

ALMARGIA ALMARGIA

LA FUENTE DE TODA ENERGIA

DARSHAN SINGH

PREFACIO

¿Existe una fuente de energía completamente gratis y renovable que haya sido escasamente explorada por la humanidad?

Hoy en día, nos referimos a la crisis energética, mientras continuamos agotando los recursos renovables del planeta. No sólo se están malgastando los recursos materiales, sino que también el recurso más valioso, el potencial humano. Muchas personas sienten una falta de conexión, sea con los demás o con su ser interior.

El uso de la Energía solar ha empezado a suministrar la base necesaria para la utilización, en un futuro próximo, de formas de energía económicas, renovables y libres de contaminación. Este es un paso vital para la humanidad. Pero, ¿Qué podemos decir frente a la crisis espiritual del hombre? Sant Darshan Singh nos da una nueva perspectiva de la naturaleza espiritual del hombre.

Durante su gira mundial de 1986, él introdujo dos términos nuevos: *Almargia* e *Inergia*. Almargia se refiere a la energía que emana del sol interior. Es Energía nacida de la propia alma. Es complementaria de la energía solar y quizás contribuya en forma más sutil a resolver la crisis energética del presente y del futuro.

En nuestra era mucha gente está tratando de encontrar un significado renovado a sus vidas. Algunos sienten que han perdido su dirección y están buscando la forma de reorientarse.

Es interesante constatar que en su significado literal la palabra reorientación sugiere un retorno al oriente. Un gran número de personas en el occidente, que están preguntándose acerca del significado y propósito de sus vidas, han vuelto sus miradas al Oriente. Esto no es una coincidencia, porque Asia, que se extiende desde Jerusalén hasta el Japón, es históricamente la cuna de muchas de las principales tradiciones religiosas y espirituales del mundo.

Al circunnavegar el planeta, finalmente se llega al Oeste, partiendo del Este y al Este, partiendo del Oeste.

Los vínculos entre la ciencia occidental y el misticismo oriental han sido dilucidados por el físico austriaco Fritjof Capra. En su obra "EL TAODELAFISICA", él explora los paralelos que existen entre la Física Moderna y el Misticismo y concluye que la Ciencia no necesita del Misticismo ni éste de la Ciencia, pero que la humanidad los necesita a ambos. La experiencia mística es necesaria para comprender la más profunda naturaleza de las cosas, y la Ciencia es esencial para la vida humana.

Sant Darshan Singh de la India es uno de los ejemplos más relevantes de alguien que tiende un puente entre la Ciencia y el Misticismo desde una perspectiva espiritual. Profundamente consciente del papel paradójico que juegan la Ciencia y la Tecnología en la Era Nuclear, él plantea un enfoque único para redefinir los intereses más grandes del mundo.

El nos enseña que la Almargía puede ayudar a generar energías creativas que son útiles en todos los niveles del esfuerzo humano. Su acercamiento al proceso de la "explotación interior" es natural, lo cual ayuda al bienestar físico, mental y espiritual. Su método de meditación, que puede ser practicado por gente de todas las edades, niños o ancianos centenarios, resulta en una comprensión más clara de nosotros mismos y de nuestro Universo.

Los temas de Almargía e Inergía surgieron por primera vez en las conferencias públicas dadas en Europa y en las Américas durante el verano de 1986. Sant Darshan Singh conmovió el corazón y la mente de la audiencia con sus imágenes poéticas.

Se invita al lector a unirse a esta jornada de exploración. ¿Cuál es la naturaleza de la Almargía? ¿Cómo puede uno lograr acceso a ella? ¿Cuáles son los beneficios potenciales de la Almargía, tanto a nivel individual como para la humanidad entera?

ARTSTEIN

¿Qué es Almargía?

Hace muchísimo tiempo, un hombre buscaba a lo largo y ancho del mundo, un objeto mágico que le pudiese dar riqueza, poder y felicidad. Un día encontró una vieja botella, la tomó en sus manos y mientras la examinaba la destapó. Repentinamente, una niebla llenó el lugar y un genio de aspecto feroz apareció ante él, y le dijo al hombre estupefacto que sería su siervo y cumpliría todos sus mandatos. Sin embargo había una condición, "deberá mantenerme ocupado todo el tiempo, pues en el momento en que no tenga trabajo te destruiré".

Puesto que el genio era mágico podía realizar tareas colosales en muy poco tiempo. Al principio el hombre pensó que finalmente había encontrado la clave para realizar todos sus deseos y rápidamente acumuló una gran fortuna, comodidades materiales y poder. Pero muy pronto se le empezaron a agotar las tareas que el genio debía realizar y se percató de que su vida estaba en grave peligro. Comprendió que el genio, por más útil que fuera, era una espada de doble filo que en cualquier momento podría volverse contra su amo y destruirle.

Esta historia es una alegoría del destino del hombre. A través de los siglos éste ha realizado grandes avances, pero cada vez que hace un nuevo descubrimiento científico o tecnológico, o ha dominado una nueva forma de energía, su logro resulta ser una espada de doble filo. Mientras le ha conducido al progreso, también ha sido un peligro para su existencia misma. Encontramos un ejemplo de esto en

la Mitología Griega. Se dice que Prometeo robó de los cielos el fuego del sol para concederlo a los hombres y que tuvo que pagar un elevado precio por su acción. Empero, por su sacrificio desinteresado, transformó al hombre de una bestia a un ser que podía competir con los dioses. El fuego traído por Prometeo había hecho al hombre comparable a los dioses. Pero en manos de conquistadores errantes también sirvió para destruir ciudades y civilizaciones.

El control de la Energía del vapor y de la Energía mecánica y eléctrica ha hecho posible grandes avances, pero todos estos logros también han sido utilizados con propósitos destructivos, de los cuales ninguno ha sido tan evidente como el caso de la energía nuclear. La humanidad ha entrado en la era nuclear y, por primera vez, el fuego de los dioses puede ser utilizado para consumir al mundo entero. Estamos viviendo en tiempos críticos. Estamos viviendo, por así decirlo, a la orilla de un volcán hecho por el hombre. Un paso en falso y el planeta entero que llamamos "Madre Tierra" quedaría arrasado.

Existe una forma de energía de la cual, hasta ahora, no hemos sido conscientes o la hemos ignorado. La paz y la armonía que pueden salvarnos de la catástrofe dependen del descubrimiento de su fuente. Como otras formas de energía que existen en el mundo material, esta energía existe dentro de nosotros y es la fuente inagotable de todas las demás energías. Al llegar a esta fuente ocurre un desarrollo rápido y espectacular que se manifiesta en una completa transfiguración del hombre. Tiene el poder de convertir lo humano en divino.

A diferencia de lo que acontece con las distintas formas de energía material, la energía del alma es de naturaleza puramente positiva. No puede ser utilizada en propósitos destructivos. Únicamente puede ser usada para el bien del hombre. Esta forma de energía no se encuentra en el exterior sino dentro de nosotros mismos. He acuñado una palabra para describirla. La he llamado *Ahmargia*, porque es nacida del alma, y también la he llamado *inergia*.

Mientras que la energía viene de afuera, la inergia brota de nuestro interior.

Raras veces pensamos en los santos y místicos como especialistas en el dominio de la energía, pero debemos acudir a ellos para comprender y dominar esta ilimitada fuente que se encuentra dentro de nosotros, la cual es lo único que puede salvar a la humanidad y a este bello planeta nuestro.

Los santos, místicos y profetas nos han enseñado desde tiempos inmemoriales, que Dios, en su estado absoluto no tiene forma ni nombre. Está más allá de toda concepción. Por supuesto, solamente podemos hablar de la última realidad, en términos metafóricos. Puede ser descrita como un infinito océano de conciencia bienaventurada. Los santos y místicos nos dicen que Dios, que era Unico, pensó en convertirse en muchos. Este impulso produjo una vibración que se manifestó en la forma de la Luz de Dios y la Música de las Esferas. Estas dos manifestaciones combinadas son nombradas en la Biblia como el Verbo Sagrado; Kalma en las escrituras musulmanas; Naad, Shabda y Naam, en las escrituras hindúes; la Luz sonora, en las escrituras budistas; Sarosha, en las escrituras zoroastrianas; Tao, en las escrituras chinas; como Logos, por los antiguos filósofos griegos; y Baang-i-aasmani, por los sufíes. Las Sagradas Escrituras del mundo están llenas de referencias acerca de la Luz y el Sonido. De hecho, teniendo esto en cuenta se puede observar que en los templos o sitios de adoración de varias religiones se hace uso simbólico de la luz y el sonido.

El verbo o Naam es la manifestación más directa del Creador y es enteramente espiritual. A medida que fue descendiendo dio existencia a reino tras reino —el Supracausal, el Causal, el Astral y los reinos físicos. También creó a la humanidad y las demás especies vivientes.

La mente, que origina el reino Causal y la Materia, de la cual fue construido nuestro Universo, son también la creación del Poder Supremo. Viviendo en el mundo físico, pensamos de nosotros como seres hechos de mente y materia. Pero, los santos y los Maestros nos recuerdan que

la mente y la materia mismos son una creación del Espíritu. Nos dicen que aunque hemos hecho notables avances en el campo material y en el intelectual, por desgracia hemos descuidado penosamente el campo espiritual. Esta es la razón de que, a pesar de nuestro progreso espectacular, a menudo nos sentimos frustrados e infelices y de que cualquier cosa que hacemos parece terminar en disgusto y desilusión. Hemos fallado al no reconocer que somos esencialmente espíritu. A menos que desarrollemos este lado espiritual, no podremos encontrar paz interior y realización perdurable. Como Sant Kirpal Singh solía decir: Los santos vienen para decimos, "Hombre concómete a tí mismo". Ellos nos capacitan para conocer nuestra propia identidad y desarrollarla. Nos enseñan los medios por los cuales podemos explorar esta ilimitada fuente de energía espiritual.

Nos hemos identificado con nuestra mente y cuerpo, e infortunadamente hemos ignorado nuestro elemento más importante, el alma.

En realidad, es el alma la que da vida y poder a nuestro cuerpo y mente. Los Santos nos ayudan a renacer en el mundo del espíritu. Nuestra mente debería haber estado bajo el control del alma y los sentidos bajo el control de la mente, pero actualmente estamos experimentando precisamente lo contrario. Las atracciones sensuales seducen nuestra mente y cuando esta se pierde en los placeres sensuales el alma toma también el mismo camino; pero los santos y místicos han estado implorándonos que aprendamos el arte de la inversión. Tenemos la fuente de agua de vida dentro de nosotros mismos y cuando podemos saborear una gota de ese néctar, nuestra naturaleza inmortal es revelada.

Los santos nos dan un método práctico por medio del cual podemos analizar nuestro ser, separar el alma de la maraña del cuerpo y la mente y trascender la limitada conciencia física. Ellos nos dan una experiencia directa de la Luz de Dios y la Música de los Esferas en el día de la Iniciación. Luego entramos a regiones, más y más elevadas hasta que retornamos a nuestra fuente y llegamos a

ser uno con ella. Esto, nos dicen ellos, es la meta suprema de la vida. Su propósito es nada menos que capacitarnos para conducirnos de la muerte a la inmortalidad; de la obscuridad a la Luz; de ser individuos limitados a ser colaboradores conscientes en el plan divino.

Los santos, a través de las edades, han hablado de aprender el arte de morir en vida. ¿Qué significa ésto?

En realidad ellos están diciendo que es tanto posible como deseable realizar la naturaleza inmortal del alma en esta misma vida. Tomás de Kempis ha dicho: "Aprende a morir para que así puedas empezar a vivir". Similarmente, las Escrituras musulmanas dicen: "Muere antes de la muerte física". Muchos de los místicos hindúes hablan en la misma forma. Así Kabir dice: "La muerte, de la cual otras personas están temerosas, es para mí una fuente de gozo, porque conduce a la unión de mi alma con el Creador".

Puesto que toda energía brota del espíritu, los santos nos invitan a explorar esta infinita fuente de Almargía. Nos dan una experiencia práctica de primera mano poniéndonos en contacto con esta inergía innata. La utilización de esta fuerza del alma, nos conduce a la más profunda transformación.



Sant Darshan Singh, rodeado por simpatizantes, durante su visita a Bogotá, en agosto de 1986.

Cómo lograr acceso a la Almargía

En la India, el término para describir esta exploración de la energía que se encuentra dentro de nosotros es "YOGA", que literalmente significa ligar o unir nuestra alma con Dios. La palabra religión significa casi lo mismo. Si estudiamos su etimología, encontramos que esta palabra se deriva del prefijo *re* que significa regresar, y la raíz *ligio* que significa atar. En otras palabras, la religión provee los medios para atarnos a la Fuente Suprema. En el caso de los seres humanos, la chispa de espíritu que anima a cada persona es conocida como el alma, la cual es esencialmente un ser consciente, una gota en el océano de toda conciencia. El alma distribuye su corriente de energía en el cuerpo a través de un punto que se encuentra detrás del entrecejo. Este punto constituye el centro más elevado del alma en el cuerpo humano.

Encontramos que en el momento de la muerte, cuando el alma parte del cuerpo, éste se desploma. Si alguna vez han observado a alguien en el momento de su muerte, habrán notado que las extremidades de sus miembros, los pies y las manos, son las primeras en entumecerse. El adormecimiento sigue hacia arriba hasta alcanzar el corazón y la garganta y, finalmente con un movimiento de los ojos, la persona parte. Las diferentes escuelas de Misticismo y de Yoga suministran variadas técnicas para recoger las corrientes del alma en el centro más elevado del cuerpo que se denomina el "ojo interno". A este punto se refiere la Biblia como el "ojo único" o tercer ojo y entre los

sufies es llamado Nukta-e-sweda. En la India se le conoce como el "ojo de Shiva" o Tisra til.

En otros senderos del Yoga, el proceso de retiro de las corrientes sensorias empieza desde los Chakras o centros inferiores y debe hacerse pasando a través de cada uno de ellos. En esas Yogas uno empieza a concentrarse en el Kundalini, después a nivel del ombligo, del corazón, de la garganta, y finalmente, llega al tercer ojo u ojo único. Pero en el SURAT SHABDA YOGA, la concentración empieza en el punto más elevado, en el tercer ojo.

En otras formas de Yoga, es necesario realizar difíciles y fatigantes posturas y ejercicios que pueden incluir el control de la respiración. Estos procesos pueden ser sumamente arduos y toman mucho tiempo y la transición de cada uno de estos chakras inferiores puede durar años de sostenido esfuerzo.

El SURAT SHABDA YOGA es el sendero de meditación más accesible en nuestro tiempo. Puede ser practicado por niños de cinco años o por ancianos centenarios. Los Maestros de Sant Mat o del Surat Shabda Yoga ofrecen una técnica muy simple y directa. Ellos nos enseñan un método natural de retirar las corrientes del alma del cuerpo sin interferir, de ninguna forma, con las funciones corporales normales. Nos enseñan a concentrarnos directamente en el ojo interno.

Para ayudarnos en este proceso, el adepto que nos inicia le dá un impulso a nuestra concentración por medio de su propia atención. De este modo, la tarea de lograr el retiro completo de las corrientes del alma del cuerpo, —que en otras formas de Yoga puede requerir el esfuerzo de toda una vida e incluso es posible que no sea alcanzado— puede ser llevado a cabo en un lapso relativamente corto.

La luz y el Sonido Internos

El Maestro enseña tres prácticas: *Simran*, *Bhayan* y *Dhyan*. El *Simran* se refiere a la repetición de los cinco nombres esotéricos de Dios. Hacemos esta práctica mentalmente

y no con la lengua física. Este grupo de cinco palabras, que ha sido cargado con la atención especial del Maestro, ayuda al buscador a concentrar su atención y a aquietar la mente.

Diariamente encontramos que mientras nuestra lengua física está recitando himnos de diversas escrituras, nuestra mente vaga de un lugar a otro. Pero cuando hacemos el *Simran* con la lengua del pensamiento, nuestra mente es acallada y podemos concentrarnos.

A medida que se desarrolla el proceso de concentración, las corrientes sensorias que se encuentran esparcidas en cada extremidad del cuerpo, empiezan a retirarse hacia arriba. El resultado es una sensación de entumecimiento físico. Del mismo modo, a medida que la concentración aumenta, de la obscuridad que normalmente aparece cuando cerramos los ojos, empiezan a surgir unos puntos de luz.

Al principio estos puntos de luz carecen de estabilidad. No es que estén en movimiento sino que nuestra atención es inestable. Tan pronto como uno empieza a ganar habilidad en la concentración, los puntos de luz se estabilizan y dan paso a un firmamento de estrellas. En el debido curso la más grande de éstas eclipsa a las otras, y a su turno da vía a la contemplación de la luna interior, y ésta a su vez da paso al sol.

Lo mismo que la corriente de electricidad que fluye a través de un circuito produce luz y calor, la corriente de Almargía produce luz. Pero la luz que manifiesta al Almargía es mucho más radiante y brillante y tiene el poder de llenarnos de paz y éxtasis. Si nos aferramos a esta corriente nos conducirá por encima de la conciencia del cuerpo a los más elevados planos interiores.

Cuando vemos la luz interna, al fin empezamos a verificar la verdad que los santos y profetas siempre han pregonado: "Que el microcosmos contiene al macrocosmos". Normalmente pensamos que la percepción es posible únicamente a través de los órganos de los sentidos. Sin embargo cuando nos elevamos por encima de la conciencia del cuerpo, no estamos viendo con los ojos físicos, sino

con el espíritu. Y al entrar en el mundo interior de la percepción visual, ésta es acompañada de la audición interna.

La segunda práctica de meditación que los Maestros nos enseñan es el *Bhayan* o entrar en contacto con la armonía de las armonías. Aquí también centramos nuestra atención en el tercer ojo u ojo único, y escuchamos la corriente del sonido que reverbera incesantemente en nuestro interior. Si somos capaces de concentrarnos siquiera por quince o veinte minutos, podremos oír las tonadas de la música celestial: el repique de una gran campana como de iglesia, de campanitas, flautas o de diversas formas de instrumentos de cuerda, como violines y guitarras; el sonido de tambores, o del trueno o el sonido de trompetas como el del Shofar de la tradición judía.

Al principio, los sonidos celestiales parecen venir de ambos lados y nosotros debemos tratar de concentrarnos únicamente en aquellos que vienen del lado derecho. A medida que uno progresa descubre que los sonidos que parecen venir del lado derecho, en efecto descienden del mismo centro. Cuando la fuerza del sonido aumenta, su poder se hace irresistible y nos atrae rápidamente hacia arriba. La corriente de sonido acelera marcadamente el proceso de retiro. Al trascender completamente el cuerpo físico, cruzamos las estrellas, la luna y el sol, y nos encontramos con la forma radiante del Maestro, el adepto quien nos guiará en nuestra jornada interna.

La tercera práctica que los Maestros nos enseñan es la contemplación o *Dhyan*, la cual es el fruto de nuestro intenso amor por Dios. Sant Kirpal Singh utilizaba con frecuencia el término persa *Khuda* para nombrar a Dios, el cual significaba literalmente "Aquel que viene por su propia voluntad". El explicaba que el Misticismo trataba con la realidad y que no era asunto de imaginación. Daba el ejemplo del amor de la madre por su hijo. Una madre cierra los ojos y ve la forma de su hijo en plenitud. Ella no tiene que pensar si ésta tiene una cicatriz en su frente o en el color de su cabello. Así mismo, si nuestro amor por el Maestro es intenso y sin límite, cuando cerramos los ojos, vemos ante nosotros su forma radiante y efulgente

Normalmente, cuando cerramos los ojos, vemos obscuridad ante nosotros y el proceso de concentración se hace difícil. Pero, si somos bendecidos con la forma radiante del Maestro en nuestro interior, es tan efulgente y radiante, tan encantadora, que quisiéramos perdernos en ella.

El rol del Maestro

a?

Hasta este punto, podríamos haber pensado que nuestro Maestro era una persona tan limitada como nosotros mismos. El viene a nosotros como un amigo, como un mayor o como un profesor que trata de ayudarnos a reconocer los verdaderos valores de la vida. Si respondemos a su mensaje y practicamos sinceramente el método que él ofrece, comenzamos en el sendero de la meditación. Después, cuando alcanzamos el punto en que percibimos su forma radiante, nos damos cuenta de que, aunque el Maestro posee una forma humana como nosotros, ha desechado las limitaciones humanas al llegar a ser uno con el Infinito. La gota, habiéndose unido con el océano, es infinita como el océano mismo.

De aquí en adelante, el Maestro no será considerado simplemente como otro amigo o ayudante más, sino como el divino guía que nos acompañará en toda circunstancia no solo en la jornada espiritual, sino también en nuestra vida en este mundo. Como dijo una vez el poeta Sufi: "Tengo a mi amigo encerrado en mi pecho y solo tengo que mirar hacia adentro para contemplarlo" Podemos hablarle y consultarle. Es nuestro amigo infalible.

Llegamos a su verdadera presencia cuando hemos trascendido por completo el cuerpo físico, y este estado señala el punto de partida para nuestra jornada interior. Pero en otro sentido, aquí termina la fase más importante de nuestro viaje de regreso a Dios.

Hasta este punto hemos luchado y nos hemos esforzado individualmente pero de aquí en adelante, el Maestro Interno nos toma bajo sus alas protectoras y nos conduce hacia arriba, de región en región. Es nuestro auxiliar.

nuestro constante compañero, nuestro piloto y nuestro guía. Bajo su dirección cruzamos del plano astral al causal y de éste pasamos al supracausal. Al trascender el cuerpo físico, lo dejamos atrás algún tiempo. Al atravesar el plano astral, dejamos atrás el cuerpo astral. Y cuando atravesamos el plano causal, abandonamos el cuerpo más sutil de todos, la mente. Finalmente, después de atravesar el plano supracausal, el alma se vé al fin en su gloria pristina.

Consideremos nuestro sol físico, el cual es tan poderoso que sostiene todo el sistema solar. Imaginemos el poder del alma cuyo resplandor y efulgencia han sido comparados con la luz de doce soles; ella es toda percepción, toda conciencia y todo gozo; es tan brillante e inmaculada como un cisne. Ustedes pueden haber notado que en la India, a los yoguis más altamente desarrollados se les llama **parainahansas** o grandes cisnes. Al alcanzar esta condición de gloria pristina, el alma exclama "Sohang" o "Aham Brahm Asmi", o "yo soy eso". Al fin ve que es de la misma esencia de Dios.

El viaje de regreso hacia el Hogar

Más aún, el viaje del alma no termina aquí. Esta es, en efecto, la etapa en que se prepara finalmente para la unión con Dios. A medida que el alma se acerca a la etapa final, se encuentra cara a cara con el Creador en los reinos llamados por las escrituras el "verdadero hogar" o "Sach Khand". Esta región es puramente espiritual y no está sujeta a las limitaciones del tiempo. El niño perdido ha sido restaurado al regazo del Supremo Padre. El hijo pródigo retorna a su hogar eterno. El alma llega a ser un colaborador consciente en el plan divino.

El viaje desde nuestra limitada condición física hasta nuestro verdadero hogar puede ser descrito en los términos en que describiríamos el ascenso desde un valle a la cima de una montaña. Más no hay palabras para describir lo que sigue: la progresiva unión del alma con su Creador. No hay términos en la tierra que puedan proveer una analogía o paralelo. Cuando la completa fusión del alma

con su creador es alcanzada, no hay sujeto ni objeto, ni contemplador ni contemplado, ya no hay ni amante ni amado. Ambos se han hecho uno. Lo único que puede decirse es que el rayo del sol ha llegado a ser uno con el sol; que la gota de agua ha llegado a ser una con el océano.

Esta es la ultérrima meta de la vida humana. Los santos y videntes nos dicen que el cuerpo humano es la corona y cima de la creación, porque es únicamente en el cuerpo humano que el alma puede fundirse con Dios. Está en las escrituras que el hombre fue creado a imagen y semejanza de Dios y que aún a los ángeles se les pidió que le hicieran reverencia, y si los ángeles desean unirse a Dios, ellos también deben asumir primero la forma humana.

El sendero propuesto por los santos y Maestros es el más natural para seguir. Nos hemos identificado completamente con el cuerpo y la mente y separar el alma de estos puede ser un proceso tan lento y tortuoso como retirar una prenda de seda colocada sobre un arbusto espinoso. Y a pesar de lo difícil que sea este desafío ¿qué puede ser más natural que regresar a nuestra fuente, a nuestro hogar?

Las diferentes escuelas de misticismo ofrecen distintas técnicas para ayudarnos a invertir el proceso mediante el cual el alma se ha identificado con el cuerpo. Algunas de estas son tan estrictas en términos de tiempo y salud física que para practicarla rigurosamente uno tiene que renunciar virtualmente a una vida normal. Tanto en el Oriente como en el Occidente ha existido una fuerte tradición de renunciación relacionada con aquellos que desean tomar el sendero de la contemplación espiritual. Pero cada acción tiene una reacción, si abandonamos nuestra sociedad asumimos una deuda (somos responsables de las consecuencias), si la realización espiritual fuera posible únicamente por medios tan difíciles, sería dominio exclusivo de aquellos que gozan de perfecta salud y buena posición económica.

Dios no es monopolio de los jóvenes, ni de los ricos, ni de los que poseen una constitución física fuerte, los exponentes de Sant Mat o el sendero de los Maestros, poseen

un método accesible a todos, jóvenes y viejos, enfermos, sanos, ricos y pobres. Este sendero no exige ningún poder mental especial ni tampoco requiere de posturas estrictas, uno puede asumir cualquier posición cómoda, la cual le permita permanecer completamente inmóvil por el tiempo más largo posible.

El Surat Shabda Yoga es un sendero natural y directo; lo que se alcanza al trascender lentamente chakra tras chakra, en otras Yogas, puede ser realizado rápidamente en Sant Mat, en cierto sentido uno saltea estas etapas. El adepto, al concentrar su atención sobre nosotros, nos capacita para unimos directamente con el verbo, la Luz interna y el Sonido interno, estos a su vez suministran el poder motriz, el magnetismo, la atracción que ayuda a las corrientes del alma a ascender hasta lograr su completa transición. Sabemos lo poderosa que es la energía magnética en el Universo físico y podemos imaginarnos cuánto más poderosa será la fuerza magnética de la Almargia, que tiene la capacidad de elevar el alma del mundo material a la comunión ultérrima con Dios.

Misticismo Positivo

El desarrollo espiritual enriquece nuestras vidas y nos ayuda a cumplir con todas nuestras responsabilidades familiares y sociales, también provee la base para lo que he denominado "Misticismo Positivo", en contraste al "Misticismo Negativo". Durante la primera gira mundial de 1978, encontré que muchas personas en el occidente tenían algunos conceptos equivocados acerca de las prácticas espirituales en el oriente, se pensaba que el misticismo oriental enseñaba a sus seguidores a abandonar sus hogares para ocultarse en las frías cuevas de los Himalayas o en las cabañas pajizas del desierto, para allí dedicar sus vidas a solitaria meditación, los occidentales sostenían correctamente que ese era un sendero de escapismo y que los seguidores de tales prácticas no eran buenos ciudadanos. Sí, les dije, lo que ustedes están describiendo es verdad, pero no es nuestro sendero. La ciencia de la espiritualidad

como la enseñan los Maestros, no aprueba tales prácticas. Enseñamos en cambio, el sendero del "Misticismo Positivo", el cual incluye deberes para con nuestros padres, para con nuestras familias, para con nuestra comunidad y nuestra nación. También tenemos nuestras obligaciones a nivel internacional y cósmico, los Maestros del Surat Shabda Yoga ponen gran énfasis en el cumplimiento de tales obligaciones, lo cual debe realizarse de la mejor forma posible.

Ellos insisten en la necesidad de ganar nuestra vida honestamente, con el sudor de la frente. El gran Maestro Hazur Baba Sawan Singh, fue ingeniero civil y recibió su pensión del gobierno, después de su retiro. El Amado Maestro Sant Kirpal Singh, fue contador y pensionado del Gobierno, y yo me retiré como diputado secretario al servicio del Gobierno de la India, y ahora estoy recibiendo mi propia pensión. Vivimos de nuestras propias ganancias, gastamos la mínima cantidad necesaria para nosotros mismos y donamos el resto para satisfacer las necesidades y mitigar los sufrimientos de otros. En este sendero buscamos vivir de acuerdo con los valores éticos elevados, y de este modo, establecemos una congruencia entre lo que pensamos, decimos y hacemos. Consideramos el matrimonio como un sacramento y podemos tener una familia, pero no perseguimos los placeres sensuales, por si mismos; tratamos de llevar una vida familiar ideal. Cuando mis jóvenes amigos, especialmente los de occidente, vienen a visitarme, encuentro que muchos de ellos han perdido el contacto con sus padres, les pido que les escriban inmediatamente y que vayan a verlos al regresar a su país, algunos de ellos han dejado sus colegios y universidades y yo les aconsejo que completen su educación, muchas parejas se encuentran al borde del divorcio y yo trato de hacer lo posible para unirlos, para que tengan una vida armoniosa.

Nuestro sendero nos enseña a hacernos verdaderos seres humanos. Creemos en la religión del hombre, de la humanidad. Los Maestros hacen gran énfasis en el servicio desinteresado y en ayudar a los que nos rodean. Quieren

que seamos miembros útiles para nuestras familias, comunidades, naciones, y del mundo entero. De hecho, ahora que hemos ido al espacio exterior tenemos que enfocar las cosas desde una perspectiva más amplia, porque hemos adquirido una responsabilidad de tipo cósmico. Pero al hacer esto, tenemos que no perder de vista el objetivo primordial de la vida humana que es el conocimiento del Ser y la realización de Dios. De manera que creemos en tener lo mejor en ambos mundos.

Se pone gran énfasis tanto en la meditación como en la vida ética. Lo externo y lo interno tienen que ir a la par. A menos que llevemos una vida ética, no podemos esperar progresar espiritualmente. En verdad, Sant Kirpal Singh solía decir, "Es difícil llegar a ser un hombre en todo el sentido de la palabra, pero una vez que lo logremos, es relativamente fácil encontrar a Dios". Por esta razón, tenemos un diario introspectivo el cual provee una forma científica para mejorar nuestro desempeño a nivel interno y externo también. Este diario contiene columnas que cubren la no violencia, veracidad, castidad, humildad, y amor por todos, en pensamiento, palabra y obra. Todas las noches tenemos que revisar nuestros pensamientos, palabras y obras del día y anotar nuestros errores. De esta forma podemos erradicar nuestras fallas y mejorar día a día.



Beneficios de la Almargía

El aprovechamiento del recurso interno que llamamos Almargía lleva al engrandecimiento del equilibrio mental y espiritual. Podemos desarrollar relaciones más armónicas con nuestras familias, amigos, y con la sociedad en general. Antes de poder ser reformadores de otros, tenemos que reformarnos a nosotros mismos primero.

Concentrando esta energía por medio de la meditación, nos volvemos más amorosos y compasivos. Esto nos permite construir vidas más integradas para nosotros y contribuir al desarrollo positivo dentro de nuestras comunidades. Podremos ver con más claridad las cualidades buenas en otros, y esto resulta en más unidad social. El saludo tradicional en la India *Namaskar* sugiere simbólicamente "la luz de Dios que está dentro de mí reconoce y saluda a la misma Luz de Dios que veo dentro de ti."

Un subproducto natural de esta realización es el comprometerse al servicio desinteresado. En India, por ejemplo, encontramos esto en la tradición Gandhiana, y el trabajo de la Madre Teresa. Seva significa servicio, y al servir a otros finalmente servimos a Dios dentro de nosotros. Cuando el Amado Maestro Sant Kirpal Singh oía de alguien que estaba en profundos problemas o seriamente enfermo, encontraba tiempo para visitar y ayudar a esa persona. Debemos llegar a los necesitados, los mayores, incapacitados, al enfermo, al hambriento y al desprotegido.

En esencia, los beneficios de la inergía afectarán positivamente nuestras vidas cotidianas también. Tendremos

una visión más universal y compasiva del mundo. Seremos mejores ciudadanos planetarios y seres humanos.

Por la Paz

Las Naciones Unidas designaron a 1986 como Año Internacional de la Paz. Mientras estaba en Nueva York, fui invitado por el doctor Robert Muller a visitar las Naciones Unidas. Como Subsecretario Asistente General durante varias décadas, él coordinó aquellas actividades que más tenían que ver con asuntos humanitarios. Ha trabajado en mejorar la salud, educación y condiciones de vida de la gente en todo el mundo.

El mundo anhela la paz, y la existencia misma de las Naciones Unidas expresa el anhelo de Paz de la humanidad. Cuando estábamos en las Naciones Unidas fuimos a la Cámara del Consejo de Seguridad. En ese salón, notorio por sus acalorados debates, compartimos algunos bellos momentos de meditación y oración por la paz. Cuando hablé acerca de la Almargía, el Dr. Muller hizo evidencia de gran interés. Inclusive añadió enfáticamente: "Si pudiéramos tener la energía del alma sumada a la energía solar, sería un gran logro. Existe la energía del Alma, de esto no puede haber duda."

El Dr. Muller habló de la interdependencia de toda vida, y de nuestras responsabilidades cósmicas. Luego me preguntó, "¿Cuál es la esencia de su enseñanza? Le dije: Nuestro enfoque tiene dos principios básicos. El primero es la religión del hombre. Sugerimos que toda persona continúe honrando su propia religión o tradición cultural. A veces la gente me pregunta si creo en la conversión, y yo les digo que no, yo creo en la inversión. Tenemos que invertir nuestra atención para que podamos unir nuestra alma con el creador. Primero debemos tratar de ser buenos hombres y mujeres. El concepto básico de una persona buena en todas las religiones es el mismo. Debemos ser no violentos, veraces, humildes y prestar servicio desinteresado. Si soy un buen hombre, soy un verdadero sikh. Si soy un buen hombre, soy un verdadero cristiano

Si soy un buen hombre, soy un buen musulmán. Si no soy un buen hombre, no soy un verdadero sikh, ni un verdadero cristiano, ni un verdadero musulmán.

El segundo aspecto de nuestras enseñanzas es la práctica de la meditación silenciosa. Por medio de la meditación silenciosa, somos capaces de enfocar nuestra atención adentro, elevamos sobre la conciencia del cuerpo y pasar a través de los planos astral, causal y supracausal de conciencia superior. Finalmente nuestra alma alcanza comunión con Dios. Cuando retornamos al cuerpo físico traemos el amor de Dios con nosotros y también las otras virtudes de Dios. Entonces nos convertimos en buenos hombres y mujeres y empezamos a irradiar amor en todas las direcciones. Esa irradiación de amor atraerá a otras personas a la vida divina. Así tratamos de encender otras antorchas con amor, humildad y compasión. Si podemos encender más y más de estas antorchas, entonces, finalmente, juntándolas, podemos crear una gran luz que envolverá nuestro mundo entero.

Si deseamos establecer la paz en el mundo, tenemos primero que establecerla en nuestra alma, y expresarla en nuestra vida cotidiana. Entonces tendremos verdadera paz y tranquilidad real. Y en el proceso también ganaremos la salvación. Esa es la base misma de nuestras enseñanzas.

Haciendo contacto con la almargía o inergia, el poder divino interno, traeremos una profunda metamorfosis. El desierto árido de nuestras vidas se volverá un oasis, y nuestro mundo rasgado por la lucha, se convertirá en un verdadero paraíso en la tierra.

Sinergia y Almargía

Hay un principio conocido como "sinergia" que sostiene que la suma es mayor que el total de sus partes individuales. Como decimos en India, uno añadido a uno puede ser once. Este es el secreto de toda actividad colectiva realizada en el correcto espíritu. Cada uno de nosotros tiene que poner lo mejor de su parte. Y si, lo hacemos, el esfuerzo

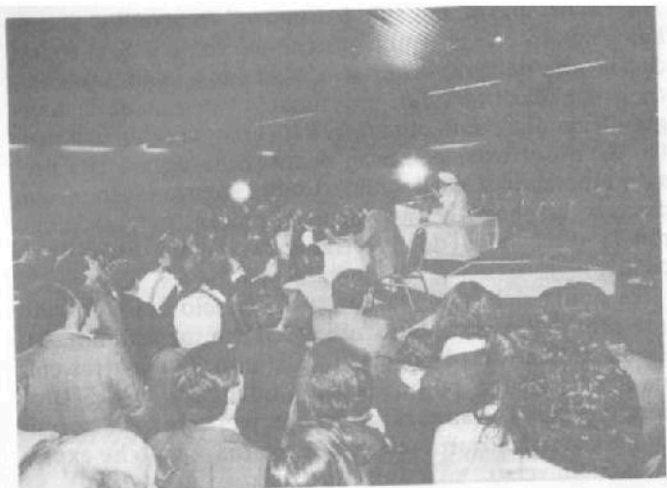
colectivo retornará más de la inversión original en tiempo, esfuerzo o recursos. Cada participante puede recibir no solamente la tasa de interés corriente sino una bonificación también. Es por esto que la almargía es tan esencial no solo para sobrevivir, sino para florecer. Ligándonos a la fuente Divina de toda vida, se genera el espíritu positivo en el cual la sinergia puede entrar en juego.

El amaestramiento de cualquier nueva energía ha llevado inevitablemente al cambio. Las varias formas de energía en el mundo pueden ser usadas para el bien del hombre o para su destrucción. Pero la energía divina de la cual estoy hablando, la que he llamado almargía, es una fuerza positiva en su totalidad. Es una expresión de la fuente de todo amor, luz y vida. Es, en todas sus formas, un poder puramente beneficiante. Es otro nombre para el amor del Creador. Tiene el poder de crear cosmos en vez de caos, luz de la oscuridad, armonía de la discordia y unidad de la separatividad. Como San Gregorio ha dicho, "El que participa de la energía divina. . . es unido a la Luz y por esa Luz ve en plena conciencia". Usando la energía espiritual que está encerrada dentro de cada uno de nosotros se efectúa un gran avance y un cambio positivo.

A nivel externo, en nuestra vida mundana, a medida que desarrollamos mejor concentración, mejoramos nuestro desempeño en todas las esferas. La meditación trae como resultado menor tensión, más relajación y paz interna. Necesitaremos dormir menos. Tendremos más tiempo y estaremos más activos. En verdad, investigaciones recientes han establecido que la meditación ayuda a mejorar la salud y el funcionamiento de la mente.

Energía transformadora

Mucho más espectacular que la transformación a nivel de la vida mundana es aquel que sucede a través del progreso espiritual interno. A medida que avanzamos más y más, empezamos a ver la unidad de toda vida, no como una teoría sino como una realidad viviente. Veremos a nuestro vecino como a nosotros mismos, de hecho, se ve



toda la creación irradiando la misma Luz.

En verdad, comulgar con el verbo interno nos acerca más a nuestros semejantes y a toda la creación. Aunque pueda parecer paradójico, sin embargo es cierto: trascendiendo el mundo, nos unificamos más plenamente con él.

El resultado de esta experiencia es que el amor y el servicio desinteresado se vuelven el centro mismo de nuestras vidas. Estos representan las supremas cualidades humanas en cualquier civilización. Y podemos ver esto en las vidas de los santos. Un ejemplo de la tradición sufí viene a mi mente. Ibrahim Adham estaba de viaje una vez, y su compañero se enfermó. Ibrahim no solamente le sirvió, sino que utilizó todo su propio dinero y vendió todas sus pertenencias para pagar el tratamiento de su amigo.

Un día su compañero pidió algo, y como a Ibrahim no le quedaba dinero, vendió su burro para poder otorgarle su pedido. Cuando el compañero se recuperó y pudieron reemprender la jornada, Ibrahim le explicó que había vendido el burro. Entonces el compañero preguntó, "¿Pero en qué cabalgaré ahora?" Ibrahim contestó, "Hermano, puedes sentarte sobre mi espalda". Y levantándolo, cargó a su compañero el resto de la jornada.

Es claro que el amor de los santos, de aquellos que se han reunido con el Señor, no conoce límites. Si el Reino de Dios ha de venir a la tierra, si la paz y la armonía han de llenar nuestras vidas, necesitamos valemnos de la energía divina que llamo almargía. Esta energía espiritual dentro de nosotros es como un depósito de agua a alta presión esperando a ser descubierto. Solamente tenemos que excavar un pozo y sus aguas brotarán y transformarán la resequedad de nuestras vidas en un oasis floreciente.

El poder del amor, la paz y el servicio desinteresado que se libera de esta transformación interna es ilimitado. Es mi ardiente esperanza que cada uno de nosotros empiece esta divina búsqueda sin tardanza. Y oro a Dios para que nos derrame la inspiración y el amor que necesitamos para alcanzar nuestra meta eterna. Como he expresado en un verso:

*Hablemos de paz, escuchemos el mensaje del amor,
y una vez que estos temas empiecen,
que continúen de amanecer en amanecer,
las nubes cargadas de lluvia de Savan
han rodeado la taberna del tiempo,
que la copa del amor circule y circule
y circule.*