

"Há apenas um Guru no Kriya Yoga, e esse é Babaji"

Durga Ahlund

De acordo com os preceitos do Kriya Yoga de Babaji, o Senhor nunca se transforma em um ser humano, assim como o ser humano nunca se transforma no Senhor. O Senhor reside dentro de todos nós e pode ser experienciado em cada pessoa por meio de expressões puras de amor, compaixão, bondade ou destemor (não coragem, mas o verdadeiro destemor). Uma pessoa tem o potencial de se tornar tão refinada e rarefeita que ela irradia a Consciência e o Vazio supremo a partir de um único ponto, do centro. Essa pessoa pode alterar absolutamente tudo sem buscar alterar qualquer coisa.

No Kriya Yoga de Babaji, não é necessário nem desejado um "Guru humano". Praticantes avançados, abençoados com qualidades divinas, tornam-se os melhores professores ao expressarem simplicidade, bondade e humildade, e ao aceitarem que eles mesmos são simples seres sagrados recém-nascidos, capazes de enxergar o ser sagrado recém-nascido dentro dos outros.

Não se pode alcançar um alto estado de consciência espiritual se escolhermos ver apenas a escuridão e não a luz nos outros. No entanto, ter consciência também significa ver o que está bem diante de nós e reconhecer o que está dentro de nós, mesmo que seja algo que precise ser purificado.

Prometer ser um Guru para seus devotos é contraproducente, pois leva os estudantes a pensarem que não podem avançar no caminho sem uma forte relação com outro ser humano que decida o que é certo ou errado, bom ou ruim. Isso resulta na criação de uma dependência excessiva, impedindo o crescimento da força, da confiança e da independência espiritual, e de encontrar o guru interior dentro de si mesmo.

No Kriya Yoga de Babaji, não é necessário despertar, controlar ou testar um estudante por meio de um ser humano. Não é necessário um guru humano para que o Kriya Yoga de Babaji funcione bem para o estudante que pratica as técnicas com sinceridade. Não é necessário

um ser humano para confrontar ou quebrar os "egos" ou criar situações para impor um ajuste karmico. As situações da vida são mais do que adequadas. Quanto mais sadhana (prática espiritual) fazemos, mais rápido o karma é liberado.

No Kriya Yoga de Babaji, somos indivíduos que vivem e trabalham no mundo e somos ensinados a reconhecer nossas próprias fraquezas e limitações, confiando que nosso/a parceiro/a de vida e filho/as serão espelhos muito bons e muito honestos para nós.

No Kriya Yoga de Babaji, não é necessário adorar ou depender de um ser humano. No Kriya Yoga de Babaji, somos ensinados a reverenciar o Senhor interior, na maravilhosa forma de Babaji. Por quê? A prática da adoração interior é poderosa. E há momentos fugazes em que a máscara da dualidade cai; em um minuto você é um ser sensitivo adorando Babaji, no próximo minuto você é Babaji sendo adorado.

Babaji é a nascente, a Fonte eterna e a Presença que pode ser experienciada por meio da prática do Kriya Yoga de Babaji. A sintonia com Babaji pode acontecer quase imediatamente, em um instante. Essa sintonia pode ser extremamente significativa. Em cada estudante, ocorrerá uma sintonia e uma Iniciação espiritual com a prática do sadhana. Esse é o caminho do Kriya Yoga de Babaji.

"Há apenas um Guru no Kriya Yoga, e esse é Babaji" - Yogi S.A.A. Ramaiah

O ensinamento e a prática das técnicas proporcionam o entendimento do porquê de realizarmos determinadas técnicas e de como elas funcionam para obter sua eficácia. A prática dos sistemas integrados de técnicas estimula um *shaktipat* suave, o despertar do prana kundalini e a expansão da consciência. O Kriya Kundalini Pranayama é potente nesse processo, mas as asanas, meditações, mantras e devoção preparam e aceleram o processo.

A realização da Divindade, Babaji, é uma Presença experienciada no coração. À medida que o iniciante cresce em compreensão espiritual e experiência, sua verdadeira natureza se revela e a consciência se expande. Nós, praticantes do Kriya Yoga, buscamos reconhecer nossa

própria Verdadeira Natureza, que é amor incondicional e energia criativa dinâmica.

E Babaji permanece conosco na forma de uma Presença calma e confiante. Desenvolvemos a mais profunda humildade e compaixão porque Babaji é Universal. Ele não é apenas nosso. Ele é o centro da Unidade dentro de mim que reconhece Sua Presença em você. Babaji é Aquele que, sem buscar alterar qualquer coisa, pode alterar absolutamente tudo.

A Presença de Babaji no Kriya Yoga é algo a que os estudantes sinceros podem se sintonizar facilmente. Leva tempo e sinceridade, mas essas pequenas sementes, quando nutridas por meio da prática, irão criar raízes e começarão a magia da transformação. A transformação ocorre suavemente, mas de maneira óbvia para si mesmo e para os outros.

O Kriya Yoga de Babaji não é fantasioso, nem busca a obtenção de faculdades sobre-humanas ou poderes psíquicos, nem a imortalidade. É uma arte científica de autodomínio que se desenvolve com a experiência das práticas. A experiência direta desenvolve confiança e fé no caminho, uma vez que se percebe que estamos nos libertando de antigas limitações percebidas e nos libertando de condicionamentos antigos, comportamentos antigos e excesso de emotividade. Nossa criatividade e amor se expandem.

Um dos presentes mais importantes que um professor do Kriya Yoga de Babaji pode dar para ajudar cada estudante a alcançar é desenvolver confiança, fé e amor em sua prática do Kriya Yoga, e confiar em sua própria orientação interior. Por meio das técnicas, os estudantes podem reconhecer seu próprio guru interior, aquele que os tem guiado em sua jornada nesta vida.

A prática da asana vanekom kriya, a primeira postura da série de 18 posturas do Hatha Yoga, nos ajuda a alcançar essa compreensão. Ela inclui a invocação de Babaji, "Om Kriya Babaji Nama Aum". Este mantra é um chamado ao Senhor interior. É realizado com a coroa da cabeça (morada do Guru tattva) no chão, joelhos apoiados, palmas das mãos juntas acima da cabeça, parte inferior das pernas elevadas, garantindo que todos os três bandhas estejam engajados, esta prática é seguida

pela Saudação ao Sol, novamente com o mantra de Babaji "Om Kriya Babaji Nama Aum" e a Canção da adoração ao Sol. Isso introverterá a mente, retirará a mente do corpo, estimulará o relaxamento e apoiará o alinhamento. Todas os asanas têm como objetivo criar equilíbrio e desenvolver consciência, para que façamos a prática, totalmente engajados, mas sem a mente pensante e inquieta.