

## **Mensaje 18**

Durban, Sudáfrica, 16 de diciembre de 1999

El principal propósito del Kriya Yoga es permanecer en un estado natural: el *sahajavastha* del Vedanta; el *swarupa avasthanam* de Patanjali; el *swadharma* del Gita y el *paravastha* de Lahiri Mahashaya.

“Yoga” significa integración entre la mente y la vida, entre lo mundano y lo más sagrado, entre lo divino inmediato y lo divino trascendente, entre lo santo y lo rutinario, entre la conciencia separativa generada por la constante agitación del pensamiento y la Consciencia unitiva en la que estímulo y respuesta se convierten en un movimiento unitario.

En el estado natural, este organismo vivo, este cuerpo, es instruido por las glándulas y los *chakras*. El pensamiento no interfiere como un intruso creador de toda clase de problemas y empeños psicósomáticos, de todo tipo de paradojas, desconciertos y dificultades. El cuerpo es entonces liberado de las fantasías de la mente. La mente, con su mecanismo protector, posee un poder dominador tremendo sobre el cuerpo, destruyendo así la cualidad vital de la vida. Por eso la mente es llamada “conciencia separativa”, una conciencia que te separa y desvincula de la armonía con la totalidad de la existencia.

Aflojar la presa del pensamiento es el comienzo de la iluminación. El pensamiento, en el estado natural del cuerpo, es discontinuo. Aparece sólo cuando hay un estímulo o necesidad. Entonces genera una respuesta adecuada de manera excelente y perfecta. El ego no sabotea la respuesta a través de vanidades o intereses creados. La verdad es la que avanza en vanguardia y no la vulgaridad de actividades egoicas de la mente. Esto es el Kriya Yoga; no los deseos de grandiosidad, glorificación y engrandecimiento bajo el nombre de Kriya Yoga.

Conocer —no creer— es la disciplina del Kriya Yoga y el amor es su culminación. El Kriya Yoga es el coraje de entregarse uno mismo, el valor de aniquilar el orgullo, el valor de convertirte en un vacío. Quien está dispuesto a desaparecer alcanza la realización; quién está dispuesto a morir, alcanza la vida.

**¡Gloria a la Eterna Sabiduría de la India!**