

## Mensaje 454

Paris 4 de octubre de 2022

### Nirvana de Lahiri Mahashaya

Una profunda y perceptiva presentación de un antiguo y sensitivo discípulo *kriyayogui* sagradamente humilde. No se indica su nombre pues así lo solicitó.

El Satsang internacional dominical ha estado celebrándose semanalmente durante, casi, los dos últimos años. Respecto al Satsang del 2 de octubre se han recibido algunos comentarios que son aquí compartidos como mensajes adecuados para ser contemplados en profundidad.

1. Durante el Satsang, un *kriyaban* solicitó que se explicaran los dos *kriyas* cortos —es decir: el *Niravalamb Dhyam* y el *Ajapajapa*— y el proceso de ambos le fue explicado al solicitante. Dicho *kriyaban*, después de reflexionar sobre los nombres de esos dos breves *kriyas*, envió sus propios comentarios sobre ellos.

El primero de estos breves *kriyas* es el *Niravalamba Dhyam*: fijar los ojos pasivamente en el *kutastha* prestando una atención a la totalidad del cuerpo físico así como al cuerpo sutil —es decir: a la mente—. Se le llama *Niravalamba Dhyam* —“*avalamba*” es una palabra sánscrita que significa “soporte”, o “apoyo”— porque se realiza sin apoyo de la mente o del “yo”. Es decir: se realiza en un estado de conciencia no selectiva.

El segundo *kriya* corto es el *Ajapajapa*. Es observar la respiración en un estado de abandono —es decir: de pasividad—. Esto conduce a un estado de observación en una maravillosa dimensión en la que la dicotomía entre quien observa y lo observado se disuelve de forma natural.

Para entender este *Ajapajapa* (un *japa* realizado sin “nadie” que lo realice), primero debemos entender qué es *japa*. En la explicación del *japa*, se indica que un *japa* mecánico —la repetición de cualquier palabra, sea *Sitaram*, *Sitaram*,... o Coca-Cola, Coca-Cola,... — provoca el aburrimiento de la mente. Ambos causan el mismo efecto. En dicha repetición mecánica no hay nada espiritual. En realidad, la mente aquietada mediante la repetición no es una mente quieta. Tan pronto como se acaba la repetición, se agita de nuevo.

2. Si se reflexiona sobre el mensaje 429 —“Sobre la última charla de J.Krishnamurthi”— se entiende qué es en realidad el Arte de Vivir: morir a la mente a cada instante. Este “morir” es el advenimiento de la Vida, el Amor y la Compasión.

La palabra sánscrita “*daksha*” se refiere a “aquel que es excelso en su acción”. Esa excelencia en la acción sucede solo cuando deja de desperdiciar su energía esperando el fruto de su acción. Este es el estado en que se está Presente y libre del “yo”. Por eso “*diksha*” significa entregar dicha “*dakshata*” —o excelencia de estar siempre presente— desde el proceso-Gurú al proceso Discípulo. Esa “*dakshata*” es “*kaushalam*”; o como se dice en el Gita: “*Yogah Karmashu Kaushalam*”—“La excelencia surge a través del Yoga”.

**¡Gloria, Gloria al Nirvana de Lahiri Mahasaya!**