida. El libro incluye además una amplia variedad de afirmaciones.

### *Máximas de Paramahansa Yogananda*

Selección de máximas y sabios consejos que reflejan la sinceridad y amor que Paramahansa Yogananda expresaba al responder a cuantos acudían a solicitarle su guía. Las anécdotas que aparecen en este libro —relatadas por sus discípulos más próximos— proporcionan al lector la oportunidad de participar, en cierto modo, en las situaciones que ellos vivieron con el Maestro.

### *La ley del éxito*

Explica los principios dinámicos que nos permiten alcanzar nuestras metas en la vida y compendia las leyes universales que conducen al éxito y la realización, tanto en el ámbito personal y profesional como en el espiritual.

## GRABACIONES CON LA VOZ DE PARAMAHANSA YOGANANDA

(Sólo en inglés)

- *Awake in the Cosmic Dream*
- *Be a Smile Millionaire*
- *Beholding the One in All*
- *Follow the Path of Christ, Krishna, and the Masters*
- *In the Glory of the Spirit*
- *One Life Versus Reincarnation*
- *Removing All Sorrow and Suffering*
- *Self-Realization: The Inner and the Outer Path*
- *Songs of My Heart*
- *The Great Light of God*
- *To Make Heaven on Earth*

**OTRAS PUBLICACIONES  
DE SELF-REALIZATION FELLOWSHIP**

*La ciencia sagrada* Swami Sri Yukteswar

*El gozo que buscas está en tu interior: Consejos para elevar el nivel espiritual de la vida diaria* Sri Daya Mata

*Sólo amor: Cómo llevar una vida espiritual en un mundo cambiante* Sri Daya Mata

*La intuición: Guía del alma para tomar decisiones acertadas* Sri Daya Mata

*En la quietud del corazón* Sri Daya Mata

*Mejda: La familia, niñez y juventud de Paramahansa Yogananda*  
Sananda Lal Gosh

*El matrimonio espiritual* Hermano Anandamoy

**FOLLETO INFORMATIVO GRATUITO:  
*Un mundo de posibilidades jamás soñadas***

Las técnicas científicas de meditación que enseñó Paramahansa Yogananda —entre las que se incluye el *Kriya Yoga*—, así como su guía sobre la manera de llevar una vida espiritual equilibrada, se describen en las *Lecciones de Self-Realization Fellowship*. Si desea recibir mayor información al respecto, sírvase solicitar el folleto gratuito *Un mundo de posibilidades jamás soñadas*.

---

*Contamos con un catálogo de las publicaciones y grabaciones de audio y vídeo realizadas por Self-Realization Fellowship, que se encuentra a disposición de quienes lo soliciten.*

# METAS E IDEALES de Self-Realization Fellowship

*Según los estableció su fundador, Paramahansa Yogananda  
Presidenta: Sri Daya Mata*

Divulgar en todas las naciones el conocimiento de técnicas científicas definidas, mediante cuya aplicación el hombre puede alcanzar una experiencia personal y directa de Dios.

Enseñar a los hombres que el propósito de la vida humana consiste en expandir, a través del esfuerzo personal, nuestras limitadas conciencias mortales, hasta que éstas lleguen a identificarse con la Conciencia Divina. Establecer con este objetivo templos de *Self-Realization Fellowship* en todo el mundo, destinados a la comunión con Dios y a estimular a los hombres a erigir templos individuales al Señor, tanto en sus hogares como en sus propios corazones.

Revelar la completa armonía, la unidad básica existente entre las enseñanzas del cristianismo y las del yoga, tal como fueran expresadas originalmente por Jesucristo y por Bhagavan Krishna respectivamente; y demostrar que las verdades contenidas en dichas enseñanzas constituyen los fundamentos científicos comunes a toda religión verdadera.

Destacar la única carretera divina en la cual convergen finalmente las sendas de todas las creencias religiosas verdaderas: la gran vía de la práctica diaria de la meditación en Dios, práctica científica y devocional.

Liberar a la humanidad del triple sufrimiento que la agobia: las enfermedades físicas, las desarmonías mentales y la ignorancia espiritual.

Fomentar la práctica de la «simplicidad en el vivir y nobleza en el pensar»; y difundir un espíritu de confraternidad entre todos los pueblos, a través de la enseñanza del eterno principio que los une: su común filiación divina.

Demostrar la superioridad de la mente sobre el cuerpo y del alma sobre la mente.

Dominar el mal con el bien, el sufrimiento con el gozo, la crueldad con la bondad y la ignorancia con la sabiduría.

Armonizar la ciencia y la religión, a través de la comprensión de la unidad existente entre los principios básicos de ambas.

Promover el entendimiento cultural y espiritual entre Oriente y Occidente, estimulando el mutuo intercambio de las más nobles cualidades de ambos.

Servir a la humanidad, considerándola como nuestro propio Ser universal.



## GLOSARIO

- alma:** Espíritu individualizado. El alma es la naturaleza verdadera e inmortal del ser humano y de todas las formas de vida; se encuentra sólo temporalmente cubierta por las vestimentas de los cuerpos causal, astral y físico. La naturaleza del alma es el Espíritu: Gozo siempre existente, siempre consciente y eternamente renovado.
- Arjuna:** el discípulo excelso a quien Bhagavan Krishna entregó el mensaje inmortal del *Bhagavad Guita*; uno de los cinco príncipes pandavas y figura central en la gran epopeya hindú, el *Mahabharata*.
- astral (cuerpo):** el cuerpo sutil del ser humano hecho de luz, prana o vitatrones; la segunda de las tres envolturas que revisten sucesivamente al alma: el cuerpo causal, el cuerpo astral y el cuerpo físico. La energía del cuerpo astral vitaliza al cuerpo físico, así como la electricidad ilumina una bombilla. El cuerpo astral consta de 19 elementos: inteligencia, ego, sentimiento y mente (conciencia sensorial); cinco instrumentos de conocimiento (las facultades sensoriales que operan dentro de los órganos físicos de la vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto); cinco instrumentos de acción (las facultades ejecutivas dentro de los instrumentos físicos de procreación, excreción, habla, locomoción y ejercicio de la habilidad manual); y cinco instrumentos de la fuerza vital, que realizan las funciones de circulación, metabolismo, asimilación, cristalización y eliminación.
- astral (mundo):** la esfera sutil de la creación del Señor, un universo de luz y color compuesto de fuerzas más sutiles que las atómicas, es decir, por vibraciones de la energía vital o vitatrones (véase *prana*). Cada ser, cada objeto, cada vibración en el plano material tiene un equivalente astral, pues la «maqueta» del universo material yace en el universo astral (cielo). Cuando tiene lugar la muerte física, el alma humana, revestida de un cuerpo astral de luz, asciende a uno de los planos astrales, superior o inferior, según sus méritos, para continuar su evolución espiritual en la mayor libertad de ese reino sutil. Allí permanece por un tiempo, kármicamente predeterminado, hasta su nuevo nacimiento en un cuerpo físico.
- avatar:** del sánscrito *avatara*, cuyas raíces son *ava*, «abajo», y *tri*, «pasar». Las almas que —habiendo alcanzado la unión con el Espíritu— retornan a la tierra para ayudar a la humanidad se denominan avatares o encarnaciones divinas.
- avidya:** literalmente, «no conocimiento», ignorancia; la manifestación de *maya*, la ilusión cósmica [o engaño cósmico] en el ser humano. Esencialmente, *avidya* es la ignorancia del hombre con respecto a su naturaleza divina y a la realidad única: el Espíritu.
- Babaji:** (véase *Mahavatar Babaji*).
- Bhagavad Guita:** «El canto (o la canción) del Señor». Antigua escritura de la India, cuyos dieciocho capítulos forman parte del sexto libro (*Bhishma Parva*) del poema épico *Mahabharata* y consisten en un diálogo entre el avatar Bhagavan Krishna y

su discípulo Arjuna, en vísperas de la histórica batalla de Kurukshetra. El *Guita* es un profundo tratado sobre la ciencia del yoga (la unión con Dios); sus eternas enseñanzas conducen a la felicidad y al éxito en la vida diaria. El *Guita* es tanto un hecho histórico como una alegoría: una disertación espiritual sobre la batalla que se libra en el interior del ser humano, entre sus buenas y sus malas tendencias. Dependiendo del contexto, Krishna simboliza al gurú, al alma, o a Dios, mientras que Arjuna representa al devoto que aspira a conocer a Dios. Respecto a esta escritura universal, Mahatma Gandhi escribió: «Quienes mediten en el *Guita* cosecharán cada día un renovado gozo y una nueva comprensión. No existe, en verdad, un solo conflicto espiritual que el *Guita* no pueda resolver».

Cabe señalar aquí que las citas del *Bhagavad Guita* que aparecen en este libro proceden de la traducción del sánscrito al inglés que realizó Paramahansa Yogananda. La obra que comprende esa traducción completa se titula *God Talks With Arjuna: The Bhagavad Gita—Royal Science of God-Realization* (publicada por *Self-Realization Fellowship*).

**Bhagavan Krishna:** un avatar que fue rey en la antigua India muchos siglos antes de la era cristiana. En las escrituras hindúes, uno de los significados atribuidos a la palabra *Krishna* es «Espíritu omnisciente». Así pues, *Krishna* —al igual que el término *Cristo*— es un título espiritual que denota la estatura divina del avatar, su unidad con Dios. El título *Bhagavan* significa «Señor». En su temprana juventud, Krishna vivió como un pastor de vacas que deleitaba a sus compañeros con la música de su flauta. En el desempeño de este papel, a menudo se considera que Krishna representa al alma que toca la flauta de la meditación para guiar a todos los pensamientos descarriados de vuelta al redil de la omnisciencia.

**Bhakti Yoga:** la vía espiritual para llegar a Dios que enfatiza el amor, con una entrega total, como el medio más importante para alcanzar la comunión y la unión con Dios. (Véase *yoga*).

**Brahma-Vishnu-Shiva:** tres aspectos de la immanencia de Dios en la creación; representan la función trina de la Inteligencia Crística (*Tat*) que guía las actividades de creación, preservación y disolución de la Naturaleza Cósmica. (Véase *Trinidad*).

**Brahman (Brahma):** Espíritu Absoluto. En ocasiones, Brahman aparece escrito en sánscrito como *Brahma*, con una *a* corta al final, pero el significado es el mismo: el Espíritu o Dios Padre, y no el concepto limitado de «Brahma el Creador» (que se pronuncia con una *ā* larga al final, *Brahmā*) perteneciente a la tríada Brahma-Vishnu-Shiva. (Véase *Brahma-Vishnu-Shiva*).

**bulbo raquídeo:** esta estructura situada en la base del cerebro (en el extremo superior de la médula espinal) es el principal punto de entrada de la fuerza vital (prana) en el cuerpo. Constituye el asiento del sexto centro cerebroespinal, cuya función es recibir y dirigir el flujo entrante de energía cósmica. La fuerza vital se almacena en el séptimo centro (*sahasrara*), ubicado en la parte superior del cerebro, y desde

ese reservorio se distribuye a todas las partes del cuerpo. El centro sutil localizado a nivel del bulbo raquídeo es el interruptor principal que controla la entrada, almacenamiento y distribución de la fuerza vital.

**causal (cuerpo):** el hombre, en su condición de alma, es esencialmente un ser revestido de un cuerpo causal. Su cuerpo causal es una idea matriz de los cuerpos astral y físico. El cuerpo causal está compuesto de 35 elementos ideacionales que corresponden a los 19 elementos del cuerpo astral más los 16 elementos materiales básicos del cuerpo físico.

**causal (mundo):** tras el mundo físico de la materia (átomos, protones, electrones) y el sutil mundo astral de luminosa energía vital (vitatrones), se encuentra el mundo causal, o ideacional, del pensamiento (ideatrones). Después de que el ser humano ha evolucionado lo suficiente para trascender los universos físico y astral, pasa a residir en el universo causal. En la conciencia de los seres causales, los universos físico y astral se reducen a su esencia: pensamiento. Todo lo que el hombre físico pueda hacer en la imaginación, el hombre causal puede hacerlo en realidad, siendo la única limitación el pensamiento mismo. Finalmente, el ser humano se desprende de la última envoltura del alma —su cuerpo causal— para unirse con el Espíritu omnipresente, más allá de todos los reinos vibratorios.

**centro crístico:** el *Kutastha* o *ajna chakra*, situado a nivel del entrecejo y conectado directamente por polaridad con el bulbo raquídeo; centro de la voluntad y de la concentración, así como de la Conciencia Crística; asiento del ojo espiritual.

**chakras:** en el yoga, los siete centros ocultos de vida y conciencia situados en la espina dorsal y en el cerebro, que vitalizan a los cuerpos físico y astral del ser humano. Estos centros son llamados *chakras* («ruedas») porque la energía concentrada en cada uno de ellos es similar al cubo de una rueda del cual parten rayos de luz y energía vitales. Enumerados en orden ascendente, estos *chakras* son los siguientes: *muladhara* (el centro coccígeo, ubicado en la base de la espina dorsal), *svadhisthana* (el centro sacro, unos cinco centímetros por encima del *muladhara*), *manipura* (el centro lumbar, en el área opuesta al ombligo), *anahata* (el centro dorsal, en el área opuesta al corazón), *vishuddha* (el centro cervical, en la base del cuello), *ajna* (tradicionalmente localizado a nivel del entrecejo y, en realidad, directamente conectado por polaridad con el bulbo raquídeo; véase también *bulbo raquídeo* y *ojo espiritual*) y *sahasrara* (en la parte superior del cerebro).

Los siete centros son salidas o «puertas disimuladas», divinamente planificadas, atravesando las cuales el alma ha descendido al cuerpo y, a través de las cuales, deberá pasar nuevamente cuando ascienda mediante un proceso de meditación. El alma escapa hacia la Conciencia Cósmica subiendo siete peldaños sucesivos. En su ascensión consciente a través de los siete centros cerebroespinales abiertos o «despiertos», el alma viaja por la autopista que conduce al Infinito: la verdadera senda que el alma sigue en sentido inverso, para volver a unirse con Dios.

Generalmente, los tratados de yoga consideran *chakras* sólo a los seis centros

inferiores, y se refieren por separado al *sahasrara* como el séptimo centro. A los siete centros, sin embargo, a menudo se les llama «lotos» (flores de loto), cuyos pétalos se abren —es decir, se vuelven hacia arriba— en el despertar espiritual, a medida que la vida y la conciencia ascienden por la espina dorsal.

**chitta:** sentimiento intuitivo; el agregado de conciencia al cual son inherentes *ahamkara* (ego), *buddhi* (intelecto) y *manas* (mente o conciencia sensorial).

**Conciencia Cósmica:** el Absoluto; el Espíritu trascendental que existe más allá de la creación; Dios Padre. También el estado de meditación denominado *samadhi*, en el que se experimenta la unión con Dios tanto más allá de la creación vibratoria como dentro de ella. (Véase *Trinidad*).

**Conciencia Crística:** la conciencia de Dios proyectada en forma inmanente en la creación entera. En las escrituras cristianas se le llama «el hijo unigénito», el único y puro reflejo de Dios Padre en la creación. En las escrituras hindúes se le denomina *Kutastha Chaitanya* o *Tat*, la conciencia universal, o inteligencia cósmica, del Espíritu presente en toda la creación. (Los términos «Conciencia Crística» e «Inteligencia Crística» son sinónimos, como también lo son «Cristo Cósmico» y «Cristo Infinito»). Es la conciencia universal, la unión con Dios, manifestada por Jesús, Krishna y otros avatares. Los grandes santos y los yoguis la conocen como *samadhi*, el estado de meditación en el cual la conciencia se identifica con la inteligencia divina existente en cada partícula de la creación; ellos sienten el universo entero como su propio cuerpo. (Véase *Trinidad*).

**Conciencia de Krishna:** Conciencia Crística; *Kutastha Chaitanya*. (Véase *Conciencia Crística*).

**conciencia, estados de:** en la conciencia mortal, el ser humano experimenta tres estados de conciencia: vigilia, sueño onírico y sueño profundo; pero no es consciente de su alma, la supraconciencia, ni tiene la experiencia personal de Dios. El hombre crístico, en cambio, sí tiene esta experiencia. De igual modo que el hombre mortal es consciente de todo su cuerpo, el hombre crístico es consciente de todo el universo y lo siente como su propio cuerpo. Más allá del estado de conciencia crística está la conciencia cósmica: la experiencia de la unidad con Dios tanto en su conciencia absoluta —más allá de la creación vibratoria— como en su omnipresencia manifestada en los mundos fenoménicos.

**Cristo:** el título honorífico de Jesús: Jesús el Cristo. Este término también denota la inteligencia universal de Dios inmanente en la creación (a la cual se hace referencia, en algunas ocasiones, como el Cristo Cósmico o el Cristo Infinito) o se emplea en relación con los grandes maestros que han alcanzado la unidad con esa Conciencia Divina. (El vocablo griego *Christos* significa «ungido», al igual que la palabra hebrea *Messiah*). (Véase también *Conciencia Crística* y *Kutastha Chaitanya*).

**dharmas:** los principios eternos de justicia que sustentan toda la creación; el deber inherente al ser humano de vivir en armonía con estos principios. (Véase también *Sanatana Dharma*).

**diksha:** iniciación espiritual; de la raíz verbal sánscrita *diksh*, «consagrarse». (Véase también *discípulo* y *Kriya Yoga*).

**discípulo:** aspirante espiritual que acude a un gurú para que él le lleve hasta Dios y, con este fin, establece una relación espiritual eterna con el gurú. En *Self-Realization Fellowship*, la relación gurú-discípulo se establece mediante la *diksha*, es decir, la iniciación en *Kriya Yoga*. (Véase también *gurú* y *Kriya Yoga*).

**egoísmo:** el ego es el principio denominado *ahamkara* (literalmente «yo hago») y es la causa básica de la dualidad o la separación aparente entre el hombre y su Creador. *Ahamkara* somete al ser humano al dominio de *maya*, bajo el cual el sujeto (ego) aparece falsamente como objeto; las criaturas imaginan que son las creadoras. Al eliminar la conciencia del ego, el ser humano despierta a su divina identidad, su unidad con la Vida Única: Dios.

**elementos (cinco):** la Vibración Cósmica, *Om*, estructura toda la creación material —incluido el cuerpo físico humano— por medio de la manifestación de cinco *tattvas* (elementos): tierra, agua, fuego, aire y éter. Éstas son fuerzas estructurales, de naturaleza inteligente y vibratoria. Sin el elemento tierra, no existiría el estado de materia sólida; sin el elemento agua, no existiría el estado líquido; sin el elemento aire, no existiría el estado gaseoso; sin el elemento fuego, no habría calor; y sin el elemento éter, no existiría el sutil trasfondo necesario para proyectar la película del cosmos. En el cuerpo, el prana (la energía cósmica vibratoria) entra a través del bulbo raquídeo y luego se divide en las cinco corrientes elementales mediante la acción de los cinco *chakras* inferiores, es decir, los centros cóccigeo (tierra), sacro (agua), lumbar (fuego), dorsal (aire) y cervical (éter). La denominación sánscrita de estos elementos es *prithivi*, *ap*, *tej*, *prana* y *akasha*, respectivamente.

**energía cósmica:** (véase *prana*).

**Espíritu Santo:** la sagrada Vibración Cósmica Inteligente que Dios proyecta para estructurar y sostener la creación a partir de su propia Esencia vibratoria. Constituye, por lo tanto, la Santa Presencia de Dios, su Palabra, omnipresente en el universo y en toda forma, el vehículo del perfecto reflejo universal de Dios o Conciencia Crística. El Paráclito, el Confortador, la Madre Naturaleza Cósmica, *Prakriti*. (Véase *Om* y *Trinidad*).

**éter:** la palabra sánscrita *akasha*, traducida generalmente como «éter» o «espacio», se refiere de manera específica al elemento vibratorio más sutil que existe en el mundo material. (Véase *elementos*). El término deriva de *ā*, «hacia», y *kasha*, «ser visible, aparecer». *Akasha* es el sutil «trasfondo» sobre el cual se torna perceptible el universo material. «El espacio confiere dimensión a los objetos, mientras que el éter separa las imágenes —explicó Paramahansa Yogananda—. El espacio saturado de éter constituye la línea divisoria entre el cielo, o el mundo astral, y la tierra. Todas las fuerzas más sutiles que Dios ha creado están compuestas de luz, o formas hechas de pensamiento, y simplemente se hallan ocultas en el fondo de una vibración particular que se manifiesta como éter».

**fuerza vital:** (véase *prana*).

**Guiana Yoga:** el sendero que conduce a la unión con Dios, mediante la transmutación de la capacidad discernidora del intelecto en la sabiduría omnisciente del alma.

**gurú:** maestro espiritual. Aunque la palabra *gurú* con frecuencia se usa en forma incorrecta, para designar a un mero profesor o instructor de cualquier tema, un verdadero gurú es un maestro divinamente iluminado que ha superado toda limitación y realizado su identidad con el Espíritu omnipresente. Tal maestro está singularmente capacitado para guiar a otros en su viaje interior hacia la realización divina.

Cuando un devoto está preparado para buscar a Dios con determinación, el Señor le envía un gurú. Mediante la sabiduría, inteligencia, realización espiritual y enseñanzas de este maestro, Dios guía al discípulo. El discípulo que sigue las enseñanzas y la disciplina del maestro podrá satisfacer el deseo de su alma de recibir el maná de la presencia de Dios. Un verdadero gurú, a quien Dios le ha encomendado ayudar a los buscadores espirituales sinceros, en respuesta al profundo anhelo de sus almas, no es un instructor común: es un vehículo humano, cuyo cuerpo, palabra, mente y espiritualidad Dios utiliza como un canal para atraer a las almas perdidas y guiarlas de regreso a su hogar de inmortalidad. Un gurú es una encarnación viviente de la verdad contenida en las escrituras; es un agente de salvación designado por Dios en respuesta a la exigencia del devoto de que le libere de la esclavitud de la materia. «El cultivar la compañía del gurú —escribió Swami Sri Yukteswar en *La ciencia sagrada*— es no sólo encontrarse en su presencia física (ya que esto es a veces imposible), sino que significa principalmente mantenerle en nuestros corazones y sintonizarnos e identificarnos con él en principio». (Véase *maestro*).

**Gurús de Self-Realization Fellowship:** los Gurús de *Self-Realization Fellowship* (*Yogoda Satsanga Society of India*) son Jesucristo, Bhagavan Krishna y una sucesión de excelsos maestros de la era contemporánea: Mahavatar Babaji, Lahiri Mahasaya, Swami Sri Yukteswar y Paramahansa Yogananda. Demostrar la armonía y la unidad esencial que existe entre las enseñanzas de Jesucristo y los preceptos del yoga enseñados por Bhagavan Krishna constituye parte integrante de la labor encomendada a SRF. A través de sus sublimes enseñanzas y de su divina mediación, todos estos Gurús contribuyen al cumplimiento de la misión de *Self-Realization Fellowship* de ofrecer a toda la humanidad una ciencia espiritual práctica para alcanzar la unión con Dios.

Se denomina *guru-parampara* al traspaso del manto espiritual del gurú al discípulo que ha sido designado para continuar la sucesión espiritual del gurú. Así pues, la sucesión directa de gurús a la que perteneció Paramahansa Yogananda está formada por Mahavatar Babaji, Lahiri Mahasaya y Swami Sri Yukteswar.

Antes de su fallecimiento, Paramahansaji expresó que era el deseo de la Divinidad que él fuese el último en la sucesión de Gurús de *Self-Realization Fellowship*. Ningún discípulo o líder de su sociedad asumirá jamás el título de

gurú. «Cuando me haya ido —dijo él—, las enseñanzas serán el gurú. [...] Por medio de las enseñanzas, estarás en sintonía conmigo y con los Gurús que me han enviado».

Al preguntársele sobre la sucesión en la presidencia de *Self-Realization Fellowship/Yogoda Satsanga Society of India*, él manifestó: «Al frente de esta sociedad siempre habrá hombres y mujeres de realización. Dios y los Gurús ya saben quiénes son; ellos servirán como mi sucesor espiritual y representante a cargo de todos los asuntos espirituales y administrativos».

**ilusión cósmica [o engaño cósmico]:** (véase *maya*).

**intuición:** facultad omnisciente del alma, que permite al ser humano obtener una percepción directa de la verdad sin la mediación de los sentidos.

**karma:** los efectos de las acciones realizadas en el pasado, ya sea en esta vida o en vidas anteriores; del sánscrito *kri*, «hacer». La ley del karma —según se expone en las escrituras hindúes— equilibra la relación entre la acción y la reacción, la causa y el efecto, la siembra y la cosecha. En el curso de la justicia natural, todo ser humano —a través de sus propios pensamientos y acciones— se convierte en el arquitecto de su propio destino. Cualesquiera que sean las energías que, sabia o insensatamente, una persona haya puesto en movimiento, éstas habrán de retornar a ella como su punto de partida, cual un círculo que debe completarse inexorablemente. La comprensión del karma, como la ley de la justicia, ayuda a liberar la mente humana de todo resentimiento contra Dios o contra los demás. Cada persona lleva consigo su propio karma, encarnación tras encarnación, hasta que la deuda se salda o es trascendida espiritualmente. (Véase *reencarnación*).

Las acciones acumuladas de los seres humanos dentro de las comunidades, las naciones o el mundo entero, constituyen el karma colectivo, que produce efectos locales o de largo alcance, de acuerdo con el grado y la preponderancia del bien o del mal. Los pensamientos y las acciones de cada individuo, por lo tanto, contribuyen al bien o al mal del mundo y sus habitantes.

**Karma Yoga:** sendero que conduce a Dios por medio de la acción y el servicio realizados con desapego. Mediante el servicio desinteresado, la ofrenda a Dios de los frutos de las propias acciones y el considerarle como el único Hacedor, el devoto se libera del ego y conoce a Dios. (Véase *yoga*).

**Krishna:** (véase *Bhagavan Krishna*).

**Kriya Yoga:** sagrada ciencia espiritual que nació en la India hace milenios; comprende ciertas técnicas de meditación cuya práctica regular conduce a la realización de Dios. Como ha explicado Paramahansa Yogananda, la raíz sánscrita de *kriya* es *kri*, que significa «hacer, actuar y reaccionar»; esa misma raíz se encuentra en la palabra *karma*, el principio natural de causa y efecto. Así pues, *Kriya Yoga* significa «unión (yoga) con el Infinito mediante cierta acción o rito (*kriya*)». El *Kriya Yoga* —un tipo de *Raja Yoga* (el «rey» de los sistemas del yoga o sistema «completo») — ha sido ensalzado por Krishna en el *Bhagavad Guita* y Patanjali



en los *Yoga Sutras*. La ciencia del *Kriya Yoga* fue restablecida en esta era por Mahavatar Babaji y constituye la *diksha* (iniciación espiritual) impartida por los Gurús de *Self-Realization Fellowship*. Desde el *mahasamadhi* de Paramahansa Yogananda, la *diksha* es conferida por la persona asignada como su representante espiritual, el presidente de *Self-Realization Fellowship/Yogoda Satsanga Society of India* (o alguien designado por el presidente). Para recibir la *diksha*, los miembros de *Self-Realization Fellowship* deben cumplir con ciertos requisitos espirituales preliminares. Quien ha recibido esta *diksha* es un *Kriya yogui* o *Kriyaban*. (Véase también *gurú* y *discípulo*).

**kundalini:** la poderosa corriente de energía vital creativa alojada en un sutil conducto enrollado que se encuentra en la base de la espina dorsal. Durante el estado ordinario de vigilia, la fuerza vital del cuerpo circula desde el cerebro en sentido descendente a lo largo de la columna vertebral y hacia fuera, a través de este conducto enrollado (*kundalini*), vitalizando el cuerpo físico y anudando a la forma mortal los cuerpos astral y causal, así como el alma que habita en su interior. En los estados más elevados de conciencia, que son el objetivo de la meditación, la energía *kundalini* se revierte de manera que circule nuevamente en sentido ascendente a lo largo de la espina dorsal para despertar las facultades espirituales latentes de los centros cerebroespinales (*chakras*). También llamada «fuerza serpentina» por su forma enrollada.

**Kutastha Chaitanya:** Conciencia Crística. La palabra sánscrita *kutastha* significa «aquello que permanece inalterable»; *chaitanya* significa «conciencia».

**Lahiri Mahasaya:** *Lahiri* era el nombre de familia de Shyama Charan Lahiri (1828-1895). *Mahasaya*, un título religioso sánscrito, significa «de mente vasta». Lahiri Mahasaya fue discípulo de Mahavatar Babaji y gurú de Swami Sri Yukteswar (el gurú de Paramahansa Yogananda). Fue a Lahiri Mahasaya a quien Babaji reveló la antigua y casi extinguida ciencia del *Kriya Yoga*. Considerado un *Yogavatar* («Encarnación del Yoga»), él fue una de las figuras primordiales del renacimiento del yoga en la India moderna. Lahiri Mahasaya instruyó y bendijo a innumerables buscadores de la verdad que acudieron a él, sin tener en cuenta a qué casta o credo perteneciesen. Fue un maestro semejante a Cristo, dotado de poderes sobrenaturales, pero también fue un hombre de familia con responsabilidades terrenales, que mostró al mundo moderno cómo es posible alcanzar un equilibrio perfecto en la vida al combinar la meditación y el correcto desempeño de los deberes externos. La vida de Lahiri Mahasaya se relata en el libro *Autobiografía de un yogui*.

**Lecciones de Self-Realization Fellowship:** las enseñanzas de Paramahansa Yogananda, que se envían a estudiantes de todo el mundo en forma de una serie de lecciones, las cuales se encuentran a disposición de quienes buscan sinceramente la verdad. Estas lecciones contienen las técnicas de meditación yoga que enseñó Paramahansa Yogananda e incluyen, para quienes cumplen con ciertos requisitos, la técnica de *Kriya Yoga*.



**Madre Divina:** el aspecto de Dios que se manifiesta activamente en la creación; la *shakti*, o poder, del Creador trascendente. Otros términos que denotan este aspecto de la Divinidad son *Om*, *Shakti*, el Espíritu Santo, la Vibración Cósmica Inteligente, la Naturaleza o *Prakriti*. Este concepto también indica el aspecto «personal» de Dios que encarna las cualidades de amor y compasión de una madre.

Las escrituras hindúes enseñan que Dios es a la vez immanente y trascendente, personal e impersonal. Se le puede buscar ya sea como el Absoluto o como la manifestación de alguna de sus cualidades eternas —el amor, la sabiduría, la bienaventuranza, la luz—; también en la forma de un *ishtha* (deidad); o bien, como el Padre, la Madre o el Amigo.

**maestro:** aquel que ha alcanzado el autodomínio. También, un término respetuoso para dirigirse al propio gurú.

Paramahansa Yogananda ha señalado: «las características por las que se distingue a un maestro no son de orden físico sino espiritual. [...] La prueba de que alguien es un maestro es proporcionada únicamente por su habilidad para entrar a voluntad en el estado sin aliento (*savikalpa samadhi*) y por el logro de la bienaventuranza inmutable (*nirvikalpa samadhi*)». (Véase *samadhi*).

Paramahansaji afirma además: «Todas las escrituras proclaman que el Señor creó al hombre a su imagen omnipotente. El ejercer control sobre el universo parece algo sobrenatural, pero en realidad tal poder es natural e inherente a quienes alcanzan “el perfecto recuerdo” de su origen divino. Los hombres de realización divina [...] están libres del principio-ego (*ahamkara*) y del surgimiento de deseos personales; las acciones de los verdaderos maestros se encuentran, sin esfuerzo alguno, en armonía con *rita*, la rectitud natural. En las palabras de Emerson, todos los grandes seres se convierten “no sólo en seres virtuosos, sino en la Virtud misma; se cumple así el propósito de la creación, y Dios queda complacido”».

**Mahavatar Babaji:** el inmortal *mahavatar* («gran avatar») que, en 1861, confirió la iniciación en *Kriya Yoga* a Lahiri Mahasaya, restituyendo así al mundo la antigua técnica de salvación. Perennemente joven, Babaji ha vivido durante siglos en el Himalaya, otorgando una constante bendición al mundo. Su misión ha sido ayudar a los profetas a llevar a cabo las labores específicas que se les han encomendado. Se le han conferido numerosos títulos que indican su elevada estatura espiritual; sin embargo, el *mahavatar* ha adoptado generalmente el sencillo nombre de Babaji, que procede del sánscrito *baba*, «padre», y *ji*, un sufijo que denota respeto. En *Autobiografía de un yogui* se puede encontrar más información sobre su vida y su misión espiritual. (Véase *avatar*).

**mal:** la fuerza satánica que encubre a la omnipresencia divina en la creación, manifestándose como desarmonías en el ser humano y en la naturaleza. También es un término general aplicado a cualquier cosa que esté en oposición con la ley divina (véase *dharmā*) y que, por consiguiente, induzca al ser humano a perder la conciencia de su unidad esencial con Dios y le impida alcanzar la realización divina.

**Mantra Yoga:** comunión divina alcanzada mediante la repetición, concentrada y devocional, de los sonidos de las palabras raíz que tienen una potencia vibratoria espiritualmente beneficiosa. (Véase *yoga*).

**maya:** el poder de engañar inherente a la estructura de la creación, en virtud del cual el Uno adopta la apariencia de muchos. *Maya*, el principio, denota relatividad, contraste, dualidad, inversión, estados opuestos; es el «Satanás» (literalmente, «el adversario» en hebreo) de los profetas del Antiguo Testamento, y el «demonio» que Cristo describió pintorescamente como un «homicida» y un «mentiroso», porque «*no hay verdad en él*» (Juan 8:44).

Paramahansa Yogananda ha escrito: «La palabra sánscrita *maya* significa “la medidora”; es el poder mágico existente en la creación, mediante el cual lo Inmensurable e Indivisible parece contener limitaciones y divisiones. *Maya* es la Naturaleza misma —los mundos fenoménicos en constante flujo y transición—, la antítesis de la Divinidad Inmutable.

»En el plan y juego (*lila*) de Dios, la única función de Satanás o *maya* es el tratar de alejar al hombre del Espíritu y de la Realidad, empujándole hacia la materia y la irrealidad. “[...] *el diablo peca desde el principio. El Hijo de Dios se manifestó para deshacer las obras del diablo*” (I Juan 3:8). La manifestación de la Conciencia Crística dentro del hombre mismo destruye sin esfuerzo alguno los engaños u “obras del diablo”.

»*Maya* es el velo de la transitoriedad presente en la Naturaleza: el perpetuo devenir de la creación. Cada hombre debe levantar este velo para ver, tras él, al Creador: el ser Inmutable, la Realidad eterna».

**meditación:** en sentido general, concentración interior cuyo objetivo es percibir a Dios. La auténtica meditación, *dhyana*, consiste en experimentar conscientemente a Dios mediante la percepción intuitiva. Este estado se alcanza solamente después de que el devoto ha logrado una concentración firme mediante la cual desconecta su atención de los sentidos y no es perturbado por impresiones sensoriales provenientes del mundo externo. *Dhyana* es la séptima etapa del Óctuple Sendero del Yoga descrito por Patanjali; la octava etapa es *samadhi*, la comunión o unión con Dios. (Véase *Patanjali*).

**mente supraconsciente:** la facultad omnisciente del alma de percibir la verdad directamente; intuición.

**ojo espiritual:** el ojo único de la intuición y de la percepción omnipresente, ubicado en el centro (*ajna chakra*) crístico (*Kutastha*), a nivel del entrecejo. El devoto que medita profundamente contempla el ojo espiritual como un anillo de luz dorada que circunda a una esfera de color azul opalescente, en cuyo centro se encuentra una estrella blanca de cinco puntas. Microcósmicamente, estas formas y colores representan, respectivamente: el reino vibratorio de la creación (la Naturaleza Cósmica, el Espíritu Santo), el Hijo o la inteligencia de Dios en la creación (la Conciencia Crística) y el Espíritu sin vibración, más allá de toda la creación

vibratoria (Dios el Padre).

El ojo espiritual es la puerta de acceso a los estados supremos de conciencia divina. En la meditación profunda, a medida que la conciencia del devoto se adentra en el ojo espiritual y en los tres reinos allí compendiados, experimenta sucesivamente los siguientes estados: la supraconciencia, es decir, el siempre renovado gozo de la realización del alma, y la unión con Dios como *Om* o Espíritu Santo; la conciencia crística, la unión con la inteligencia universal de Dios presente en toda la creación; y la conciencia cósmica, la unión con la omnipresencia de Dios que se encuentra tanto más allá de la manifestación vibratoria como dentro de ella. (Véase también *conciencia, estados de; supraconciencia; y Conciencia Crística*).

Explicando un pasaje de Ezequiel (43:1-2), Paramahansa Yogananda ha escrito: «A través del ojo divino ubicado en la frente («el oriente»), el yogui remonta su conciencia hasta la omnipresencia, escuchando la Palabra u *Om*, el divino sonido de “muchas aguas”: las vibraciones de luz que constituyen la única realidad de la creación». En palabras de Ezequiel: «*Me condujo luego hacia el pórtico, el pórtico que miraba a oriente, y entonces la gloria del Dios de Israel llegaba de la parte de oriente, con un ruido como el ruido de muchas aguas, y la tierra resplandecía de su gloria*».

Jesús también se refirió al ojo espiritual: «*Cuando tu ojo es único, todo tu cuerpo está iluminado [...]\**. Mira, pues, que la luz que hay en ti no sea oscuridad» (Lucas 11:34-35).

**Om (Aum):** la palabra raíz sánscrita, o sonido primordial, que simboliza aquel aspecto de la Divinidad que crea y sostiene todas las cosas; la Vibración Cósmica. El *Om* de los Vedas se convirtió en el sagrado *Hum* de los tibetanos; en el *Amín* de los musulmanes; y en el *Amén* de los egipcios, griegos, romanos, judíos y cristianos. Las grandes religiones del mundo afirman que todo lo creado se origina en la energía vibratoria cósmica del *Om* o Amén, la Palabra (el Verbo) o el Espíritu Santo. «*En el principio existía la Palabra y la Palabra estaba junto a Dios, y la Palabra era Dios. [...] Todo se hizo por ella [la Palabra u Om] y sin ella no se hizo nada*» (Juan 1:1, 3).

En hebreo, *Amén* significa *seguro, fiel*. «*Así habla el Amén, el Testigo fiel y veraz, el Principio de la creación de Dios*» (Apocalipsis 3:14). Así como la vibración de un motor produce cierto sonido, así el omnipresente sonido de *Om* da fiel testimonio de la actividad del «Motor Cósmico» que sustenta la vida, y cada partícula de la creación, mediante la energía vibratoria. En las *Lecciones de Self-Realization Fellowship*, Paramahansa Yogananda enseña ciertas técnicas de meditación cuya práctica aporta la experiencia directa de Dios, manifestado como el *Om* o Espíritu Santo. Esa gozosa comunión con el divino Poder invisible («*el Paráclito [el Confortador], el Espíritu Santo*», Juan 14:26) es la verdadera base científica de la oración.

**paramahansa:** título espiritual que designa a un maestro. Sólo un verdadero gurú puede conferir este título a un discípulo idóneo. *Paramahansa* significa

literalmente «cisne supremo»; en las escrituras hindúes, el cisne o *hansa* simboliza el discernimiento espiritual. Swami Sri Yukteswar le otorgó dicho título a su amado discípulo Yogananda en 1935.

**Patanjali:** famoso exponente del yoga; un sabio de la antigüedad cuyos *Yoga Sutras* compendian los principios del sendero del yoga, dividiéndolo en ocho pasos: 1) las proscipciones morales (*yama*); 2) las observancias correctas (*niyama*); 3) la postura de meditación (*asana*); 4) el control de la fuerza vital (*pranayama*); 5) la interiorización de la mente (*pratyahara*); 6) la concentración (*dharana*); 7) la meditación (*dhyana*); y 8) la unión con Dios (*samadhi*).

**prana:** chispas de energía inteligente, más sutiles que la energía atómica, que constituyen la vida; en las escrituras hindúes reciben la designación colectiva de *prana*, término que Paramahansa Yogananda tradujo como «vitatrones». En esencia, son pensamientos condensados de Dios, sustancia del mundo astral y principio vital del cosmos físico. En el mundo físico hay dos tipos de prana: 1) la energía vibratoria cósmica omnipresente en el universo, que estructura y sostiene todo cuanto existe; 2) el prana específico o la energía que satura y sustenta cada cuerpo humano a través de cinco corrientes o funciones. La corriente *Prana* realiza la función de cristalización; la corriente *Vyana*, la de circulación; *Samana*, la de asimilación; *Udana*, la del metabolismo; y *Apana*, la de eliminación.

**pranayama:** control consciente del prana (la vibración creadora o energía que activa y sostiene la vida en el cuerpo). La ciencia yoga del *pranayama* es la vía directa que permite desconectar conscientemente la mente de las funciones vitales y percepciones sensoriales que atan al hombre a la conciencia corporal. El *pranayama* libera así la conciencia del ser humano para que pueda comulgar con Dios. Todas las técnicas científicas que conducen a la unión del alma con el Espíritu pueden clasificarse como yoga, y el *pranayama* es el mejor método yóguico para alcanzar esta unión divina.

**Raja Yoga:** el sendero «regio», o más elevado, que conduce a la unión con Dios. Enseña la meditación científica como el método supremo para alcanzar la realización divina, e incluye los aspectos esenciales y más elevados de todas las demás formas de yoga. Las enseñanzas de *Raja Yoga de Self-Realization Fellowship* proporcionan un esquema de vida que conduce al perfecto desarrollo del cuerpo, de la mente y del alma, basado en la meditación denominada *Kriya Yoga*. (Véase *yoga*).

**realización del Ser (Self):** Paramahansa Yogananda definió la realización del Ser de la siguiente manera: «La realización del Ser consiste en saber —física, mental y espiritualmente— que somos uno con la omnipresencia de Dios; que no necesitamos orar para que ésta venga a nosotros, que no solamente estamos próximos a ella en todo momento, sino que la omnipresencia de Dios es nuestra propia omnipresencia, y nuestro ser es y será invariablemente siempre parte de la Divinidad. Lo único que necesitamos hacer es tomar mayor conciencia de ello».

**reencarnación:** doctrina según la cual los seres humanos se ven forzados por la ley de la evolución a encarnar una y otra vez en vidas progresivamente superiores; la evolución es retardada por las acciones y los deseos errados, y acelerada por los esfuerzos espirituales, hasta que finalmente se alcanza la realización del Ser y la unión con Dios. Habiendo así trascendido las limitaciones e imperfecciones de la conciencia mortal, el alma se libera para siempre de la necesidad compulsiva de reencarnar. «Al vencedor le pondré de columna en el Santuario de mi Dios, y no saldrá fuera ya más» (Apocalipsis 3:12).

**respiración:** «El aflujo de innumerables corrientes cósmicas al ser humano mediante la respiración produce inquietud en su mente —ha escrito Paramahansa Yogananda—. De este modo, la respiración le liga a los efímeros mundos fenoménicos. Para escapar de los pesares de la transitoriedad y entrar en el bienaventurado reino de la Realidad, el yogui aprende a calmar el aliento por medio de la meditación científica».

**rishis:** seres excelsos que manifiestan la sabiduría divina; especialmente, los sabios iluminados de la antigua India a quienes les fueron revelados intuitivamente los Vedas.

**sadhana:** sendero de disciplina espiritual. Las instrucciones y prácticas específicas de meditación que el gurú prescribe a sus discípulos, quienes al seguirlas fielmente alcanzarán al final la realización divina.

**samadhi:** el peldaño más elevado del Óctuple Sendero del Yoga, tal como fue expuesto por el sabio Patanjali. El *samadhi* se alcanza cuando la persona que medita, el proceso de la meditación (por el cual la mente se retira de los sentidos, mediante el recogimiento interior) y el objeto de la meditación (Dios) se vuelven Uno. Paramahansa Yogananda ha explicado que «en los estados iniciales de la comunión con Dios (*savikalpa samadhi*) la conciencia del devoto se funde con el Espíritu Cósmico; su fuerza vital se retira del cuerpo, el cual aparenta estar “muerto”, inmóvil y rígido. El yogui es completamente consciente del estado de animación suspendida en el que permanece su cuerpo. Sin embargo, a medida que progresa hacia estados espirituales más elevados (*nirvikalpa samadhi*), comulga con Dios sin que exista inmovilidad en su cuerpo y en su estado ordinario de vigilia, e incluso en medio de las apremiantes exigencias de los deberes mundanos». Ambos estados se caracterizan por la unión con la siempre nueva bienaventuranza del Espíritu, pero el estado de *nirvikalpa* lo experimentan sólo los maestros altamente avanzados.

**Sanatana Dharma:** literalmente «religión eterna». Nombre dado a las enseñanzas védicas en conjunto, las cuales fueron conocidas como hinduismo después de que los griegos denominaran *indos* o *hindúes* a las gentes que vivían a orillas del río Indo. (Véase *dharma*).

**Satanás:** literalmente, en hebreo, «el adversario». Satanás es la fuerza universal, consciente e independiente, que mantiene a todo y a todos engañados con

la conciencia no espiritual de finitud y de separación de Dios. Para lograr este resultado, Satanás utiliza las armas de *maya* (ilusión cósmica) y *avidya* (ilusión individual, ignorancia). (Véase *maya*).

**Self:** (véase *Ser*).

**Self-realization:** (véase *realización del Ser*).

**Self-Realization Fellowship:** la sociedad religiosa internacional, no sectaria, fundada por Paramahansa Yogananda en Estados Unidos en 1920 (y como *Yogoda Satsanga Society of India* en 1917), con la finalidad de difundir a través del mundo los principios espirituales y técnicas de meditación del *Kriya Yoga*, y fomentar un mayor entendimiento de la única Verdad subyacente a todas las religiones entre las personas de todas las razas, culturas y creencias. (Véase también «Metas e ideales de *Self-Realization Fellowship*», p. 138).

Paramahansa Yogananda ha explicado que el nombre de *Self-Realization Fellowship* significa «confraternidad con Dios a través de la realización del Ser, y amistad con todas las almas que buscan la verdad».

Desde su sede internacional en Los Ángeles (California), la sociedad publica las conferencias, escritos y charlas informales de Paramahansa Yogananda (así como su completa serie de *Lecciones de Self-Realization Fellowship*, aptas para el estudio en el hogar, y la revista *Self-Realization*, que él fundó en 1925); realiza grabaciones de audio y vídeo sobre sus enseñanzas; supervisa las actividades de los templos, retiros y centros de meditación de SRF, así como los programas para la juventud y las comunidades monásticas de la Orden de *Self-Realization*; lleva a cabo conferencias y ciclos de clases en diversas ciudades del mundo; y coordina el funcionamiento del «Círculo mundial de oraciones», una red de grupos e individuos dedicados a orar por las personas necesitadas de ayuda física, mental o espiritual, y por la paz y la armonía del mundo.

**Ser (*Self*):** con mayúscula, este término denota el *atman* o alma, que se diferencia de la individualidad del ego o de la personalidad. El Ser es el Espíritu individualizado, cuya naturaleza es el gozo siempre existente, siempre consciente, siempre renovado. A través de la meditación, se logra experimentar estas cualidades divinas propias del alma.

**Sonido Cósmico:** (véase *Om*).

**Sri:** título de respeto. Cuando se usa delante del nombre de una persona religiosa, significa «santo» o «venerado».

**Sri Yukteswar, Swami:** Swami Sri Yukteswar Giri (1855-1936), *Guianavatar*, o «Encarnación de la Sabiduría», de la India; gurú de Paramahansa Yogananda y *paramgurú* de los miembros *Kriyabanes* de *Self-Realization Fellowship*. Sri Yukteswarji era discípulo de Lahiri Mahasaya. A petición del gurú de Lahiri Mahasaya, Mahavatar Babaji, escribió *The Holy Science (La ciencia sagrada)*, un tratado sobre la unidad básica que existe entre las escrituras cristianas e hindúes, y entrenó a Paramahansa Yogananda para su misión espiritual en el ámbito

mundial: la difusión del *Kriya Yoga*. Paramahansaji ha descrito con amor la vida de Sri Yukteswarji en *Autobiografía de un yogui*.

**supraconciencia:** la eternamente gozosa conciencia del alma omnisciente, pura e intuitiva. El término se usa a veces, en un sentido general, para referirse a los diversos estados de *samadhi* experimentados en la meditación; y, en forma específica, para indicar el estado inicial de *samadhi*, en el cual se trasciende la conciencia del ego y se toma plena conciencia del propio Ser como alma, hecha a imagen de Dios. Siguen después los estados superiores de realización: la conciencia crística y la conciencia cósmica.

**Trinidad:** cuando el Espíritu manifiesta la creación, se convierte en la Trinidad: el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo, o *Sat, Tat, Om*. El Padre (*Sat*) es Dios como el Creador que existe más allá de la creación (la Conciencia Cósmica). El Hijo (*Tat*) es la omnipresente inteligencia de Dios que se encuentra en toda la creación (la Conciencia Crística o *Kutastha Chaitanya*). El Espíritu Santo (*Om*) es el poder vibratorio de Dios que se objetiva o se convierte en la creación.

**Vedas:** las cuatro escrituras de los hindúes: *Rig Veda, Sama Veda, Yajur Veda* y *Atharva Veda*. Son esencialmente una literatura compuesta de cantos, rituales y recitaciones para vitalizar y espiritualizar todas las fases de la vida y actividad del ser humano. Entre la vastedad de textos de la India, los Vedas (de la raíz sánscrita *vid*, «conocer») son las únicas escrituras que no se atribuyen a ningún autor. El *Rig Veda* señala un origen celestial a los himnos y nos dice que proceden de «los tiempos antiguos», revestidos con un lenguaje nuevo. Se dice que los cuatro Vedas —revelados divinamente, de una era a otra, a los *rishis* («seres iluminados») — poseen *nityatva*, «carácter definitivo para toda la eternidad».

**Vibración Cósmica Inteligente:** (véase *Om*).

**vitatrones:** (véase *prana*).

**yoga:** del sánscrito *yuj*, «unión». El sentido más elevado de la palabra *yoga* en la filosofía hindú es la unión del alma individual con el Espíritu mediante métodos científicos de meditación. Dentro del espectro más amplio de la filosofía hindú, el *yoga* es uno de los seis sistemas ortodoxos: *Vedanta, Mimamsa, Sankhya, Vaisesika, Nyaya* y *Yoga*. Existen también varios métodos de *yoga*: *Hatha Yoga, Mantra Yoga, Laya Yoga, Karma Yoga, Guiana Yoga, Bhakti Yoga* y *Raja Yoga*. El *Raja Yoga*, el *yoga* «real» (regio) o completo, es el que enseña *Self-Realization Fellowship* y del cual Bhagavan Krishna habla elogiosamente a su discípulo Arjuna en el *Bhagavad Guita*: «El yogui es más grande que los ascetas dedicados a la disciplina corporal, más grande incluso que quienes siguen la senda de la sabiduría o de la acción; ¡sé tú, oh Arjuna, un yogui!» (*Bhagavad Guita* VI:46). El sabio Patanjali, máximo exponente del *yoga*, ha delineado ocho pasos precisos mediante los cuales el *Raja yogui* alcanza el *samadhi*, o unión con Dios. Éstos son: 1) *yama*, la conducta moral; 2) *niyama*, las observancias religiosas; 3) *asana*, la postura correcta; 4) *pranayama*, el control del *prana*, las sutiles corrientes vitales;

5) *pratyahara*, el recogimiento interior, el retiro de los sentidos de los objetos externos; 6) *dharana*, la concentración; 7) *dhyana*, la meditación; y 8) *samadhi*, la experiencia supraconsciente, la unión con Dios.

**Yogoda Satsanga Society of India:** nombre con el cual se conoce en la India la sociedad fundada por Paramahansa Yogananda. *Yogoda Satsanga* fue fundada por él en 1917. Su sede central, *Yogoda Math*, está situada a la orilla del río Ganges en Dakshineswar, cerca de Calcuta. *Yogoda Satsanga Society* tiene una filial (*math*) en Ranchi, Jharkhand (antes llamado Bihar), y numerosos centros diseminados por toda la India. Además de los centros de meditación de *Yogoda*, la organización cuenta con veintiuna instituciones educacionales, las cuales abarcan desde la escuela primaria hasta el nivel universitario. *Yogoda*, una palabra creada por Paramahansa Yogananda, se deriva de *yoga*, «unión, armonía, equilibrio», y *da*, «aquello que confiere». *Satsanga* significa «confraternidad divina» o «confraternidad con la Verdad». Para Occidente, Paramahansaji tradujo este nombre al inglés como *Self-Realization Fellowship*.

**yogui:** aquel que practica el yoga. Cualquiera que practique una técnica científica para alcanzar la unión divina es un yogui. Puede ser tanto una persona casada como soltera, alguien con responsabilidades mundanas o bien que haya tomado votos religiosos.



## ÍNDICE ALFABÉTICO

- Abhedananda, Swami, 14, 15 n.  
Adán y Eva, 53  
Alá, 33  
alma (el verdadero Ser del hombre),  
37, 54 s., 77  
    «amar a Dios con toda el alma»  
    (Lucas 10:27), 106 s.  
    ascensión del, a Dios, 61 ss.  
    comienza la encarnación física,  
    61 s., 65  
    la verdadera naturaleza del ser  
    humano, 124  
    percepción del, durante el sueño,  
    105  
amor, 73 s., 103 ss.  
*Apara-Prakriti*, 8 n.  
Apocalipsis, libro del, 25, 35, 36,  
50, 108  
Armstrong, Karen, *Una historia de  
Dios: 4.000 años de búsqueda en el  
judaísmo, el cristianismo y el islam*,  
24, 25  
ascensión, del alma a Dios, 36 ss.,  
41, 61 ss., 70  
*Athanasius and Constantius:  
Theology and Politics in the  
Constantinian Empire*, 73  
*Aum*. Véase *Om*.  
autodisciplina, 80, 93 s.  
avatares, encarnaciones divinas, 9 s.,  
99 ss., 139  
    Dios manifestado en los, 3 s.  
    Jesús como un avatar, 4 s.  
    *khanda avatares*, encarnaciones  
    parciales, 3  
    *purna avatares*, encarnaciones  
    completas, 3  
  
Babaji, Mahavatar, XII n., 147  
Barnes, Timothy D., *Athanasius and  
Constantius: Theology and Politics  
in the Constantinian Empire*, 73  
bautismo  
    como iniciación espiritual, 56  
    «con Espíritu Santo y fuego»,  
    32, 56  
    por el agua, 50, 51  
    por el Espíritu, 48, 50  
    por el Espíritu Santo, 32, 42 ss.  
*Bhagavad Guita*, 19, 20, 117, 139 s.  
*Bhakti Yoga*, XI, 106, 140  
Biblia, la, 20  
Bienaventuranzas, las, 83 ss.  
*Blueprint for Immortality: The  
Electric Patterns of Life*, 38 s.  
Brahman, Espíritu Absoluto, 33, 140  
*Brahmin*, aquel que conoce al  
    Espíritu, 56  
Buda, Gautama, misión de, 4  
budismo, 49  
bulbo raquídeo, 36, 65, 140 s.  
Burr, Harold Sexton, *Blueprint for  
Immortality: The Electric Patterns  
of Life*, 38 s.  
  
*Cántico espiritual*, 122  
causa y efecto, ley de, 4, 78  
centro coccígeo, 65. Véase también  
    *chakras*.  
centro cóstico (*Kutastha*), 141.  
    Véase también *ojo espiritual*.  
centros espinales. Véase *chakras*.  
*chakras*, centros cerebroespinales,  
35, 36, 37, 64, 65, 141 s.  
    descritos en el libro del  
    Apocalipsis, 35, 36  
    «siete sellos» (*Ap* 5:1), 108  
*chitta*, 89 ss.  
cielo, 60 ss., 93 s., 114 s.  
*ciencia sagrada*, La, 90  
*Clement of Alexandria*, 25  
Clemente de Alejandría, 72

## ÍNDICE ALFABÉTICO

- Abhedananda, Swami, 14, 15 n.  
Adán y Eva, 53  
Alá, 33  
alma (el verdadero Ser del hombre), 37, 54 s., 77  
    «amar a Dios con toda el alma» (Lucas 10:27), 106 s.  
    ascensión del, a Dios, 61 ss.  
    comienza la encarnación física, 61 s., 65  
    la verdadera naturaleza del ser humano, 124  
    percepción del, durante el sueño, 105  
amor, 73 s., 103 ss.  
*Apara-Prakriti*, 8 n.  
Apocalipsis, libro del, 25, 35, 36, 50, 108  
Armstrong, Karen, *Una historia de Dios: 4.000 años de búsqueda en el judaísmo, el cristianismo y el islam*, 24, 25  
ascensión, del alma a Dios, 36 ss., 41, 61 ss., 70  
*Athanasius and Constantius: Theology and Politics in the Constantinian Empire*, 73  
*Aum*. Véase *Om*.  
autodisciplina, 80, 93 s.  
avatares, encarnaciones divinas, 9 s., 99 ss., 139  
    Dios manifestado en los, 3 s.  
    Jesús como un avatar, 4 s.  
    *khanda avatares*, encarnaciones parciales, 3  
    *purna avatares*, encarnaciones completas, 3  
  
Babaji, Mahavatar, XII n., 147  
Barnes, Timothy D., *Athanasius and Constantius: Theology and Politics in the Constantinian Empire*, 73  
bautismo  
    como iniciación espiritual, 56  
    «con Espíritu Santo y fuego», 32, 56  
    por el agua, 50, 51  
    por el Espíritu, 48, 50  
    por el Espíritu Santo, 32, 42 ss.  
*Bhagavad Guita*, 19, 20, 117, 139 s.  
*Bhakti Yoga*, XI, 106, 140  
Biblia, la, 20  
Bienaventuranzas, las, 83 ss.  
*Blueprint for Immortality: The Electric Patterns of Life*, 38 s.  
Brahman, Espíritu Absoluto, 33, 140  
*Brahmin*, aquel que conoce al Espíritu, 56  
Buda, Gautama, misión de, 4  
budismo, 49  
bulbo raquídeo, 36, 65, 140 s.  
Burr, Harold Sexton, *Blueprint for Immortality: The Electric Patterns of Life*, 38 s.  
  
*Cántico espiritual*, 122  
causa y efecto, ley de, 4, 78  
centro coccígeo, 65. Véase también *chakras*.  
centro cóstico (*Kutastha*), 141.  
    Véase también *ojo espiritual*.  
centros espinales. Véase *chakras*.  
*chakras*, centros cerebroespinales, 35, 36, 37, 64, 65, 141 s.  
    descritos en el libro del Apocalipsis, 35, 36  
    «siete sellos» (*Ap* 5:1), 108  
*chitta*, 89 ss.  
cielo, 60 ss., 93 s., 114 s.  
*ciencia sagrada*, La, 90  
*Clement of Alexandria*, 25  
Clemente de Alejandría, 72

- columna vertebral. Véase *espina dorsal*
- concentración. Véase también *meditación*.
- «amar a Dios con toda tu mente», 106
- conciencia, Dios guía a través de la, 77 s.
- conciencia, estados de, 142
- Conciencia Cósmica, 27, 31, 36, 40, 115, 120, 142
- Conciencia Crística, 3, 5, 7 ss., 16, 29 ss., 43, 69, 142. Véase también *Hijo de Dios*.
- como Dios el Hijo, 30 s.
- como el redentor universal, 70 ss.
- definición de, 7
- requisitos para alcanzar la, 23
- y el cuerpo de Jesús, distinción entre, 30
- Conciencia de Krishna. Véase *Conciencia Crística*.
- «condenación», 69 ss., 78
- conducta correcta, 109 s.
- conocimiento, intuitivo y sensorial, 59 ss.
- Constantinopla, Concilio de, 73
- control de la fuerza vital. Véase *pranayama*.
- «corazón» (*chitta*, poder del sentimiento), 89 ss.
- Cosmic Chants* (Paramahansa Yogananda), 120 s.
- creación
- cosmología y evolución de la, 7 ss., 24 ss.
- disolución de la, 29
- Inteligencia Divina en la, 5 ss.
- creencia
- en contraposición a la experiencia, 75 s.
- en Jesús como salvador, 69 ss., 72
- cristianismo
- esotérico, 17, 24 s.
- cristianismo (*cont.*)
- verdadero, 11
- Cristo, Jesús el. Véase *Jesucristo*.
- Cristo*, título honorífico, 5, 142
- crítica, 95 ss.
- cuerpo astral, 37 ss., 61 s., 64 ss., 119 s., 139
- cuerpo causal, 37, 61 ss., 141
- cuerpo físico
- animado por los cuerpos astral y causal, 37 s.
- apego al, 119
- creación especial de Dios, 53
- identificación con el, 54, 56
- Davies, Paul, en *Evidence of Purpose: Scientists Discover the Creator*, 6
- deseos, 78, 86 s.
- «desierto», significado simbólico de, 35, 42, 61, 64
- devoción, XI, 104 ss.
- dhyana*, meditación, 119. Véase también *meditación*.
- «Diálogo del Salvador», 116 n.
- dicha, bienaventuranza. Véase *samadhi*.
- Dios, 27, 70 ss.
- amor a, 102 ss., 111
- amar a Dios con todo tu corazón, alma, fuerzas y mente (*Lucas 10:27*), 106 s.
- cercanía de, 30
- como Dicha eternamente renovada, 121 ss.
- Nombre de, 33
- presencia de, en el ser humano, 126
- Dios el Hijo. Véase *Hijo de Dios*.
- Dios el Padre, 27, 30
- discípulos, 47, 108, 143
- dogmatismo, 75 s.
- en contraposición a la verdad espiritual, 17, 19

- «eclesianismo», 69
- ego (el ser inferior), 37, 143
- egoísmo, 86, 143
- encarnaciones divinas. Véase *avatares*.
- energía, flujo en espiral de la, 64
- escrituras, XIII, 20
- espinas dorsales
- «autopista» para alcanzar la liberación, 36 ss.
  - y meditación, 120
- Espíritu (el Absoluto), 26 s.
- Espíritu Santo, 23, 27, 29, 122, 143.
- Véase también *Om; Vibración Cósmica; Palabra*.
- bautismo por el, 32, 42 ss.
  - técnica de meditación para establecer contacto con el, 34
- Evangelio de Tomás, 18, 71 n., 115 n.
- evangelios gnósticos, Los, 18*
- Evidence of Purpose: Scientists Discover the Creator, 6*
- evolución, 8 s.
- espiritual, 53, 71, 73 s., 89 s.
- éxtasis. Véase *samadhi*.
- fe en Dios, y creencia, 77
- felicidad, 123 ss.
- Feuerstein, Georg, Subhash Kak y David Frawley, *In Search of the Cradle of Civilization: New Light on Ancient India*, 13
- Foerster, Werner, *Gnosis: A Selection of Gnostic Texts*, 72 s.
- «fuerza serpentina». Véase *kundalini*.
- Génesis, libro del, 24
- Gerber, Richard, *Vibrational Medicine*, 38
- Gnosis: A Selection of Gnostic Texts*, 72 s.
- gnosticismo, 18
- Greene, Brian, *El tejido del cosmos:*
- Espacio, tiempo y la textura de la realidad*, 28
- Greene, Brian, *El universo elegante: Supercuerdas, dimensiones ocultas y la búsqueda de una teoría final*, 28
- guerra, causas espirituales de la, 92 s.
- Guiana Yoga, XI, 144*
- gurú(s), 144
- confiere el bautismo espiritual (*diksha*), 44
  - cualidades de un, 56
  - segundo nacimiento otorgado por el, 56
- gustos y aversiones, 90
- hábito(s)
- ley del, 78, 99
  - malos, 78 ss.
  - superar los, 94
- Hatha Yoga, XI*
- Hijo de Dios (Conciencia Crística; «Hijo unigénito»), 30 s.
- como *Nous*, la inteligencia divina presente en la creación, 72 s.
  - «Hijo unigénito», 72 s.
- hijo del hombre, 30, 62 ss., 67, 68, 69, 70
- hijo(s) de Dios, 9 s., 21, 30, 33, 62, 69, 92. Véase también *avatares*.
- el ser humano como, 91 ss.
  - Jesús jamás afirmó ser el único, 31
  - título aplicable a todas las almas, 33
- hinduismo, 17
- historia de Dios, Una: 4.000 años de búsqueda en el judaísmo, el cristianismo y el islam*, 24, 25
- humildad, 86
- ignorancia (*avidya*), 44 n., 78
- ilusión (engaño). Véase *maya*.
- In Search of the Cradle of Civilization: New Light on Ancient India*, 13

- India, la, 12, 13, 17  
 inquietud, 117, 124  
 intelecto, 59 s.  
 Inteligencia Crística. Véase *Conciencia Crística*.  
 intuición, 47 s., 50, 59 ss., 90 s., 145  
 Ireneo, obispo de Lyon del s. II, 18, 72  
 Ishvara (Dios el Padre de la creación), 27, 33
- Jesucristo. Véase también *hijo del hombre*.  
 como el «Buen Pastor», 4  
 enseñanzas de  
   paralelismo entre las, y la religión de la India, 17 s.  
   seguidores de las, verdaderos, 11  
 enseñanzas esotéricas de, 105 ss.  
 estado de *nirvikalpa samadhi* de, 63  
 jamás afirmó ser el único salvador, 70  
 nacimiento de, 12, 16 s.  
 no fue el único hijo de Dios, 2  
 «recibir» a, verdadero significado de, 10  
 verdadera segunda venida de, 11  
 visita la India, 12
- Juan, discípulo de Jesús, 9 s., 24 ss.  
 Juan de la Cruz, San, 122
- karma, 51, 56, 97 s., 145  
 ley del, 4, 78  
*Karma Yoga*, XI, 145  
 Krishna, Bhagavan, 4, 19, 140  
*Kriya Yoga*, XII, 34, 40, 43, 55, 57, 145 s.  
*kundalini*, «fuerza serpentina», 61, 64 ss., 146  
*Kutastha Chaitanya*, 3, 7, 146.  
 Véase también *Conciencia Crística*.
- Laszlo, Ervin, *The Whispering Pond: A Personal Guide to the Emerging Vision of Science*, 6  
*Lecciones de Self-Realization Fellowship*, 131, 146  
 Ley Cósmica, 4, 78  
 leyes espirituales, cumplimiento de las, mediante el amor, 111  
 liberación, 37, 51, 99 s., 103 ss.  
 Libro Egipcio de los Muertos, 15  
 logos. Véase *Palabra, la*.
- Madre Divina, 85, 147  
 maestros. Véase *gurú(s)*.  
 magos de Oriente, los. Véase *Sabios, los Tres*.  
*Mahabharata*, 139  
 mandamientos supremos, los dos, 102 ss.  
 mansedumbre, 86  
*Mantra Yoga*, XI, 148  
 materia, naturaleza vibratoria de la, 27  
*maya*, ilusión cósmica, 8 n., 26 n., 148  
 meditación, 38 ss., 62, 67, 79, 148  
 convierte la creencia en experiencia de la verdad, 76  
 medio para hallar a Dios y el cielo, 116 s., 118 ss.  
 método para trascender la conciencia del cuerpo, 54  
 necesaria para alcanzar la Conciencia Crística, 23  
 perseverancia en la, 98  
 postura, 40, 120  
 postura de, 107  
 recogimiento interior en, (*pratyahara*), 65 s., 108  
 relajación necesaria para la, 66, 120  
 superar la inquietud en la, 124 s.  
 técnicas de, 34  
 y el cumplimiento de los dos mandamientos supremos, 104 ss.

- mente, «amar a Dios con toda tu mente», 106  
 milagros, 7, 49  
 misericordia, cualidad de Dios, 87 ss.  
*mística, La*, 122  
 Moisés, 61, 64, 65, 87 s.  
 mundo astral, 52, 62, 97 ss., 139  
 mundo causal, 52, 62, 141
- «nacer de nuevo», 50 s.  
 verdadero significado de, 48, 55 s.
- Nag Hammadi, manuscritos de, 18, 116 n.  
*Nag Hammadi Library After Fifty Years, The*, 25  
 Nicea, Concilio de, 73  
 Nicodemo, 48 s., 51  
*nirvikalpa samadhi*, 63. Véase también *samadhi*.
- «Nombre», creer en su, verdadero significado de, 76 s.
- Nombre de Dios, 33
- Notovitch, Nicolás, *The Unknown Life of Jesus Christ*, 14 s.
- Nuevo Testamento, el, 20
- ojo espiritual, 38 ss., 41 n., 57, 68, 79, 91, 148 s.  
 abierto por el gurú, 56  
 como microcosmos de la Santísima Trinidad, 42  
 como puerta al cielo, 39 s., 119  
 de Jesús, abierto en su bautismo, 42 s.  
 descripción del, 42 s.  
 simbolizado por «la paloma», 42 s.  
 y el «segundo nacimiento» del ser humano, 52 s.  
 y la percepción del cielo astral, 97 s.
- ojo único. Véase *ojo espiritual*.
- Om*, 23, 27, 29, 30, 33, 149.  
 Véase también *Vibración Cósmica; Espíritu Santo; Palabra*.  
 descripción que hizo Yogananda acerca de la comunión con, 32  
 meditación en, 116
- orgullo, 86
- Oriente y Occidente, necesidad de una unión armoniosa entre, 21
- Orígenes, 25
- Padre, Dios el, 27, 30
- Pagels, Elaine, *Los evangelios gnósticos*, 18
- Palabra, la, (*logos*), 24 s., 26 s., 29 s.  
 parábolas, razones por las que Jesús enseñó a través de, 47  
*paramahansa*, estado de, 149 s.
- Pasquier, Anne, *The Nag Hammadi Library After Fifty Years*, 25
- Patanjali, 118, 150
- Patanjali, *Yoga Sutras* de  
 I:2, 89  
 I:27-29, 33
- Patrick, John, *Clement of Alexandria*, 25
- paz  
 hallada en la meditación, 91 s., 117, 120 s.  
 mundial, 92 s., 111
- pecado(s), 78
- película cinematográfica cósmica, 72
- persecución, 93 ss.
- Piñeiro, Antonio, *Textos gnósticos: Biblioteca de Nag Hammadi*, 71 n., 115 n.
- postura de meditación (*asana*), 107, 120
- pranayama*, control de la fuerza vital, 107, 150
- prejuicio, racial y religioso, 17, 20 s.
- prójimo, amor al, 109 ss.
- «puertas de perla» del paraíso, 98
- pureza de corazón, 89 ss.

- Raja Yoga*, XI s., 150. Véase también *Kriya Yoga*; *yoga*.  
 óctuple sendero del, 118 s.  
 razón, 54, 59 s.  
 y sentimiento, 90 s.  
 realización del Ser, 49, 98, 150  
 recogimiento interior (*pratyahara*), 65 s., 108  
 reencarnación, 99 s., 151  
 reino de Dios, 113 ss.  
 religión  
   armonía/inarmonía entre las religiones, 41 s.  
   aspectos exotéricos y esotéricos de la, 49  
   ciencia de la, 31  
 renunciación y «pobreza», 83 s.  
 respiración profunda, 120  
 riqueza, y espiritualidad, 83 s.  
 Roerich, Nicolás, 14  
 Rubenstein, Richard E., *When Jesus Became God: The Struggle to Define Christianity During the Last Days of Rome*, 72, 73
- sabiduría  
 como la Palabra, 24 s.  
 la luz de la, disipa la ignorancia, 79  
 requisitos para obtener, 90 s.
- Sabios, los Tres, 12, 16
- salvador. Véase *avatares*.
- samadhi*, unión con Dios, 67, 121, 151  
   *nirvikalpa samadhi*, logrado por Jesús, 63  
   *savikalpa samadhi*, 63
- samyama* (autodominio), 108
- Sanatana Dharma*, «religión eterna» de la India, 19, 49, 151
- Santísima Trinidad, la, 30, 153 s.
- Sat*. Véase *Conciencia Cósmica*.
- Satanás, 8 n., 78, 151 s.  
*savikalpa samadhi*, 63. Véase también *samadhi*.
- Segunda Venida de Cristo, verdadero significado de la, 11  
 segundo nacimiento, 48, 50, 52, 56  
*Self-Realization Fellowship*, 152  
 sentidos, 59 s., 68  
 sentimiento. Véase «*corazón*».  
 ser humano, 57 s.  
 Sermón del Llano, El, 83 ss.  
 Sermón del Monte, El, 83 ss.  
 Sri Yukteswar, 89, 152 s.  
 subconciencia/mente subconsciente, 66 s.  
 sueño  
   comparado con la meditación, 66 s.  
   propósito del, 54  
   recogimiento durante el, 107
- sufismo, 49, 122
- supercuerdas, teoría de las, 28
- supraconciencia/mente  
 supraconsciente, 106 s., 120, 153
- Swami Sri Yukteswar, 89, 152 s.
- Técnica de Meditación de *Om*, 34  
*tejido del cosmos*, El: *Espacio, tiempo y la textura de la realidad*, 28
- tentación, 78, 94
- tercer ojo. Véase *ojo espiritual*.
- Teresa, Santa, de Ávila, 122
- Textos gnósticos: Biblioteca de Nag Hammadi*, 71 n., 115 n., 116 n.
- Tres Sabios, los, 12, 16
- Trinidad, la Santísima, 30, 153 s.
- Underhill, Evelyn, *La rústica*, 122  
*universo elegante*, El: *Supercuerdas, dimensiones ocultas y la búsqueda de una teoría final*, 28
- Unknown Life of Jesus Christ*, The, 14 s.
- Upanishads, 19, 49
- Valentín, 72 s.

- valentinianos, 25
- Vedas, 19, 29, 153
- verdad
- como nómeno en contraposición a fenómeno, 60
  - percibida a través de la intuición, 47 s., 90
  - universalidad de la, 16, 20
- Vibración Cósmica, 27, 29 s., 33.
- Véase también *Om*; *Espíritu Santo*; *Palabra*.
- Vibrational Medicine*, 38
- vida eterna, 102 s.
- visiones, 117
- When Jesus Became God: The Struggle to Define Christianity During the Last Days of Rome*, 72, 73
- Whispering Pond, The: A Personal Guide to the Emerging Vision of Science*, 6
- yoga, 35 s., 118 s., 153 s. Véase también *Kriya Yoga*.
- ciencia del, X, 106 s.
  - en el libro del Apocalipsis, 108
  - enseñado por Jesús, 105 ss.
  - senderos del, XI s.
  - unifica todas las religiones, 41
- Yoga Sutras*. Véase *Patanjali, Yoga Sutras de*.
- Yuktswar, Swami Sri, 89, 152 s.



