

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

**Año 16, Número 90, Enero Febrero 2015**

## Índice

<b>La elección.....</b>	<b>1</b>
<b>Acerca de las imágenes divinas.....</b>	<b>3</b>
<b>Enseñanzas del Dhammapada.....</b>	<b>4</b>
<b>El Amor: Ese irresistible poder que imanta nuestros corazones.....</b>	<b>5</b>
<b>La pobreza en el Sufismo.....</b>	<b>8</b>
<b>Meditar: estar cerca de Dios.....</b>	<b>10</b>
<b>El Néctar del Srimad Bhagavatam (IV).....</b>	<b>12</b>

## La elección

Hijo querido

¿Qué rey es el que impera en el país de tu corazón? ¿Es el del amor fraterno y humilde, o el soberano de la vanidad, de las ambiciones mundanas, esas que nacen y mueren en el lecho del tiempo?

¿Acaso la Dama Avaricia o las casquivanas Hadas dispuestas a abrir ante tus ojos el cofre donde las joyas de las conquistas efímeras atraen y deslumbran y hacen que al poseerlas el pobrecillo de tu ser pierda sus galas celestiales para inmergirse en el pantano de lo intrascendente? Que tu conciencia y su atención sean el espejo donde se refleje el Rey que impera en tu corazón. ¡Nunca lo olvides! Nunca permitas, nunca jamás, que more en él, un servidor de las tinieblas, un monarca de la nada, del gran abismo donde se sumerge la misma esperanza de Dios, Nuestro señor, que tanto anhela verte florecer espiritualmente.

El mundo, que no siempre escucha la voz de la Madre Sabiduría, te aconsejará que estés atento a las necesidades de tu cuerpo físico, te señalará la falta de ropa o calzado nuevo, hará que tu mente vigile la flacura de tu cuenta bancaria o el pago de tus tarjetas de crédito y te susurrará que nada vales si careces de dinero, sirviente dispuesto a cumplir siempre con los deseos del tirano de tu ego. Si pudieras llegar de golpe, como por magia o milagro a ese tiempo donde tu vida se acaba, y pudieras mirar hacia atrás, verías en el inmenso campo de batalla de los años, cómo yacen muertos viejos sueños y terrenas ambiciones, que a nada te llevaron, sino a la triste cárcel del escepticismo, la depresión, el hastío.

Te digo esto porque los seres humanos, cuando jóvenes, debemos elegir qué camino tomar en nuestra vida. En nosotros mora un San Agustín que viene del error y la lujuria, planta de loto humano que desesperadamente quiere alzarse para florecer pletórico de luz, abierto al Cielo, a Dios. ¿Lo recuerdas? Siempre, en algún rincón de nuestro corazón existe ese Agustín maculado de mundo pero anheloso de elevarse sobre todo pecado para escuchar la voz del ángel interior que dice “*tole legge*”, “conciencia la Gran Verdad, sigue el Sendero Divino”. Para nosotros, los que nos hallamos lejos de la Perfección, existe un camino por el cual, andándolo, podemos recoger los sagrados frutos de la Realización: es el camino de la dación.

Observa la Naturaleza, observa sus criaturas maravillosas, y aprende a dar, como ellas. Se entrega el río a la sed de los pájaros y hombres, se entrega a lirios y camalotes, se entrega a los árboles del camino, siempre se entrega. Entrega el Sol la copiosa lluvia

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

luminosa de sus rayos, entrega la Luna su tenue resplandor, las flores la magia de sus corolas, y los árboles su sombra, sus frutos milagrosos, dadores de vida. Todo es dar. Hasta la pequeña hoja de césped con su sombra ofrece descanso y reparo a la hormiga laboriosa, porque en el mundo de Dios no existe lo gigante y lo pequeño. El tamaño no tiene importancia en el reino del Ser, pero sí, la intención de nuestros sentimientos.

Si te aquietas en los brazos de la misericordia, y dejas que te arrulle la canción que dice “hijo querido, al dar, vacías los caudales de tu egoísmo y sueltas las cadenas de las prisiones materiales”, te tornas interiormente bello como un día de primavera. Andarás por la ruta de tus años, ebrio de luz y contentamiento, porque al dar, te vaciarás de sombras. Es entonces que en el alma, ya sin el imperio del ego, comienza a elevarse el himno sagrado de la Realización

Elígete hoy, no mañana, hoy. Elige dar, elige poseer un corazón abierto hacia los demás, descíñete de la noche del “yo soy” y “yo tengo”; que muera en ti la lúgubre voz de la ambición personal, que no te hieran sus males. Permite que tus años, tus horas y tus días, esculpan en ti la imagen del gigante bueno que eres. Pisa con los divinos pies del discernimiento, la sombra de ese enano, hijo de la personalidad, que trata de impedirte el andar hacia las flores, abandonando las espinas, hacia la luz, abandonando los candiles apagados, hacia la Fe, desconociendo los negros montículos donde yace sepultada la semilla de la interna claridad que no florecerá porque tu indiferencia la abandonó sobre la piedra.

Vive alerta, atento, y trabaja para tu reconstrucción, y la de tus semejantes; elige amar, elige los caminos de la Fe para tus hermanos de esta Tierra bendita, y verás cómo se despierta en ti el Alba dorada de la Bienaventuranza, Madre de tu Paz.

*Ada Albrecht*

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

## **Acerca de las imágenes divinas**

*por Ada Albrecht*

**D**ios se manifiesta como Absoluto, Omnisciente, Omnipotente, como el Uno de Plotino, como el Ser de Parménides, etc. Esto lo estudian los hombres de mentalidad metafísica. Para otros, hay un segundo aspecto de Dios, que es el Dios Creador y Controlador de este vasto Universo. Para otros están los Avatares, Hijos de Dios, como ser, por ejemplo, en el Oriente Rama, que era Dios encarnado, o en Occidente el Maestro cristiano a quien también se le llama Hijo de Dios o Dios encarnado.

Cuentan las viejas tradiciones que el culto de las imágenes (el culto a la Virgen María en Occidente, el culto a la Divina Madre Lakshmi en Oriente, etc.), se motivó a causa de que la manifestación de Dios anteriormente mencionada era muy abstracta para los hombres. Entonces Dios, en Su infinita piedad, se hizo imagen para que el ser humano pueda visualizarlo y al hacerlo, devocionarse a Él.

Nos hallamos tan apegados al mundo sensible que las ideas abstractas sobre Él casi nunca logran conmovernos; necesitamos de una presencia más tangible y que sobre todo vibre en nuestra misma atmósfera mental; ahí surge el culto a las imágenes como el más amoroso de los intentos del Señor para hacer que Su criatura lo recuerde.

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

## **Enseñanzas del Dhammapada**

### Capítulo IX

Sé rápido para hacer el bien; aparta tu mente del mal; porque si haces el bien con lentitud, entonces, comenzarás a deleitarte en el mal.

Si una persona ha hecho un mal, no debe reincidir ni gozarse en él. El fruto de los malos actos es el dolor.

Si una persona ha hecho un bien, debe volver a hacerlo y complacerse en él. El fruto de los buenos actos es la felicidad.

Aún el malvado goza de la dicha mientras el mal que ha realizado no ha madurado. Pero en cuanto esto ocurre, el malvado se sumerge en el dolor.

También el hombre recto ve la desgracia cernirse sobre él mientras no madure el bien que ha hecho. En cuanto esto ocurre, él es bendecido con la felicidad.

Nunca se debe pensar ligeramente acerca del mal diciendo: “a mí no me afectará”. El agua, cayendo gota a gota, llena el cántaro. De igual modo, el mal, poco a poco, llena el corazón de aquel que es desatento.

Nunca se debe pensar ligeramente del bien diciendo: “a mí no me ayudará”. El agua cayendo gota a gota, llena el cántaro.

De modo similar, el bien, poco a poco, llena el corazón del sabio.

Así como un comerciante que viaja sin compañía, y es portador de grandes riquezas, evita los caminos peligrosos, y el que ama la vida evita el veneno, de igual modo, debes evitar el mal.

Una persona que no tiene herida la mano, puede llevar veneno en su palma, ya que el mismo no podrá penetrar. De igual modo, el mal no podrá penetrar en quien actúa bien.

El que hace daño a una persona inocente, a un hombre puro y bondadoso, verá cómo ese mal se vuelve contra él, del mismo modo que regresa un fino polvo lanzado en contra del viento.

Luego de la muerte, algunos hombres vuelven a nacer en este mundo. Otros, si han actuado mal, van a los planos inferiores de existencia, y otros, si han actuado bien, irán al cielo. Pero los que se hallan libres de todo deseo, ingresan en el Nirvana.

No hay en este mundo, ni en los cielos, ni en el mar, ni en el seno de las montañas, un lugar a donde alguien pueda escapar de las consecuencias del mal que ha cometido.

Ni tampoco hay en este mundo, ni en los cielos, ni en el mar, ni en el seno de las montañas, un lugar a donde alguien pueda escapar de la muerte.

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

## **El Amor: Ese irresistible poder que imanta nuestros corazones**

*por Miriam González*

*“Amarse los unos a los otros y tener la mente siempre fija en el Señor, he aquí el más grande de los Milagros que puede existir en una Escuela. Enciende la lámpara del Amor, y jamás te envolverán las sombras del olvido de lo Divino en Ti. Sé fuerte, paciente y constante”. Adá Albrecht*

Cuando un devoto ha llegado al estado del Amor, entonces el silencio, no meramente de las palabras sino de todo el ser humano, es la mejor expresión para ese desarrollo interior. Este silencio habla más fuertemente que las palabras y las acciones, porque el Señor se encuentra más allá de toda expresión humana, Esta es la base de la instrucción que el Señor Krishna otorga a Uddhava cuando le dice:

“¡Oh Uddhava!, aleja de ti toda preocupación en cuanto a lo que prohíben o no las leyes. No te preocupes tampoco por lo que haces o dejas de hacer. No te preocupes por lo que lees en los Libros Sagrados y lo que aún no has leído y aprendido. Ven a Mí porque Yo soy el refugio de todos los seres. Si te entregas totalmente a Mí, ya nunca más tendrás motivo para hallarte temeroso”.

El Bhakta o devoto se rinde completamente a los pies del Señor y vive tan sólo para Él, así Sri Krishna le enseña a Uddhava:

“¡Oh tú, Uddhava, lleno de pureza!, puesto que eres tan amado por Mí, Yo te expliqué en tiempos pasados, cuál era el camino de la devoción. Ten Fe en las historias de Mí vida, y cuéntalas constantemente. Sé constante en Mí adoración. Cántame canciones de alabanza. Sírvenme con respeto e inclínate ante Mí, siempre encuéntrate ansioso de servir a Mis devotos, y trata de descubrirme, de verme en todas las criaturas. Permite a todo tu cuerpo hallarse comprometido en cumplir Mis órdenes y mandatos y deja que tu discurso se eleve cantando Mis bondades. Focaliza tu mente totalmente en Mí. Hállate libre de todo deseo egoísta. Deja que tus ofrendas, tus limosnas, tus plegarias, tus sacrificios, tus penitencias y tus sumisiones sean siempre hechas para gloria Mía. Esos hombres que se rindieron completamente ante Mí siguen este camino de la vida y experimentan devoción por Mí, y así no hay nada más que ellos necesiten obtener”.

Cuando miramos con el ojo del corazón, vemos todo en Dios y a Dios en todo. Lo mismo nos enseña Krishna en la estancia 7 del Bhagavad Gita: “Todo entretejido está en Mí como sarta de perlas en hilo de collar”. Los sabios sufies suelen decir que Dios no está en el mundo, pero que el mundo está misteriosamente sumergido en Dios.

El Maestro, aquel que enciende nuestros corazones.

Rûmî, el poeta persa, nos advierte lo siguiente:

“Todo el mundo anda en pos de la felicidad (...) Viejos y jóvenes inmaduros se han convertido en buscadores de oro, pero el ojo común no es capaz de distinguir el oro de cualquier baratija (...) O posees una piedra de toque dentro de ti que te permita distinguir el oro o, de lo contrario, si no conoces el camino, no lo recorras solo” (Masnaví II, 742-745).

Como vemos, nos advierte a propósito de la importancia que el Maestro o guía juega en la senda del Amor Divino, el camino interior, y los riesgos de aventurarse en ella por cuenta propia

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

Es una relación humana única, aquella que une a maestro y discípulo.

“Ham-dam”, que en persa quiere decir literalmente “un solo aliento”, es como se conoce ese tipo de relación, única. Y es que, el Maestro y el Discípulo comparten el mismo aliento, el mismo “instante”, se hallan, en una misma sintonía interior, de tal manera que entre ambos buena parte de la enseñanza sea transmitida en silencio, a través del gesto, de una sonrisa o la mirada. La palabra es comunicación, y el silencio, comunión.

Esta amorosa relación genera Senderos de Corazones enamorados de Dios, y estos cubren la Madre Tierra iluminándola por completo, como una delicada tela estrellada de luces.

El Amor divino representado en el fuego y el agua

¿Qué es el fuego? es la llama del amor en el fuero interno, el corazón.

De esta forma, según el célebre verso de Ibn’Arabi, “el corazón del místico es un maravilloso y perfumado jardín, de llamas rodeado”.

El amante de Dios se encuentra dulcemente atrapado entre el fuego y el agua.

Amor es el fuego en el corazón, que todo lo consume salvo la Voluntad del Amado.

Pero el Amor es también agua: es un infinito océano donde el devoto se abandona totalmente confiado.

Las llamas del corazón de la criatura no son sino parte del Fuego de la Unidad divina: “Soy una parte del Fuego: voy hacia mi todo. Estoy hecho de luz para ir a la Presencia de Dios”. Para expresar este estado de extinción en el umbral de la Presencia divina, Rumi emplea una imagen: “Soy como la llama de una vela en presencia del sol”.

Otra imagen muy frecuente en los poetas persas y turcos es la descripción de la polilla que, ebria de amor y deslumbrada por la luz de la vela, se lanza sobre la llama para ser en ella aniquilada por completo.

El hombre puede llegar a Dios sólo cuando Dios lo llama.

Nuestro Señor en la forma del bendito Krishna hechizaba a las Gopis, las Almas, y las atraía hacia Él con el dulce sonido de Su flauta. Sea cual sea la situación en la cual el hombre se encuentre en el momento en que Dios lo llama, él debe aceptar prontamente el llamado del Señor. Posponer la respuesta es tan malo como rehusar a Dios. Cuando las Gopis oían el sonido de la divina flauta, algunas de ellas estaban ordeñando las vacas, otras estaban hirviendo la leche, mientras unas pocas estaban alimentando a su hijos.

Pero, tan pronto como oían la música del Señor Krishna, abandonaban absolutamente todo e iban rápidamente a encontrarse con Él, mientras sus aretes cantaban con sus rápidos movimientos.

En la respuesta de las Gopis, podemos ver cuánta devoción exclusiva implica ello.

El Señor se encuentra, dependiente de Su devoto, porque lo único que ata a Dios al hombre y al hombre a Dios es el Amor.

Esta intimidad del devoto y el Señor, no puede hallarse más enérgicamente afirmada que en esta declaración hecha por el mismo Señor Vishnu:

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

“Las personas santas son como el corazón para Mí, y Yo soy el corazón de semejantes personas. Aparte de Mí, ellos no conocen nada y Yo tampoco conozco nada mejor que a ellos”.

Dios en Sí Mismo encierra toda la grandeza. Él no necesita nada del exterior pues todo lo lleva dentro de Sí Mismo. De igual modo, el Bhakta tiene en su corazón al mismo Señor. ¿Qué más necesita él para ser feliz? Así como Dios es alguien que lleva en Sí Mismo Su propio y perfecto propósito, así también, el devoto, es feliz con lo que tiene dentro de su corazón, que es Dios. Si él se compromete con el mundo no es por ningún interés personal sino porque el Señor quiere que lo haga. Solamente en este contexto el compromiso temporal puede devenir parte del servicio rendido al Señor. El hombre debe rezar para que su corazón permanezca absolutamente fijo en el Señor mientras se halla envuelto en las cuestiones mundanas.

“Paciencia” Dios “templa”, a quienes lo buscan para reconocer a sus verdaderos amantes.

El Señor Krishna dio al corazón de Uddhava, estas últimas palabras:

“Tolera las cosas pasajeras que causan alegría y causan dolor. Condúctete de una manera armónica con tus sentidos controlados, gozando la paz que resulta de tener la mente recogida, lleno de conocimiento y discernimiento, reflexionando cuidadosamente sobre todo lo que has oído de Mí, tu mente y palabra totalmente focalizadas sobre Mí, haciendo cuanto te digo, cruzarás el mar de las tres Gunas o cualidades de la materia y por lo tanto, llegarás a Mí”.

A mi Maestra, quien encendió mi Alma por siempre, y quien es mi guía y mi estrella encendida en este Sendero de corazones. Gracias.

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

## La pobreza en el Sufismo

*por el Lic. Héctor Ituarte*

La práctica del desapego en la tradición hindú, de la pobreza y el desasimiento en la espiritualidad cristiana, del renunciamiento al mundo en el contexto taoísta, hallan su equivalente en la virtud de la pobreza (en árabe, faqr) en la mística islámica. El sufi es llamado faquir y también derviche, dos términos que en sus idiomas originales significan “pobre”. En todo camino auténtico la pobreza espiritual es exigencia para el que pretende ser discípulo. En la vida del sufi, la pobreza es la actitud central. El Corán contrasta al hombre que necesita a Dios, con Dios que es siempre Rico y Autosuficiente. Aquí está la raíz metafísica del concepto sufi de pobreza:

“Oh hombres, sois vosotros quienes tenéis necesidad de Allah, y Allah es el Autosuficiente, el Alabado”. (Corán, Sura 35, Aleya 16)

La pobreza era un atributo del profeta que decía “la pobreza es mi honor”. Existen numerosas referencias a la pobreza de Muhammad y muchas anécdotas sobre esta virtud en toda su familia.

Si bien aquí hablamos de pobreza espiritual los sufíes consideran que la pobreza exterior también es una condición necesaria al iniciar el camino, y ellos tratan de preservarla a lo largo de sus vidas. Es ilustrativa la historia de Ansari, que siendo extremadamente pobre, jamás pidió una manta a sus amigos ricos, aunque sabía que ellos podían y querían procurársela, pero “puesto que ellos no perciben mi pobreza, ¿por qué pedirles?”. Porque pedir significa confiar en las criaturas, y el alma se ve cargada con la gratitud hacia el dador, una carga que es considerada muy perniciosa por el místico. La pobreza en sentido espiritual significa la ausencia de deseo de posesión, aún la ausencia de deseo del Paraíso. Si el hombre no abriga deseos para sí, de este mundo ni del otro, puede llamarse auténticamente “pobre”. Poseer algo en significa en verdad ser poseído por eso. Así el mundo entra en el camino y se termina esclavizado. Y el sufi es por definición, “aquel que no posee nada y no es poseído por nada”, según la célebre sentencia de Al Junaid. Entonces la pobreza espiritual también significa libertad. El sufi sólo necesita a Dios, nada más. Recordemos a Santa Teresa: “Sólo Dios basta”.

La pobreza no se busca nunca por sí misma, pues esto significaría que hemos puesto este logro por delante de Dios. Los sutiles análisis de los místicos musulmanes dicen que la pobreza es una estación del camino, y el que hace de ella un logro, está “velado” ante Dios por su propio deseo de ser pobre. Por esta razón la verdadera actitud del sufi es la renuncia a este mundo, al otro y la “renuncia de la renuncia”, que es la entrega total a Dios.

La pobreza espiritual es sentir la propia imperfección y la necesidad de la búsqueda de la perfección. El profeta Muhammad decía “He sido honrado sobre los demás profetas con Pobreza Espiritual”. Y Dios, dirigiéndose a su Profeta, le dice: “Di: ¡Oh Señor!, aumenta mi ciencia de Ti”. (Corán, Sura 20, Aleya 114). Esta aleya indica que aun el Profeta, con su misión divina, tenía que buscar y desear más cercanía a la Unión divina. La pobreza en nosotros es la conciencia de nuestra propia indigencia, la vivencia de nuestra insuficiencia, saber que dependemos enteramente de Dios, bebemos el agua de Su universo, respiramos Su aire, Su sol nos abriga, nuestra vida en verdad está regida por el ritmo de Dios. Por eso la pobreza espiritual es el reconocimiento de un hecho y a la vez una aspiración. Una pizca de discernimiento nos dice que dependemos totalmente de Dios. El discernimiento total nos llevará a la entrega total. Y a la vez esta



---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

aspiración a ser pobre, a ser consciente de nuestra insuficiencia, va iluminándonos con más discernimiento. La dialéctica entre discernimiento (viveka) y desapego (vairagya) en la tradición hindú, es semejante a este diálogo entre conocimiento espiritual (irfan) y pobreza (faqr) en la espiritualidad musulmana.

La maravillosa paradoja de la pobreza espiritual ha sido manifestada por Muhammad cuando dijo “Mi pobreza es mi honor” porque quien conoce su indigencia busca la riqueza en Allah y sólo Allah colmará su necesidad. La actitud del pobre ante Dios dice: “Señor, estoy aquí con lo que soy, para que Tú me colmes con Tu Grandeza”. El que es conciente de que debe todo a Dios, se entrega a Él desde esa comprensión y participa de Su riqueza. Por eso los sufíes dicen “el fakir es el sultán”. “No hay nada, sino Dios”. Es la sabiduría práctica de la Unidad Divina que el Islam expresa con el testimonio de Fe: La illaha illa Allah.

La pobreza es el grado máximo de humildad y desprendimiento. En el Cristianismo está bien definida por San Pablo cuando dice: “Si alguno cree ser algo, cuando en realidad no es nada, se engaña a sí mismo”. Si la criatura no es nada por sí misma, pues no tiene en sí misma su razón suficiente y no posee nada propiamente, desde la perspectiva metafísica, es rigurosamente nula frente al Principio divino y enteramente dependiente de Él. La pobreza de espíritu consiste en ser consciente de todo eso. Y la conciencia inmediata de esa actitud es el desprendimiento. La pobreza espiritual nos guía para salir de la multiplicidad, desprenderse de lo creado, liberarse de lo ilusorio y volver al centro, hacer el camino de retorno a la Unidad, al Origen, a Dios, porque “de Dios venimos y a Él retornaremos”.

Por esta razón, los sufíes identifican la pobreza absoluta con la extinción en Dios (al-faná), que es la extinción del ego que ya no es solicitado por la multiplicidad. La criatura debe aniquilarse, porque, como dice Ibn al-Arif: “Todo lo que no es Dios son velos que Lo ocultan”. Y la primera parte de la vía espiritual es, pues, el vaciarse para Dios: “La salud de la voluntad -dice el mismo autor- consiste en la generosa entrega a Dios de la propia facultad de obrar; en quedarse el sujeto vacío de poder, con el abandono de la libre elección; en permanecer inmóvil ante el curso de los divinos decretos, siendo como el cadáver entre las manos del que lo lava, que le da vueltas como quiere”. También Al-Hallaj nos dice claramente que hay que vaciarse del yo: “Tú eres el velo que oculta a tu propio corazón el secreto de Su misterio”.

Si recordamos siempre nuestra absoluta dependencia de Dios, le invocaremos con devoción con las palabras que Él mismo le comunicó al Profeta Muhammad: “Di: ¡Oh Señor!, aumenta mi ciencia de Ti”. (Corán, Sura 20, Aleya 114).

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

## **Meditar: estar cerca de Dios**

*por Claudio Dossetti*

Meditar es estar cerca de Dios. Así como cuando nos sentamos a la orilla de un arroyo estamos cerca del agua, de modo similar, cuando meditamos, estamos cerca de Dios.

Esa cercanía con Dios es la esencia de la meditación; todo lo demás, es decir, la forma particular en la cual meditamos, cómo respiramos, cómo nos sentamos, en qué horario lo hacemos, durante cuánto tiempo, etc., son cosas, a lo sumo, secundarias.

Esta cercanía con Dios es fruto único y exclusivo del amor que sentimos por el Divino Señor. Así como cuando sentimos amor por un rosal que vive en nuestro jardín nos acercamos diariamente hacia él para verlo y cuidarlo, de modo similar, cuando sentimos amor por el Señor nos acercamos diariamente a Él a través de la meditación, para sentir más vívidamente Su Presencia y cuidar el jardín de nuestro corazón, que es Su Morada.

### La meditación y la vida espiritual

La meditación es algo que se halla íntimamente relacionado con nuestra forma de vida. Es decir, según sea la forma en la cual vivimos, así será nuestra meditación.

La meditación es parte de la vida divina, es decir, no se puede practicar meditación sin tener una vida espiritual, y a su vez, una vida espiritual hace que sintamos la necesidad de la meditación.

¿Qué es una vida espiritual? Es aquella en la cual Dios tiene un lugar preponderante. Es decir, mientras trabajamos en nuestras tareas cotidianas, mientras hablamos con las personas cercanas, mientras caminamos, nos alimentamos, y realizamos cualquier otra acción, Dios debería estar presente en nuestros pensamientos y Su recuerdo debería iluminar nuestro corazón.

De este modo, quien lleva una vida espiritual, nunca se halla solo, porque Dios siempre está junto a él.

### Tener cuidado con lo que hacemos durante el día

Debemos hallarnos atentos a las cosas que hacemos durante el día, y cómo las hacemos, porque cada una de ellas deja una huella en nuestra mente y en nuestro corazón. Si lo que hacemos es bueno, es decir, si lo realizamos con un corazón limpio, con intenciones puras y con buena voluntad, dejará una estela de luz en nuestro corazón, y dicha estela alumbrará nuestras horas de meditación. En caso contrario sucederá lo opuesto.

Así, la meditación bienaventurada y la paz mental son en gran medida frutos del buen obrar.

Por ello, si es nuestra costumbre meditar al atardecer, la preparación para dicha meditación debe comenzar cuando nos despertamos y abrimos los ojos con la primera luz del amanecer.

### Muy importante para meditar: no malquerer a nadie

Si en nuestro corazón habita un sentimiento de rencor u odio o rechazo hacia alguien, no podremos meditar. Esta es una ley absoluta y universal.

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

Si estoy en discordia con alguna persona debo apresurarme para verla, hablar con ella y tratar de hacer que reine la concordia. Este esfuerzo por nuestra parte brindará sus frutos en forma de paz y alegría durante la meditación.

Un corazón enojado, no es un recinto adecuado para que more el Señor. Qüitemos el enojo de nuestro corazón con la ayuda de la buena voluntad, entonces Dios mismo nos llevará por el camino de la meditación.

Sea lo que sea que nos ocurra en la vida, jamás permitamos que el malquerer nos invada.

Todo ocurre por Voluntad del Señor

Si pensamos que las cosas suceden debido a la acción de mi propia voluntad, nuestra meditación estará hueca, porque en ella faltará la Voluntad de Dios.

La radiante luz del Sol no puede convivir con la oscuridad de la noche, de modo similar, la Voluntad de Dios no puede convivir con nuestra propia voluntad. O nos ponemos en manos de Dios, o nos ponemos en las manos de nuestros pensamientos.

El entregarnos a la Voluntad de Dios nos otorga serenidad, nos vuelve más atentos a las necesidades de nuestros semejantes, nos brinda alegría interior y hace que los pensamientos vagabundos que nos inquietan se vayan. El saber que todo se halla bajo la Conciencia y la Guía de Dios nos da paz, y esa paz hace que la meditación esté colmada de Su presencia, y no de nuestros pensamientos.

Ver a Dios en todo

Mientras pensemos que Dios tiene una forma determinada y se encuentra en algún lugar lejano, oculto y poco accesible estaremos irremediamente lejos de Él.

¿Dónde está Dios? Está en los corazones de todos los seres, frente a nuestros ojos, en cada una de las criaturas que vemos, en la persona que tenemos a nuestro lado, en los árboles, en cada fruto, en las estrellas, en la brisa y en nuestro propio interior, también. Todo es Dios y no hay nada que no sea Dios.

Este es el pensamiento que deberíamos albergar cuando vamos a meditar: nos hallamos dentro de Dios, y Dios se halla dentro nuestro.

Son muchas las obras que el ser humano puede realizar en la vida; de todas, la meditación es la más sagrada, la más sublime, y la más necesaria, porqu a través de ella, cuando Dios lo disponga, retornaremos a Él.

Así, dediquemos nuestras vidas al sagrado sendero de la meditación, y al mismo tiempo, ayudemos a que muchas otras almas puedan transitarlo también.

Om. Paz, Paz, Paz.

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

## **El Néctar del Srimad Bhagavatam (IV)**

*Selección realizada por Paula Ontiveros en base a la traducción al castellano de Ada Albrecht*

### ORACIÓN DE VRITRA:

“¡Oh Señor!, Hazme sirviente de Tus sirvientes, permíteme amar a todos Tus devotos, porque ese es un camino totalmente seguro para llegar hasta Ti”.

### DICE EL SEÑOR:

“Mi Querido Amigo, Evidentemente No Conoces Mucho Acerca De Mí. No Soy Una Persona Libre. Puedo Hacer Lo Que Quiero, Pero Lo Más Sagrado Es Que Yo, Dios, pertenezco a Mis devotos”.

CUANDO ALGUIEN se halla en problemas, se halla triste, es el deber de uno hacer todo lo necesario para liberar a esa persona de sus tristezas y problemas. Esta es la ley que nos han legado los sabios y esta misma se aplica para todos los seres humanos.

PONDRÉ MI CORAZÓN a los pies de Dios, el Eterno, me olvidaré de los opuestos, y así, deambularé como un cervatillo en la selva, desnudo de los dos maléficos sentimientos mellizos: “yo soy” y “yo tengo”.

### ORACIÓN DE SUDAMA:

“Todo lo que yo quiero, Mi Señor, es que me otorgues constante devoción hacia Ti. Quiero tener amor por Tus Bhaktas (devotos). Por favor, hazme compasivo con todas las criaturas humanas, con todos los seres vivos. Esto es lo que más deseo en este mundo”.

### LA MIRADA DEL GURU

La gente santa nos purifica en el instante en que sus ojos nos contemplan. Muchos objetos tales como el sol, la luna, las estrellas, el agua, al fuego, etc., incluso la Gran Palabra (OM), purifican, en el sentido en que, cuando son adorados, alejan al devoto de sus pecados. Pero la causa de sus errores, que es la Ignorancia (Ajñāna), no es destruida por esta adoración. Sin embargo, los grandes Sabios pueden remover nuestros pecados y nuestra ignorancia en un mismo instante, y no necesitan de un largo tiempo de adoración para otorgarnos todo esto. Cuando sus ojos descansan sobre nosotros con amor es que sucede ese milagro.

### LO QUE EL SABIO AVADHUTA APRENDIÓ DEL OCÉANO

Cuando la estación de las lluvias cubre las montañas con sus torrentes de agua, las mismas descienden tumultuosamente por sus laderas, pero cuando se introducen en el océano, no le causan a éste ninguna perturbación. Luego, cuando llega el tiempo del verano, las aguas que fluyen son escasas, pero no por ello este disminuye su nivel. De igual modo, el hombre sabio, cuando se encuentra en la garra de las pasiones, no debe permitir que las mismas le afecten, ni que lo depriman cuando sus deseos se hallen frustrados.