

## Mensaje 407

París, 11 de febrero del 2021

### Una buena pregunta y una profunda respuesta

A continuación sigue un reciente diálogo entre un discípulo y el Gurú.

La pregunta del discípulo:

*Querido Guruji:*

*Tengo una pregunta sobre el significado del término “sacrificio” en el Gita. En el capítulo 4, versículos 28-29, Krishna habla del ofrecimiento de bienes materiales, pero también del ofrecimiento de acciones como el de la inhalación en la exhalación.... Puedo entender “sacrificio” cuando se refiere a bienes materiales, pero, ¿cómo puede ser un sacrificio el ofrecimiento de la inhalación en la exhalación?*

*Al reflexionar sobre esto me surge una pregunta: ¿Cuál es el significado más profundo de “sacrificio”?*

La respuesta del gurú:

Mi muy querido .....,

Tu pregunta es realmente profunda y razonable. La palabra sánscrita “yagna” posee diferentes significados según el contexto:

1) El sacrificio de las posesiones materiales, sugiriendo que basemos la Vida —el vivir— en cubrir nuestras necesidades y no en la mente —la codicia—. Por eso es sagrada la caridad para con los pobres.

2) La práctica regular y perseverante de diferentes posturas corporales para mantenerlo sano y en forma, y también la recitación de palabras sagradas —llamadas “mantra” en sánscrito— para apaciguar la agitación mental.

3) La meticulosa práctica del arte de meditar —ser conscientes sin elegir— para salir de la dialéctica mental de los opuestos y vislumbrar Aquello que es Omnisciente y Omnipresente.

4) Un significado extremo de “yagna” es el de “yataartha gnyan”: conocer directamente “lo-que-es”, sin acumular conocimientos prestados de las escrituras, ni formular “lo-que-debería-ser” para continuar entretenidos con el mito llamado “mente” —el “yo” o psique separativa— la cual es solamente una enfermedad.

En el programa de Kriya Yoga, la tarde del primer día es dedicada exclusivamente a conocer y comprender las profundas enseñanzas del fenómeno *swadhyaya*.

Durante el segundo día aprendemos las profundas prácticas del Kriya, siendo la más importante el *Kriya Pranayama*: la neutralización de la inhalación mediante la exhalación pudiendo así acceder a un “estado de casi ausencia de respiración”. Yo lo demuestro con suficiencia a pesar de la edad de mi cuerpo. Esto es lo que se describe exactamente en el versículo 29 que mencionas.

Este es el significado más profundo de la palabra “sacrificio”: sacrificar la conciencia divisiva —la mente— para despertar a la Consciencia Indivisa en nuestro propio ser interior —la Vida—.

**¡Gloria al yagna!**