

## Mensaje 35

Leon, España, 20 de Mayo del 2001

### Entrevista con Sri Shibendu Lahiri: ¿Qué es Kriya Yoga y cuál es su objetivo?

Debido a un conocido libro, están siendo diseminadas todo tipo de poluciones mentales en nombre del Kriya Yoga para hacerlo así más comercial.

Dejadme decir lo que no es:

- No es un programa de entrenamiento físico
- No requiere estar vinculado a ningún sistema de creencias.
- No promueve ninguna secta ni ningún culto.
- No promueve a los gurús como personalidades de las cuales podemos obtener un rápido consuelo e insignificantes seguridades psicológicas.

El Gurú es un proceso y una energía que disipa la oscuridad de la mente.

Los Gurús no nos deben proporcionar sedantes para mantenernos entretenidos en nuestra prisión mental.

El Kriya Yoga es la ciencia del Ser Interior. Es acción centrípeta; no una actividad centrífuga de la mente.

En el Kriya Yoga, entendemos que la mente y sus irracionales actividades basadas en el miedo y en las apetencias son la causa fundamental de nuestro dolor y sufrimiento.

La mente es una amiga en el área técnica, pero una enemiga en el ámbito de la vanidad, de los intereses creados y de las gratificaciones emocionales.

El ego —la maldad de la mente— es sólo una ficción, útil para el propósito de llevar a cabo nuestras tareas diarias. Por lo demás, las guerras y los asesinatos no son más que el ego llevado a su extremo.

El Kriya Yoga nos capacita para entender que es posible librarnos de la mente, aunque el pensamiento siga funcionando cuando sea necesario.

El Kriya Yoga es integración —“*kriya*” significa “acción”; “yoga” significa “integración”— entre la acción generada por la pura comprensión —sin acomodarnos a confortables conclusiones y convenientes ideas— y las actividades de la mente. Es la integración de liberación y apegos. Trasciende los apegos, sin oponerse a ellos. El propósito del Kriya Yoga es vivir en el estado natural, lo cual significa que el cuerpo es liberado de la prisión de la mente. En el estado natural, el cuerpo es dirigido por las glándulas y por los *chakras* y no por los pensamientos. En el estado natural, el pensamiento no es una desesperada continuidad. Aquí, en el espacio entre los pensamientos, el inmenso silencio es posible.

### ¿Cuál es para la humanidad el más elevado objetivo de la vida?

Si tratas de encontrar un significado y un objetivo a la vida humana, estarás invocando a asesinos y suicidas. La vida es tan maravillosa porque no tiene ningún significado en absoluto. Es la ilógica maravilla de la creación. No es la conveniente lógica de la mente.

El propósito de la vida es vivir y hacerlo pacíficamente en todos los niveles de existencia: el individual, el familiar, el nacional y el internacional. Éste es la única meta de la vida. Todas las otras metas son creadas por la codicia de las mezquinas mentes.

### ¿Qué es el ego?

El ego es una ficción, aunque útil para tener un pasaporte, un permiso de conducir, una tarjeta de crédito, etc. El ego no es un problema como punto de referencia. Como punto central, no es más que la perversidad de la mente y sus emociones y sentimientos. El intelecto es la capacidad de expresión de la memoria. La mente es la aflicción —el apego a— de los contenidos de la memoria. Y su cancerígena manifestación es el ego.

### ¿Qué significa la ignorancia?

Has de distinguir entre ignorancia e inocencia. El Kriya Yoga es un movimiento desde la inocencia a la inocencia disipando así la ignorancia de la mente, sus mitos y perversiones.

## **¿Quién puede practicar el Kriya Yoga?**

Cualquiera que se haya cansado de la vida de caprichos y miedos, de la vida superficial creada por la moralidad social basada en las necesidades adquisitivas y acumulativas de la mente y de sus reflejos condicionados, está capacitado para practicar el Kriya Yoga.

## **¿Cuales son los obstáculos para practicar el Kriya Yoga?**

El Kriya Yoga ha sido promocionado en el mercado espiritual con todo tipo de expectativas y suposiciones. Algunos de los que vienen para conseguir algo a través del Kriya Yoga son los “compradores” del mercado espiritual. Les interesa entretenerse y emocionarse. No están interesados en el gozo ni en la bendición. Por lo tanto estos no continuarán en el Kriya Yoga. Los obstáculos principales son la crédula codicia, la gratificación personal y las fantasías de caprichos y miedos.

## **¿Qué es el *samadhi*?**

No es entrar en coma y decir después que durante el *samadhi* has tenido tal o cual experiencia.

La Realidad es un movimiento en la energía de la existencia y no en el enredo de las experiencias.

Las denominadas experiencias espirituales son reflejos condicionados derivados de una acumulación de costumbres, tradiciones y condicionamientos culturales.

El hecho de vivir una experiencia es la prueba de que aquello que se está experimentando no es auténtico, porque la experiencia surge a través de la cognición. Y la cognición es posible sólo cuando se encuentra ya en la memoria. La cognición es comunicada como experiencia a través de la verbalización y de las palabras.

“*Samadhi*” significa estar asentado en la ecuanimidad, en la ecuánime plena atención. Entonces la mente no convierte el fluir de la vida en problema alguno. Vive cada situación con absoluta indiferencia.

La mente se alimenta de problemas y metas. El *samadhi* es un estado de ausencia de problemas y metas. Es un estado de “ausencia de mente”, la inteligencia y percepción más elevada.

## **¿Cuál es tu mensaje?**

No tengo mensaje. Mi mensaje eres tú. Obsérvate. Sé una luz para ti mismo. Comienza un viaje centrípeto. Practica el Kriya Yoga. Ábrete a la percepción no sólo para ansiar obtener experiencias.