

“Solo hay un Gurú en Kriya Yoga, y ese es Babaji”

Durga Ahlund

Según los principios del Kriya Yoga de Babaji, el Señor no se convierte en hombre en ningún momento, ni el hombre se convierte en el Señor mismo. El Señor reside dentro de todos nosotros y puede ser experimentado en cada hombre en expresiones puras de amor, compasión, bondad o intrepidez (no coraje, sino verdadera intrepidez). Una persona tiene el potencial de volverse tan refinada y depurada que irradie Vacío Puro y Conciencia desde un solo punto, desde el centro. Esa persona puede alterar absolutamente todo sin pretender alterar nada.

En el Kriya Yoga de Babaji no se requiere ni se desea ningún "gurú humano". Los practicantes avanzados, bendecidos con cualidades divinas, son los mejores maestros cuando expresan sencillez, bondad y humildad y aceptan que son simplemente seres sagrados recién nacidos, que pueden ver el ser sagrado recién nacido dentro de los demás.

Uno no puede estar en un alto estado de conciencia espiritual si elige solo ver la oscuridad y no la luz en los demás. Sin embargo, la conciencia también significa que ves lo que está justo frente a ti y reconoces lo que hay dentro de ti, incluso si eso es algo que queda para ser purificado.

Prometer ser un Gurú a los devotos es contraproducente, porque lleva a los estudiantes a pensar que no pueden avanzar mucho en el camino sin una relación sólida con otro ser humano que decida lo que está bien o mal, lo bueno o lo malo. Y así se construye un estado de dependencia, atrofiando su capacidad de crecer fuertes, seguros y espiritualmente independientes, y de encontrar el gurú interior dentro de ellos mismos.

En el Kriya Yoga de Babaji no se requiere ningún ser humano para despertar, controlar o probar a un estudiante. No se requiere ningún gurú humano para que el Kriya Yoga de Babaji funcione bien para el estudiante que practica las técnicas con sinceridad. No se necesita un ser humano para confrontar o romper "egos" o crear situaciones para hacer cumplir la venganza kármica. Las situaciones de la vida son bastante adecuadas. Cuanto más sadhana hacemos, más rápido se libera el karma.

En el Kriya Yoga de Babaji somos personas con familia que vivimos y trabajamos en el mundo, y se nos enseña a ser conscientes de nuestras propias debilidades y limitaciones, y a confiar en que nuestro compañero de vida y nuestros hijos nos proporcionarán un espejo muy bueno y muy honesto.

En el Kriya Yoga de Babaji no se necesita adorar a ningún ser humano ni depender de él. En el Kriya Yoga de Babaji se nos enseña a inclinarnos ante el Señor interior, en la maravillosa forma de Babaji. ¿Por qué es esto? La práctica de la adoración interior es poderosa. Y hay momentos fugaces en los que cae la máscara de la dualidad; un minuto eres este ser sintiente adorando a Babaji, al siguiente eres Babaji siendo adorado.

Babaji es el manantial, la Fuente eterna y la Presencia que se puede experimentar a través de la práctica del Kriya Yoga de Babaji. La sintonía con Babaji puede ocurrir casi de inmediato, en una fracción de segundo. Esta sintonía puede ser poderosamente significativa. En todo estudiante ocurrirá una sintonía y ocurrirá una Iniciación espiritual con la práctica de la sadhana. Este es el camino del Kriya Yoga de Babaji.

“Solo hay un Gurú en Kriya Yoga, y ese es Babaji” - Yogui S.A.A. Ramaya

Las Enseñanzas y la práctica de las técnicas brindan comprensión de por qué hacemos ciertas técnicas y sobre cómo funcionan las técnicas para lograr su efectividad. La práctica de los sistemas integrados de técnicas estimula el suave shaktipat, el despertar del prana kundalini y el desarrollo de la conciencia. El Kriya Kundalini Pranayama es potente en este proceso, pero las asanas, las meditaciones, los mantras y la devoción preparan y luego aceleran el proceso.

La realización de la Divinidad, de Babaji, es una Presencia experimentada en el corazón. Y a medida que el iniciado crece en comprensión y experiencia espiritual, su verdadera naturaleza se revela y la conciencia se expande. Nosotros, los kriyabanes, buscamos reconocer nuestra propia Naturaleza Verdadera, que es amor incondicional y energía creativa dinámica.

Y Babaji permanece con nosotros en la forma de una Presencia tranquila y confiada. Desarrollamos la más profunda humildad y compasión porque Babaji es Universal. Él no está solo. Él es ese centro de Unidad dentro de mí que reconoce Su Presencia en ti. Babaji es Aquello que sin pretender alterar nada, puede alterarlo absolutamente todo.

La Presencia de Kriya Babaji es algo con lo que los estudiantes sinceros de Kriya Yoga pueden sintonizar con bastante facilidad. Se necesita tiempo y sinceridad, pero esas pequeñas semillas, cuando se alimentan con la práctica, echan raíces; y así comenzará la magia de la transformación. La transformación ocurre suave pero obviamente para uno mismo y para los demás.

El Kriya Yoga de Babaji no es fantasioso, ni apunta al logro de facultades sobrehumanas o poderes psíquicos, ni a la inmortalidad. Es un arte científico de autocontrol que evoluciona con la experiencia de las prácticas. La experiencia directa desarrolla la confianza y la fe en el camino, una vez que uno se da cuenta de que se está liberando de las viejas limitaciones percibidas y de los viejos condicionamientos, los viejos comportamientos y el exceso de emotividad. La creatividad y el amor de uno se amplían.

Uno de los dones más importantes que un maestro de Kriya Yoga de Babaji puede ayudar a lograr a cada estudiante es el de desarrollar confianza, fe y amor por su práctica de Kriya Yoga, y confianza en su propia guía interna. A través de las técnicas, los estudiantes pueden llegar a reconocer a su propio gurú interior, que es y ha estado guiándolos en su viaje por esta vida.

La práctica de *Kriya Asana Vanekom*, la primera postura de la Serie de 18 Posturas de Hatha Yoga, nos ayuda a realizar esta comprensión. Incluye la invocación de Babaji, “Om Kriya Babaji

Nama Aum". Este mantra es un llamado al Señor interior. Se realiza con la coronilla (la morada del *Gurú tattva*) en el suelo, las rodillas hacia abajo, las palmas de las manos juntas sobre la cabeza, la parte inferior de las piernas levantada, para asegurar que los tres bandhas estén comprometidos, para ser seguido por el Saludo al Sol, de nuevo con el mantra de Babaji "Om Kriya Babaji Nama Aum" y la Cancion de la Adoración del Sol. Estos introvertirán la mente, sacarán la mente del cuerpo, estimularán la relajación y apoyarán la alineación. Todas las asanas están destinadas a crear equilibrio y desarrollar la conciencia, para que hagamos la práctica, totalmente comprometidos, pero sin la mente pensante y rumiante.