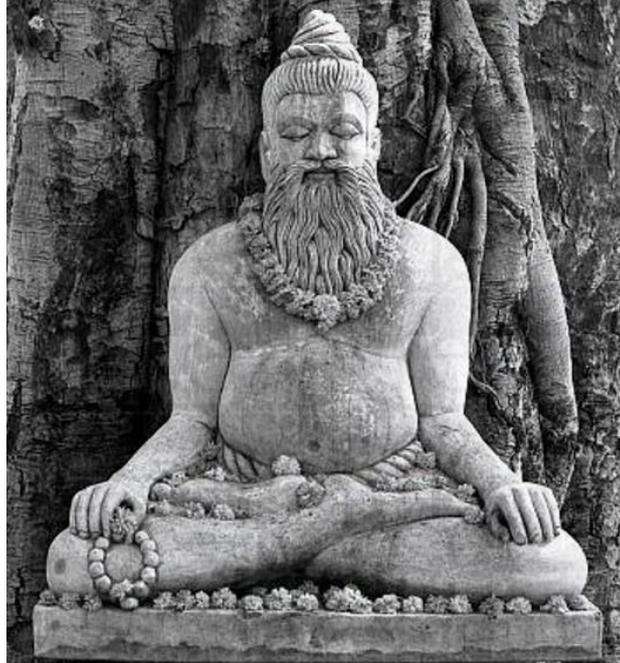


# Kriya Yoga de Babaji

Textos para leer



## Aforismos sobre el Kriya Yoga de los Siddhas

por Nityananda

- El Ser es Presencia y Amor. Tú eres Presencia y Amor.
- Presencia y Amor está en todo, como el Ser de todo. (Lee la meditación “Yo Soy” de Babaji).
- Presencia y Amor manifiestan la luz.
- La luz se solidifica por el amor y da forma a todo lo manifestado. El amor es, así, lo que sostiene a la creación.
- Toda la creación se manifiesta sobre la Presencia y el Amor, aunque usualmente acaba velándolos.

### Yoga

- El juego de la creación, *maya*, es el olvido temporal de nuestra naturaleza real, Presencia y Amor.
- Este olvido de nuestra naturaleza real genera sufrimiento, porque todo lo demás aparte de Presencia y Amor es pasajero.
- Yoga es el proceso de establecernos en nuestra naturaleza real.
- Cuando el yogui cultiva la Presencia y el Amor, éstos se expanden. Y entonces mora más en su naturaleza real.

- El gozo, *ananda*, es parte de nuestra naturaleza real, y está implícito en la Presencia y en el Amor.

### **Kundalini: el ascenso hacia el Divino**

- La entrega a los pies del Divino o los pies del Gurú, en lo alto de la cabeza, supone, por parte del yogui, elevar ahí toda su energía y su aspiración devocional.
- Kundalini es el potencial de consciencia y energía que se va elevando hacia el chakra de la corona como resultado de la práctica yóguica.
- Kundalini es retenida en su ascenso por las resistencias (karma) físicas, emocionales y mentales al proceso evolutivo.
- Estas resistencias se manifiestan como apegos, miedos, tendencias limitantes, dispersión, etc.
- El yogui debe afrontar tarde o temprano estas resistencias en su práctica, incluyendo las actitudes éticas y vitales. Estas resistencias (karma) se manifestarán interna y externamente a lo largo del proceso yóguico.
- En este punto la Gracia del Gurú resultará una ayuda inconmensurable que puede ser invocada a cada paso del avance.
- Conforme avanza el yogui, su nivel de entrega se hace progresivamente mayor, dependiendo cada vez menos de su ego (fruto del karma) y más de su Ser Superior (el Gurú, dentro y fuera).

### **Chakras**

- El chakra del corazón y el chakra del entrecejo activan la vivencia de la unidad de todo.
- El chakra de la corona activa la vivencia del corazón del Ser, cuyo centro está en todas partes. La energía del kriya yogui es dirigida, mediante diversas prácticas, hacia el chakra de la corona y concentrada allí para su apertura y activación.
- El mantra *Om Namah Shivaya* recapitula este proceso de elevar toda la energía y atención hacia el Divino en el chakra de la corona, para realizar la unión con Él.
- Los pies del Divino o los pies del Gurú representan este chakra, donde el individuo se funde con la Divinidad, "el *jiva* se convierte en *Shiva*".
- En el Yoga Siddhantham de los Siddhas los pies del Divino son también el punto de descenso de la Gracia divina, que puede transformar los vehículos inferiores del yogui (mental, vital, físico).
- La activación y vivencia del chakra de la corona sólo puede ser sostenida si se han activado adecuadamente los demás chakras hasta cierta medida.
- Los chakras se activan mediante la práctica yóguica adecuada y la entrega al Divino y al Gurú que supervisa este proceso.
- Sin la guía de un Gurú, interna o externa, es virtualmente imposible la realización yóguica. El Gurú es la manifestación suprema de Presencia y Amor a la que aspira el yogui.

## **El descenso de la Gracia**

- El Yoga de los Siddhas es un sendero de ascenso y descenso, de aspiración y gracia. Ascenso de nuestra energía, nuestra aspiración hacia los pies del Divino en lo alto de la cabeza, y descenso de la energía y la gracia divinas hacia los cuerpos del yogui para que sean transformados en recipientes del Divino.
- La sadhana física crea la base para realizar la sadhana sutil (los chakras superiores), y luego la sadhana sutil facilita la transformación física.
- En la activación del chakra de la corona, la vivencia de Presencia y Amor (y del gozo implícito en ambos) es inefable e inagotable.
- Desde ahí se invoca el descenso de la luz divina, la misma que da forma a todas las cosas, para que transforme al yogui.
- Las kriyas o prácticas yóguicas son una preparación de los cuerpos del yogui para recibir este descenso y manifestar entonces la Verdad del Divino en todos los planos.