

Acharya Satyananda: una reseña

por Marina Kapur

De tanto en tanto, nos preguntamos a nosotros mismos por qué estoy aquí, qué es lo mejor para mí, cómo puedo ser feliz, sano, exitoso, estar en paz, ser una mejor persona y aun así cumplir mis responsabilidades conmigo mismo, mi familia, mi trabajo y el mundo.

Como ayudo a líderes de negocios, a sus compañías y a sus familias a navegar por los negocios, la sociedad y la vida de una manera que refleje su pasión, su propósito y sus prioridades, ésta es una pregunta que se plantea a menudo. Mi respuesta es “comienza con tu propia verdad”. Para vivir en verdad se necesita una comprensión de Quién soy yo. El punto de partida es la auto-realización y la auto-consciencia, sobre qué creación consciente se construye con atención plena y auto-maestría. Cuando me conozco a mí mismo puedo dirigirme a mí mismo, puedo marcar la diferencia. He estado practicando hatha yoga desde 1995. Al leer *Autobiografía de un yogui* años atrás reconocí al Mahavatar Kriya Babaji y quise experimentar el Kriya Yoga original. Este sueño (como muchos otros) se hizo realidad – completé mi iniciación en Kriya Yoga de Babaji en el 2011 con el Yogacharya Satyananda.

¡Qué regalo! Kriya Yoga cubrió todo mi aprendizaje de *Raja Yoga* con *Brahma Kumaris*, *Sudarshan Kriya* y *Padmasadhana* con *El arte de vivir*, *Isha Yoga* con *Isha Foundation*, la formación en *Poder para crear* con *Landmark Education*, y *Gestión del Auto-liderazgo* con *Oxford Leadership Academy*, al igual que Kundalini Yoga y prácticas de Yoga tibetano, que son por sí mismas efectivas, aun así el Kriya Yoga es poderoso más allá de las palabras. Recibir la primera iniciación me inspiró para continuar con el seminario de segunda iniciación, y ahora busco la tercera iniciación avanzada – para continuar profundizando en el viaje para encontrarme conmigo misma y con mi creador.

Como otros voluntarios, ayudé a organizar programas de iniciación y he participado en programas en Singapur, Mumbai, Delhi, Munich y Londres. Cada vez la experiencia ha sido hermosa y diferente. Ahora comprendo por qué no ha sido escrita en detalle – porque “*las palabras no pueden capturar su magia*”.

Muchos iniciados en Kriya experimentan y describen una “*sanación profunda*” y *limpieza* física, emocional, mental y espiritual. El amor y la fe y la acción consciente con atención sustituyen al miedo, la codicia y a las respuestas automática de la conducta. Obtenemos la confianza, el poder y el coraje de tomar decisiones valientes, apoyados por un nivel intensificado de atención, energía vital, inspiración y guía interna, creatividad, pertenencia y una nueva sensación de bienestar, que nos hace sentirnos tranquilos y seguros de que, no importa lo que sea, “*todo está bien*”.

¿Hubo algún conflicto entre el Kriya Yoga y otras prácticas espirituales? No, en ningún caso. El Kriya Yoga de Babaji es un enfoque holístico, integral, sin impulsar ninguna denominación religiosa, un “arte científico” y una práctica puramente espiritual, que revela las secretas y antiguas enseñanzas de los Yoga Siddhas para nosotros en la vida moderna, y combina rituales sagrados de posturas corporales (hatha yoga), respiración consciente (pranayama), meditación (dhyana), canto de mantras (bhakti yoga), silencio (mauna), realización de la verdad (jnana yoga) y realización del Ser (samadhi).

¿Hubo un conflicto entre gurús? ¡No, no del todo! En realidad, siento que mis gurús anteriores me llevaron a Mahavatar Kriya Babaji, y Babaji me está preparando para alinearme con el Creador. Nadie me pidió que me separase de un gurú personal o de una tradición con la que estuviera comprometida, no existe el requisito de tomar a Kriya Babaji como “el único gurú de uno”. Más bien, se nos enseña y se nos guía para que identifiquemos al gurú dentro de nosotros, lo realicemos y nos volvamos uno con él.

¿Hubo algún conflicto entre los requisitos físicos y mi estado de salud? No, en absoluto, todos hacen tanto como es individualmente posible para ellos a cada momento.

Igual que mis compañeros asistentes, fui afortunada de haber tenido al Yogacharya Satyananda como mi guía físico en un momento de tiempo durante mi viaje de regreso a Casa. Sin embargo, cuando le vi por primera vez, vi a un joven aunque ordinario hombre de aspecto europeo, sin rasgos que uno “esperaría” ver cuando se encuentra con un profesor espiritual de un linaje tradicional de gurús de la India – sin barba blanca, sin vestidos naranjas, sin guirnalda, justo un vestido tradicional de Acharya, y definitivamente sin “actitud de gurú”, y me cuestioné cuán efectiva sería su enseñanza. Aun así, como los demás, me sorprendió plazeramente que mi aprensión fuera injustificada. Por el contrario, muchos de nosotros pensamos después, “*no podríamos haber pedido un guía mejor*”. Vimos como su diligente, precisa y paciente “*enseñanza es integral y completa*”, la forma como “*él mezcla su conocimiento de antiguas tradiciones de India, otros sistemas de creencias y a moderna ciencia metafísica, te hace comprender que el sendero de Kriya Yoga es realmente una práctica universal*”, no limitada a una religión, a una secta, a un “ismo”, ni tampoco es una novedad de moda. Con una claridad y simplicidad frescas y vivas, junta e ilustra conceptos, métodos de práctica, filosofía de fondo y ciencia yóguica, propósitos y beneficios, diferencias y similitudes con otras tradiciones, de modo que “la forma holística con la que él integra el qué, el cómo y el por qué elimina dudas, y responde incluso preguntas no formuladas”. La apertura de Satyananda para compartir su sabiduría con una actitud “*genuinamente sincera, humilde y modesta*”, hace el Kriya Yoga “atractivo, accesible y aplicable” a todos: su “*humor inocente hace más ligero el viaje*”. Y esa ligereza nos hace posible a nosotros profundizar más. Creo que, como él ofrece un auténtico espacio para una poderosa experiencia interna – si lo permitimos, y porque él está desapegado del resultado – él sabe que que cada uno de nosotros encontrará nuestro sendero a nuestra verdad personal a nuestra propia velocidad y tiempo, aunque con seguridad, cada uno de nosotros recibe el don de ser tocado en nuestro corazón, un vislumbre de la verdad, una chispa y una sensación de esperanza.

La luz espiritual despierta las almas a su propia belleza interna.

Para mí, Satyananda es un ejemplo práctico y una inspiración sobre cómo nuestra luz espiritual trabaja a través de todos nosotros. Su presencia, actitud y mensaje se reflejan en estas frases que él usa frecuentemente: “**Cualquier cosa que contenga miedo no puede ser la Verdad**”, y “**Nada real puede ser amenazado – nada irreal existe**”, han influenciado profundamente mi perspectiva sobre la verdad, la realidad, la confianza y la paz interna. Al organizar sus programas he presenciado la actitud de Satyananda de compasión y de gratitud. Mientras que yo me enfado y me altero por las pobres condiciones de enseñanza que tiene que tolerar fuera de Europa, él permanece sin hacer juicios y con aceptación. Aun así, me pregunto cómo nosotros, los participantes y voluntarios, podemos recompensar su devoción y compromiso hacia nosotros. Si él puede dejar su privilegiada profesión como psicoterapeuta y psicólogo titulado para servirnos, ¿por qué no podemos ser más conscientes y responsables de forma que podamos asegurar las

mejores condiciones de enseñanza para nosotros? Babaji selecciona a la gente para que sean nuestros guías – estos seres son un don para la humanidad. Por tanto, como mis compañeros voluntarios, estoy agradecida por la oportunidad de servir a Babaji al asistir también a Satyananda. Como dice Karthik en Singapur, “*ser un voluntario me da una inmensa satisfacción, y profundiza mi sadhana a través del karma yoga*”. Esta pasión por servir es compartida, por ejemplo, por Adya, Ashish, Bala, Celia, Jayanth, Joy, Narayani, Narsimhan, Neel, Neschay, Sandeep, Sanjay, Subbiah, Sunil, Tarun, Vimala, Vinod, a los que conozco personalmente, al igual que por otros voluntarios de todo el mundo.

Conforme escribo esto, comprendo porqué Satyananda no considera importante escribir historias sobre sí mismo o sobre su vida. Él no busca la fama, ser gurú o un estatus especial – formas de caer en juegos del ego, aunque su conocimiento, visión y sabiduría son profundos. Su forma de hablar ilustra que él está despierto y sirve como un canal y un mensajero para la enseñanza más elevada del Gran Maestro. Su amor por la soledad y por el silencio interno (a pesar de tener que hablar constantemente) me recuerda a una de sus citas favoritas de Kabir:

“Estaba buscándome. Y no encontré a nadie. Ya no soy más. La gota de rocío está desapareciendo en el océano.”

Me doy cuenta de que hay mucho más de lo que aprendemos. Aun así me acuerdo de las palabras de Satyananda, “*no me creas, encuentra por ti mismo que es verdadero, experimentalo por ti mismo*”. Gracias Satyananda - ¡lo haremos! Marina.

(Las citas de otros estudiantes están en cursiva)

M.D. Satyananda es miembro de la Orden de Acharyas del Kriya Yoga de Babaji desde 2005, y da seminarios de iniciación al Kriya Yoga de Babaji en varios países. Licenciado en Psicología y en Psicoterapia, ha trabajado en clínicas y empresas. Tras estudiar sabiduría espiritual del mundo desde niño y Vedanta y Yoga durante más de una década en India y en Occidente, dedicó varios años exclusivamente al estudio intenso y la práctica del Kriya Yoga de Babaji y a servir al Kriya Yoga de Babaji y a su red de estudiantes por todo el mundo con el karma yoga. Ha realizado varios peregrinajes a santos y a lugares sagrados de la India.

Durante los primeros meses del 2013 Satyananda dará de nuevo seminarios en varias ciudades de India y de Sri Lanka.