

Mensaje 313

Beaumont, Ardèche, sur de Francia, 30 de Noviembre del 2015

Los cinco sutiles movimientos de la energía —*Pancha Prana Vayu*—.

En términos generales, tal y como comúnmente entendemos, se dice que la práctica del *pranayama* calma la respiración lo cual conlleva quietud mental; el *Navi-Kriya* reduce en el cuerpo la contaminación debida al miedo; y la práctica del *Maha-Mudra* diluye la contaminación atribuida al placer. Según lo entienden el *Bhagavad Gita* y el *Sankhya* del sabio Kapilacharya somos accesibles a cinco energías sutiles: *prana-apanasamana-vyana-udana*. La práctica del *Kriya Yoga* armoniza los movimientos de estas energías en el cuerpo humano. El *pranayama* armoniza *prana* y *apana*; el *Navi-Kriya*, *samana*; y el *Maha-Mudra*, *vyana-udana*. Esta profunda armonía transforma el intelecto de la mente convirtiéndolo en conocimiento profundo de la dimensión de la “ausencia de mente” o Vida, transformando la emocionalidad egoica de la mente en una iluminada y vital energía existencial. ¡Así estalla “*Buddhi-Ahamkara*” en la dimensión de “*Prakriti-Purusha*”!

Este fenómeno se halla reflejado en el versículo 29, capítulo IV del *Bhagavad Gita*:

*Apane Juhvati Pranam
Prane Panam Tathapare
Pranapanagati Ruddhva
Pranayamaparayanah.*

Esto significa: “La neutralización de la inhalación mediante la exhalación, o viceversa, para acceder a un estado casi de respiración suspendida —la máxima quietud en la respiración— conduce a la evacuación de la entidad ego-mente al disolverse ésta en el océano de la omnisciencia, omnipotencia y omnipresencia”.

Nota al pie: Se añade aquí un *swadhyaya*, referente al siguiente extracto del mensaje 310, proveniente de un *kriyaban* absolutamente devoto:

“Nadie te dice desde lo más profundo de su ser, desde el fondo del corazón, que te ama. ¡Ni tus padres, ni tus hermanos o hermanas, ni tus hijos o hijas, ni tu esposa, ni tus amigos! ¡Nadie! Nadie quiere verte tal como eres. Todo el mundo te exige convertirte en alguien imaginario acorde con sus expectativas, obsesiones, especificaciones, normas y cinismo. ¡Se vuelven unos cínicos porque también ellos fueron engañados así!”

1. No vemos lo-que-es; sólo creamos imágenes de lo-que-debería-ser. Por lo tanto, amamos la imagen y no la Vida en el otro cuerpo.
2. Como consecuencia, exigimos que nuestras expectativas se vean cumplidas.
3. Cada vez que pedimos a nuestro mal llamado “ser amado” que haga algo por su propio bien, ¿lo decimos en serio o estamos diciéndole: “Por favor, satisface ‘mis expectativas’”?
4. Cuando vislumbramos la verdad de lo anterior inmediatamente acontece una explosión y un profundo reconocimiento de la depravación de la mente que constantemente manipula e interfiere con la vida.
5. Y esto está sucediendo siempre pues la mente de cada ser humano actúa interfiriendo en la vida de los demás seres humanos creando así una sociedad de muerte y decadencia. ¡Comprender esto te deja mudo de horror!

¡Gloria a los movimientos de la energía!