

Shaktipat es una antigua técnica de yoga utilizada para despertar la energía kundalini en una persona, la técnica se puede aplicar de forma remota desde cualquier distancia a una persona que viva en cualquier parte del planeta. La energía cósmica emana del cuerpo del shaktipat Guru, y luego de despertar la energía kundalini, regresa al Guru, por lo tanto, el proceso desafía la explicación racional de la ciencia moderna.

El autor es un gurú shaktipat que ha iniciado a muchas personas en el kundalini yoga. Ha recopilado una variedad de respuestas en gran detalle en este libro a grandes preguntas hechas por los practicantes, así como las diversas experiencias y comentarios de los practicantes.

El ha explicado las numerosas complejidades involucradas en la práctica de kundalini yoga junto con el funcionamiento detallado de la técnica shaktipat. Los secretos revelados en este libro pueden ser de gran ayuda para cualquiera que practique kundalini yoga en general y también para los gurús espirituales que rician en el shaktipat a las personas.



Secretos de Shaktipat y Kundalini
Yoga

Colonel T Sreenivasulu

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Volumen - 1 (Preguntas y respuestas)



Colonel T Sreenivasulu

Coronel T Sreenivasulu

Copyright © 2023 T Sreenivasulu

Todos los derechos reservados.

www.sahajananda-ashram.com

Dedicación

Dedico este trabajo a todos los practicantes de kundalini yoga que han tomado la iniciación de shaktipat en el pasado y aquellos que lo harán en el futuro, ellos son mi inspiración.



Su Santidad Swami Sahajananda Tirtha, a la edad de 85 años en el año 2009, el venerable Gurú del autor.

Índice

Agradecimientos.....	vii
Introducción.....	1
Prefacio.....	7
Manifestación de kriyas.....	11
Shaktipat.....	22
Karma, creación, ilusión y escrituras.....	42
Anahata sonido, mente hipersensible, Guru Gita, estado de Tandra y desapego.....	55
Temas generales.....	63
Problemas relacionados con el sexo.....	89
Samadhi, muerte y después de la Muerte.....	103
Cuestiones relacionadas con la energía Kundalini.....	111
Sadhan.....	126
Gunas, tercer ojo, oración y metas.....	174
Asuntos varios.....	181
Glosario.....	190
Ashrams de la Orden Shaktipat.....	195
Monjes de la Orden de Shaktipat.....	200
Sobre el Autor.....	201

Agradecimientos

Siempre estaré en deuda con mi venerable Gurú, su Santidad Swami Sahajananda Tirtha, quien me convirtió en un shaktipat Gurú.

También estoy profundamente en deuda con todos los venerables Gurús de mi linaje de la “Orden de Shaktipat”, cuya sabiduría colectiva ha sido la luz que me ha guiado mientras me aventuraba en las aguas desconocidas de este océano de conocimiento antiguo.

Felicito a todos los practicantes que hicieron posible la compilación de este libro, si ellos no hubieran persistido con sus numerosas dudas sobre el tema, posiblemente no habría explorado mi mente tan profundamente para arrojar luz sobre algunos de los detalles menos conocidos sobre el tema.

Estoy agradecido con el Sr. Nagarajan Chidambaram, uno de los practicantes quien cuidadosamente compiló las principales partes de las conversaciones entre los otros practicantes y yo.

Introducción

La palabra shaktipat significa el descenso de la energía. No es un sistema de yoga independiente. Es simplemente una antigua técnica de yoga, sin embargo, es el yoga más elevado técnica o la madre de todas las técnicas de yoga conocidas por la humanidad. En esto, el poder cósmico supremo se utiliza como técnica. El poder cósmico supremo crea el cosmos tanto a nivel individual como colectivo. Por lo tanto, la desintegración o destrucción eficiente del mundo solo puede ser realizada por el poder cósmico mismo, según los antiguos textos sánscritos cada ser humano es un modelo en miniatura del cosmos, por lo tanto, ya sea a nivel de macrocosmos o microcosmos, el mismo poder cósmico está involucrado en su creación, sustento y desintegración final, como resultado, lo único que existe en el cosmos es este poder supremo. Penetra el cosmos infinito. Incluso la ciencia moderna admite este hecho. Los cuerpos humanos, con su carne, sangre y huesos, también están hechos de este mismo poder cósmico, sin embargo, se desconoce el sustrato subyacente de este vasto e infinito cosmos. Podemos llamarlo Dios, el Todopoderoso, el Brahman, el Atman o la divinidad. Está ampliamente proclamado en todos los textos sánscritos antiguos que el mismo sustrato del cosmos también está

Colonel T Sreenivasulu

penetrando infinitamente en todas partes. Por lo tanto, si se trata de poder cósmico o divino, es lo mismo que dos caras de la misma moneda. Desde esta perspectiva y como proclaman los antiguos textos sánscritos, el ser humano es un modelo en miniatura del cosmos; ¡el mismo sustrato subyacente en forma de divinidad impregna también el cuerpo humano!

La autorrealización para un ser humano se convierte, por lo tanto, en lo único por conocer o realizar. La autorrealización da como resultado también la realización del cosmos. Eso significa que si una gota de agua en un océano se da cuenta de su naturaleza, también conoce el vasto océano, por lo tanto, no hay necesidad de que un ser humano explore las vastas e infinitas profundidades del espacio interestelar e intergaláctico.

La técnica aplicada para lograr esta realización en un ser humano se llama shaktipat. El proceso que se ve afectado por esta técnica se conoce como yoga. El proceso termina en la autorrealización, la salvación, la fusión con el espíritu universal llamado Dios, etc.

Varias técnicas de yoga se han desarrollado desde la antigüedad para lograr este gran objetivo de unir el alma individual con el alma universal, s, sin embargo, debido a la naturaleza gigantesca de la tarea, es imposible que un ser humano afecte este proceso por sí solo. Todas las técnicas de yoga o tántricas aplicadas están orientadas únicamente a lograr un punto de referencia específico. Ese punto de referencia es instigar el poder cósmico saliente de su modo creativo para retraerse. Como resultado, la misma energía cósmica que había creado al ser humano y su mundo individual comienza a desintegrarse destruyendo el karma impreso en sus mentes subconscientes.

Este punto de referencia es lo que se llama el despertar de la energía cósmica, s, sin embargo, no se conoce como despertar en el sentido clásico de la palabra. El poder cósmico todopoderoso, omnisciente y supremo siempre se despierta a medida que entendemos la palabra. Es solo el

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

punto en el que comienza a retraerse del modo creativo y de sustento al modo desintegrador o destructivo, es lo que llamamos "despertar" para facilitar nuestra comprensión del tema.

La energía cósmica despierta en la terminología de los seres humanos se llama el despertar de la energía kundalini. Después de crear un ser humano, se supone que esta energía cósmica permanece en estado latente en la base del sistema cerebro-espinal del cuerpo. También se considera que proyecta o sostiene continuamente la ilusión de "vida" para un ser humano. Esta ilusión es similar a un espejismo en un desierto que da la ilusión óptica del agua.

Este punto de referencia se logra para el practicante en todos los caminos del yoga o sistema tántrico como resultado, no queda nada más por hacer para que el practicante de yoga. ¡Lo que tenga que suceder sucederá sin ningún esfuerzo! La energía cósmica despierta, hace el proceso de desintegrar el mundo o destruir los karmas individuales, después de que comienza a retraerse o colapsar internamente. Esta energía tiene diferentes nombres en distintas prácticas, y, sin embargo, es conocida popularmente como energía kundalini.

Shaktipat es una técnica de yoga exclusiva aplicada para despertar la energía kundalini, se requiere una pequeña explicación aquí para comprender la razón de esta técnica de yoga especializada. La evolución espiritual de un espíritu o el Atman de un ser humano se puede clasificar en términos generales en tres etapas: ¡La primera etapa es antes del despertar de la energía kundalini! En esta etapa, todo el esfuerzo lo pone el practicante de yoga voluntariamente, con el egoísmo coloreando todas las acciones. Todo tipo de adoración a Dios, prácticas de yoga, prácticas tántricas, etc., entran en esta categoría, y, sin embargo, el esfuerzo realizado por el practicante es de una naturaleza muy pequeña, después del despertar de la energía kundalini, el mismo poder cósmico supremo se esfuerza internamente, como resultado, la destrucción del karma acumulado en un ser humano ocurre rápida y aceleradamente, esta segunda etapa termina en la

Colonel T Sreenivasulu

irreflexión o samadhi, como se le llama en los textos sánscritos; la tercera etapa comienza desde aquí, s, sin embargo, no queda más técnica de yoga para esta etapa. Por lo tanto, no hay iniciación conocida en este camino, todos los textos antiguos han permanecido en silencio después de esto, se dice en los textos que el viaje final del alma para lograr su fusión con el alma universal o Dios ocurre por voluntad de Dios.

Por lo tanto, la técnica de shaktipat trata solo con la segunda etapa, s, sin embargo, los seres humanos deben haberatravesado diferentes practicas de yoga en sus diferentes vidas pasadas. A medida que el ser humano se acerca a un punto de referencia particular en el caminos elegidos para despertar la energía cósmica, un Gurú da la iniciación mediante el uso de la técnica de shaktipat. Después de que se hace shaktipat en un ser humano, permanece activo para siempre hasta que se alcanza la salvación. Eso significa que el shaktipat se lleva a su otra vida, , ssin embargo, en cada vida, es obligatorio tomar la iniciación formal de shaktipat con un Gurú de manera formal. Cuando se hace shaktipat en una persona en la que la energía kundalini ya está activa al nacer, se estabiliza en un nivel seguro, en las personas en las que la energía kundalini no se ha activado, se activará por primera vez, siempre que se hayan acercado al nivel de referencia, que he explicado anteriormente.

Por lo tanto, el shaktipat está destinado de alguna manera solo para algunas personas, no se puede dar a nadie, es posible que no funcione incluso si se administra. El destino mismo decide quién está destinado a recibir la iniciación shaktipat. Eso significa que los karmas acumulados por los propios practicantes en sus vidas pasadas o en la vida actual los atraerán hacia el camino de shaktipat. Un Gurú puede aparecer repentinamente de la nada y bendecirlos con shaktipat deeksha. Esto es crucial para entender. Debido a esto, la técnica no es muy popular entre la humanidad, por lo que la gente no suele conocer a los shaktipat Gurus en primer lugar. Probablemente debido a los avances en la tecnología de

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

comunicación moderna, la gente ha escuchado sobre esto en los últimos tiempos, sin embargo, el proceso real de iniciación de shaktipat tiene lugar o depende únicamente de sus karmas acumulados en el pasado. Deseo abstenerme de comentar sobre muchos Gurús en los últimos tiempos que pueden estar ofreciendo dar iniciación de shaktipat a cambio de honorarios, su autenticidad no puede darse por sentada.

El autor de este libro es uno de mis discípulos. Le di una iniciación de shaktipat hace unos 12 años. Incluso ha escrito un libro, "El poder desconocido para Dios", sobre sus experiencias durante el despertar de la energía kundalini. También le he dado el deekshadhikara, o la autorización para dar la iniciación de shaktipat a las personas a principios de 2019. Me ha prestado sus servicios incansablemente desde entonces, dando la iniciación de shaktipat a más de 200 personas en menos de un año.

Mucha gente tiene numerosas dudas sobre el tema, especialmente durante las etapas iniciales luego de tomar la iniciación de shaktipat. La guía de un Gurú es crucial durante tales etapas. Estoy feliz de ver a muchos de sus practicantes sacando numerosas dudas sobre el tema. También me complace ver a tantos de ellos desarrollar kriyas o reacciones en sus cuerpos y narrarlas. La literatura auténtica sobre experiencias personales disponible sobre tales temas es limitada. Por lo tanto, este libro no tiene precio porque se sumará a la literatura existente sobre el tema. Además, los profesionales han explorado la mente del autor con tanta profundidad al plantearle numerosas preguntas que cubren casi todos los aspectos del tema. Por lo tanto, el título del libro "Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga" es muy apropiado.

¡Que este libro siga siendo un faro de conocimiento para todos los practicantes de todos los caminos de kundalini yoga! ¡Que contribuya con las complejidades de los temas menos conocidos relacionados con las complejidades de la práctica del kundalini yoga! En los últimos tiempos, puede haber un volumen masivo de literatura sobre kundalini yoga,

Colonel T Sreenivasulu

pero eso es principalmente de naturaleza teórica. El conocimiento auténtico que se puede aplicar a la práctica física del sistema de yoga es limitado. Por lo tanto, este libro será de gran ayuda para todos los practicantes de yoga. Por último, este libro también será un excelente recurso para todos los shaktipat Gurus que interactúan con sus discípulos.

- Swami Sahajananda Tirtha

Prefacio

Mi venerable Gurú, Su Santidad Swami Sahajananda Tirtha, me otorgó el honor de shaktipat deekshadhikara, o la autorización para dar la iniciación de shaktipat en kundalini yoga, su Santidad tiene ahora 97 años y vive en la ciudad de Vijayawada en el Estado de Andhra Pradesh en India. Ya ha dejado de dar iniciación de shaktipat a las personas directamente desde hace un tiempo. Fui iniciado en kundalini yoga por shaktipat hace casi 12 años por Su Santidad en 2007. He escrito mi primer libro, "El poder desconocido para Dios", publicado en 2014, sobre mis experiencias durante el despertar de la energía kundalini. Posteriormente, el libro se tradujo a 17 idiomas más del mundo y se publicó en varias plataformas importantes como Amazon.

Cuando Su Santidad mencionó esto por primera vez hace unos años, estaba completamente reacio a asumir esta sagrada responsabilidad, sentí que sería una distracción y una carga para mí. Además, mi Gurú ya ha conferido el honor de dar la iniciación de shaktipat a tres de mis compañeros practicantes que han estado en el trabajo desde hace algún tiempo. Además, siempre tuve esta tendencia a evitar asumir cualquier tipo de responsabilidad. Cada vez que creía que un trabajo en particular podía ser manejado por otra persona, simplemente lo evitaba en silencio. Quizás esto esté incorporado en mi sangre, sin embargo, Su Santidad ha estado insistiendo en

Colonel T Sreenivasulu

esto en algunas ocasiones de vez en cuando.

Antes de que mi Gurú abordara este tema de conferirme este honor, se me encomendó la tarea de escribir dos libros más sobre dos temas diferentes. Uno de los temas es la ciencia de dar iniciación shaktipat en kundalini yoga. Esto a raíz de la publicación de mi primer libro. Me sorprendió porque escribir un libro así requiere las habilidades de ser un shaktipat Guru. Además no hay mucha literatura disponible sobre el tema mencionado. Esto significa que no tendría el beneficio de referirme a ningún libro, lo que me ha dado la primera indicación de los planes futuros que tiene mi Gurú para mí.

En 2019, di la iniciación de shaktipat a más de 200 personas de diversos orígenes: religiosos, educativos, profesionales, sociales y étnicos. La lista también incluía a algunos de mis amigos, por lo que estoy agradecido al Todopoderoso por permitirme borrar mi deuda kármica con ellos. El rango de edad tanto para hombres como para mujeres varió de 20 a 75 años. En algunos casos, adolescentes de tan solo trece años incluso se me acercaron para iniciarse con shaktipat en kundalini yoga. Tuve que negarme rotundamente con el pretexto de que todavía eran menores de edad legalmente.

En algunos casos, los propios padres han traído a sus hijos para la iniciación, solo en aquellos casos en los que la participación de los padres estaba allí directamente, pude ceder con mi estricta estipulación de edad. Aparte de esto, tuve que negarme a dar la iniciación de shaktipat a muchos más debido a varias razones, como padecer enfermedades graves, adicción a las drogas, inestabilidad mental, retraso mental, interés creado en tomar la iniciación de shaktipat por ganancias materiales, curiosidad por obtener poderes sobrenaturales. , etc., sin embargo, nunca he discriminado a nadie, incluido personas con problemas de género o con una orientación sexual diferente o con cualquier otro tipo de problemas como la falta de fe en Dios, etc.,

Era consciente de que la gente haría muchas preguntas,

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

especialmente durante las etapas iniciales de la práctica, sin embargo, nunca esperé dar la iniciación de shaktipat a tanta gente en tan poco tiempo. También me sentí abrumado por el volumen y la variedad de preguntas que hicieron los practicantes. En cierto modo, los practicantes me han obligado a explorar mi mente dentro de lo desconocido. De lo contrario, nunca habría explorado tan profundamente. Algunas de las preguntas hechas por los practicantes eran raras desde el punto de vista de su contenido. Por lo general no se encuentran respuestas a tales preguntas, ya que no existe en la literatura del shaktipat y kundalini yoga. La idea de recopilar mis respuestas a las preguntas nunca se me ocurrió inicialmente. Esto fue sugerido por uno de los practicantes tiempo después, sin embargo, muchas preguntas y respuestas ya se habían perdido en ese momento y desafortunadamente, ahora no recuerdo esas preguntas y respuestas.

Más tarde tuve la idea de recopilar las experiencias también de diferentes practicantes para que se sumaran a la literatura existente sobre la ciencia de la iniciación de shaktipat en kundalini yoga.

La mayoría de mis respuestas a las preguntas no son nuevas desde el punto de vista de su contenido, son consistentes con el bien conocido fenómeno expuesto por varios Gurús del linaje shaktipat, sin embargo, algunas de las preguntas han sido respondidas con una ligera modificación para que el mensaje pueda ser entendido por una amplia gama de personas con diferentes antecedentes. He hecho todo lo posible para mantener las diversas enseñanzas religiosas y filosóficas fuera de la discusión. Me he adherido estrictamente a las enseñanzas de los textos de yoga.

Este libro es básicamente la compilación de varias preguntas hechas por los practicantes que han recibido la iniciación de shaktipat por mí y sus experiencias directas después de la iniciación de shaktipat. También se han incluido algunas preguntas hechas por otros practicantes que no han sido iniciados por mí. Algunas de las preguntas hechas por los practicantes no se han incluido deliberadamente porque eran

Colonel T Sreenivasulu

demasiado personales y este libro se habría abarrotado.

Una gran cantidad de literatura está disponible en todo el mundo en muchos idiomas relacionados con la práctica del kundalini yoga, sin embargo, la literatura disponible trata principalmente sobre el despertar de la energía kundalini a través de varios métodos independientes como Ashtanga yoga o Raja yoga. La literatura disponible sobre la iniciación de shaktipat en kundalini yoga es generalmente limitada. Además, las experiencias personales auténticas rara vez se hacen públicas. Por lo tanto, este libro beneficiará a todos los practicantes de kundalini yoga de varios linajes. Un lector general puede encontrarlo tanto informativo como educativo.

Estos son los secretos de valientes discípulos que se aventuraron en las aguas desconocidas del océano del conocimiento.

¡Que el poder cósmico supremo en forma de energía kundalini despierte en sus cuerpos y los guíe con seguridad para cruzar este vasto océano de samsara o esta existencia mundana! ¡Que esta iniciación de shaktipat en kundalini yoga los libere a todos para siempre del ciclo de nacimiento y muerte!

Dios los bendiga a todos.

- Autor

Manifestación de kriyas

Kriyas agresivos

Pregunta: Un practicante: Estoy experimentando movimientos en los ojos, movimientos de la cabeza, movimientos del cuerpo (balanceo), diferentes patrones de respiración, sonidos extraños que emanan de la boca, contracciones de los músculos faciales, dolor en la parte inferior de la espalda, activación del chakra raíz y fragancias agradables.

El último cambio son muchos bostezos durante la meditación. Duermo durante el día, lo que nunca solía hacer antes. Era difícil conciliar el sueño por la noche si dormía durante el día. Pero hoy en día, me da sueño alrededor de las 9 de la noche y duermo bien como un bebé, a pesar de dormir durante el día.

Mi respuesta: los Kriyas están sucediendo perfectamente bien, como se supone que deben hacerlo. No hay nada anormal o extraño. Incluso se sabe que los ciclos de sueño se ven afectados después de Shaktipat.

Pregunta: Un practicante: Compartiendo algunas de mis experiencias de la meditación de hoy. Estaba experimentando que mi cuerpo se movía de izquierda a derecha, no físicamente, pero experimenté un movimiento similar a un cambio, como si estuviera en un estado de semiinconsciencia.

Colonel T Sreenivasulu

Pude ver algunas imágenes parecidas a rostros y sentí que estaba a punto de dormir. Entonces recupero mi conciencia. Y después de eso, sentí que algo de mi cuerpo, tal vez el alma o no sé, fue arrastrado hacia el lado superior.

¿Qué tipo de experiencias son estas? Mucha energía fue liberada de mi cuerpo. Y también sentí tirones dos o tres veces, como si un vehículo estuviera arrancando. El descanso es lo mismo que la vibración. Y se experimentó la calma en el chakra de la coronilla, y también la vibración en el tercer ojo.

Mi respuesta: Todos son kriyas únicamente. Todo tipo de tales kriyas también tendrán lugar en el futuro. Y así seguirá durante algunos años.

Sí, incluso el tipo de experiencia flotante también es común. Algunos de nuestros practicantes lo han reportando regularmente.

El movimiento de sacudidas como si un vehículo hubiera arrancado es el signo más típico del despertar de la kundalini. Por lo tanto, no te preocupes por esto en absoluto. De hecho, deberías estar feliz de que tu limpieza de karma haya comenzado rápidamente. Dado que usted ha sido iniciado recientemente, es por eso que podría sentirse de esta manera.

Kriyas relacionados con el egoísmo

Pregunta: Un practicante: Necesito más información sobre la afirmación de su libro: "La mente es humillada por primera vez y se ve obligada a mirar hacia adentro...".

Mi respuesta: El objetivo final de todos los sistemas de yoga es aquietar la mente, desprovista de cualquier pensamiento, sin embargo, esto no significa autorrealización, simplemente significa que la mente se ha rendido por completo. Eso es todo.

Una fina capa de ilusión o Maya todavía está envuelta alrededor del espíritu infinito interior. El practicante aún no está inmerso en la conciencia pura. La conciencia del cuerpo

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

todavía está presente en tales circunstancias. Como resultado, todavía no se experimenta la no dualidad.

Por lo tanto, la mente no va a ninguna parte. Todavía está allí, pero experimenta dicha absoluta en tal estado. No tiene otra función. Algunas personas no optan por la salvación final y les gustaría permanecer así para siempre.

Dado que la mente está quieta, la respiración se detiene. Con eso, todos los procesos biológicos se detienen, se elimina la idea del tiempo. Como resultado, el practicante está efectivamente fuera de la dimensión del espacio-tiempo. Eso significa que todas las leyes de las ciencias físicas se rompen o ya no son aplicables. ¡Pero todavía no hay salvación final o autorrealización!

Lo que sucede a partir de este momento no puede ser explicado por los textos de yoga porque la jurisdicción de estos es solo hasta que la mente se detiene.

La salvación final está obviamente bajo la voluntad divina. Nada se sabe sobre este viaje final del alma. En algún momento, la unión final con Dios se ve afectada y el espíritu abandona el cuerpo.

Sin embargo, algunos caballeros han desafiado estas leyes y permanecieron en el cuerpo, ¡y todos ustedes saben quiénes eran esos caballeros!

Por lo tanto, en mi primer libro, escribí que no podía comentar más sobre tales caballeros; Rama, Krishna, Buda, Mahavir Jain, Jesús, Mohammad, Guru Nanak y otros que fueron aclamados como encarnaciones divinas. Yo también estoy como tú en este momento, luchando por mi salvación. También estoy dentro de los parámetros de la ilusión cósmica.

Kriyas relacionados con el tacto

Pregunta: Un practicante: Hoy a la una de la madrugada me levanté para meditar porque no podía dormir debido a una

Colonel T Sreenivasulu

sensación agradable en la cabeza. Empecé a hacer una de las prácticas de kriya yoga. Cuando llegué al chakra Anahata, comenzó un canto involuntario del mantra "ñame" durante unos 10 minutos.

No pude contener mis lágrimas. Todo el cuerpo fue cargado. Todos los folículos pilosos del cuerpo estaban de pie, y el cabello del cráneo se movió de repente como si alguien me hubiera tocado. Esto rompió mi concentración y tuve que abrir los ojos, sentí la presencia de seres externos o de algunos espíritus muchas veces.

Mi respuesta: No hay nada que temer. Lo que sea que te haya pasado es todo kriyas, sin embargo, trate de no detener las kriyas mientras están sucediendo. Con respecto a tu pregunta sobre los espíritus externos, etc., todos tus karmas relacionados con el miedo se estaban limpiando. al contrario, no hay nada de qué preocuparse en absoluto. Continúe con su práctica de la misma manera.

Pregunta: Un practicante: ¿Es posible experimentar un alma divina en el cuerpo, como la tengo hoy, y sentir que alguien me toca las manos?

Después de un tiempo, sentí que un alma divina había entrado en mi cuerpo y estaba respirando solo desde mi corazón. La paz y la necesidad de sentarse en ese estado estaban allí. Llevaba hora y media sentada sin conciencia del cuerpo, sin movimiento. Me desperté en estado de shock cuando sonó el timbre de mi puerta.

Mi respuesta: ¡ Esto no se debe a que ninguna entidad divina esté presente en tu cuerpo! Es solamente la energía kundalini despierta. A veces las personas experimentan ese tipo de kriyas como si alguien les hubiera tocado el cuerpo. Es una kriya común.

Pero amablemente, no dejes de practicar y abre los ojos durante ese tiempo, sigue observando en silencio el fenómeno como un espectador mudo. No hay necesidad de

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

preocuparse por eso en absoluto. De hecho, deberías estar feliz de experimentar las kriyas.

Comentario de otro practicante: Oh. Ahora, entiendo por qué el mío ha sido tan sutil durante los últimos 15 días y ahora finalmente no se nota. Además, mis reacciones a comportamientos externos, situaciones, influencias, etc., casi no están ahora. Me alegra saber que estoy navegando en el mismo barco.

Kriyas cerebrales

Pregunta: Un practicante: Tengo una pregunta. ¿Alguien ha informado que se desmayó por completo? Estoy tratando de averiguar si el latido dentro de la cabeza y la frente es una condición médica o se debe a la meditación. Me desmayé hace un rato hoy, sudando copiosamente y mi cabeza palpitando.

Mi respuesta: Es una kriya común que ocurre en la región cerebral. Una persona siente que está a punto de perder el conocimiento en cualquier momento. ¡Durante unos segundos, sucede de hecho, a veces! Pero no causará ningún efecto adverso. Eso significa que no ocurrirá mientras conduce, etc. La energía cósmica que todo lo sabe lo protege todo el tiempo. No tenemos registro de ningún efecto adverso experimentado por nadie en nuestra Orden Shaktipat.

Pesadez en la cabeza

Pregunta: Un practicante: La iniciación de Shaktipat sucedió para mí hoy a las 7:00 AM. Aunque al instante no pude sentir nada, ahora estoy experimentando algo de pesadez en mi cabeza.

Mi respuesta: Por favor, no te preocupes por eso en absoluto, son kriyas únicamente. No te harán daño de ninguna manera. La pesadez en la cabeza es una reacción muy común. Ocurre cada vez que la energía cósmica enfrenta una fuerte oposición dentro de la mente en forma de fuertes

Colonel T Sreenivasulu

karmas o impresiones sensuales. Como resultado de esta batalla interna que sucede en el interior, la reacción se experimenta como una pesadez en la cabeza.

Puede experimentar esta sensación de forma intermitente de vez en cuando, pero durante un período prolongado, tal vez algunos años en algunos casos. Pero no tendrá ningún efecto adverso en su salud, solo necesitas soportarlo. Esto es por tu bien.

Kriya y karma

Pregunta: Un practicante: Me gustaría compartir las experiencias de mi segundo día de sadhan. Pude permanecer en meditación por un poco más de 2 horas. Tuve visiones de tres cosas. Lo sentí pero no muy claro; una serpiente dormida desde la distancia pero sin moverse, simplemente tirada en el suelo, un solo ojo, innumerables flores de color naranja a la distancia y fuego a una escala enorme como un campo en llamas, pero no muy claro.

Movimientos corporales, muchas asanas y mudra de manos, que cambiaron de apretar al Gyan mudra y luego a otros tipos, muchos "bandhas, rechakas, poorakas, Muladhara bandha, udiyan y Jalandhar bandhas", varias veces, "Chakri". como movimientos como asanas, "bandhas" acostados, respiración dificultosa, etc. Pero me pregunto si esto es algo que yo hago o provocho involuntariamente; como practicaba el 85% de esto antes, también podría surgir de manera subconsciente.

Experimenté algunos movimientos corporales nuevos que nunca había hecho. Necesito tu guía con respecto a cómo se comunica el shakti y cómo entender lo que quiere que hagas bajo kriya. ¡A veces, me confundo acerca de lo que sigue!

Mi respuesta: ¡Vale! Por favor, no te preocupes demasiado por eso. Usted mismo obtendrá la respuesta a medida que pase el tiempo. Hay una frágil línea de diferenciación entre kriya y karma. Por ejemplo, se llama kriya si mueve la mano

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

involuntariamente. De lo contrario, si lo mueves voluntariamente, obviamente es karma. En nuestro camino, se supone que no debes cometer karma fresco.

Por lo tanto, usted es el mejor juez, sin embargo, la energía kundalini despierta te otorgará la comprensión requerida. Por lo tanto, continúe con su práctica de la misma manera.

Kriyas relacionados con el audio

Pregunta: Un practicante: Empecé a escuchar algunos mantras en sánscrito durante mi meditación de hoy.

Mi respuesta: Durante la meditación, a veces tienen lugar kriyas específicas relacionadas con el audio, como escuchar algunos versos en sánscrito o en otros idiomas que el practicante nunca ha aprendido. A veces, los mismos practicantes comienzan a cantar en esos idiomas desconocidos.

Es un fenómeno que desafía todas las explicaciones racionales de la ciencia moderna. Otro practicante ha pasado por tales kriyas hoy por la mañana, se compuso un poema en hindi en su mente, aunque el practicante no sabe cómo escribir poesía. Más tarde ese mismo día, durante otra sesión de meditación, se compuso un verso en sánscrito en la mente del mismo practicante.

Pregunta: Un practicante: Acabo de hacer sadhan y tuve una experiencia singular que me gustaría compartir con ustedes. Los últimos días durante el sadhan, he estado emitiendo sonidos mientras sacudía y asentía con la cabeza rápidamente, a veces acompañado de movimientos rápidos de las manos.

Hoy los sonidos eran más como un canto gutural. ¡Una parte de mí quería reírse porque estaba sucediendo de manera extraña!, de repente, una profunda voz masculina salió de mi boca cantando en un idioma que nunca había escuchado, con movimientos de manos particulares como agitar un sonajero o algo así. Las palabras 'curandero' vinieron a mi conciencia. Esto sucedió un par de veces durante el sadhan.

Colonel T Sreenivasulu

No le agrego nada, ni mantendré ninguna expectativa de su devolución. Mi instinto me dice que necesito empezar a aprender sánscrito y recitar o hacer japa. ¿Cuál es tu opinión?

No estoy seguro de dónde viene este sentimiento; kriya shakti. ¡Egoísmo en mente, quiero decir, que está tratando de distraerme, tal vez! Podría basarse en mi experiencia en sadhan, especialmente con los sonidos que emanan de mi boca, que no he aprendido previamente. Además, hablar involuntariamente con mi lengua en algún tipo de idioma que ni siquiera entiendo. De ahí viene mi interés, supongo.

Mi respuesta: Todas son kriyas solamente. No hay necesidad de reflexionar sobre ellos, si te inclinas a cantar algún sonido durante la sesión de sadhan, entonces hazlo porque también se considera kriya solamente.

No hay necesidad como tal de aprender sánscrito. Todas estas inclinaciones son kriyas debido a karmas que se han acumulados en el pasado. En vidas pasadas, debes haber tenido algún tipo de relación sólida con el sánscrito y la recitación de mantras.

Hace mucho tiempo, le hice la misma pregunta a mi Gurú Ji, Su Santidad, sobre mí, su Santidad me dijo que no hacía falta porque solo estaría perdiendo el tiempo. Por supuesto, Su Santidad tenía razón. Desde el punto de vista del yoga, técnicamente, no es obligatorio. Innecesariamente comenzarás a acumular nuevo karma.

Sin embargo, hay una trampa aquí. Tu inspiración para aprender sánscrito proviene de karmas acumulados en el pasado. Eso significa que parece ser un kriya, lo que implica que se supone que no debes detenerlo. El conocimiento del sánscrito y los mantras te ayudarán en el futuro si decides escribir algún libro.

Por lo tanto, ciertamente puedes aprender el alfabeto sánscrito, sin embargo, no necesitas perder el tiempo tratando de dominar el idioma, . parece que es una kriya para ti ahora

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

mismo. Veamos qué sucede en el futuro. No hay nada malo en aprender el alfabeto sánscrito, al menos. Por favor, concéntrese en que la pronunciación del sánscrito suene correcta. Aunque técnicamente no se requiere tal conocimiento desde el punto de vista del yoga.

El objetivo es lograr una comprensión profunda del conocimiento de los tattvas o elementos. lo que equivale a poderes sobrenaturales, que estamos discutiendo aquí. Pero ese es un gran NO para que los sadhakas se concentren porque detendrá inmediatamente el crecimiento espiritual. Por lo tanto, uno tiene que tener mucho cuidado al aventurarse en ese campo. Es necesaria una estricta disciplina.

De lo contrario, la mente puede ser engañada en ese camino sin que el sadhaka se dé cuenta. Por lo tanto, su interés en aprender sánscrito y hacer "Japa" o cantar debe realizarse en un entorno controlado. Esto es muy crucial. No hacerlo tampoco resolverá el problema de quemar karmas. por lo que, ¡es un camino delicado para andar! No sé cuánto estás inspirado en este momento sobre esto. Pero por favor recuerda no excederte.

Kriyas violentas

Pregunta: Un practicante: ¿podemos obligar al cuerpo a soportar las kriyas cuando son violentas?

Mi respuesta: Se vuelve muy incómodo o insostenible. Es por eso que la ceremonia de iniciación se lleva a cabo durante tres días para que el Gurú pueda observar de cerca al practicante en caso de que las kriyas se desarrollen agresivamente. ¡Una cosa más! Hasta ahora, hemos hablado solo de los kriyas burdos experimentados en el cuerpo.

Cuando kriyas se manifiesta en la rutina diaria de una persona, el ritmo de desarrollo del destino será muy rápido. Los eventos comienzan a suceder a toda velocidad. Esa es la razón por la cual las kriyas necesitan ser controladas. Pero tranquilono te asustes. ¡No hay nada de qué preocuparse

Colonel T Sreenivasulu

cuando has tomado la iniciación en Shaktipat formalmente con un Gurú! Estas cosas causan preocupación a aquellos que aún no han sido iniciados.

Pregunta: Un practicante: Si nos resistimos a las kriyas violentas, ¿es posible que se manifiesten de formas más violentas en lugar de volverse inactivas y manifestarse de nuevo en el momento adecuado?

Mi respuesta: Sí, sucede de esa manera. De hecho, la energía cósmica también es consciente del estado mental del practicante todo el tiempo. La energía cósmica es omnisciente y plenamente consciente. De hecho, el intelecto humano es sólo una forma burda de esta energía cósmica.

Por lo tanto, no intentes resistirte a las kriyas a menos que sea inevitable, como si estuvieras en un lugar público, el flujo de energía fuera demasiado, o un invitado llamará a la puerta, etc. De lo contrario, los karmas obviamente se limpiarán. más tarde, pero podrían manifestarse más violentamente.

Recuerde que se supone que debe permanecer sentado como un espectador mudo cuando se manifiestan las kriyas. Eso significa que no debes hacer nada. En tal escenario, si te resistes a las kriyas, ya sean violentas o no, ese mismo acto de resistencia teñido de egoísmo se convertirá en nuevo karma. Ese karma fresco también tendrá que ser limpiado más adelante. Por lo tanto, el mismo tipo de kriya podría manifestarse más violentamente más adelante.

Pregunta: Un practicante: He estado experimentando demasiado flujo de energía en mi cuerpo y lo encuentro muy incómodo de soportar. También me estoy asustando un poco con esta kriya. ¿Qué hacer en caso de que no pueda contactarlos en esos momentos?

Mi respuesta: Por favor, no te preocupes por eso. En caso de flujo de energía excesivo, deten la practica por unos días. Desvía tu mente a cosas materialistas. Ir de compras, etc. Hacer cualquier cosa que no sea espiritual.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Más tarde podrás iniciarlo nuevamente. Así es como debes controlar los kriyas cuando se manifiestan agresivamente o cuando no quieres que se manifiesten. Es sólo una acción temporal. Después de un tiempo, uno puede empezar a practicar de nuevo. Esto sucedió con algunos de nuestros otros practicantes. Les hice detener la práctica durante casi una semana o diez días. Esto se aconseja cuando el flujo de energía no es soportable y se vuelve incómodo.

Pregunta: Un practicante: Cuando medité anoche, las kriyas eran insoportables. Estaba sintiendo un poco de incomodidad. ¿Qué hacer en tales circunstancias?

Mi respuesta: cuando suceden las kriyas y sientes incomodidad, sopórtalo. Está sucediendo solo por tu bien. Podría volverse más desagradable en el futuro. Pero tienes que soportar eso también. Así es como se ve afectada la limpieza de tu karma.

Shaktipat

Origen de Shaktipat

Pregunta: Un practicante: 'Todavía me lo pregunto ¿Cuáles es el origen del Shaktipat? ¿Cómo llegó a ser como es ahora? ¿Es o no es un secreto por qué?'

Mi respuesta: Hay tres etapas en la evolución espiritual de una persona, en términos generales. En la primera etapa, la técnica aplicada se llama anavee deeksha o "iniciación atómica".

Todo tipo de adoración a Dios realizada por un ser humano, incluida la práctica de varias técnicas de yoga o tantra antes de despertar la energía kundalini, entra en esta categoría.

Eso significa que no vale nada; lo hace una persona teñida de egoísmo, aunque algún tipo de iniciación debe haber sido dada por un Gurú. Este esfuerzo se considera tan diminuto para Dios. Por eso se llama "iniciación atómica".

Después de que una persona hace este tipo de práctica durante varias vidas prolongadas, llega a la segunda etapa. La persona se vuelve elegible para recibir la iniciación de Shaktipat. En esta etapa, un gurú despierta directamente la energía kundalini al realizar Shaktipat. Debido a esto, muy pocas personas reciben la iniciación de Shaktipat en general.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

De lo contrario, la mayor parte de la humanidad que busca el crecimiento espiritual cae dentro de la primera categoría. Por lo tanto, la Orden Shaktipat se ha mantenido en secreto por naturaleza. Nadie sabe cuándo comenzó o por qué ha sido así.

La evolución y el crecimiento espiritual de la raza humana deben haber sido ordenados por la naturaleza en el curso natural del tiempo. ¡Solo imagina! La humanidad existe desde hace bastante tiempo. Al menos ya estaba muy evolucionado mucho antes del advenimiento de las religiones modernas como el budismo, el jainismo, el cristianismo, el islamismo, el sijismo y otras religiones. ¿Qué pasa con el período anterior a este? Por ejemplo, sabemos que los egipcios construyeron pirámides. Del mismo modo, escuchamos sobre la civilización maya, etc.,

Hoy especulamos sobre las diversas teorías. Aún así, la evolución humana estaba en un estado altamente desarrollado. En lo que respecta a los sistemas de yoga como Ashtanga yoga, Raja yoga y Shaktipat, también existían. Pero no tenemos idea de cuándo comenzaron.

En la India, solo tenemos algunas referencias en textos sánscritos antiguos como "Ramayan", que el príncipe Rama recibió la iniciación de Shaktipat por su gurú, el sabio Vashista. No es asunto de un practicante de yoga preocuparse por cosas tan académicas.

Un practicante de yoga busca la experiencia directa, al igual que un paciente consume la medicina y no se preocupa por la parte de farmacia o bioquímica, o cómo funciona dentro de un cuerpo humano.

También puede buscar en Google la información. pero toda esta información no puede tomarse como confiable

Pregunta: El mismo practicante: Entonces, hacemos nuestra práctica y te rendimos homenaje, ¡y el resultado será el que es! ¿Sin expectativas?

Mi respuesta: no puedes tener expectativas simplemente porque no tienes idea de los altos volúmenes de karma que acumulaste en tus vidas pasadas. Ese es el problema.

Sin embargo, obtendrá una buena percepción de su práctica en función de la transformación en su mente. Pero nada se puede decir de la parte de la salvación ya que está en manos de Dios.

Solo como dato todo lo que Shaktipat puede hacer por ti es llevarte al nivel de samadhi o un estado sin pensamientos, esto por sí mismo es un estado espiritual muy Elevado, en el que una persona adquiere incluso poderes sobrenaturales..

Pregunta: Un practicante: ¿Shaktipat también ayudará con nuestro progreso espiritual en vidas futuras? ¿nuestro sadhan o práctica continuará automáticamente desde donde podríamos dejarlo en nuestra actual vida?

Mi respuesta: Sí, todos los textos de yoga han insistido en esto, sin embargo, la iniciación de Shaktipat debe tomarse formalmente con un Gurú en cada vida. La ocurrencia de esta formalidad parece estar más o menos predestinada. ¡Por supuesto! Dependerá también del karma acumulado en sus vidas anteriores.

Pregunta: Un practicante: Incluso después de tomar la iniciación de Shaktipat, ¿hay alguna posibilidad de que la energía kundalini no se despierte a pesar de que el discípulo medite todos los días?

Mi respuesta: la iniciación de Shaktipat es similar a encender fuego en el pajar del karma, si las condiciones no son propicias, la hierba no se incendiará. Por ejemplo, si la hierba está mojada o llueve en el momento de encender el fuego., es posible que el fuego no se encienda correctamente.

De la misma forma, la manifestación de kriya depende de las condiciones mentales predominantes cuando se toma la iniciación de Shaktipat. Estas condiciones pueden ser

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

temporales, como si la mente del practicante no estuviera tranquila.

También podría deberse al karma acumulado en mente. La mente ya habría cumplido la condición requerida al adquirir algún equilibrio de las tres "gunas"; (Rajas, Tamas, Satvic) o cualidades. De lo contrario, esa persona no habría podido conocer a un Gurú y recibir la iniciación de Shaktipat en primer lugar. Ahora permítanme volver un poco a nuestra discusión original.

El fuego que no se enciende de inmediato podría deberse a alguna alteración menor. Por ejemplo, la mente aún puede necesitar ser más estable con las tres gunas o cualidades, significa que una persona puede tener demasiada cualidad de Rajas o Tamas.

La solución es practicar el mantra con la mente enfocada en el Guru. el Shaktipat una vez hecho, permanecerá activo para siempre. La chispa del fuego espiritual no se extinguirá como sucede con el fuego físico. Permanecerá latente si el practicante no practica. Pero no morirá.

Todo depende del practicante para asegurarse de que la llama encendida sea atendida para que comience a quemar el karma. Una vez que el fuego sea lo suficientemente grande, el esfuerzo requerido será menor. Por lo tanto, no existe el no despertar después de que se da la iniciación de Shaktipat; el mismo acto de iniciación Shaktipat significa despertar la energía kundalini.

La energía cósmica emana del cuerpo del Gurú. Después de despertar la energía kundalini del practicante, regresa al Gurú.

¡Otra cuestión a tener en cuenta es que un practicante puede no estar experimentando las kriyas! Pero eso no significa que las kriyas no estén teniendo lugar dentro del cuerpo, la mente o el intelecto.

Por ejemplo, en un practicante ya despierto en vidas anteriores, las reacciones pueden ser muy sutiles en la vida

Colonel T Sreenivasulu

actual. Muchos practicantes dudan si se están realizando kriyas o no.

Pregunta: Un practicante: ¿Cuál es la estipulación de edad mínima para iniciarse en Shaktipat?

Mi respuesta: técnicamente no hay restricción de edad. Pero no le doy la iniciación de Shaktipat a nadie a menos que él o ella supere la estipulación legal de edad minoritaria. Idealmente, la persona debe tener al menos 21 años o edad legal para contraer matrimonio.

Esto debido ha que ha existido casos en los que los padres y miembros de la familia comenzaron a pelear con el Gurú cuando su hijos desarrollaron kriyas o reacciones agresivas debido a la iniciación de Shaktipat, si están al menos fuera de la restricción de edad de la minoría, entonces el Gurú está seguro legalmente. En caso contrario, se requerirá el consentimiento del padre o tutor. Por lo general, Shaktipat Gurus evita meterse en tales problemas.

Además, también tiene sentido esperar hasta que los niños maduren mentalmente antes de recibir la iniciación espiritual. Tuve que rechazar muchas de esas solicitudes. A veces, incluso los adolescentes se me acercaban directamente sin el conocimiento de sus padres.

Pregunta: Un practicante: Cuestiono si Shaktipat se puede usar como una modalidad de curación en personas con una enfermedad mental como la esquizofrenia o cualquier otra. ¿Se pueden limpiar estos patrones kármicos a través de Shaktipat?

Mi respuesta: No, claro que no, por dos razones. En primer lugar, no funcionará de esa manera en absoluto. No podrán recibir el Shaktipat. En segundo lugar, es precario dar Shaktipat a esas personas. La reacción podría manifestarse de manera contraproducente. Puede volverse salvaje y no ser controlable.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Pregunta: Un practicante: ¿si la intensidad es insuficiente, ¿puede el Guru intensificarla aun más?

Mi respuesta: si un practicante no practica, la intensidad no aumentará. Por lo tanto, si una persona no practica en absoluto, entonces no hay nada que pueda hacer un Gurú para obligar a su karma a quemarse.

No hay final para estas cosas. Entonces la siguiente pregunta sería por qué un practicante no puede obtener moksha o salvación sin practicar simplemente con las bendiciones del Gurú. Ni siquiera Dios cambiará a una persona si ella no se cambia a sí misma internamente.

Una historia diferente es que un Gurú pueda acelerar el proceso de quemar karmas, pero si un discípulo espera esto de un Gurú, es igual a burlarse del sistema de yoga.

Es posible que todos hayan leído en textos antiguos que un Gurú capaz puede otorgar un alto nivel de ascensión espiritual al instante si lo desea. Esto es posible teóricamente. Pero este tipo de expectativa por parte de los estudiantes generará pereza en su práctica. Por eso no sucede así en el curso ordinario de los acontecimientos.

Debido a algún tipo de vínculo kármico, tal clase de elevación instantánea puede ser una rara ocasión. Otro problema es que cada Gurú que es un médium para otorgar la iniciación de Shaktipat puede no estar en una posición tan alta para dar una ascensión espiritual instantánea. Por lo tanto, este aspecto debe entenderse de manera integral, teniendo en cuenta todos los problemas mencionados anteriormente.

Pregunta: Un practicante: Estoy haciendo una pregunta difícil, supongo. ¿Cómo sé que el linaje Shaktipat no es un tipo de sistema piramidal similar a muchos sistemas Illuminati?

No quiero dar mi energía a un sistema piramidal. Este es difícil para mí de superar, siempre sospecho un poco de las organizaciones. Espero no haberlos ofendido, pero es mi

Colonel T Sreenivasulu

honesto y sincera preocupación, solo quiero que lo mejor evolucione en beneficio de todos.

Mi respuesta: No me ofendo en absoluto. Entiendo tu dilema. No tengo ni idea de los otros sistemas que has mencionado, solo he oído hablar de ellos, pero mi conocimiento sobre ellos es nulo, por lo tanto, no puedo comentar sobre ellos.

Sin embargo, conoce nuestro sistema. Eres el mejor juez para decidir si Shaktipat es un sistema auténtico. Por supuesto, estoy hablando de nuestro linaje de Shaktipat Gurus y no de otros linajes de Shaktipat.

Le sugiero que vaya por su experiencia directa y tome la llamada. Es después de todo, una decisión que cambiará tu vida. Me he experimentado a mí mismo directamente en todo lo que he escrito en el libro "El poder desconocido de Dios", he escrito el libro solo debido a la dirección de mi Guru ji, Su Santidad Swami Sahajananda Tirtha, y tuhas decidido emprender este camino después de leer el mismo libro.

Pregunta: El mismo practicante: Creo en su honestidad, por eso pregunté. ¡Pero hay tantos sistemas de creencias falsas, incluso en el mundo espiritual!

Mi respuesta: Sí, por supuesto. Así ha sido creado el mundo por Dios, como un bosque. Tienes todo tipo de vegetación. Por lo tanto, no tiene sentido maldecir a la humanidad; porque también es creado por el mismo Dios que te creó a ti, si solo se hubiera creado un tipo de especie, ya sea en el reino animal o en el reino vegetal, no existiría ninguna variedad en la creación.

Pregunta: El mismo practicante: Esa es la dificultad; de encontrar el camino correcto, solo quiero el correcto; He terminado con todo el resto.

Mi respuesta: Depende de cuán sincero seas desde el fondo de tu corazón para buscar la gracia divina. No depende de tu capacidad intelectual elegir el camino correcto. Hay un dicho

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

en los textos sánscritos antiguos, solo se requieren tres cosas para que un ser humano alcance la salvación. Un nacimiento humano, un ardiente deseo de buscar la gracia divina y un Gurú, ¡y se acabó el juego con Dios!

Pregunta: El mismo practicante: Sí, pero no por ingenuidad.

Mi respuesta: entiendo tu dilema. Pero no sucede de esa manera; al menos, eso es lo que todos los textos sánscritos antiguos han estado insistiendo. Mi creencia también está de acuerdo con los textos. Un nacimiento humano, un deseo ardiente por la gracia divina y un Gurú; entonces el juego ha terminado para un ser humano así. Bendito sea tal ser humano eterno.

Pregunta: Un practicante: Me gustaría preguntar sobre la iniciación para comunicarse con Dioses y Diosas; ¿tiene algo que ver con el sistema Shaktipat? Después de la iniciación de Shaktipat, ¿se inicia también al discípulo para la comunicación con estos arquetipos, o si quisiera tener estas energía, tendría que hacer otras cosas?

Mi respuesta: el sistema Shaktipat no tiene nada que ver con la comunión con Dioses y Diosas. Es un sistema mucho más elevado que la adoración de Dioses y Diosas.

Sin embargo, se cree ampliamente que incluso los dioses y las diosas crean obstáculos para los practicantes en sus etapas avanzadas de práctica de yoga. Por lo tanto, se puede comprender fácilmente que el sistema Shaktipat es un camino completamente diferente. Incluso los seres celestiales necesitan nacer como humanos en el futuro, aunque quizás después de mucho tiempo para su salvación.

Por lo tanto, un practicante después de la iniciación de Shaktipat se encuentra en un juego completamente diferente. Más bien después de la iniciación de Shaktipat es el principio del fin del juego entre el practicante y Dios.

Pregunta: Un practicante: Me gustaría saber si, con el despertar de kundalini por Shaktipat, solo se activa el aspecto

femenino de esta fuerza. ¿Y qué debemos hacer si necesitamos despertar el aspecto masculino? Interpreto a Shaktipat como el aspecto femenino activado, no como el masculino.

Mi respuesta: solo el aspecto femenino de lo divino se despierta después de Shaktipat. Termina en una etapa llamada samadhi. Pero es el estado inferior de samadhi en el que termina. Es un estado de irreflexión; todos los poderes sobrenaturales también se manifiestan en esta etapa. A partir de esta etapa, la siguiente fase de ascensión espiritual comienza con la activación del aspecto masculino de la divinidad, sin embargo, el practicante aún conserva un sentido de dualismo.

Este proceso de activación se llama "Shambhavi" deeksha o iniciación. Pero el truco aquí es que no hay iniciación real como tal en esta etapa porque el practicante ya está en posesión de todos los poderes sobrenaturales. Algunos gurús espirituales afirman hoy en día que pueden dar esta deeksha de Shambhavi directamente. Pero nuestro camino no está de acuerdo con tal afirmación basada en las enseñanzas de nuestros Gurús del linaje Shaktipat.

Además, un practicante que llega a tal etapa incluso abandona el cuerpo humano voluntariamente. Eso significa que el practicante se libera del ciclo del nacimiento, sin embargo, permanece en el cuerpo sutil, espíritu, Atma o cuerpo fantasma, como muchos lo denominan en diferentes culturas. En este cuerpo sutil, se activa el aspecto masculino de lo divino, denominado "Shambhu" o Señor Shiva.

Entonces comienza la última fase de la ascensión espiritual. Esta última fase continúa durante un período muy prolongado; eones, las líneas de tiempo son inimaginables. Durante esta fase final de ascensión espiritual, el cuerpo sutil puede vivir en diferentes dimensiones o incluso asumir cuerpos celestes como estrellas, planetas, lunas, asteroides, etc.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Pregunta: El mismo practicante: Sobre el aspecto del tiempo y el espacio, ¿podemos hacer algo para trascender estas limitaciones para que nuestra manifestación sea "más rápida"?

Y siguiendo el tema, ¿podemos abordar el aspecto masculino ya que Shaktipat ya nos ha colocado en una posición donde lo femenino ya está despierto?

Te pregunto esto porque me llegó este vislumbre; Siento que falta este aspecto masculino después del período en que recibí la iniciación.

Y en cuanto al tiempo y al espacio, sé que podemos trascenderlo o exprimirlo para que se acorte y podamos tener resultados más rápidos, simplemente no sé cómo todavía. Me gustaría, si es posible, hablar de ¿cómo?

Mi respuesta: te respondo por partes;

Parte 1. La única forma de trascender las limitaciones de espacio y tiempo es aquietar la mente. Cuando la mente está quieta, la respiración se detiene. Todos los procesos biológicos se ralentizan cuando la respiración se detiene, incluido el envejecimiento.

Cuando todos los procesos biológicos se ralentizan, se elimina la idea del tiempo. Eso significa que el tiempo deja de existir temporalmente para el practicante mientras la mente esté quieta, solo con una referencia externa posterior, como un reloj, etc., el practicante se da cuenta de que el tiempo ha pasado.

Cuando se elimina la idea de tiempo, se desvanece el concepto de realidad física, que no es más que espacio y tiempo. Eso significa que cuando el tiempo es cero, el espacio deja de existir para el practicante. En pocas palabras, la clave está en la quietud de la mente. Esta quietud depende del karma acumulado dentro de la mente subconsciente. A medida que se limpia el karma, la mente gravita naturalmente hacia el silencio. Eso es precisamente lo que ha comenzado después de Shaktipat.

Colonel T Sreenivasulu

Cuanto más sadhan o práctica realice un discípulo, más rápido se quemarán los karmas. En consecuencia, más rápido se alcanzará el estado de quietud. En consecuencia, más rápido será el proceso de trascender el tiempo y el espacio.

Sin embargo, en los sistemas de yoga independientes como el ashtanga yoga o el raja yoga, se engaña a la mente para que caiga en la quietud, al igual que haces que la mente caiga en un estado de sueño usando ciertos instrumentos como leer un libro o ver la televisión, etc. engañar a la mente será sólo por una duración concisa inicialmente.

Mientras la mente permanece en tal estado de quietud, el practicante logra quemar algunos karmas antes de recaer en la vigilia normal. Lenta y constantemente, el practicante sigue progresando durante un largo período. Pero todo esto no es necesario después de la iniciación de Shaktipat. Primero se afecta la quema de karmas, y luego la mente gravita naturalmente hacia la quietud, sin recurrir al uso de trucos para aquietar la mente como lo hacen en los sistemas de yoga independientes.

Parte 2. No puedes abordar el problema masculino porque eres ese problema muy masculino. A menos que alcances esa conciencia no lo entenderas. Una vez que obtienes tal conciencia, no queda ninguna otra entidad a la que dirigirte como tal porque eres la misma entidad a la que estás pensando dirigirte en tu estado mental actual. Por lo tanto, es tu estado mental actual el que te hace sentir de esa manera, la única forma de lograr tal conciencia es quemando karmas, como se explica en el párrafo anterior. Por lo tanto, trascender el tiempo y el espacio te llevará a llegar al tema masculino.

Parte 3. Todo el mundo experimenta este llamado problema masculino casi a diario durante unos segundos más o menos, solo que la gente no lo reconoce porque no está acostumbrada. Es similar a un hombre pobre que nunca ha visto un diamante y no puede reconocerlo cuando lo ve

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

accidentalmente. Por lo tanto, no hay nada extraño en que te sientas así. Dios es tu padre. De ahí, el anhelo de conocerlo, sucede de esa manera para los practicantes de yoga. Pero entonces, hay un largo camino por delante. Por lo tanto, ese anhelo de encontrar el aspecto masculino o Dios o el nombre que quieras debería inspirarte a practicar o hacer sadhan más intensamente.

Parte 4. Consulte la explicación dada en el párrafo 1. Lo mismo se aplica a este párrafo también. Puedes acelerar el proceso haciendo tu práctica o sadhan más intensamente. Por supuesto, todo lleva su tiempo. De lo contrario, cualquier sistema colapsará si lo fuerza. Por ejemplo, no se puede obligar a la medicina a actuar más rápido para obtener un alivio rápido de la enfermedad. Es lo mismo aquí, todo lleva una cierta cantidad de tiempo en este mundo. ¿No eres consciente de que los rayos del sol tardan 8 minutos en llegar a nuestro planeta? Por lo tanto, todo toma tiempo en el orden natural de las cosas porque Dios ha creado el mundo de esa manera. Los planetas tardan una cierta cantidad de tiempo en girar alrededor del sol, etc. Espero que hayas captado la esencia, debes centrarse en la idea de la perseverancia y la paciencia. A menudo paga, incluso desde un punto de vista materialista.

Pregunta: Un practicante: ¿Pero por qué Shaktipat es una forma tan "fácil"? Me doy cuenta de que solo hacer sadhan y es suficiente. ¿Por qué, en otros sistemas de yoga, los practicantes tienen mucho más que hacer? ¿Estás seguro de que no es un truco de algunas entidades astrales (Angélica u otras) para atarte? ¿Sabes algo sobre el astral (mundo posterior a la muerte), la luz, el túnel? No sé qué pensar al respecto. Estoy un poco atascado con todo esto. Mi confianza en ti me hace (atreverme) hacer estas preguntas.

Mi respuesta: recibir Shaktipat deeksha o iniciación por parte de cualquier persona es un traslado de su práctica de yoga desde donde la dejaron en su vida anterior. Es posible

Colonel T Sreenivasulu

que todos los humanos que practican yoga en su vida actual no hayan alcanzado ninguna etapa en su vida anterior. Además, también hay diferentes tipos de sistemas de yoga. Por lo tanto, su práctica de yoga se mantiene en su actual vida y comienzan desde donde la dejaron.

Por lo tanto, solo aquellos que estuvieron a punto de alcanzar un estado de equilibrio en sus mentes en una vida anterior o aquellos que ya han recibido Shaktipat Deeksha están destinados a recibir Shaktipat Deeksha en el nacimiento actual. Es un estado mental a partir del cual comienza la quema de karmas. Otros sistemas de yoga y tántricos también están preparados para desencadenar este proceso.

Por lo tanto, Shaktipat no es un sistema de yoga independiente. En cambio, todos los sistemas están preparados para hacer que los humanos alcancen este nivel crucial; para que la guía divina se ponga en marcha. Esto se llama despertar en la terminología vaga o despertar de la energía kundalini en la terminología del yoga.

Por lo tanto, todas las medidas preparatorias tomadas y practicadas en varios sistemas de yoga independientes parecen muy extenuantes. Mientras que parece que es muy fácil hacer sadhan después de Shaktipat para aquellos que no están familiarizados con el sadhan en el sentido real. Es solo un malentendido.

Sadhan es como poner tu vida a prueba de fuego. A medida que los karmas se queman rápidamente, la vida comienza a desarrollarse rápidamente. Cada momento de la vida se convierte en sadhan. A medida que tu karma se destruye, creces espiritualmente más y más. Es similar a alcanzar las laderas más altas de la montaña. El camino se vuelve resbaladizo y desafiante. Por lo tanto, no pienses que sadhan es fácil después de Shaktipat, mientras que es extenuante en los sistemas de yoga independientes.

Con respecto a la segunda parte de su pregunta, no se moleste; comenzarás a obtener la comprensión crítica a

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

medida que tu mente se abre, con karmas quemados. Intellectualmente puedes razonarlo también como lo estás tratando de hacer ahora. Pero ese es un sistema de yoga independiente llamado el camino del conocimiento. Pero no te sirve de nada porque ya obtuviste el beneficio de perseguirlo; al recibir Shaktipat y, por lo tanto, desencadenar el proceso de quema de karmas.

Si te atrae la acumulación de datos, solo se convertirá en una carga para ti. Tendrás que desaprenderlo más tarde. Es como meterse en un charco de lodo; mientras que la limpieza de su cuerpo está ocurriendo simultáneamente. ¿Por qué alguien quiere hacer eso a menos que sea la tentación de jugar en la piscina de lodo? Espero que hayas captado la esencia.

Solo entiende esto. El propósito de estudiar medicina es comenzar a tratar a los enfermos. De manera similar, el proceso de razonamiento intelectual en la vida es comenzar a quemar tu karma, lo que significa desaprender todo lo que has acumulado. Después de la iniciación de Shaktipat, esto es precisamente lo que te ha sucedido. Por lo tanto, abandone su diversión intelectual y resista la tentación del razonamiento filosófico.

Es sólo por diversión que la gente se siente atraída por la diversión intelectual; porque les da un puntapié como el alcohol. Por lo tanto, evítelo porque no tiene otro uso.

Iniciación Shaktipat

Pregunta: Un practicante: Te pido que me inicies de nuevo. Tiendo a perderme en la meditación.

Mi respuesta: en primer lugar, no se requiere en absoluto. Puedes confiar en mí en esto. Todo lo que necesitas hacer es continuar con tu práctica. No es como cualquier proceso físico. ¡Simplemente se basa en las bendiciones de tu Gurú que ya he hecho y sigo haciendo!

No existe ninguna disposición para realizar Shaktipat nuevamente por el mismo Gurú y por cualquier otro Gurú

Colonel T Sreenivasulu

dentro del mismo parampara porque chocará. Eso no será bueno para ti como practicante de yoga. Así que debes mantener la fe y confianza. Es la paciencia y la perseverancia lo que te traerá el éxito.

En mi caso, kriyas ha tardado dos años en manifestarse. De lo contrario, kriyas debe haber estado latente en ti. Es posible que no los experimente por varias razones, incluida su práctica. ¿No sabes que Dios te está mirando a ti ya mí? Por lo tanto, ¿cómo podemos volver a engañar a Dios con Shaktipat?

Continúe con su práctica de la misma manera. de forma regular en la medida de lo posible o con la frecuencia que sea factible para usted. Por último, la entrega de uno mismo a Dios o lo divino es lo más crucial en este camino.

Pregunta: Un practicante: Estaba tan entusiasmado con mi iniciación en Shaktipat que no había dormido la noche anterior, simplemente no podía dormir. Entonces, al día siguiente en el momento de mi iniciación a las 7 AM, mi nivel de alerta era terrible.

Lo mismo sucedió durante los siguientes dos días consecutivos. Debido a mis deficiencias y mi exceso de entusiasmo, es posible que no haya sido un buen receptor, ya que no estaba sintonizado con el estado de alerta y la agudeza. ¡Mis más sinceras disculpas! ¿Es posible darme la iniciación de Shaktipat una vez más, por favor?

Mi respuesta: Por favor, no te preocupes por eso en absoluto. No hay nada conocido como Shaktipat Deeksha que no tenga éxito, sin embargo, la condición mental del receptor en el momento de la iniciación de Shaktipat importa hasta cierto punto. Pero este es un tema menor.

Es tu karma acumulado pasado lo que más importa. Es comprensible que no todos los practicantes puedan ejercer un perfecto estado de calma mental en el momento de recibir la iniciación. ¡Pero no hay necesidad de preocuparse por eso en

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

absoluto! Podría causar un poco de retraso y nada más que eso.

Es como el retraso al intentar encender una pila de hierba mojada. Aparte de esto, son todas sus dudas internas solamente.

Shaktipat Deeksha es dado por un Guru solo una vez. En realidad, tengo que confirmar si se ha dado deeksha o no, lo cual ya he confirmado contigo. Por favor sea paciente y tenga completa confianza y fe. Por favor continúa con tu práctica de la misma manera que te dije. Por favor siéntate conmigo cuando estoy en meditación siempre que sea posible.

En cuanto a la repetición de Shaktipat, no es necesario ni se hace por segunda vez. No es como cualquier actividad física. Además, la energía cósmica es omnisciente, simplemente no te preocupes por eso en absoluto.

Pregunta: El mismo practicante: Me preocupaba haber estropeado mi iniciación por exceso de excitación y por no estar estable y tranquilo.

¡Una cosa más! Dijiste que el período de tres días es obligatorio. Pero debido a mi agotamiento por no dormir, casi me quedo dormido los siguientes dos días durante la meditación. ¿Qué sucede en ese caso? Continúo con la práctica ahora. Ahora estoy en un estado más estable. Pero como me equivoqué durante los tres días, estoy preocupado.

Mi respuesta: El segundo y tercer día están destinados a observar a los practicantes únicamente. De lo contrario, la iniciación de Shaktipat termina el primer día.

Con respecto a quedarse dormido durante la meditación, es un problema antiguo para todos los practicantes de yoga. Es el más común entre todos los practicantes, simplemente no te preocupes por eso en absoluto. Ten fe y confianza.

Por último, ejerza la entrega total a la divinidad o al Gurú. Es solo tu duda interna y tu miedo. no hay nada conocido como

iniciación perfecta. Un poco de desorden sucede con casi todos los practicantes.

Impacto de Shaktipat en maldición o magia negra

Pregunta: Un practicante: ¿Cómo ayuda Shaktipat en caso de una maldición sobre alguien? Previamente dos astrólogos también habían dicho que había una maldición sobre mi familia paterna.

Y recuerdo que mi abuela siempre decía esto. Pero en ese momento, yo era un niño y ni siquiera creía en todo esto o tal vez no le presté atención.

Entonces, de acuerdo con esto, ninguna chica de mi familia es feliz o tiene felicidad conyugal. Esto es cierto a excepción de dos niñas. Básicamente, estoy preguntando esto cuando este pensamiento me vino a la mente.

Como saben, esta es la segunda vez que recibo Shaktipat Deeksha, y todo lo que tengo que hacer es meditar. Pero simplemente no puedo hacer eso. Me involucro en un trabajo tal que, a pesar de esforzarme al máximo, no puedo sentarme a meditar.

Entonces, ¿esta negatividad está tratando de alejarme de mi destino? Decidí que de todos modos comenzaría desde el tiempo festivo de "Navratri", y lo intenté; al levantarse temprano y apenas dormir durante cuatro o cinco horas. Pero ese día, algo sucedió y no pude sentarme a meditar. Me senté un poco más tarde, pero luego no pude concentrarme. Entonces, como se supone que no debemos forzarnos, me levanté.

Mi respuesta: Después de Shaktipat Deeksha, todo se quema. Ya sea una maldición o cualquier otra cosa, todo es de naturaleza materialista. Por lo tanto, todo está condenado a ser neutralizado.

Como se mencionó varias veces antes, Shaktipat Deeksha es la técnica de yoga más elevada disponible desde la antigüedad,

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

sin embargo, trata de comprender que no puede utilizarse como una cura para ningún tipo de problema.

Ya sea una enfermedad, pobreza, maldición, magia negra o cualquier otro tipo de desgracia desde un punto de vista mundano, solo sucede debido al karma acumulado en el pasado. Pero si alguien quiere buscar una cura o un remedio para esas cosas, no se puede usar Shaktipat.

Sin embargo, como subproducto o resultado de la práctica severa o sadhan, todas esas cosas se anulan y la persona se libera de esos karmas. Eso es seguro.

Pregunta: Un practicante: Supongamos que se hizo algún tipo de magia negra en una persona, y esa misma persona recibió la iniciación de Shaktipat. ¿La iniciación de Shaktipat neutralizará la magia negra realizada en esa persona?

Mi respuesta: En primer lugar, la afirmación de que alguien ha hecho magia negra es un tema discutible, si se ha hecho, finalmente se resolverá después de la iniciación de Shaktipat.

Sin embargo, como preguntaste, se resolverá solo cuando los kriyas comiencen a manifestarse. Tomará tiempo para que todas esas aberraciones se resuelvan.

Sin embargo, supongamos que un practicante no practica. En ese caso, la energía cósmica permanece latente y el practicante no acumulará este tipo de beneficios.

La conclusión es que la iniciación de Shaktipat no se puede usar para liberarse de los efectos de la magia negra, sucederá como resultado de un discípulo que está practicando sinceramente. Espero que ahora entiendas el concepto.

Shaktipat iniciación por mantra

Pregunta: Un practicante: Explique el papel del mantra que se nos da durante la iniciación de Shaktipat.

Mi respuesta: El mantra actúa como portador de Shaktipat, similar a un recipiente. Como todos saben, el Shaktipat se

Colonel T Sreenivasulu

realiza mediante cuatro métodos diferentes. Mantra es uno de los métodos.

Pregunta: Un practicante: ¿El mantra dado durante la iniciación de Shaktipat también acelera el proceso de quema de karma?

Mi respuesta: Sí, claro, como se mencionó anteriormente, un mantra lleva Shakti o la energía cósmica de un Gurú al practicante.

Pregunta: Un practicante: Incluso si la energía kundalini no se despierta, ¿el canto del mantra quema el karma?

Mi respuesta: una vez que se hace Shaktipat, se da por sentado que se despierta la energía Kundalini. Una persona puede no experimentar kriyas o reacciones debido a varias razones. La quema del karma solo puede tener lugar si el fuego está ardiendo con la intensidad adecuada. Pero la chispa está presente en forma latente. Durante esta fase, obviamente, el karma puede no estar ardiendo.

La energía kundalini despierta permanecerá en un estado latente si la persona no practica regularmente.

Pregunta: Un practicante: ¡Solo quiero saber! ¿Deberíamos continuar con el sadhana/mantra tomado anteriormente (aparte de Shaktipat)? No puedo decidir si salirme o continuar, su orientación puede ayudarme en mi progreso.

Mi respuesta: simplemente no es necesario en absoluto. Puedes dejar todas las otras formas de adoración, práctica, etc. Por supuesto, si no tienes ganas de dejar otras cosas, entonces no hay problema por parte de Shaktipat. Es tu decisión, sin embargo, a medida que avances en el camino del yoga, abandonarás cualquier otra forma de adoración. Mantén tu mente abierta sobre este tema.

Pregunta: Un practicante: ¿El mantra cambia alguna vez o permanece igual mientras uno practica Shaktipat?

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Mi respuesta: El mantra no cambiará, seguirá siendo el mismo, sin embargo, a veces tu mantra puede ser alterado dependiendo de la necesidad.

Karma, creación, ilusión y escrituras

Cuestiones teóricas sobre el karma

Pregunta: Practicante: Como chef, cocino muchos productos cárnicos. Entonces, ¿eso cuenta en mi karma? ¿Eso obstruye algo?

Mi respuesta: Sí, por supuesto, pero solo la actividad de cocinar. No es lo que estás cocinando. No acumularás karma negativo cocinando carne, etc. Es tu profesión. Así que solo cumpla con su deber con desapasionamiento, e incluso la actividad de cocinar ya no se acumulará de nuevo. No. No obstruirá nada.

Pregunta: Un practicante: ¿Qué pasa si disfruto mi vida como deseo apasionadamente y también practico meditación? ¿No puedo lavar esos nuevos karmas más tarde tranquilamente?

Mi respuesta: Sí. Incluso el nuevo karma también será definitivamente destruido. Ningún problema con eso. Pero es como pisar repetidamente el barro y lavarse los pies. El proceso de ascensión espiritual se hará más lento, obviamente. Eso es todo.

Pregunta: Un practicante: ¿Cómo, cuándo y por qué comenzó todo este asunto del karma?

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Mi respuesta: Se dice en los textos antiguos que al comienzo de la creación, Dios decidió, "que mi ser sea muchos", dando como resultado la creación de una multitud de seres humanos. Pero todo esto es aplicable mientras una persona esté en el reino del dualismo.

De lo contrario, una mente humana existe básicamente en cuatro estados primarios; sueño profundo, sueño, vigilia y superconsciente. ¡Sus preguntas pertenecen al estado normal de vigilia solo mientras una persona se encuentre en un estado de dualismo!

Cuando este dualismo se desvanece, la idea de cómo, cuándo y por qué comenzó todo este karma no surge. ¡Porque simplemente no hay nada más que tú! La realidad, tal como la comprendes ahora, se desvanece como el recuerdo de un sueño.

Por eso se proclama ampliamente en los textos de yoga que la energía es simplemente una ilusión. También es consistente con la teoría científica moderna de la relatividad y su especulación sobre el "punto de singularidad". De lo contrario, ¿cómo crees que un sistema solar masivo o una galaxia desaparecen por completo en el "punto de singularidad"? ¿Adónde va todo el asunto? Nunca estuvo allí al principio. Era simplemente una existencia ilusoria todo el tiempo.

Pregunta: Un practicante: Entonces, los karmas se eliminan a través del proceso de iniciación de Shaktipat junto con la toma de conciencia de la lección de cada vida. ¿Es esto correcto?

Si es así, ¿es imposible que regresen los mismos karmas una vez que se eliminan a menos que repitas las mismas cosas sin darte cuenta? ¿O es poco probable una vez que hayas elevado tu conciencia?

Mi respuesta: Hay cierta confusión en la consulta planteada por usted. No hay lecciones que aprender en este camino. Estás mezclando esto con la vida ordinaria. Todo se quema.

No hay nada conocido como karma bueno y malo para Dios. Estas cosas existen mientras estés en un estado de dualismo. Todas las religiones existen solo hasta que estás en un estado de dualismo. Creo que esa es la razón por la que lo estás mezclando.

Para un practicante de yoga, no hay nada conocido como religión o cualquier otra cosa, simplemente hay una sola cosa para un yogui o yoguini. ¡Él o ella misma! ¡Que todo el cosmos se vaya al infierno! Él o ella vive solo eternamente, porque esa es la verdad absoluta y nada más.

Pregunta: El mismo practicante: No pretendo aprender lecciones de la práctica del yoga. Me refiero a aprender lecciones de la eliminación de nuestros karmas. ¿Nos volvemos más conscientes de ellos a medida que se eliminan o tenemos una percepción diferente? ¡Yo tampoco sigo la religión! ¡nunca lo he hecho!

Mi respuesta: Bien, entendido. Pero es posible que no sepamos de nuestros karmas mientras se queman. Incluso si llegamos a saber de ellos, como dije, no habrá lecciones que aprender porque no hay nada conocido como bueno o malo. ¿Es esta tu consulta?

Solo en algunos casos, por ejemplo, si un practicante se lesiona la pierna derecha, entonces comprenderá que algún tipo de pecado desde un punto de vista terrenal debe haber sido cometido por la persona en cuestión en algún momento en el pasado. ¡Eso es una indicación! Pero muchos karmas se queman sin nuestro conocimiento en forma de varias kriyas o reacciones.

Pregunta: Mismo practicante: No me refería al bien y al mal como tal, sino a la eliminación de todos los karmas, la elevación de la conciencia o vibración, supongo que esto

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

traería más claridad a dichos karmas o situaciones que han soportado.

Mi respuesta: Está bien, pero ¿qué tipo de claridad? Me refiero a la claridad de qué exactamente? ¡Que no hay nada por lo que apasionarse, ni para bien ni para mal! Esta puede ser la claridad que podría destacarse a medida que el practicante se vuelve más y más consciente de las cosas.

¿Es esta tu consulta? Incluso si solo te refieres a los karmas, ya sean buenos o malos, es posible que uno no llegue a saber muchas cosas.

Por ejemplo, una persona puede experimentar algún tipo de pesadez en la cabeza; el karma podría quemarse. Pero es posible que no sepamos cuáles fueron esos karmas porque no se requiere ese tipo de conocimiento.

Sin embargo, en el último nacimiento de una persona, durante el cual está destinada a realizarse, se dice que esa persona recordará todas las vidas pasadas.

Puede que no haya entendido bien tu pregunta. Por favor reformula la pregunta nuevamente de una manera más detallada. Probablemente entiendo la pregunta desde una perspectiva diferente.

Pregunta: El mismo practicante: Bien. Gracias por su paciencia. Digamos que algo te hace sentir enojado; por ejemplo, tal vez una situación o incidente de algún tipo, como siempre me ha sucedido a mí.

Esta es una kriya que ocurre para limpiar tu karma. Digamos que se ha producido la eliminación de karmas con respecto a este tema o al sentimiento que genera dentro de ti. Como resultado, ahora tendrás desapego junto con una nueva perspectiva o claridad, tal vez en cuanto a por qué alguna vez te sentiste de cierta manera o por qué te activaste de cierta manera aunque ya no sientas la necesidad de reaccionar de la misma manera. como antes. ¿Es esto correcto?

Mi respuesta: no obtienes ninguna claridad aquí. En cambio, dejas de reaccionar a tales eventos o situaciones que antes solían provocar ira en ti. Lo que sucede aquí es que simplemente no respondes ya que te parece una broma.

Pregunta: El mismo practicante: Sí, esto es a lo que me refiero, no responder o reaccionar de la misma manera después de que se hayan eliminado los karmas. ¡Estoy lidiando con la misma situación o problemas con más facilidad ahora!

Mi respuesta: esta bien

Pregunta: Un practicante: ¿Las kriyas que se manifiestan cuando no estamos meditando también queman los karmas?

Mi respuesta: Sí, por supuesto. En nuestro caso, hacer o sentarse en meditación es una mera formalidad. De lo contrario, kriyas ocurren durante todo el día.

Sin embargo, durante el sueño profundo y el estado de sueño, no se queman ni se imprimen nuevos karmas en la Mente. La quema del karma tiene lugar solo en el estado de vigilia.

Pregunta: Un practicante: ¿Cómo sabemos que estamos deshaciéndonos de estos lazos kármicos durante nuestra práctica? ¿Hay signos/síntomas de los que debemos estar atentos? ¿Y cómo podemos identificar o saber qué karma estamos derramando?

Mi respuesta: después de practicar durante un cierto período de tiempo o después de kriyas o reacciones que se manifiestan continuamente durante un cierto período de tiempo, generalmente después de unas pocas semanas, encuentras algunos cambios en tu estructura mental. Ya no eres la misma persona.

Sin embargo, hay una pequeña trampa aquí. Inicialmente, después de que se limpia una gran parte del karma, la mente se vuelve un poco hiperactiva. Un practicante tiende a volverse hipersensible. De vez en cuando, las personas

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

pueden incluso abandonar el camino del yoga y dejar el ashram en terrenos endebles, como tomar en serio un comentario casual de un compañero practicante, etc.

Este es el momento en que todo practicante debe ser cauteloso. Debes ser consciente de que este fenómeno se produce. Por lo tanto, se debe hacer un esfuerzo especial para ignorar este fenómeno, el cual sucederá sólo temporalmente antes de que la Mente se vuelva inmune a tales cosas. Es similar a las heridas frescas en su cuerpo en el segundo o tercer día de la lesión.

La siguiente señal es que la Mente comienza a transformarse. Una persona tiende a volverse mucho más valiente, más equilibrada, tranquila, etc.,

Aparte de estos, también notarás que el ritmo del destino en desarrollo se acelera. Los eventos comienzan a suceder en la vida a un ritmo rápido. Eventos extraños, encuentros con amigos olvidados, tipos peculiares de sueños y visiones, interrupción en los ciclos de sueño, movimientos intestinales, hábitos alimenticios, cambios en el estilo de vida, etc.

En pocas palabras, un practicante llegará a saber lo que le está sucediendo. La energía kundalini despierta asegurará que este conocimiento se conceda al practicante.

Las respuestas a muchas preguntas sobre la práctica del yoga, esta vida mundana, etc., comienzan a manifestarse internamente sin preguntar al Gurú. Así es como los Gurus también pueden manejar cualquier número de estudiantes en cualquier momento.

Pregunta: Un practicante: ¿Es posible evaluar o medir el progreso espiritual realizado por sadhaka (practicante) a través de la manifestación de signos externos o internos?

Mi respuesta: No existe una técnica o criterio tan preciso para evaluar el progreso realizado por un estudiante. No tenemos idea de la cantidad de karmas acumulados o de las impresiones sensoriales limpiadas de la mente subconsciente.

Colonel T Sreenivasulu

Sin embargo, se pueden hacer algunas conjeturas generales. El practicante sufrirá mucha transformación de la mente.

Después de eso, se experimentan en el cuerpo algunas kriyas relacionadas con las fuerzas físicas y se produce un paro respiratorio, se dice que se reducirá el peligro de que un practicante se deslice por el camino espiritual. Es un punto de referencia.

Aparte de eso, un Gurú se distinguirá en función de parámetros específicos como el tipo de vairagya o la renuncia a las cosas mundanas, etc.

Pregunta: Un practicante: Solo quería saber, ¿tener una meta como sobresalir en los estudios, etc., también cuenta como karma? Si es así, ¿qué debo hacer ya que soy estudiante?

Mi respuesta: cualquier pensamiento, palabra o acción es, de hecho, karma. Pero después de la iniciación de Shaktipat, las tres cosas mencionadas anteriormente se manifestarán como kriyas, siempre que hayas estado practicando regularmente.

Por supuesto, es posible que no todos los practicantes puedan ejercer el desapasionamiento total mientras se someten a las kriyas anteriores en las etapas iniciales. Como resultado, están teñidos de egoísmo, al menos hasta cierto punto dependiendo del desapasionamiento ejercido. Ellos, a su vez, se convierten en karmas. Pero no hay necesidad de preocuparse por estos karmas recién creados, serán relativamente más fáciles de lavar durante el curso ordinario de la meditación.

Respondiendo bien de tu pregunta, la mera idea de que decidas tener una meta es una kriya basada en tus karmas pasados. De lo contrario, no estarías pensando en tener metas. Por lo tanto, es la misma historia una vez más.

Suponga que puede ejercer el desapasionamiento mientras tiene sus metas y trabaja para lograrlas. En ese caso, no serán tan vinculantes para ti como el nuevo karma. Es posible que no pueda ejercer ese tipo de desapasionamiento perfecto. Por lo tanto, realiza tus acciones lo mejor que puedas. Más tarde

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

será más fácil de lavar. Pero debes practicar regularmente. Eso es algo obligatorio, por lo que Shaktipat funciona para ti.

Pregunta: El mismo practicante: ¿Es posible tener una meta y sentir desapego por ella? Nunca se me ha dado bien establecer objetivos, pero el año pasado decidí que era una buena idea comenzar a establecer objetivos pequeños y me ayudó a concentrarme en lo que era importante.

Sé que has superado esto, pero todavía no entiendo cómo tener metas no es algo bueno mientras practicas. ¡La vida sin objetivos! Me preocupa que no avancemos en ninguna dirección.

Mi respuesta: Por supuesto, puedes tener metas en la vida. ¡Todos lo hacemos! Pero mientras trabaja para lograrlos, recuerde que ahora tiene la energía kundalini despierta en su cuerpo. Por lo tanto, el mismo acto de pensar en esos objetivos y trabajar para lograrlos ahora será en forma de kriyas.

Eso significa que sus karmas pasados, la causa de sus objetivos y acciones posteriores, se borrarán ahora, siempre que ejerza el desapasionamiento. De lo contrario, se imprimirán como nuevos karmas, sin embargo, es relativamente más fácil borrarlos nuevamente en el futuro.

El quid de la cuestión es practicar con regularidad; entonces, la energía kundalini despierta en tu cuerpo resolverá los problemas por ti. Eso es lo que quiero decir, simplemente continúe con su vida normal a medida que se desarrolla. Pero practica también la meditación.

Pregunta: Un practicante: Tengo una pregunta con respecto a la manifestación de los resultados. ¿Es algo que necesitas plantar como un pensamiento en tu espacio, o tienes plena fe en tu Gurú y en la energía cósmica divina lo suficiente para que estos resultados lleguen cuando sea el momento adecuado?

Mi respuesta: No he entendido bien tu pregunta. ¿Me estás preguntando cómo manifestar los resultados? Pero tienes control sobre tu destino solo hasta que se comete la acción. Después de eso, no tienes control sobre su efecto. ¡Eso es todo!

Pregunta: Mismo practicante: Sí, la pregunta se refiere a la manifestación de resultados. Por ejemplo, si quiero tener más capacidad para ser testigo de mis pensamientos y no apegarme a ellos o deseo más quietud en mi vida, o si quiero que las emociones no me disparen tan rápido, etc.

Mi respuesta: Sí, ese estado de ánimo te llegará de forma natural a medida que consumas tu karma. No hay nada que hacer por usted para eso, simplemente continúe con su práctica.

La energía kundalini despierta hará la limpieza necesaria de tus karmas. Comienzas a adquirir muchos poderes sobrenaturales cuando logras quemar tus karmas por completo. Manifestar resultados se convierte en un acto sin sentido en tal estado mental.

Pero cualquier intento de usar los poderes provocará tu caída. Tu crecimiento espiritual se detiene inmediatamente, seguido de un peligroso descenso. Esto es muy importante tener en cuenta.

Cuestiones teóricas sobre la creación.

Pregunta: Un practicante: Entonces, la mente es la co-creadora en el samsara; ¿Es mejor ir al espacio sin nada en la mente y ver allí al Gurú allí o al vacío/Dios?

Mi respuesta: ¡Es así! ¡Simple y directo! La llamada palabra samsara es simplemente de naturaleza psicodélica, causada por el poder "ilusorio" de Dios. Para poner esta afirmación en un mejor lenguaje, la ilusión es poder. No existe tal entidad independiente y absoluta que se llame poder. Eso significa que no tiene existencia absoluta como tal.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

El poder de Dios se conoce como una ilusión y no como la palabra poder como la entendemos los humanos. Por lo tanto, no hay distinción entre las dos palabras "ilusión" y "poder". Es por la facilidad de comprensión dentro de los parámetros de la misma "ilusión" bajo la cual existimos los humanos; estamos tratando de usar la palabra "poder", etc.; esa es la conclusión.

Entonces, ¿dónde está el proposito de ir a alguna parte o lograr algo objetivo, Gurú o Dios? El sustrato de todo es solo "tú". No hay entidad, existencia, cosmos u otros seres; a parte de tí."

La manifestación de "tú" en todo tu verdadero esplendor se llama autorrealización, salvación, realización de Dios, moksha, fusión con Dios, el espíritu universal o cualquier otra cosa. Esa es la esencia de todas las enseñanzas.

Ese es también el llamado "conocimiento" absoluto en todo su verdadero sentido. Es solo "usted" quien es esa gran verdad. No hay nada más que "tú", sin embargo, como estás atrapado bajo tu propio "poder" o "ilusión", no puedes comprender la verdad.

Es simplemente su karma que ha creado por su propio "poder", lo que impide que la luz brille. Después de la iniciación de Shaktipat, ha comenzado la neutralización de esos karmas. Es solo cuestión de tiempo antes de que la luz comience a brillar en tu psique.

Incluso cuando un pequeño rayo de esa luz comience a brillar les proporcionará todas las respuestas internamente. Eso significa que no importa si una persona es un científico teórico o una simple persona analfabeta, ya que es la misma luz que es inherente a ambos. Todo el supuesto conocimiento que tiene un gran científico o filósofo en este mundo es pura basura. ¡Ignorancia! Un día todo eso necesita ser neutralizado.

Por lo tanto, las palabras que usaste anteriormente, como samsara, espacio mental entre los ojos o vacío o Gurú o Dios,

etc., solo son relevantes mientras existas bajo el hechizo de tu maya o "ilusión" o "poder" o "karmas". De lo contrario, no hay nada más que "tú". Es posible que te rías de ti mismo un día cuando te des cuenta de esto.

Por último, comprenda que estoy tratando de transmitir una verdad eterna mientras vivo bajo los parámetros exactos de la ilusión o la misma dimensión física, sin embargo, no hay nada nuevo en lo que estoy diciendo. Ha sido reforzado en todos los textos antiguos desde la antigüedad. Espero que hayas recibido la respuesta porque me pregunto si he podido expresarlo correctamente.

Pregunta: Mismo practicante: Entonces, ¿pero existe tu Universo? ¿Dices que por la iniciación de Shaktipat, de alguna manera nos liberamos de la ilusión de este Universo?

Mi respuesta: Sí. Eso es todo. Pero el mismo espíritu se refleja en numerosos seres humanos y otras criaturas. Al igual que un Sol refleja su luz en todos los planetas, o ves la misma imagen en múltiples pedazos de un espejo roto.

No somos nosotros los que lo hacemos. Lo hace la energía kundalini despierta. Por supuesto, esta energía kundalini despierta es solo nuestra. Pero en este momento, no tenemos esa conciencia. Vendrá más adelante.

Una persona no iniciada por Shaktipat también piensa ignorantemente que cualquier energía que tenga es suya. Después de la iniciación de Shaktipat, la energía se manifiesta como una entidad separada en nuestros cuerpos, haciéndonos creer que es una entidad diferente. Así es como nuestra mente se humilla y aprende la virtud de la "entrega de sí mismo".

Después de eso, hay otra etapa intermedia en la que todavía existe la idea del dualismo. Aún así, sentimos que nuestros cuerpos están llenos de energía cósmica como una olla llena de agua. Es simplemente una etapa en nuestro viaje.

Después de eso, en la última etapa, nos damos cuenta de que la energía es nuestra. Esa unidad con la energía cósmica se

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

vuelve a realizar, al igual que la persona no iniciada al principio. ¡Pero con plena conciencia de la naturaleza de nuestra energía! Ahí es cuando los practicantes obtienen los llamados poderes sobrenaturales. Todo el asunto o la autorrealización es un proceso que ocurre en cuatro etapas diferentes.

Cuestiones teóricas sobre la ilusión o maya

Pregunta: Un practicante: Entonces, si todo esto es Maya, ¿qué pasa con todos nosotros aquí? ¿Somos todos también mayas, incluida toda nuestra práctica de yoga?

Mi respuesta: Sí, por supuesto. Todo esto es una realidad para nosotros hasta que superemos el dualismo. Más tarde, al final de la práctica de yoga, incluso se corta el vínculo con el Gurú.

Pregunta: Un practicante: Y experimentaremos el dualismo hasta que nuestros cuerpos mueran. ¿Cuál es el inicio de la cuarta etapa?

Mi respuesta: La Cuarta etapa de la evolución espiritual es cuando comienzas a darte cuenta del no dualismo con el poder cósmico supremo. En esta etapa, la energía cósmica comienza a revelar su verdadera naturaleza al practicante, una ilusión cósmica. Este es un estado muy elevado en el que los poderes sobrenaturales comienzan a manifestarse en el practicante.

Preguntas teóricas sobre las escrituras.

Pregunta: Un practicante: ¿Deberían los practicantes de Mahayoga (mahayogis, sadhakas) seguir algún sistema filosófico que ofrezca apoyo para la práctica? Me refiero a sistemas que ayudan en el desarrollo de aspectos ético-morales y en la comprensión de cuestiones metafísicas como el Vedanta, el Samkhya o el Shaivismo de Cachemira. ¿O el Mahayoga es eminentemente práctico y todo el conocimiento proviene de la práctica? ¿Nos desanimamos de estudiar estos sistemas, o el estudio podría ayudarnos de alguna manera?

Colonel T Sreenivasulu

Mi respuesta: después de la iniciación de Shaktipat, todo ese conocimiento académico no te sirve para continuar con tu viaje espiritual.

Shaktipat también está de acuerdo con la filosofía Vedanta, sin embargo, Vedanta tiene tres formas. La primera es el dualismo, la segunda es el no dualismo y la tercera es el no dualismo calificado, shaktipat está de acuerdo con la segunda categoría de no dualismo. Vedanta, como tal, es uno de los seis sistemas de filosofías indias. No es necesario que estudies todas esas seis filosofías, incluida la filosofía Sankhya, que es una de las seis.

Sonido Anahata, mente hipersensible, Guru Gita, estado de Tandra y desapasionamiento

Sonido anahata

Pregunta: Un practicante: ¿Cómo ascendemos escuchando la nada interna o el sonido; el sonido de un grillo, olas del mar, flauta/concha, Om? ¿O depende del nivel de conciencia?

Mi respuesta: No he entendido tu pregunta. Por favor reformulala de nuevo. No tienes que escuchar ningún sonido interno para ascender en la escalera de la espiritualidad, se te ha dado un mantra solo como portador de Shaktipat. Debes concentrarte en ese mantra para poner en marcha las kriyas. Después de eso, el mantra mismo termina cuando comienzan las kriyas. ¿Dónde está la cuestión de escuchar cualquier sonido para ascender en la escalera espiritual?

Por favor, comprenda que las personas escuchan varios mantras o practican el canto de mantras solo para obtener beneficios materiales. Así es como se ha construido en primer lugar la ciencia de los mantras o el mantra shastra. Para apaciguar a varias energías psíquicas o seres celestiales que representan tales poderes psíquicos. Pero todo es solo por ganancias materiales.

De lo contrario, no asciendes en ninguna escala espiritual escuchando ningún sonido como tal. Para ti en el camino de Shaktipat, se te ha dado un mantra por una razón. Tu Gurú ha usado el mantra como medio o medida adicional para hacer Shaktipat. De lo contrario, ni siquiera hay necesidad de un mantra. Guru hace Shaktipat por aplicación de su libre albedrío. Eso es todo. Por favor pregunta nuevamente si todavía tiene alguna duda sobre esto.

Pregunta: Un practicante: Me refiero a la nada interna que uno siempre escucha (sin ayuda externa). Por ejemplo, escucho el sonido de los grillos 24X7.

Mi respuesta: Está bien, no hay necesidad de hacer nada, simplemente ignóralo. Déjalo continuar. Es el sonido Anahata lo que debes estar escuchando, se escucha después del despertar de la energía kundalini. Es kriya solamente, seguirá durante mucho tiempo. No hay nada que hacer al 56espect.

Pregunta: Otro practicante: ¿Esto no es una enfermedad? La enfermedad de tinnitus.

Mi respuesta: Es un punto discutible. Pero el quid de esto es si una persona tiene algún problema de salud. Kriyas, como el sonido Anahata, no afecta negativamente a la salud. La ciencia moderna puede estar llamándolo una enfermedad, si es así, debe estar afectando la salud. Incluso si no hay cura, ¿cuál es su impacto en la salud? Si no hay impacto en la salud, entonces ¿por qué preocuparse por eso?

En cualquier caso, la ciencia no puede darse por sentada. Cada día sigue cambiando. Por lo tanto, no hay necesidad de entrar en debates fútiles, se sabe que los practicantes de yoga experimentan este sonido. He estado experimentando este sonido durante los últimos 25 años y no tengo ningún problema de salud. Periódicamente se me han realizado exámenes médicos detallados, incluido el oído. Pero hasta ahora, nunca se ha detectado ningún problema.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Además, todos somos conscientes de los diversos kriyas experimentados por las personas. ¿Hay alguna explicación científica para esto? ¡Lo más importante, las reacciones que ocurren dentro del cuerpo humano cuando se hace Shaktipat a distancia! La ciencia no tiene explicación para esto.

No me gusta comentar sobre esta palabra descubierta por la ciencia: tinnitus. Puede haber algunos síntomas asociados con él. Por ejemplo, ¡pérdida de audición! Si hay alguna pérdida de audición, definitivamente debe tomarse como una enfermedad. ¡Pero no hasta entonces! Por lo tanto, es mejor dejarlo así.

Si algunos de ustedes sienten que podría ser una enfermedad, entonces no tiene nada de malo visitar a un médico y aclararlo. Pero kriya, como Anahata, la audición auditiva es imparable. ¡Pero solo si es un sonido Anahata genuino! La diferenciación entre el sonido de Anahata y la enfermedad del tinnitus obviamente son discutibles. Le sugiero que lo verifique con otros kriyas o síntomas asociados.

Comentario de otro practicante: ¡Toda la razón, Gurú Ji! Este sonido del zumbido de abejas o grillos no tiene nada que ver con el tinnitus. He estado experimentando esto durante los últimos 5 años, si uno está enfocado, puede escuchar esto cuando se sienta para el sadhan. Mientras uno está ocupado y ni siquiera se da cuenta de esto.

Mente hipersensible

Pregunta: Un practicante: ¿Qué le hago a mi mente hipersensible? Siento que estoy perdiendo la pista. Trato de controlarlo, pero los pensamientos siguen apareciendo en mi mente. ¿Puede darme alguna sugerencia, por favor?

Mi respuesta: Lo que sea que te esté pasando, está pasando exactamente de la forma en que se supone que tiene que pasar. La mente no estará en paz porque está pasando por algún tipo de efecto de agitación después de Shaktipat. Cuantos más pensamientos surjan, más karma se limpiará.

Colonel T Sreenivasulu

Continúe con su práctica de la misma manera. La paz mental vendrá a medida que se limpien los karmas. Esto sucederá lentamente.

Luego, en las etapas iniciales, la mente se vuelve ciertamente un poco hipersensible. Es como un cuerpo recién herido. Este fenómeno es muy natural después de Shaktipat. Tienes que ser consciente de este fenómeno. No habrá efectos adversos significativos, sin embargo, uno tiende a irritarse, enojarse o incluso ponerse sentimental debido a cada evento menor, soporta este fenómeno durante unos meses. Pronto comenzará a asentarse. Por favor, recuerde a su Gurú durante esos momentos de confusión emocional. Eso es todo.

Pregunta: Un practicante: Estoy experimentando mucha ira. Recuerdo experimentar esto cuando solía hacer Surya tratak.

Mi respuesta: por lo general, en las etapas iniciales, cuando se limpia una gran parte del karma, la mente se vuelve un poco hipersensible, será como carne recién herida. Lleva algún tiempo antes de que se vuelva inmune a todo de forma permanente. Este fenómeno es temporal. Un practicante necesita ser sensible a este fenómeno. Por favor, no te preocupes demasiado por esto. Tenga cuidado con este fenómeno. Eso es todo lo que necesitas hacer. No tendrá demasiado impacto adverso en su vida diaria.

Gurú Gita

Pregunta: Un practicante: He leído el Guu JiIta en el libro de Swami Sahajananda Ji,. En ese libro, se menciona que si alguien recita el texto de Guru Gita en el campo de cremación, obtendrá resultados rápidos. Por casualidad lo leí en línea.

Pero algunas fuentes locales mencionaron que solo se permite el canto de mantras específicos en los terrenos de cremación, y no estoy seguro de su autenticidad. Quiero saber si alguien puede leer Guru Gita en los terrenos de cremación. ¿También está bien cantar el mantra OM (o cualquier mantra) en un

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

templo en los terrenos de cremación? Por favor, hágamelo saber si está bien o no.

Mi respuesta: El antiguo texto sánscrito Guru Gita es un texto general sobre la esencia de Guru o Guru tattva y cómo se supone que un Guru debe ser adorado por los discípulos. Está destinado a guiar a todos los practicantes de yoga o tántricos de cualquier sistema.

El nuestro no es un sistema tántrico o de yoga independiente como tal. Por lo tanto, no hay reglas a seguir en nuestro camino con respecto a los rituales precisos. Además, Guru Gita es un texto antiguo destinado a todos los tiempos en la historia de la humanidad en general. Las técnicas específicas no se pueden practicar en los tiempos modernos debido a los cambios sociales.

Por ejemplo, hay ciertos tipos de prácticas tántricas también prescritas en ciertos textos sánscritos antiguos famosos que requieren el uso de cadáveres humanos, etc. Pero esas prácticas se consideran ilegales hoy en día. Un practicante no puede refugiarse en los antiguos textos sánscritos y practicarlos. La sociedad no los tolerará. Debido a esto, dichas ciencias se han ido diluyendo con el tiempo debido a los cambios en la comunidad.

Guru Gita no es una excepción desde ese punto de vista. De hecho, hay muchos más textos sánscritos antiguos que prescriben una variedad de prácticas que no se pueden realizar ahora en los tiempos modernos. En este contexto, recuerde que los tiempos modernos no son diferentes de los tiempos antiguos en lo que respecta a Dios.

Por lo tanto, Dios entiende que todos ustedes están viviendo en el siglo XXI y, por lo tanto, no pueden practicar ciertas cosas enseñadas en la antigüedad debido a las restricciones impuestas por la sociedad moderna y los gobiernos de todo el mundo. En consecuencia, como practicante de yoga del siglo XXI, Dios no te penalizará por no poder hacer ciertas cosas que no están bajo tu control.

Colonel T Sreenivasulu

En cualquier caso, todas estas prácticas son solo técnicas desarrolladas de vez en cuando. Por lo tanto, creo firmemente que no hay necesidad de seguir todo lo que ha sido sugerido en los textos antiguos por cualquier practicante en nuestro camino. Recuerda que Shaktipat es una técnica de yoga avanzada en comparación con todos los demás sistemas. Más bien es similar al punto culminante de todos los sistemas de yoga. Por lo tanto, es aclamado como Mahayoga o el Gran yoga.

Todos los templos, Dios, Diosas, lugares sagrados, escrituras, etc., son sólo como instrumentos para equilibrar las tres Gunas con las que se crea toda mente humana. Eso significa que todos son como carritos con ruedas para bebés, con los que un bebé aprende a caminar. Después de eso, se convierten en un obstáculo para un mayor progreso. Después de recibir la iniciación de Shaktipat, un practicante de yoga no necesita todos esos sistemas de apoyo. Más bien, si alguien se aferra a tales sistemas de apoyo, solo se sumará a karma fresco. Desde esta perspectiva, por favor no se distraiga con toda esa literatura.

Se ha sugerido a todos los practicantes que lean Guru Gita para comprender la esencia del Guru o el Guru tattva. Cualquiera que siga al menos algunas enseñanzas de ese texto se beneficiará significativamente.

Estado de tandra

Pregunta: Un practicante: ¿Puedo preguntar qué es el estado de Tandra?

Mi respuesta: es un estado mental entre el sueño y los estados de vigilia. Pero no es reconocido popularmente ni por la ciencia ni por el público en general, solo los practicantes de yoga suelen experimentarlo.

Desapasión

Pregunta: Un practicante: Tengo una pregunta. ¿Cómo ejercer el desapego por el dinero cuando se sabe que sin él es

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

difícil sobrevivir y llevar un estilo de vida normal? ¿El deseo de ganar más obstaculizará mi camino espiritual? Cómo equilibrar este deseo v/s el desapasionamiento en un mundo donde el dinero es esencial tan pronto como sales de casa.

Mi respuesta: Ciertos karmas son obligatorios en este mundo. De lo contrario, el mantenimiento de su cuerpo tampoco es posible. Por ejemplo, comer, beber, lavarse el cuerpo, cortarse el cabello y las uñas, vestirse, tomar medicamentos, etc. De manera similar, podría haber muchas obligaciones sociales como asistir a un funeral, casarse, etc. Por lo tanto, la posesión de dinero se vuelve necesaria para sobrevivir. Estoy totalmente de acuerdo con eso.

Sin embargo, la cuestión de ejercer el desapasionamiento es otra cosa. Es un desafío ejercer el desapasionamiento en todos los karmas mencionados anteriormente, y no necesariamente con respecto al dinero de forma aislada, sin embargo, el sadhan lo hace una persona precisamente para lograr ese estado de desapasionamiento.

Cada persona nace con un stock gigantesco de karmas pertenecientes a varias categorías. Obviamente, no es posible comenzar a ejercer el desapasionamiento inmediatamente después de Shaktipat Deeksha, se necesita tiempo para que alguien comience a ejercer el desapasionamiento. Más bien, tal estado mental se desarrolla naturalmente sin ningún requisito de esfuerzo deliberado, se aplica a todas las categorías de cosas mundanas y no necesariamente al dinero.

Sabes que tendemos a comer con pasión cada vez que se nos presenta algún manjar. Incluso la boca se hace agua en el momento en que la fragancia de los manjares llega a las fosas nasales. De manera similar, si la comida no es lo suficientemente sabrosa, uno tiende a desarrollar una aversión por comerla. De hecho, es un desafío ejercer el desapasionamiento en esos momentos.

Sin embargo, cuando el desapasionamiento se desarrolla naturalmente, a la persona no le molestan tales dualidades de

Colonel T Sreenivasulu

gustos y disgustos. Del mismo modo, una persona tiende a ser una apasionada de ganar dinero. Pero con los karmas quemándose en sadhan, la persona también comienza a desarrollar desapego por el dinero.

La desesperación por ganar más dinero es similar a cualquier otra desesperación por los deseos mundanos. Pueden ser placeres sensuales, diversión intelectual o un impulso emocional por el poder, la fama, la riqueza, la progenie, etc. No hay fin para esas cosas. Por lo tanto, una persona no tiene que preocuparse por equilibrar tales deseos en aislamiento y desapasionamiento.

Sadhan lo solucionará de manera integral. Por lo tanto, el quid es centrarse en sadhan en lugar de concentrarse en el desapasionamiento de varias categorías de cosas mundanas de forma aislada. Centrarse en cualquiera de las cosas materiales anteriores obstaculizará el crecimiento espiritual de los sadhakas porque se generaran nuevos karmas.

Por lo tanto, un delicado equilibrio es un camino entre la pasión y el desapasionamiento. Este delicado equilibrio es muy difícil de alcanzar en la práctica. Por lo tanto, es imposible lograrlo con esfuerzo propio teñido de egoísmo, sin embargo, se puede lograr fácilmente solo con sadhan.

Aunque no hay nada de malo en vivir con una conciencia mientras tanto. Incluso si se comete un poco de transgresión y se generan nuevos karmas mientras se ejerce el desapasionamiento, no es gran cosa. Esos nuevos karmas se eliminan fácilmente más tarde durante el sadhan. Esto es más aplicable a aquellos que tratan de reprimir los deseos sensuales. Obviamente, se crea nuevo karma de cualquier manera. Pero es mejor errar por el lado positivo en lugar de intentar satisfacer los deseos sensuales.

Temas generales

Autoentrega

Pregunta: Un practicante: Todo lo que sabemos del Dios supremo se basa en la sabiduría de los demás, nuestras creencias pasadas, condicionamientos, etc. Entonces, ¿quién es ese Dios supremo al que se supone que debemos rendirnos?

Mi respuesta: Por el momento, entrégate al supremo poder cósmico de Dios o a tu espíritu interior. Es todo lo mismo. Pero toda esta idea es válida hasta que exista la noción de dualismo. Más tarde no queda nada a lo que te puedas rendir.

Por lo tanto, no hay necesidad de compararlo con nuestra comprensión de las escrituras existentes. El proceso de autorrealización ocurre en cuatro etapas diferentes.

En la primera etapa, un practicante común en quien la energía kundalini no está despierta también vive en un estado de no dualismo pero ignorante.

El practicante se ve obligado a experimentar el dualismo después del despertar de la energía kundalini en la segunda etapa. Es por eso que su movimiento se siente distintivamente dentro de su cuerpo, Mente, mundo externo, etc, su Mente se humilla por primera vez aquí. Todas las ideas sobre la autoentrega, etc., son aplicables en esta etapa.

Colonel T Sreenivasulu

Luego está la tercera etapa, en la que un practicante experimenta como si su cuerpo estuviera lleno de energía cósmica, como una olla llena de agua. Esto es simplemente una etapa. Aún así, el practicante permanece en un estado de dualismo.

Entonces la cuarta etapa comienza a desarrollarse. Un practicante comienza a darse cuenta de que cualquier poder cósmico que esté allí, es solo su poder. Eso significa que el no dualismo se vuelve a experimentar como una persona común, pero esta vez con pleno conocimiento.

Por lo tanto, debes entender que un practicante está hecho para viajar desde la creencia del no dualismo al dualismo, y luego de regreso al no dualismo. Por supuesto, la idea de la entrega de uno mismo, que estábamos discutiendo, se aplica a la segunda y tercera etapa, como expliqué anteriormente.

Pregunta: Un practicante: Por favor explique un poco sobre el proceso de entrega. ¿Cómo rendirse? ¿Qué significa exactamente?

Mi respuesta: Significa entregar tu ego o la mente consciente al SER en el centro de tu cuerpo. Ese YO no es otro que el Dios o el Todopoderoso o el poder cósmico supremo o cualquier otro nombre por el que lo llares

Significa permanecer en un estado de testigo como un espectador mudo de lo que está pasando, significa ejercitar el desapasionamiento en tu acción, significa no esperar ningún resultado de una actividad que no sea realizarla solo porque se supone que debes hacerlo.

Significa aquietar tu mente en medio del caos, significa tener la capacidad de experimentar el silencio de pie en una calle concurrida o experimentar la confusión en un lugar tranquilo, significa actuar sólo por el placer de hacerlo.

Significa poseer fe y confianza absolutas en alguna entidad. Está más allá del reino de la racionalidad. En un estado de

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

entrega total, el pensamiento racional se detiene. Como resultado de lo cual, la mente se paraliza.

Esto, a su vez, hace que el tiempo se detenga, como resultado se rompen todas las leyes de las ciencias físicas. Los llamados poderes sobrenaturales comienzan a manifestarse. En realidad, esta es una técnica utilizada por practicantes de yoga que buscan sistemas de yoga independientes como Bhakti yoga o Karma yoga.

Incluso las personas que siguen otros sistemas de yoga independientes, como el yoga Jnana basado en el conocimiento, el yoga Raja basado en la meditación o el yoga Ashtanga, se humillan primero y, por lo tanto, alcanzan el estado de autoentrega.

La "autoentrega" es la técnica aplicada en los sistemas de yoga mencionados anteriormente. Por lo tanto, como puedes ver, la "autoentrega" está en el centro de todos los sistemas de yoga.

Nuestro camino es la madre de todos esos sistemas de yoga independientes. Le guste o no a la persona, la energía kundalini despierta obligará al practicante a entregarse; antes de que comience a revelar su verdadera naturaleza, es de hecho de naturaleza ilusoria o maya.

Todo dicho y hecho, cuanto más te entregues por adelantado, más rápida será la evolución espiritual. Cuanto más te resistas, más lento será.

¿Qué haces cuando intentas dormir en la cama? ¿No cierras los ojos y te entregas al sueño? es exactamente lo mismo solo que en estado de vigilia, por lo que a diferencia del estado de sueño, aquí estarás consciente y tratarás de entrar en el estado superconsciente.

¡Puedo seguir dando ejemplos interminables! Pero si puedes comprender su esencia, entonces todos estos ejemplos individuales no serán necesarios. Espero que tengas una idea de lo que traté de transmitir.

Colonel T Sreenivasulu

Así como un ser humano ordinario se entrega a la racionalidad basada en el ego, aquí nos entregamos a AQUELLO, que está más allá de la racionalidad. En cualquier caso, ¿qué puedes hacer cuando no encuentras la paz dentro de la racionalidad?

Pregunta: El mismo practicante: No entendí la parte del egoísmo.

Mi respuesta: Esto significa que es posible que hayas seguido sistemas de yoga independientes como Ashtanga yoga o Raja yoga en sus vidas pasadas. En tales prácticas, los karmas se destruyen solo después de que el practicante comienza a entrar en samadhi.

Por lo tanto, todas las sesiones de meditación realizadas antes de entrar en tal estado estarán basadas en el ego, obviamente. Ya sea que lo hayas hecho con mucha entrega o no, la idea del dualismo debe haber estado ahí. Eso sucede solo por egoísmo. El egoísmo no debe confundirse con el orgullo, etc.

Pregunta: Un practicante: La autoentrega es el método más alto y directo para la iluminación. El que se ha rendido siempre está protegido por el poder divino. Aquel que no posee nada y no tiene a nadie que lo proteja pertenece a Dios y está constantemente bajo la protección de lo Divino.

Otro practicante respondió a lo anterior: Pero no es tan fácil. Cada segundo nuestro "aham" se alzaré ante nuestra acción. ¡Gurú Ji! Por favor dé su valiosa opinión.

La respuesta de otro practicante a lo anterior: ¡ La entrega es buena! Sin embargo, rendirse con la expectativa de ser protegido se convierte en una expectativa. La rendición es entonces un trato. ¡Entregarse sin expectativas es sadhan!

Mi respuesta: No tienes que preocuparte por eso en absoluto. La energía cósmica es lo suficientemente hábil para resolverlo. Los Kriyas suceden en el "Revestimiento del intelecto", donde también se ubica el "egoísmo". La energía kundalini despierta comenzará a borrar este egoísmo

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

sistemáticamente. No se requiere ningún esfuerzo especial por parte del practicante que no sea la práctica regular de meditación.

Sin embargo, recuerde que esta es la experiencia más desagradable que debe soportar el practicante, solo la confianza y la fe en tu Gurú y el sistema de yoga mantendrán al practicante en el camino. Pero puedo decir algo positivo al respecto, que debería relajarte.

Cuando comience esta erosión del egoísmo, la experiencia encontrada será lúdica. Por ejemplo, supongamos que su jefe lo ha humillado públicamente con algún pretexto menor. Obviamente, es una kriya que ocurre en la envoltura del intelecto. Está sucediendo por tu bien. Por limpiar tu karma! Sin embargo, debido a la desagradable experiencia, al practicante no le gusta. Pero pronto, algo más también sucederá para aumentar tu egoísmo. Por ejemplo, el jefe que lo humilló podría comenzar a elogiarlo públicamente pronto. Como resultado, se restaura algún tipo de equilibrio en la mente del practicante.

Pero estas experiencias de humillación y alabanza invariablemente impactarán al practicante. Como resultado, se acumula nuevo karma. Pero estos nuevos karmas no serán lo suficientemente fuertes. Muy pronto, se limpian una vez más. Por lo tanto, este es el consuelo para un practicante. Todos ustedes saben lo difícil que es borrar el egoísmo de una persona. Pero no hay nada de qué preocuparse siempre que practiques regularmente.

Poderes sobrenaturales

Pregunta: Un practicante: Siempre estoy ansioso por aprender lo desconocido, soy muy técnico, ya que siempre busco la ciencia detrás de cada método.

He estado interesada en aprender sobre viajes astrales. Me encantaría aprender de los maestros en diferentes dimensiones o lecciones superiores. Hice algunas

investigaciones y experimentos por mi cuenta. Una vez conocí a un maestro durante un viaje astral. Me dijo que no hiciera nada por mi cuenta, si estoy interesado, puedo aprenderlo de un maestro adecuado que pueda guiarme.

¿Puede esta meditación basada en kriya ayudarme a hacer viajes astrales? A través de la meditación, aprendí cómo el cuerpo crea la energía del aura y cómo las diferentes glándulas tienen diferentes vibraciones sonoras. Tengo un gran interés en saberlo todo, sé que todo esto es información inútil desde un punto de vista espiritual. Aún así, es la ciencia que me interesa mucho.

Mi respuesta: es similar a algo como esto; a través del camino de Shaktipat, has ingresado a la educación superior, digamos, en ciencias espirituales. Ahora, desea obtener pequeñas habilidades especializadas en varias disciplinas debido a su curiosidad.

Sin embargo, estas habilidades especializadas no tienen nada que ver con su educación espiritual superior, son campos no relacionados. Pero en el proceso, es posible que no encuentre el tiempo adecuado para continuar con su educación superior, que es el objetivo principal de su vida.

Eso significa que es probable que te desvíes hacia algunas habilidades especializadas que no te beneficiarán más que para satisfacer tu curiosidad. Pero están seguros de destruir a cualquiera al final. Esa es la línea de fondo.

Hay innumerables ejemplos en la historia donde las personas fueron destruidas al final, son como cualquier otra aspiración materialista, los poderes sobrenaturales a los que te referes anteriormente.

Sí, con el tiempo, en este camino también, esos poderes se manifestarán mucho más significativos que todos aquellos a los que te referías. Pero se aconseja estrictamente a los practicantes que no se centren en los poderes sobrenaturales

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

porque se convierten en obstáculos para un mayor desarrollo espiritual.

Ahora tú decides hacia dónde quieres ir a la deriva. Por último, no hay garantía de que desarrolle tales poderes sobrenaturales en el transcurso de su vida. Podrías arrepentirte al final de tu vida por haber desperdiciado un precioso nacimiento humano.

Pregunta: El mismo practicante: Estoy totalmente de acuerdo. Este conocimiento sobre fenómenos sobrenaturales es inútil para una persona en un camino espiritual. Pero encontré una cosa interesante.

Hay muchas glándulas situadas alrededor de cada chakra. Y cada glándula tiene una vibración sonora particular. En total, hay alrededor de 40 a 50 glándulas en número. Y el sonido es el mismo que el de las letras del alfabeto sánscrito.

Supongo que así es como los antiguos sabios crearon el idioma sánscrito. Es el sonido de nuestro cuerpo. Es por eso que el sánscrito es un idioma poderoso que afecta nuestros cuerpos y mentes. Tengo muchas ganas de encontrar esa verdad absoluta. Es por eso que a pesar de todo tipo de experiencias de kriya, no me molesta. Pero seguiré practicando según tus instrucciones. Gracias por la explicación.

Mi respuesta: Algunas personas persiguen estas cosas, se pasan la vida haciendo eso, si quieres aprender esas cosas, tendrás que encontrar a alguien que imparta ese conocimiento.

Pero llevará toda la vida. Puede que no tengas tiempo para nada más. Pero toda esa ciencia es parte de la ilusión cósmica solamente. Eso significa materialista en la naturaleza. No tiene nada que ver con el crecimiento espiritual.

He visto a muchas personas bien versadas en textos sánscritos que han tomado la iniciación de Shaktipat. Desafortunadamente, no pudieron hacer un progreso

Colonel T Sreenivasulu

adecuado porque sus mentes todavía estaban apegadas a realizar todo tipo de rituales, usando varios mantras que ya no eran necesarios.

Se debe a su enfoque en obtener beneficios materiales. En el caso de personas que persiguen poderes sobrenaturales, tampoco son mejores.

Pregunta: Un practicante: ¿Cuáles son las tentaciones de los poderes sobrenaturales? ¿a qué debo estar atento para no distraerme? He sentido en el pasado la importancia de la humildad, siento que esta es la forma correcta y no obtener un ego inflado.

Mi respuesta: La tentación de usar poderes sobrenaturales para beneficios mundanos es la tentación. Como resultado, la gente se siente tentada a alcanzarlos.

Pregunta: Un practicante: Estos poderes sobrenaturales están empezando a sucederme. ¿Cómo no me doy cuenta y no los uso?

Mi respuesta: simplemente ignóralos. Amablemente, ni siquiera enfoques tu mente en tales cosas. Reza a tu Gurú para que te dé la fuerza necesaria para no caer presa de tales cosas. Es peligroso si te sientes tentado a usar esos poderes. No existe un remedio inmediato conocido también si pierdes espiritualmente.

Pregunta: Un practicante: ¿Me puede dar un ejemplo de un poder sobrenatural para que entienda qué es y no abuse de él?

Mi respuesta: Hay ocho categorías de poderes sobrenaturales según los textos de yoga. ¡Busca en Google! ¡Eso es puramente académico! Patanjali Yoga Sutras es el texto. También da a conocer cómo manifestar cada poder.

Es un simple acto de enfocar tu mente en una región específica de tu cuerpo junto con alguna otra idea. Pero un practicante debe alcanzar primero el estado de samadhi para realizar tal concentración enfocada.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Pregunta: El mismo practicante: Entonces, entiendo que estos superpoderes no pueden usarse de ninguna manera, ¿ni siquiera para el bien de otros seres conscientes? Entonces, ¿por qué obtener tales poderes?

Mi respuesta: equivale a decir que no sirve de nada la existencia de Dios cuando hay tanto sufrimiento por todas partes. Por favor, comprendan que toda esta creación es simplemente una existencia ilusoria.

Esta comprensión les llegará a medida que sus karmas se consuman. En esa etapa, es posible que se ría mucho de su pregunta anterior. Ahora mismo, no puedes comprender su esencia porque este mundo es una realidad para ti.

Estás viviendo en un mundo de sueños donde tu realidad no es más que un mero sueño. Estaba tratando de explicar el concepto anterior dentro de los parámetros exactos de la ilusión.

Por favor trate de entender el concepto desde una lógica terrenal; eres consciente de que todo ser humano no es otro que Dios solamente. Por lo tanto, como la autorrealización ocurre naturalmente, estos poderes sobrenaturales se manifestarán para ti.

Pero eso no significa que empieces a borrar todas las miserias de la humanidad. Entonces tendré que preguntarte por qué creaste el sufrimiento para la humanidad en primer lugar porque eres Dios.

En segundo lugar, tú, como Dios, estás presente en todas las criaturas. En pocas palabras, es tu juego divino creado por nada menos que tú. Por lo tanto, ¿su pregunta anterior no tiene sentido incluso desde una lógica terrenal?

Problemas relacionados con la salud

Pregunta: Un practicante: Tengo una pregunta sobre el movimiento físico óptimo para mantener el cuerpo sano y en forma. Al mismo tiempo, nos embarcamos en nuestro viaje

de Shaktipat. ¿Hay alguna forma de ejercicio que sea mejor o peor para mantenerse saludable?

Mi respuesta: El movimiento físico del cuerpo o ejercicio físico es un medio para un fin. Eso es mantener un cuerpo sano. Un cuerpo sano es nuevamente un medio para otra parada. Eso es mantener una mente sana desde un punto de vista mundano. Cuando el cuerpo está débil o enfermo, la mente no se inspira para elevarse a niveles más altos.

Además, un cuerpo débil o enfermo se convierte en un obstáculo para la práctica del yoga. Por lo tanto, un cuerpo y una mente sanos son un requisito previo para practicar yoga.

Sin embargo, comprenda que el ejercicio físico extenuante o el ayuno torturan la carne de su cuerpo. Esto, a su vez, equivale a una acumulación de nuevo karma. Por estas razones, los pasos iniciales específicos se han hecho obligatorios en sistemas de yoga independientes como Ashtanga yoga o Raja yoga.

Pensamiento positivo, regularidad, moderación en tus hábitos como comer o dormir, etc., asana o ejercicios físicos para lograr estabilidad en tu postura corporal, ejercicios de respiración o pranayama para limpiar tus nervios, Nadi shuddhi, etc. Pero todo esto es un medio para un final. Eso es para despertar la energía kundalini, mientras que Shaktipat ya ha logrado el mismo fin para ti.

No se requiere hacer nada más. Ni siquiera tienes que enfocar tu mente en esa dirección, ya sea ejercitándote o haciendo ejercicios de respiración. Lo que queda es sólo una cosa. Eso es limpiar tus karmas o impresiones sensoriales. Eso lo está haciendo la energía kundalini despierta internamente. No te queda nada por hacer.

Solo entrégate mentalmente y permanece como un espectador mudo. Lo que sea que tengas que hacer tú, te será forzado. La energía despierta cambiará sus hábitos alimenticios y patrones de sueño y garantizará una actividad

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

física mínima, ya sea que quiera hacerlo o no. Comenzarás a darte cuenta de esto en algún momento en el futuro a medida que avances.

Por lo tanto, todo lo que puede hacer mientras tanto es asegurar la moderación en sus hábitos alimenticios y continuar con su rutina diaria. No hay necesidad de intentar hacer un esfuerzo adicional en forma de actividad física extenuante. Espero que haya entendido la esencia de mi mensaje anterior.

Ejercitar el cuerpo a la fuerza no tiene nada que ver con ningún progreso espiritual, especialmente para los practicantes de Shaktipat. Esto podría haber sido recetado para la práctica de Ashtanga yoga o Raja yoga. En pocas palabras, las personas que todavía se sienten atraídas por el mundo exterior tienen esta necesidad de hacer ejercicio para comer más. ¡Como puedes ver! Todo lo que hacen las personas está únicamente orientado hacia el cumplimiento de los deseos sensuales. Por favor vuelve tu mente a la palabra interna.

Pregunta: Un practicante: Desde ayer por la tarde, he tenido un dolor de cabeza manejable pero no desaparece. Todavía me senté para sadhan anoche. Esta mañana, me desperté todavía teniéndolo. Recuerdo una meditación profunda y algunas kriyas ligeras hace un par de días. Entonces, asumo que esto es parte de eso.

Mi respuesta: también podría ser un problema de salud común. Por favor, tome medicamentos si es necesario. Kriya no se manifiesta como ningún problema de salud crónico por lo general. Tenga la amabilidad de tenerlo en cuenta.

Pregunta: Un practicante: En dos ocasiones durante la meditación, sentí vómitos a pesar de no haber comido nada pesado. Por favor ilumíname con esto, no tengo ningún problema de salud como tal, soy una persona sana sin problemas de salud por lo general.

Mi respuesta: Entonces, en ese caso, podría ser solo uno de los kriyas. También observaremos más de esto en los próximos días, sin embargo, tenga cuidado si se trata de algún problema común relacionado con la salud. Continúe con su práctica. Tus hábitos alimentarios, asuntos gástricos, etc., definitivamente sufren cambios. Por supuesto, ¡todo por tu bien! Por lo tanto, no hay necesidad de preocuparse por eso en absoluto.

Pido a todos los practicantes que ejerzan discreción y verifiquen si los síntomas son habituales y relacionados con la salud. No tiene sentido sacar conclusiones precipitadas de que todas son kriyas y evitar ir al médico. Todas las kriyas mencionadas anteriormente no pueden darse por sentadas como kriyas solo porque se mencionan en algún lugar de Internet.

Sin embargo, no hay necesidad de preocuparse. La energía cósmica despierta te guiará y te obligará a emprender las acciones necesarias, siempre que practiques con regularidad, solo una advertencia de mi parte para que no se dejen llevar y eviten ir al médico.

Sistemas de yoga independientes

Pregunta: Un practicante: ¡Una duda! "Fundación Isha" Sadguru hace ingeniería interna. ¿Son lo mismo shambhavi mudra y shambhavi deeksha? ¿O son diferentes? ¡gracias por aclararlo

Mi respuesta: Hasta donde yo sé, shambhavi deeksha o iniciación es un estado alcanzado por una persona. No hay más iniciación o deeksha en este estado.

¡Solo imagina! Una persona que tiene que recibir esta deeksha o iniciación debe estar en un estado muy elevado. Debe poseer poderes sobrenaturales incluso en esta etapa. Esa persona estaría más allá de las limitaciones de espacio y tiempo en tal etapa. ¿Quién puede darle shambhavi deeksha o iniciación?

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

En cualquier caso, el propósito de todos los sistemas de yoga es solo hasta esta etapa; hacer la mente irreflexiva quemando todos los karmas.

No tengo idea de lo que está haciendo la Fundación Isha o su técnica, que se llama shambhavi mudra. Por lo tanto, será muy impropio comentar sobre ellos.

Sin embargo, ya he explicado todo lo que se me conoce. Pero me informan que el taller de shambhavi mudra difiere del shambhavi deeksha.

Pregunta: Un practicante: Vedanta afirma que podemos reducir la ignorancia a través del conocimiento. ¿En qué se diferencia esto de Shaktipat?

Mi respuesta: La evolución espiritual de una persona ocurre en tres niveles diferentes según la técnica aplicada para cada nivel. El primero se basa en el egoísmo de una persona. Toda adoración a Dios o cualquier otra cosa hecha por una persona entra en esta categoría. Todo este arduo trabajo realizado por una persona se considera casi como un átomo. Eso significa que es diminuto, como un átomo. Es por eso que la técnica aplicada aquí también se conoce como la técnica "atómica" o anuvopay en sánscrito.

El siguiente nivel se basa en el despertar de la energía cósmica. Esta energía cósmica se conoce con diferentes nombres. Comúnmente usamos el nombre de energía kundalini en el camino de Shaktipat. La técnica también se conoce como la "técnica de la energía", ya que se basa en el despertar de la energía cósmica o "shakthopay", como se denomina en sánscrito.

El siguiente nivel se llama "shambhavopay". Aquí el espíritu que mora dentro del ser humano o el Atman o la forma en miniatura de Dios hace la práctica para la fusión final con lo divino. Por lo tanto, de las tres técnicas mencionadas anteriormente, un Gurú realiza Shaktipat en una persona para

Colonel T Sreenivasulu

iniciar el segundo nivel. No existe tal necesidad para la primera etapa y la última etapa.

En la primera etapa, la práctica la realiza una persona basada en el egoísmo. En la tercera etapa, lo hace la misma persona pero sin egoísmo, aunque todavía existe una fina capa de dualismo. Entre estos dos niveles, la energía cósmica hace la práctica en modo automático sin esfuerzo por parte de la persona. Para que este proceso comience, se requiere que se realice Shaktipat. Por lo tanto, Shaktipat es una técnica de yoga avanzada aplicada a una persona por un Gurú que está listo para lo mismo debido al destino.

Con respecto a las enseñanzas de Vedanta, el tema es uno de los seis sistemas de filosofías indias. Todas estas filosofías se han desarrollado en la antigua India durante un largo período que abarca incontables milenios desde los albores de la civilización humana. Pero todas esas enseñanzas caen bajo la primera categoría de "técnica atómica", como se enumeró anteriormente.

Mi conocimiento de todas esas filosofías es cero. Todo son cosas académicas. Cada filosofía tiene una gran cantidad de literatura sánscrita. Mi sugerencia para usted es no aventurarse en esa dirección. Ya no es necesario para ti después de la iniciación de Shaktipat. Concéntrese en quemar sus karmas ejerciendo la autoentrega a Dios o al Gurú. ¡Ese es el secreto!

Pregunta: Un practicante: ¿Qué sucede si el Señor Shiva quiere comunicarse conmigo y dar darshan regularmente? ¿No debería comprometerme con él? Si alcanzo un estado mental elevado debido al despertar de kundalini y los dioses hindúes quieren conectarse conmigo: ¿cómo debo comportarme, como sadhaka? ¿Qué debe hacer un sadhaka cuando los dioses hindúes desean comunicarse con él? ¿Cuál es el comportamiento adecuado?

Pregunto esto porque tuve un darshan cercano del Señor Shiva y Krishna hace muchos años. Y nadie me ha explicado

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

qué debo hacer o cómo comportarme con los devas o dioses. ¿Los Dioses me ayudarán con el camino y me animarán, o me alejarán de la meta?

Mi respuesta: Esto está totalmente fuera de contexto. No puedo comentarlo ya que no sigo el camino de la devoción, pero la lógica dice que debe apostar por cosas grandes, como la salvación. Esta pregunta pertenece a la religión.

La energía Kundalini no tiene nada que ver con ningún Dios o Diosa. Es el poder Cósmico Supremo que no tiene forma. Destruye todo el karma del ser humano y lleva la mente a un estado de irreflexión. Ese es el objetivo final de todos los sistemas de yoga.

Un practicante de yoga no tiene nada que ver con ningún Dios o Diosa como tal a menos que esté siguiendo el camino de la devoción o bhakti yoga, en el que se personaliza la idea de lo divino. Además, este Dios o Diosa personalizado tiene que estar dentro de los parámetros de algunas relaciones humanas. De lo contrario, para un yogui o yogini, solo hay un Dios para ser adorado: Guru. Un Gurú no es otro que el Dios o divino solo en la forma de Gurú tattva.

Sólo hay un Dios o lo divino. Varios dioses y diosas de múltiples religiones están destinados solo a aquellos que practican sus respectivas religiones. Pero son sólo como instrumentos para que un ser humano se eleve espiritualmente.

Una vez que un ser humano conoce a su Gurú y se inicia en cualquier camino del yoga, es una historia completamente diferente. Ahora es yoga y ya no religión, sin embargo, muchas personas temen soltar el apoyo de la religión al igual que un bebé teme soltar la mano de su madre incluso después de haber aprendido a dar pequeños pasos. Pero como saben, obstaculiza un mayor crecimiento. Es la misma historia aquí, también.

Colonel T Sreenivasulu

Por eso dije que sus preguntas están fuera de contexto. Estás mezclando las religiones con el sistema de yoga. Las religiones son similares a la educación secundaria, mientras que la práctica del yoga es similar a la educación universitaria. Además, después de Shaktipat Deeksha, es similar a la educación superior. Es por eso que sus preguntas están un poco fuera de contexto aquí.

No puedo responderte debido a este problema, aunque estoy haciendo todo lo posible para transmitirme la idea. Por favor, lea mi libro una vez más si es posible. Tras el despertar de la energía kundalini, se acaba el juego, principalmente para los seres humanos. El juego divino de creación, sustento y disolución comienza a terminar. El despertar de la energía kundalini es el principio del fin del juego divino en este planeta.

Dudas de YouTube

Pregunta: Un practicante: He visto un video en Internet sobre la curación de chakras mediante un mantra. Me has dado el mismo mantra durante mi iniciación Shaktipat. ¿Significa activar solo ese Chakra en particular para mí?

Mi respuesta: No tiene nada que ver con nuestro sistema Shaktipat. Le he dado el mismo mantra a algunas personas, pero eso no estaba destinado a la curación de ningún chakra. Ese mantra que se te ha dado representando un centro de energía es sólo incidental.

Durante la iniciación de Shaktipat, el mantra está destinado a cumplir el propósito de ser un portador, un recipiente o una especie de contenedor para dar la iniciación de Shaktipat. No tiene nada que ver con el Chakra o el centro de energía asociado.

También puede obtener el beneficio de la curación de chakras como bonificación. Pero nuestro objetivo no está destinado a eso. Espero que hayas captado la idea. La gente practica el canto de este tipo de mantras para despertar su energía

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

kundalini. Pero eso es en sistemas de yoga independientes. En nuestro sistema, Shaktipat ha logrado lo mismo.

Pregunta: El mismo practicante: Me preguntaba si estaba conectado al Chakra; Me preguntaba por qué no el mantra Muladhara Chakra.

Mi respuesta: la iniciación de Shaktipat se da a través de cuatro métodos; contacto físico, la vista, el mantra y el ejercicio del libre albedrío. Yo suelo hacer uso de los dos últimos métodos.

Por lo tanto, un mantra solo se usa como instrumento para hacer Shaktipat en nuestro camino de yoga. Eso es todo, sin embargo, dado que un mantra resulta ser un sonido sagrado o un cuerpo de sonido cósmico, también traerá ciertos beneficios materialistas. Pero esa es una ciencia totalmente diferente.

En el caso de algunos sistemas de yoga independientes, el mantra también se usa para despertar la energía Kundalini o en algunos métodos para la activación o curación de chakras, etc. No nos preocupan esas prácticas ya que no se requiere de nosotros.

En nuestro camino, la energía kundalini es despertada directamente por el Gurú por Shaktipat. Por lo tanto, no se confunda con la enorme cantidad de literatura disponible sobre este tema.

Directrices para las mujeres

Pregunta: Un practicante: ¿Está bien que las mujeres mediten durante el período? (Ciclo menstrual)

Mi respuesta: Sí, claro. Puedes cantar el mantra también dentro de tu mente.

Relación gurú-discípulo

Pregunta: Un practicante: Aun así, tengo una pregunta. ¿Cómo somos elegidos aquí en esta Orden secreta de Shaktipat? destino, Gurú o Dios o....?

Mi respuesta: Todo se debe a tu karma o destino.

Pregunta: Un practicante: ¿Cómo nos encuentras? ¿Cómo nosotros de alguna manera te encontramos? ¿Casualidad o destino?

Mi respuesta: Es un principio cósmico misterioso que un Gurú sale automáticamente de la nada cuando un estudiante está listo para recibir Shaktipat. Aparte de esto, no se sabe mucho sobre este fenómeno. Incluso los antiguos textos sánscritos han insistido en este fenómeno. Pero cómo sucede y por qué sucede es misterioso. Puede ser una de las leyes ordinarias de la naturaleza similar a una fruta que cae al suelo después de que está madura.

Además, hay muchos otros fenómenos para los que no existe una explicación racional, como el resultado después de una acción. ¡Algo parecido a una flecha que ha sido disparada al aire! Su destino final ya no está bajo el control del arquero después de disparar, aunque tiene todo el poder antes de disparar.

Canto de mantras

Pregunta: Un practicante: Hoy, por la gracia de Dios Todopoderoso, he recibido de ti la iniciación de Shaktipat. Canté el mantra y estaba en meditación; Sentí pequeñas vibraciones en todo el cuerpo y en mi Chakra raíz. Muladhara Chakra comenzó a activarse y sentí el calor en esa área. Una grata experiencia espiritual. ¡Me sentía muy positiva!

Cante el Mantra 108 veces. ¡Me siento muy bien! ¡La sensación de calor en el chakra raíz o Muladhara Chakra! ¡Cuerpo entero, vibraciones del alma! ¡es muy calmante! ¡Sentirse ligero y alejar las tentaciones!

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Mi respuesta: ¡Vale! Pero no tienes que hacer la repetición del mantra solo 108 veces. Ese tipo de práctica no está en nuestro camino. Continúe con su práctica y repetición de mantras todo el tiempo que pueda. Por favor, no se moleste en contar el mantra.

Pregunta: Un practicante: ¿Puede explicar cómo se enfoca en Guru y la parte del mantra? ¿Es suficiente recordar a Guru? En cuanto al mantra, ¿debería uno seguir cantando, o incluso escuchar ayuda?

Mi respuesta: Sí, por supuesto, shaktipat ha sido dado por el Gurú ejerciendo el libre albedrío y también por medio del mantra. Eso significa que el mantra ha sido cargado con Shaktipat y dado. Por lo tanto, recordar constantemente al Gurú y el mantra es lo mismo que invocar la energía cósmica omnisciente o la divinidad de Dios. Como resultado, la energía kundalini comienza a impactar en la mente del practicante. De lo contrario, si no quieres enfocar tu mente ni en tu Gurú, ni en el mantra, ni en la energía cósmica, ¿cómo comenzará la neutralización de los karmas? Ese es el quid de la cuestión.

En cuanto a escuchar el mantra, sí, impactará en la mente. Es tan bueno como invocar la energía cósmica por dos razones. En primer lugar, el mantra mismo es sagrado o un cuerpo sonoro que no es otra cosa que energía cósmica.

En segundo lugar, el mantra se ha utilizado específicamente como instrumento para llevar la iniciación de Shaktipat a un practicante que estaba sentado a una gran distancia. Por lo tanto, cada vez que se recuerde ese mantra de alguna manera, impactará la mente.

Pregunta: Un practicante: Meditar, enfocarte en tu rostro y cantar, los tres juntos, se conoce como lo más impactante. ¿Cuánto impacto tendrá si solo cantamos el mantra mentalmente y nos enfocamos en tu rostro? Solo para entender la diferencia (en porcentaje, solo, por ejemplo, por favor).

Mi respuesta: No hay meditación como tal hecha en nuestro camino. La palabra meditación se usa libremente. De lo contrario, se denomina "sadhan". Por lo tanto, se requiere enfocarse en su Gurú y el mantra. ¡Eso es todo!

La energía cósmica, el Gurú y el mantra son todos iguales. Aquí el mantra actúa como portador de la energía cósmica. Por lo tanto, tendrá el máximo impacto cuando se centre simultáneamente en las tres formas. No se puede diferenciar en términos de parámetros físicos como porcentaje, etc. No es posible porque la energía cósmica es muy sutil.

Pregunta: Un practicante: Cuando comencé el sadhan de hoy cantando el mantra, pude sentir como mi cabeza comenzó a girar en el sentido de las agujas del reloj durante unos segundos. Entonces todo fue normal. Cuando terminé mi sadhan, me di cuenta de que estaba sudando, sin embargo, hoy no pude concentrarme más en cantar.

Mi respuesta: por favor, no se preocupe si no puede concentrarse en cantar el mantra porque el mantra se le dio solo para iniciar kriyas. Después de que comiencen las kriyas, el canto de mantras se detendrá en cualquier caso. Pero debería detenerse por sí solo de forma natural. Entonces no tienes que recordarlo y empezar a cantar de nuevo, sólo permanece como un espectador mudo y observa las kriyas.

Pregunta: Un practicante: En los últimos días, cuando estoy haciendo sadhan, me estoy hundiendo más en el sueño. De repente, cuando me despierto, canto solo el mantra. No puedo entender este fenómeno. Por favor, indique si me estoy moviendo en la dirección correcta o no.

Mi respuesta: el canto de mantras involuntariamente durante el sueño es bastante normal después de la iniciación de Shaktipat. Obviamente, cuando despiertes, de repente, te darás cuenta de que tus labios han estado haciendo movimiento cantando el mantra que se te ha dado. Eso significa que el canto de mantras debe haber tenido lugar

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

miles de veces mientras dormías. Obtienes el beneficio de ese canto.

¡Mientras que durante la meditación, obviamente, tiendes a profundizar más y más en un estado sin pensamientos! Obviamente, el canto de mantras también podría detenerse durante esos momentos. Eso también es perfectamente normal. Y sí, no hay nada de malo en tu práctica. Está sucediendo exactamente como se supone que debe suceder. Continúe con su práctica de la misma manera.

Pregunta: Un practicante: ¿Tenemos que cantar el mantra dado por usted, o también podemos cantar mantras como "Om Namah Shivaya y Om Sri Matre Namah" de vez en cuando?

Mi respuesta: se supone que no debes hacer nada de ese tipo deliberadamente, si esos mantras destellan en su mente involuntariamente como kriyas, entonces deje que se realice el canto. De lo contrario, se supone que eres un espectador mudo o un testigo silencioso. ¡Eso es todo!

¡Parece que está confundido con la literatura disponible sobre sistemas de yoga independientes como Ashtanga yoga, Raja yoga o mantra Japa yoga! ¡Nuestro camino es diferente! Por favor sea muy claro en esto. Ves a tanta gente desarrollando tantos kriyas después de tomar Shaktipat Deeksha. Entonces, ¿por qué todavía no estás convencido de nuestro camino?

Si kriyas o reacciones ocurren en personas que toman Shaktipat Deeksha sentadas en lugares lejanos, ¿no crees que el proceso desafía todas las explicaciones racionales de la ciencia moderna? ¿Qué más prueba se requiere?

Parece que lo están arrastrando hacia la literatura disponible en Internet, etc. Piénselo seriamente.

Me sorprende que me hayas hecho esta pregunta. Debido a que muestra que no has entendido el concepto de Shaktipat, pensé que probablemente dejarías todo lo demás después de la iniciación de Shaktipat. Depende de usted continuar con

Colonel T Sreenivasulu

sus prácticas anteriores, como cantar varios mantras. Por mi parte, no hay restricción al respecto. Pero todas esas prácticas ya no son necesarias después de la iniciación de Shaktipat. ¡Al igual que no regresas a la escuela secundaria después de unirte a la universidad!

Pregunta: Un practicante: ¿Está bien cantar dos mantras juntos? Estoy hablando del mantra Gayatri y el que me diste, el mantra Guru. Pregunté porque he estado cantando un mantra dado por otra persona antes de tu mantra durante tres años, se viene a mi mente de forma automática. Entonces, me cuesta mucho no pensar en ello. Resolví ese problema cantando ambos mantras juntos, lo que me parecía natural.

Mi respuesta: Si quieres, también puedes seguir cantando el mantra anterior. No hay objeción de mi parte a eso. Pero debes recordar que ya no es un requisito hacerlo después de la iniciación de Shaktipat.

Dado que Shaktipat Deeksha es un sistema avanzado, cualquier otra práctica realizada por los practicantes los ralentizará en la quema de sus karmas. Ese es el único problema. Por el momento, puedes seguir practicando lo que sea que estés haciendo, pero con la mente abierta para acabar con esas prácticas en el futuro.

Pregunta: Un practicante: Es divertido, ya que he tratado de imaginarlo como una multitud de personas cantándolo y yo; eso ayudó un poco. Intenté la repetición externa, pero eso no se sentía bien. Puedo probar la repetición silenciosa sin sonido, ya que la longitud de cada sílaba se distorsiona, por lo que el movimiento de los labios puede estabilizarlo un poco en mi mente.

¿Cuántos mantras tenemos en Shaktipat? ¿Estos mantras se dan en etapas? ¿Se dan en base al nivel de espiritualidad del practicante?

Mi respuesta: Hay muchos mantras. No hay un límite fijo como tal. En cuanto a si estos mantras se dan por etapas, ¡no,

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

nada de eso! Por favor, lea mi respuesta anterior sobre este tema. La gente hace la repetición de mantras ya sea por beneficios materiales o para activar los chakras y despertar la energía kundalini. Eso ya se ha logrado con la iniciación de Shaktipat.

El mantra dado en el momento de la iniciación de Shaktipat es solo una medida adicional.

Porque también es una forma por la cual se puede dar la iniciación de Shaktipat. Por ejemplo, no había necesidad de darle ningún mantra a nadie cuando te di la iniciación de Shaktipat. Podría haber ejercido directamente el poder del libre albedrío. Mantra se ha cargado con Shaktipat y se te ha dado para garantizar que Shaktipat tenga éxito. Esto significa que he utilizado un mantra como instrumento. Eso es todo. No es necesario que te den más mantras.

Otra cosa es que este mantra se detendrá después de que kriyas o reacciones comiencen a manifestarse. Por favor, recuerda solo una cosa, shaktipat es la técnica de yoga más alta disponible para despertar la energía kundalini. Puedes buscar en Google si lo deseas. La única razón por la que no es tan popular es porque no se da a todo el mundo, solo aquellos que ya han alcanzado una etapa espiritual particular reciben Shaktipat. La energía cósmica omnisciente y súper inteligente o Dios lo asegurará. Espero que te quede claro ahora.

Pregunta: Otro practicante: Todavía tengo problemas con el mantra. Parece simple, pero por alguna razón, no puedo hacerlo sin sentir mi aliento con él, si respiro mientras canto el mantra, lo distorsiona, o mi mente no puede enfocarse muy bien en él. No estoy seguro de por qué.

Mi respiración parece tener más control que mi mente. Estoy tratando de no concentrarme en mi respiración, pero es difícil cuando quiere estar involucrada todo el tiempo, repito el mantra. ¿Esto es normal?

Mi respuesta: Está bien. No hay nada de malo en la forma en que estás haciendo la repetición del mantra como tal, si lo desea, puede hacer la repetición, moviendo en voz alta sus órganos vocales, sin embargo, su impacto será mucho más potente cuando se interiorice.

Es un enfoque paso a paso, cuando pasa de la repetición más fuerte a la repetición sutil. Primero, un practicante intenta hacer la repetición en voz alta. Esto es seguido por un nivel más bajo de ruido. Después de eso, la repetición del mantra se hace con el movimiento de los labios pero sin sonido. Esto es lo que se llama repetición silenciosa. Después de eso, a medida que profundice más y más o más sutilmente, la repetición se realiza sin el movimiento de los labios, y aún se verá obligado a mover la lengua y las cuerdas vocales. A medida que profundiza y trata de repetir el mantra sin el movimiento de los labios y los órganos vocales, se vuelve un desafío hacer la repetición en esta etapa.

La solución es enfocar tu mente en el sonido del mantra. Eso significa tratar de escuchar el mantra internamente con la mente como si otra persona estuviera cantando el mantra. Para hacerlo más fácil, incluso puedes imaginar el sonido del mantra reverberando muy fuerte en tu mente o como si lo estuvieran cantando cien sacerdotes dentro de un templo y lo estuvieras escuchando desde afuera.

A continuación, vaya un paso más allá e intente imaginar un sonido sutil del mantra que emana del espacio o del cielo o como si lo cantara un pequeño grupo de sacerdotes. Después de eso, más allá, ve más profundo o se más sutil. Imagina solo el sonido del mantra; nada más que su esencia o la forma de audio del cuerpo sonoro. En algún lugar a lo largo de este camino, tu mente se desconecta automáticamente de tu respiración a medida que profundizas más y más. Ya no tendrás el problema de que te moleste la respiración.

Pero todas estas habilidades se desarrollan gradualmente. También podría innovar sus técnicas, como tratar de usar

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

auriculares inicialmente, etc. No hay fin para estas cosas. Como el mantra se ha cargado con Shaktipat, la energía cósmica comienza a impactar en tu mente. Además, dado que la energía cósmica proviene del cuerpo de Guru en el momento de la iniciación de Shaktipat, la visualización de la imagen de Guru simultáneamente, junto con el canto del mantra, aumenta su impacto.

Pregunta: Un practicante: Experimento dificultad en el vínculo mantra-respiración y ahora trato de profundizar en cada sesión. Aún así, la mente se distrae. Tiene que haber alguna esperanza para esta alma. El lado positivo, como dijiste en el pasado, la atención continua al mantra siempre parece ayudar.

Mi respuesta: Lentamente, superarás este problema. Puede que no suceda rápido. Por lo tanto, la lección es perseverar y seguir practicando. ¿Alguna vez te has preguntado por qué es posible que ni siquiera tengas que profundizar tanto en el dominio de la repetición del mantra? Kriyas podría detener la repetición de tu mantra en algún momento.

Lo que he escrito anteriormente con respecto a la repetición del mantra es un concepto integral. Eso se aplica más a los practicantes que siguen otros tipos de sistemas de yoga. El nuestro es el camino de Shaktipat. Mantra se te ha dado solo como una medida provisional, se utiliza como instrumento para realizar Shaktipat con éxito.

Por lo tanto, tampoco se preocupe demasiado por eso. Ahí está la esperanza para ti; puede que no tengas que dominar la repetición del mantra en primer lugar. Concéntrate en la autoentrega en su lugar. Incluso el mantra también fructifica para aquellos que se entregan a él.

Shambhavi Deeksha

Pregunta: Un practicante: ¿Cuál es la tercera etapa en la evolución espiritual a la que te referías?

Mi respuesta: La tercera etapa comienza con shambhavi deeksha o iniciación shambhavi. En este estado, incluso la energía kundalini ya no tiene ningún papel. El propósito de su despertar ya habría terminado.

Sin embargo, la persona todavía no alcanza la salvación o la unidad con el espíritu universal o Dios. Eso significa que la autorrealización aún no ocurre. Es más una etapa en la evolución espiritual que una iniciación dada por alguien.

En esta etapa, todos los karmas ya habrán sido destruidos. Técnicamente, la persona debería haber alcanzado la salvación porque ya no hay razón para existir en un cuerpo humano. Pero desafortunadamente, no sucede de esa manera. Aún así, un fino velo de ignorancia o maya envuelve el alma individual.

Sin embargo, se encuentra en un estado de dicha absoluta. Esto también se conoce como la "vaina de felicidad". El practicante de yoga está más allá de la dimensión de "Espacio y Tiempo". Todas las leyes de las ciencias físicas deberían romperse en esta etapa, tal como se supone que sucede en el punto de singularidad según la física teórica moderna.

Pero lo que sucede a partir de esta etapa, nadie lo sabe. Incluso los textos sánscritos antiguos y los textos de yoga han permanecido en silencio después de esto. Pero siguiendo la lógica terrenal, podemos comprender que la autorrealización equivale a que una persona se dé cuenta de que es Dios. Eso significa que se elimina el dualismo.

En consecuencia, muchas filosofías y religiones existentes basadas en la teoría del dualismo perderán su relevancia, solo estaremos entrando en interminables debates académicos a partir de este estado. Por lo tanto, es incluso inútil discutirlo.

Problemas relacionados con el sexo

Pregunta: Un practicante: Por favor ayúdeme con las respuestas a lo siguiente:

¿Es necesario tener relaciones sexuales al menos una vez como requisito previo para el despertar de la energía kundalini, su elevación y el despertar espiritual?

¿Es un requisito previo para activar, abrir y tener un chakra sacro en buen funcionamiento? Pregunto El Chakra sacro tiene que ver con la sexualidad y la creatividad.

Mi respuesta: No, no es necesario en absoluto. Es al revés, se aconseja a las personas que practiquen "brahmacharya" o celibato como preparación para el despertar de la kundalini, sin embargo, eso es en sistemas de yoga independientes como Ashtanga o Raja yoga. No se aplica a las personas que han tomado Shaktipat deeksha o iniciación. En este camino, no importa de ninguna manera.

Después de Shaktipat, todos los chakras se activan naturalmente con el tiempo sin el esfuerzo del sadhaka o del practicante. Hay mucha literatura sobre el tema en Internet y en YouTube. Por favor, no creas todo eso. En su mayoría, no es auténtico en absoluto.

Colonel T Sreenivasulu

Puedo decirle con el poco conocimiento que tengo sobre el tema que es un mito entre la gente que la energía kundalini puede despertarse durante las relaciones sexuales. Debe recordarse que la energía kundalini es demasiado sutil. La energía sexual o energía creativa, aunque es una forma de energía kundalini, es más burda en comparación con la energía kundalini.

Pregunta: El mismo practicante: Usted dice que la kundalini es una energía sutil, por lo que el sexo no la afecta. Pensé que la kundalini era tan poderosa como un tornado. Puede ser sutil, pero veo mi cuerpo temblar cuando se mueve dentro de mí. ¿También experimentaste esto?

Mi respuesta: cuanto más sutil es la energía, más poderosa se vuelve. Algunos practicantes me enviaron videos grabados por sus familiares. De hecho, experimentan sacudidas violentas del cuerpo. Yo también lo he experimentado de una manera mucho más poderosa además de la simple sacudida del cuerpo. Por lo tanto, la energía kundalini es realmente poderosa. La energía sexual es más burda en comparación con la energía kundalini, aunque también es una forma de energía kundalini. Por lo tanto comparandalas es menos potente.

Pregunta: Un practicante: ¿Cómo se relaciona la energía kundalini con la energía sexual? ¿Puede ayudar durante la meditación si retienes esta energía?

Mi respuesta: con respecto a su consulta, le daré algunos aportes sobre el tema que deberían brindarle la información necesaria. Después del despertar, la energía kundalini se mueve desde el primer Chakra, o Muladhara Chakra, al segundo Chakra, o Svadhithana Chakra.

En sánscrito, la palabra Svadhithana significa ¡lugar propio! El primer Chakra se encuentra a medio camino entre el ano y el órgano genital. El segundo Chakra pasa a estar ubicado cerca de la raíz del órgano genital. Por lo tanto, ambos chakras están ubicados muy cerca uno del otro como tal, y

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

también cerca del órgano genital. Como resultado, debido al despertar y movimiento de la energía kundalini en esta región, se suelen experimentar intensas sensaciones sexuales.

Además, como debes saber, la energía sexual es energía creativa. Esto significa que también es una forma de la energía kundalini en su modo creativo. Pero recuerda que esto se aplica cuando está en modo creativo. ¡Eso significa antes del despertar!

Después de que la creación se realiza a nivel individual, se sustenta constantemente en la psique del individuo. Esta función de sustento también la realiza la energía kundalini en otra forma. Por tanto, tenemos dos funciones de la energía kundalini antes de su despertar. La primera es la creación y la segunda función es el sustento.

Al despertar, la energía kundalini asume la forma de destrucción. Comienza destruyendo la creación a nivel individual para el practicante. Por lo tanto, cuando dices si la energía Kundalini está relacionada con la energía sexual o no, es en este contexto, se relaciona con la energía sexual solo en modo creativo antes del despertar, se aplica a personas normales en las que no se ha despertado la energía kundalini.

A continuación, con respecto a su segunda consulta sobre si restringir la energía sexual es bueno para la meditación, sí, es útil para el propósito de despertar de la gente común que practica otras formas independientes de yoga, como Ashtanga o Raja yoga.

La energía sexual, cuando se restringe, se convierte en lo que se llama Ojas. Luego comienza a ascender por Sushumna o el canal central de la columna vertebral, lo que provoca una meditación profunda y otorga un aura potente a la persona en cuestión. Es por eso que la castidad absoluta se recomienda generalmente en todas las religiones.

Según mi poco conocimiento de la ciencia moderna, también se supone que es muy bueno para los huesos y las

Colonel T Sreenivasulu

articulaciones del cuerpo humano. Pero todo esto no se aplica a los practicantes de Shaktipat. Después de que se hace Shaktipat, no se requiere hacer nada más. No hay necesidad de abstenerse de tener relaciones sexuales, etc.

Es como una planta que no necesita ningún protector de árboles después de convertirse en un árbol. Ciertos hábitos como abstenerse de tener relaciones sexuales o comer comida vegetariana solo se entienden como acciones preparatorias. Espero que sus consultas hayan sido aclaradas ahora.

Amablemente, no relacione nuestra técnica Shaktipat con la literatura ampliamente disponible sobre otras formas independientes de yoga. Es posible que se confunda debido a la falta de disponibilidad y claridad sobre el tema de manera integral.

Pregunta: El mismo practicante anterior: todavía estoy un poco confundido acerca de los diversos términos como "antes del despertar, primera creación, segunda función, sustento, despertar, asumiendo la forma de destrucción, etc."

¿Hay algo más que pueda profundizar en esto en la literatura? Creo que 'creación' puede ser un embarazo, pero tal vez esté equivocado. Entonces, ¿retener la energía sexual no me servirá de nada ahora que ya he sido iniciado? Y donde dices que no hay necesidad de abstenerse del sexo, ¿no puedo tomar la energía/karma de otra persona a través del sexo ahora que soy iniciado?

Mi respuesta: Permítanme aclarar una vez más desde una perspectiva diferente. Por favor, lea mi libro "El poder desconocido para Dios" una vez más, se ha tocado este tema de la creación, el sustento y la destrucción. Tal vez se explicó con más detalle en las traducciones en idioma indio del libro. Les daré brevemente una idea al respecto aquí.

Toda la creación existe en dos niveles; a nivel individual y también a nivel colectivo, sin embargo, la creación existe en ambos niveles simultáneamente. Este es el caso de todo ser

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

humano. Eso significa que para cada ser humano en este planeta, la creación individual y también la creación colectiva existen simultáneamente.

Todo es de naturaleza psicodélica en primer lugar. Por lo tanto, no hay necesidad de preguntarse cómo existen tantas creaciones. Amablemente, no se confunda con la explicación científica moderna ya que todo o cada fenómeno no se ha tenido en cuenta.

Cuando hablo de creación a cualquier nivel, individual o colectivo, hay tres fases bien diferenciadas: la parte de creación, su sustento por algún tiempo, y su destrucción o desintegración. Pero una vez más, tenga la amabilidad de recordar que todo es psicodélico. Es simplemente una ilusión, como una película proyectada en la pantalla.

La creación, el sustento y la destrucción se proyectan constantemente en la psique de cada ser humano hasta que alcanza la salvación o la autorrealización.

Ahora, volviendo a su pregunta de que la energía sexual es la energía creativa, sí, la energía sexual es el medio a través del cual Dios o el Todopoderoso está logrando la propagación de especies. Por lo tanto, ya sea el acto sexual o el embarazo es parte de crear esta ilusión psicodélica conocida como "vida" o creación a nivel individual; ambos términos son iguales.

Según los "Shaktas" o adoradores de la energía en la India, estas tres formas de energía cósmica son adoradas como Diosas "Saraswathi, Lakshmi y Kaali", respectivamente. Estas tres formas celestiales no están separadas. Todo es una sola forma. Entonces, tanto a nivel individual como a nivel colectivo, estas tres energías operan.

A nivel individual, se le llama colectivamente energía kundalini, y su despertar significa que se ha vuelto de naturaleza destructiva. Comenzará a desintegrar la vida o la creación a nivel individual, allanando el camino para la ascensión espiritual y la autorrealización.

Colonel T Sreenivasulu

Después de que te hayan hecho Shaktipat, este proceso ya ha comenzado. Ahora, volviendo a su pregunta sobre la energía sexual una vez más, se recomienda abstenerse de actos sexuales a todos los practicantes que no son de Shaktipat como una especie de cubierta protectora para su crecimiento espiritual. Pero esto es para aquellas personas que siguen sistemas de yoga independientes.

Para los estudiantes de Shaktipat, este tipo de restricción no es necesaria porque su propósito ya se ha logrado. Un Gurú ya ha despertado tu energía kundalini aplicando su libre albedrío. Luego, debes recordar que cualquier indulgencia voluntaria en actos sexuales de tu parte se convertirá en nuevo karma, se considera kriya si ocurre en el curso natural de los acontecimientos.

Sin embargo, nadie asume el karma de otra persona a través del sexo, simplemente depende de usted si ha decidido disfrutar de actos sexuales. No tiene impacto en tu ascensión espiritual de ninguna manera después de la iniciación de Shaktipat. Pero la indulgencia voluntaria resulta en cometer nuevo karma. por favor tenlo en cuenta. Espero que sus consultas sean claras ahora.

Pregunta: El mismo practicante: tengo más comprensión de la destructividad, que es kundalini a nivel individual, y tal vez también debería leer su libro. Entonces, ¿cuál es la diferencia entre la indulgencia voluntaria y el curso natural de los acontecimientos? ¿Significaría esto último que si te enamoraras, sería un evento natural? Estoy un poco cansado del sonido del nuevo karma. No puedo ver esto como algo bueno. Esto puede no afectar la ascensión espiritual directamente, pero ¿no lo hace de alguna manera si tengo nuevos karmas que borrar?

Mi respuesta: Sí, cualquier acción emprendida por alguien voluntariamente se convierte en nuevo karma porque estará teñida de egoísmo. Incluso enamorarse de alguien o entregarse a actos sexuales con o sin enamoramiento equivale

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

a karma fresco solamente. Enamorarse y entregarse al sexo obviamente equivale a un karma poderoso.

Disfrutar de sexo casual sin ningún apego emocional puede ser comparativamente menos intenso. Aún así, sin embargo, tales actos equivalen a karma fresco solamente. La distinción entre karma y kriya no necesita mucha explicación.

Si mueves tu cuerpo voluntariamente, se convierte en karma, si se mueve involuntariamente durante la meditación, se convierte en kriya. Por lo tanto, una persona sabe mejor por sí misma si se está cometiendo un nuevo karma o si se está produciendo una reacción natural como una kriya desprovista de cualquier apego emocional. Lo mismo ocurre con los actos sexuales también.

Pero recuerda una última cosa; kriyas no debe interrumpirse voluntariamente. Esa es la conclusión. Incluso si resultan ser pensamientos o acciones relacionados con el sexo, eso es lo que quise decir con que ocurren en el curso natural de los acontecimientos.

Pregunta: El mismo practicante: ¿Estos nuevos karmas creados por el acto sexual también nos distraerán del progreso espiritual? Siente que posiblemente lo hará. Está bien, creo que entiendo, sin embargo, una cosa. ¿Estás diciendo que el sexo puede ocurrir involuntariamente por una kriya?

Mi respuesta: Sí, claro.

Pregunta: El mismo practicante: ¿Pero el acto sexual tendrá emociones adjuntas, de hecho? ¿Cómo sabrás si es kriya o karma? Involuntario significaría kriya, supongamos que es kriya y se supone que borra todas las impresiones sensuales. En ese caso, ¿indudablemente resultará en la acumulación de karma fresco por las emociones involucradas? ¿Honestamente, ha visto a alguien teniendo sexo involuntario que no sea en casos de víctimas de violación?

Mi respuesta: Además del acto sexual, hay otras categorías de acciones que también involucran emociones inevitables como sufrir humillación, expresar enojo hacia alguien, comer algunos alimentos apasionadamente, etc. ¡Es comprensible! Pero si un practicante puede ejercer el desapasionamiento, esas emociones no se teñirán de egoísmo demasiado intensamente. Por lo tanto, se vuelve comparativamente más fácil borrar esos karmas más tarde. Este es un pequeño consejo que he dado a los lectores en mi libro.

Con respecto a reconocer si alguna acción es kriya o karma, una kriya será comparativamente de naturaleza lúdica. La experiencia emocional no es seria. Es lo mismo con los actos sexuales también; cuando sucede como un kriya!

Pregunta: El mismo practicante: Entonces, si me enojo y puedo mantener la calma; esto es quitar el egoísmo y limpiar karmas, o si tengo sexo y no lo disfruto demasiado o no me apego; esto también es eliminar karmas.

Mi respuesta: Kriyas ocurren espontáneamente sin ningún tipo de planificación. Están destinados a limpiar tu karma solamente. La energía cósmica se asegura que entiendas que son solo kriyas. Todo depende de tu sinceridad.

Eso significa que, por favor, no se entregue a actividades voluntarias y trate de justificar sus acciones diciendo que son kriyas. Eres el mejor juez de tu conciencia. Pero definitivamente, puede que no sea posible permanecer en un estado de testigo como un espectador mudo cuando ocurren kriyas de esta naturaleza, como enojarse, sufrir humillaciones, llorar, reír, acciones relacionadas con el sexo, etc.

Comprensiblemente, todos pueden ser incapaces de ejercer el desapasionamiento durante tales emociones. No importa, no te preocupes por eso en absoluto. Estos karmas recién acumulados son relativamente más fáciles de eliminar durante la meditación. Parpadean como recuerdos durante la meditación y se extinguen lentamente. Hay una frágil línea que diferencia el kriya y el karma. A veces, los kriyas resultan

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

ser karmas cuando no se ejerce el desapasionamiento adecuado.

De manera similar, incluso los karmas recién cometidos no quedan impresos en tu psique si se ejerce el desapasionamiento adecuado mientras se están cometiendo. Pero eso no significa que alguien pueda cometer un delito como asesinato o violación o saqueo o causar lesiones a alguien que se refugia bajo el concepto de desapasionamiento. Esto es muy importante de entender.

Es por eso que dije que necesitas ser sincero de corazón. Por lo general, Dios no lo permite mientras otorga desapasionamiento al individuo que está cometiendo tales acciones. Muy a menudo, esas acciones son realizadas por un practicante desapasionado por el beneficio mundano como un acto de altruismo. Espero que se entienda lo que estoy tratando de transmitir.

Pregunta: Mismo practicante: ¡Ese es un concepto extraño!

Mi respuesta: los Kriyas ocurren para limpiar los karmas acumulados en el pasado de una manera telescópica y acelerada. Así es como se afecta la limpieza de karmas. Los karmas acumulados o las impresiones sensoriales relacionadas con los actos sexuales no son una excepción.

Por lo tanto, no hay nada extraño en esto. Algo tiene que suceder de una forma u otra para que la limpieza de los karmas pueda verse afectada. Cómo sucede no se puede predecir con precisión. Por lo tanto, solo estoy tratando de informarle sobre las posibilidades. Pero tenga la amabilidad de comprender que cualquier cosa que se haga con emociones unidas dará como resultado un nuevo karma o destino.

Pregunta: Un practicante: En la meditación de hoy, después de aproximadamente media hora, comencé a sentirme cansado y, como tal, decidí acostarme en la cama y meditar. Pero para mi sorpresa, diferentes kriyas estaban ocurriendo

en mi cuerpo junto con un fuerte impulso sexual que tuve que controlar con mucho esfuerzo. Con mucha dificultad pude continuar con el sadhan durante 70 minutos. ¿Puedes explicar por qué pasó esto así?

Mi respuesta: Sucede de esa manera. No tiene nada de sorprendente en absoluto. Le pasa a casi todo el mundo. Es para limpiar sus karmas solo porque los karmas relacionados con el sexo deben haber sido acumulados por todos en grandes cantidades de las vidas anteriores.

Es por eso que es una de las principales categorías de karma que se requiere limpiar. Todo ser humano debe haber acumulado estos karmas en grandes cantidades. No hay nada de qué preocuparse demasiado al respecto en absoluto. Continúe con su práctica de la misma manera y, por favor, nunca intente resistirse a las kriyas mientras están sucediendo. Permita que los pensamientos relacionados con el sexo continúen en su mente, sigue observándolos como un espectador mudo.

Pregunta: Un practicante: La mayoría de la gente espera que una sensación aclare que está 'sucediendo'. En parte, esperaba que el movimiento subiera hasta mi columna inicialmente. Aún así, incluso la idea de eso me inquietó, así que lo olvidé.

Ya no pienso en el movimiento que siento. Poco a poco me estoy preocupando menos por el área de 'bloqueo' o 'tensión' que siento también. El movimiento volvió de forma bastante prominente en la noche de la iniciación, pero ha sido más débil desde entonces. Junto con mi mente en reposo, apenas lo noto. Todavía está allí, pero definitivamente no es tan prominente. La única vez que ahora es difícil de ignorar es cuando se mezcla con energía sexual o cuando se tropieza. No estoy seguro de lo que hace, pero eso es nuevo para mí, ya que nunca antes había tenido esas sensaciones intensas.

Mi respuesta: Está bien. También podría experimentar una variedad de kriyas en el futuro, simplemente no es posible predecir en absoluto. Mi sugerencia para ti; es no enfocar tu

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

mente en el movimiento de la energía o ni siquiera preocuparte por la idea de kriyas. Permanece sentado con la mente en calma y concéntrate en el mantra y el Gurú. Eso es todo.

Después de eso, sigue observando mentalmente como un espectador silencioso. Deja que pase lo que tenga que pasar aunque no esté pasando nada. Y poco a poco sigue aumentando la duración de tu sesión de meditación. Eso es todo. Estas más enfocado en el movimiento de la energía antes. De ahora en adelante, simplemente no te preocupes por eso, incluso si ocurre en nuevos chakras.

Pregunta: El mismo practicante: Estoy bien sin preocuparme más por el movimiento. Pero como ha hecho fluir mi energía sexual, es difícil no notarlo. Tal vez porque, durante tanto tiempo, eso no fluía en absoluto; es simplemente abrumador para mí ahora. No sé, si es demasiado, no puedo concentrarme en meditar. Pero generalmente, la mayoría de las veces, este no es el caso; no siempre es intenso.

Mi respuesta: Parece que no has entendido mi mensaje claramente. Comprensiblemente, no será posible concentrarse en la meditación cuando se estén realizando kriyas allí. Pero se supone que debes seguir observándolo o experimentando la experiencia como un testigo silencioso. Por favor, no resistas la emoción en tu mente. No intentes detener las kriyas. Eso es lo que se supone que debes hacer. Eso es lo que se llama la práctica.

La meditación es un término vago que estamos usando aquí. No se supone que medites en nuestro camino en el sentido estricto de la palabra. Cuando la energía kundalini está activa en el segundo chakra, el practicante se ve abrumado por la energía sexual. Es normal. Pasa por esta emoción con silencio.

Pregunta: El mismo practicante: Lo haré la próxima vez que sea así. ¿Y es esto lo mismo incluso si no estás 'meditando'? ¿Pueden ser kriyas, a cualquier hora del día?

Mi respuesta: Sí. Así es. No intentes detener las kriyas, incluso si parece poco ético o desagradable. No es meditación en nuestro camino. Es la limpieza de karmas lo que tiene lugar aquí.

Por lo tanto, mantén tu mente abierta y la calma mientras realizas las kriyas. No te dejes atascar por principios, creencias personales, ética, religión, conducta adecuada, etc, simplemente deshazte de todo y concéntrate en tu práctica.

Pregunta: Otro practicante: Por favor proporcione un poco más de aclaración sobre este tema. Escribiste: "Cuando la energía kundalini está activa en el segundo chakra, el practicante se siente abrumado por la energía sexual. Es normal, solo pasa por la emoción como un espectador silencioso".

Cuando dices pasar por ello como un espectador silencioso, ¿quieres decir que uno simplemente debe "observar" los diversos pensamientos, sentimientos y emociones, así como las reacciones del cuerpo físico, como la excitación? ¿O significa esto que uno debe (si lo desea) continuar participando en la actividad, ya sea con un compañero o con uno mismo, y observar el acto y sus emociones/pensamientos de origen, subsiguientes y actuales durante ese tiempo? Creo que entendí lo que quieres decir con observar las emociones. Pero la segunda parte es un poco vaga.

Mi respuesta: Hay una delgada línea de diferenciación entre kriya y karma. Lo pondré en las palabras exactas de mi Gurú Ji, su Santidad Swami Sahajananda Tirtha me explicó esto una vez hace mucho tiempo.

Supongamos que tu mano se mueve involuntariamente bajo la influencia de la energía cósmica para limpiar los karmas cometidos por esa mano; entonces, se considera una kriya, si lo mueves voluntariamente, obviamente, es karma nuevo. En ambos casos, hay un movimiento real y físico de la mano involucrada. La diferencia radica en si ocurrió

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

voluntariamente o se cometió deliberadamente. Eres el mejor juez. Un observador no puede distinguir la diferencia.

Parece que estás tratando de visualizar e imaginar todo tipo de escenarios cuando me hiciste la pregunta anterior. Todo tipo de escenarios pueden o no materializarse. Quizás a continuación, podrías preguntarme si existe la posibilidad de que alguien mate a una persona como parte de la manifestación de kriya. No hay final para estas cosas.

La conclusión es que las kriyas no deben ser resistidas o detenidas, ya sea que parezcan desagradables, pecaminosas, poco éticas o cualquier otra cosa. Esta es la regla general que debe recordar. A continuación, por favor, no esperes o busques solamente kriyas placenteros y trata de evitar kriyas desagradables. Esto también es importante.

Por ejemplo, no puedes enojarte con uno de tus enemigos acérrimos y matar a esa persona bajo el pretexto de una kriya. Dado que se considerará karma, tendrás que enfrentar las consecuencias. Puede que nunca suceda como una kriya porque la energía cósmica que todo lo sabe se asegurará de que no se produzca ningún daño para el practicante o la sociedad.

Por favor, tenga en cuenta que la energía despierta es omnisciente. Por lo tanto, en lugar de extender este tren de lógica a todo tipo de escenarios imaginarios, bastará con recordar la regla del pulgar. Kriyas no debe interrumpirse a menos que sea esencial para evitar la vergüenza en lugares públicos. Algunos de los practicantes ya han buscado un tipo de aclaración similar a la que usted está buscando.

Por lo tanto, en primer lugar, tenga en cuenta la regla del pulgar. En segundo lugar, sé sincero contigo mismo. En tercer lugar y lo más importante, sé valiente. Confía en tus Gurús y en el sistema de yoga. Por lo general, esta es la parte más difícil y no lo que me preguntaste anteriormente.

Colonel T Sreenivasulu

Tu principal problema será la reconciliación con la ética, la religión, la codicia, etc.; un practicante necesita ser valiente, tu pregunta anterior sobre patrones de comportamiento sexual será el menor de sus problemas. Al menos no hay daño a la sociedad aquí a menos que se inste a alguien a cometer una violación, etc. Por favor, no se preocupe por todas las situaciones imaginarias.

Solo enfoca tu mente en el sadhan o práctica. La energía cósmica que todo lo sabe sabe mejor cómo clasificar a un practicante. Por último, a estas alturas, te habrás dado cuenta de por qué esta Orden de Shaktipat era en su mayoría secreta, y la iniciación de Shaktipat no se le da a todos. Por lo tanto, la discreción, el desapasionamiento y el coraje son las palabras clave para recordar durante las situaciones que mencionó anteriormente.

Samadhi, muerte y después de la muerte

Samadhi

Pregunta: Un practicante: Tengo curiosidad sobre lo que sucederá después de 10 a 12 años de sadhan. ¿Obtenemos moksha según las líneas de tiempo sugeridas en nuestro camino? Entonces, ¿nuestra mente se asienta en absoluto silencio sin ningún pensamiento? ¿O todavía tenemos los pensamientos pero somos conscientes de ellos y los observamos sin ataduras?

Mi respuesta: Samadhi es de dos tipos según los antiguos textos sánscritos. Uno con pensamientos todavía encendidos y el otro sin pensamientos, o el primero es samadhi inferior y el segundo es superior, son llamados por diferentes nombres en diferentes sistemas de yoga. El primer samadhi se llama savichara, savikalpa, sampjnata samadhi, etc. La segunda categoría es nirvichara, nirvikalpa, asamprajnata samadhi, etc.

Todos los sistemas de yoga o tántricos solo tienen como objetivo llevar la mente al primer estado. Aunque los pensamientos pueden reducirse significativamente, es posible que todavía estén allí. Lo más importante es que el dualismo aún se conserva. En pocas palabras, todavía se conserva la conciencia del yo como una entidad diferente. En este estado,

incluso se supone que se manifiestan poderes sobrenaturales. Por lo tanto, este estado en sí mismo es un estado espiritual muy elevado.

Sin embargo, uno debe recordar que la mente no cae repentinamente en este estado como saltando a un cuerpo de agua. Es un proceso gradual, como caminar en el océano. El alma abandonará el cuerpo humano si se quema todo el karma. Esto significa libertad del karma y liberación del ciclo de nacimiento y muerte. Pero esto no puede llamarse moksha ya que el dualismo aún se mantiene en mente. Eso significa que el viaje final comienza desde este estado.

Después de Shaktipat Deeksha, se dice ampliamente que se supone que el yoga fructifica después de 6 o 9 o 12 años para un sadhaka serio, de tipo medio y no tan serio, respectivamente, sin embargo, en la práctica, solo significa que se alcanza un punto de referencia significativo. Habrá una gran transformación en mente. Eso es todo. Por supuesto, para un sadhaka serio, el yoga podría florecer por completo. No hay límite para eso, según los textos de yoga, pero no puedo decir con certeza con respecto a las líneas de tiempo ya que también soy un sadhaka como tú luchando por liberarme de mis karmas.

Muerte

Pregunta: Un practicante: El día que nuestro cuerpo físico muera, ¿tenemos que seguir reglas/caminos específicos o algo más?

Mi respuesta: No hay nada que pueda hacer la persona que ha muerto porque no tiene un cuerpo físico para hacer nada en el mundo físico. Pase lo que pase, hasta que la persona entre en algún útero, ya sea humano o animal, es el único de naturaleza psicodélica. El espíritu no está en ninguna dimensión física de espacio y tiempo. Mi conocimiento sobre este fenómeno del más allá es cero.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Pregunta: El mismo practicante: Tantas ideas, pero ¿qué es verdad? Esperaba que lo supieras de alguna manera. Tal vez no sea importante.

Respuesta de otro practicante: Leí un libro sobre el viaje de las almas. Es un hipnotizador/psicólogo que escribió sobre estudios de casos de personas con las que habló mientras estaba hipnotizado, tan directamente a su subconsciente.

Es interesante ya que el alma de cada persona sabe con precisión dónde ha estado y puede recordar personas, lugares, etc., de muchas vidas anteriores y explicar la vida entre vidas en sus propias experiencias. Es un libro de Michael Newton llamado 'Journey of Souls'.

Respuesta de otro practicante: Un pequeño hecho para ser confirmado por Guru Ji. Una vez que se toma una deeksha, solo esperamos la limpieza de nuestros karmas. Todas las demás cosas van a la periferia. Una vez que nos sentamos en el tren, nos lleva al destino. No necesitamos conocer la mecánica de su motor.

Bhagavad Gita dice, "shraddhavan labathe jnanam". La realización llega a aquellos con una fe inquebrantable en el shastra y las palabras del Gurú. Con respecto a las ciencias espirituales, algunas cosas deben experimentarse solo porque estamos discutiendo un fenómeno que está más allá del alcance del lenguaje e intelecto humanos.

Respuesta de otro practicante: Es más como una nube y un servidor remoto. Al igual que almacenamos información en servidores en la nube, nuestros recuerdos del pasado también se almacenan de manera similar. Entonces, cualquiera que sepa recopilar puede acceder a esa información ya que cualquier cosa que hagamos o digamos en nuestra vida, se almacena en un espacio universal llamado Akash tatva.

Respuesta de otro practicante: Primero, este concepto de Maya necesita ser entendido. Mientras nuestros karmas no se limpien, seguiremos sufriendo dualidades como la felicidad y la miseria.

En segundo lugar, mientras tengamos "deseo", el mundo todavía existe para nosotros. Por lo tanto, en esta etapa, no podemos decir que este mundo es "Maya".

Sólo el que ha atravesado todo y ve a todos como a sí mismo puede llamar a esto Maya.

Nuevamente, esto es algo para ser experimentado y no entendido. Lo que llamamos Maya es el mismo "parashakti", que ahora está despierto en nosotros y ha comenzado a limpiar nuestros karmas. Ella es Maya para los no iniciados. Para nosotros, ella es "parashakti", el poder cósmico supremo o nuestra madre.

Respuesta de otro practicante: ¡Mi granito de arena en esta esclarecedora discusión! Durante la reunión personal con Guru Ji en Vijayawada, dijo: "Hay muchas formas de práctica espiritual. La forma de Shaktipat es una de ellas."

En esto, el practicante o sadhaka tiene poco que hacer sino rendirse al linaje del Gurú y Shaktipat. El mantra es el portador. El "Sankalpa" de Guru es el más importante. El Gurú es el catalizador en la activación.

Como tal, siempre enfocándose en Guru y cantando el mantra, uno puede progresar. No hay tiempo medido para el progreso; puede extenderse a lo largo de la vida en función de los karmas de un individuo".

Antes de escuchar esto, tenía mis interpretaciones y dudas. Pero ahora me doy cuenta de que simplemente asimilar y seguir estas palabras es mucho más fácil que practicar otros sistemas de yoga independientes como Bhakti yoga o Jnana yoga. Por supuesto, todos los demás también tienen razón. En mi caso, siento que esto es más fácil.

Después de la muerte

Pregunta: Un practicante: Tengo una pregunta para usted. Me he estado preguntando ahora por algunos años. Pensé que el mundo sutil y los espíritus dentro de él, ya sean humanos desencarnados o entidades de naturaleza extraterrestre, pueden interferir con nuestros cuerpos energéticos. ¿Es esto cierto? ¿O solo interferimos nosotros y nuestro propio karma?

Mi respuesta: Según los antiguos textos sánscritos, todo nuestro karma impacta nuestro destino, simplemente no hay fuerza externa en ninguna parte del cosmos que pueda interferir con el destino que se desarrolla. Cualquier impacto que se sienta en cualquier forma o medio también es por los karmas acumulados por el ser humano.

En pocas palabras, cualquier poder que exista en cualquier parte del cosmos está consagrado dentro del ser humano. Para ampliar aún más este punto, todo lo que no está dentro del ser humano no está en ninguna otra parte. Cualquier oración que alguna vez haya sido respondida a alguien; fue hecho por el poder dentro de sí mismo, se considera que todo el resto actúa como un medio para producir la fricción requerida.

Por lo tanto, todas las prácticas religiosas, prácticas de yoga, prácticas tántricas, y si hay algo más, son simplemente un medio o una herramienta para que el ser humano manifieste el destino interior. Varias entidades, como espíritus o seres extraterrestres, etc., también tienen la misma alma que los seres humanos o la misma divinidad omnipresente. Los extraterrestres, los seres extraterrestres o cualquier otro espíritu no tienen un Dios separado de los seres terrestres.

Es otra cosa que los mismos seres humanos hayan descompuesto a Dios en diferentes seres y practiquen religiones diferentes. De manera similar, los seres que habitan en otras dimensiones o regiones celestiales e inferiores, etc., podrían estar haciendo lo mismo que los seres humanos pero

Colonel T Sreenivasulu

debido a la ignorancia con respecto a la ciencia espiritual. Es la misma historia en la tierra con respecto a otras criaturas como animales, etc.

La divinidad o Dios es la misma en todas las criaturas. Pero todo se reduce a los karmas. Así ocurre la transmigración de la vida entre los terrícolas. De manera similar, la transmigración ocurre entre humanos y varios otros seres o extraterrestres, o llámelo por cualquier nombre, sin embargo, todos, ya sea un diablo o un demonio o un extraterrestre o un espíritu celestial o cualquier otro, finalmente tendrán que nacer como seres humanos para la salvación final.

Por supuesto, esto no se aplica a aquellos yoguis que ya han quemado sus karmas y transmigrado de los cuerpos humanos. Es posible que aún vivan en sus cuerpos casuales y traten de alcanzar su salvación final con el Dios universal. Esta última afirmación es importante de notar. Esta declaración implica que simplemente no hay nada conocido como salvación final para alguien como tal. Es sólo hasta cierto punto..

Por favor, entienda que no estoy tratando de apoyar el "dualismo" de Vedanta aquí. Ya sea dualismo o no dualismo, o dualismo calificado de la filosofía Vedanta, depende de cómo mires el panorama general.

Pregunta: Practicante: Vivo en el extranjero y mi madre falleció recientemente en India. Ella ha estado un poco enferma durante los últimos días. Nunca pensé que no la volvería a ver. Había muchos arrepentimientos y tristezas en su vida. No era muy feliz en su vida después de 19 años. Quiero que ella renazca de nuevo, disfrute plenamente de la vida y alcance Mukti, si ella ha logrado Mukti ahora, estoy más que feliz. ¿Cómo puedo hacer que esto sea una posibilidad para ella ahora que se ha ido? Mis disculpas por hacerle preguntas tan tontas. Mis emociones están por todas partes hoy.

Mi respuesta: Lamentable escuchar las noticias sobre tu madre. Quizás su alma descanse en paz. Ruego que Dios les

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

conceda a usted y a los demás miembros de su familia la fuerza adecuada para soportar esta pérdida. Realice todos los rituales necesarios según la tradición.

Por favor, no se preocupe de que ella no haya vivido una vida feliz. Como sabes, esto solo significa que ella debe haber logrado neutralizar todo el mal karma de su vida anterior. Por supuesto, ella renacerá de nuevo. La palabra muerte es solo una palabra suelta que todos usamos cuando el cuerpo físico de carne y sangre se vuelve inadecuado para que el alma more en él. Puede deberse a una lesión, enfermedad o desgaste natural. ¡Imagínense por una vez! Puede que te sientas triste porque ella era tu madre. Pero es bueno para ella que haya dejado su cuerpo desgastado porque pronto renacerá con un cuerpo nuevo.

Sólo por tu propia comodidad, ¿es justo buscar su sufrimiento en su cuerpo desgastado? Por lo tanto, no se preocupe demasiado por eso. El estado actual de tu mente es comprensible. Pero ten por seguro que el tiempo lo curará todo.

Su próxima vida depende del karma acumulado por ella en el pasado. Cuando digo pasado, no es solo la vida pasada sino también sus vidas anteriores. Por supuesto, es imposible predecir su futuro, como puedes entender. Es similar a una flecha que ha sido disparada al aire. Un ser humano pierde todo control sobre la flecha después de haberla lanzado al aire.

No tenemos idea del karma de sus vidas pasadas. Por lo tanto, por favor deja de reflexionar sobre ello. Dios está ahí para todos. Es el mismo Dios para tu madre también. Por lo tanto, que ese Dios supremo bendiga su alma,, cuídate y concéntrate en tu sadhan regularmente.

Pregunta: Un practicante: ¿Qué sucede cuando morimos? ¿Hay alguna conciencia individual que permanezca activa? ¿Sigue existiendo una individualidad autoconsciente, o nos fusionamos con el cosmos y la mente de Dios? Antes de

Colonel T Sreenivasulu

reencarnar, ¿hay alguna conciencia, o simplemente estamos dormidos hasta el próximo nacimiento?

Mi respuesta: En realidad, no tengo ni idea sobre el fenómeno del más allá, sin embargo, una cosa es segura, se conserva la conciencia individual. La fusión con Dios o el cosmos tiene lugar solo en caso de salvación o moksha.

Cuestiones relacionadas con la energía Kundalini

Pregunta: Un practicante: Esto puede parecer una tontería, pero ¿qué es la energía Kundalini en relación con el tercer ojo/Ajna Chakra? ¿Pensé que la energía kundalini era de la raíz/Muladhara Chakra?

Respuesta de otro practicante: La energía kundalini reside en el Chakra raíz, se eleva desde el Chakra raíz y atraviesa los otros Chakras uno por uno, limpiando las impresiones sensoriales. Más tarde, llega a Ajna Chakra.

Mi respuesta: Sí, por supuesto. La energía Kundalini se encuentra solo en Muladhara Chakra. El tercer ojo también se conoce como el que se encuentra solo en el Ajna Chakra. Entonces, ¡ambos pueden considerarse iguales! ¡Solo hay diferencia en la terminología!

Sin embargo, por favor, no mezcle el tema del despertar de la energía Kundalini con la apertura o activación del tercer ojo. Primero, el término "tercer ojo" no se usa en los textos de yoga, según mi poco conocimiento del tema.

En segundo lugar, supongo que es un término inventado en los textos tántricos tibetanos o de otras culturas. La gente trata de usar todo tipo de métodos tántricos, incluida la cirugía tántrica, para activar el tercer ojo o Ajna Chakra.

Colonel T Sreenivasulu

Es básicamente la atracción por obtener poderes sobrenaturales. No sé qué tan auténtico es. Pero definitivamente, tendrá resultados desastrosos si se activa por tales métodos. Intentar obtener poderes sobrenaturales desde el principio significa que el practicante está condenado a caer espiritualmente. El crecimiento espiritual se detendrá de inmediato. Todos los textos de yoga insisten en esto.

En segundo lugar, tratar de alcanzarlos mediante tales métodos tántricos es sin duda peligroso. En nuestro camino, la energía Kundalini se despierta directamente por la voluntad del Gurú. Todos los chakras se activan integralmente.

Sin embargo, algunos de nuestros practicantes experimentan las kriyas o reacciones en el Ajna Chakra o el tercer ojo sin experimentar las kriyas en el Muladhara Chakra. De manera similar, algunos otros practicantes han estado experimentando las kriyas en otros Chakras sin experimentarlas en el Chakra raíz.

Sucede de esta manera después de que Shaktipat despierta la energía Kundalini. Puede o no seguir un orden ascendente. Todo depende de cómo la energía Kundalini despierta quiera hacer la limpieza de tus karmas.

Otro punto a tener en cuenta en nuestro camino es que los practicantes ya deben haber sido despertados en sus vidas pasadas, sus otros Chakras ya deben haber sido activados. El mismo proceso también puede ser aplicable en sistemas de yoga independientes.

Está ampliamente proclamado en los textos de yoga que dondequiera que un practicante haya llegado espiritualmente en el nacimiento anterior, será retomado desde allí durante el próximo nacimiento. Por lo tanto, la energía Kundalini despierta puede o no seguir un orden a medida que se activa en varios Chakras.

Por eso, por favor, no compares esto con lo que está escrito en los textos antiguos de yoga. En los textos de yoga, el

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

concepto del despertar de Kundalini se aborda de manera integral, como si todo el proceso ocurriera en una sola vida. Pero todos ustedes saben que no sucede de esa manera por lo general, se necesitan varios nacimientos para atravesar todo el proceso.

Por lo tanto, no puedes aplicar el conocimiento completo a tu práctica actual de yoga en esta vida en particular. Espero que este tema esté claro ahora porque los practicantes a menudo hacen esta misma pregunta repetidamente.

Por último, me gustaría resumir que lo que está escrito en los textos está destinado a la evolución espiritual general de un practicante que abarca varias vidas. Lo que estás practicando ahora en esta vida no se puede comparar con todo lo que encuentras en los textos, Internet o YouTube.

Pregunta: Un practicante: De acuerdo, entonces el despertar de la energía kundalini no seguirá un orden en particular, pero eventualmente abrirá naturalmente el tercer ojo. ¿Es esta la correlación que tiene kundalini con el tercer ojo, igual que todos los demás Chakras, así que nada diferente? También he comenzado a ver algún tipo de seres de energía. ¿Podría ser debido a mi activación de Ajna Chakra?

Mi respuesta: Sí. La energía Kundalini abrirá el Ajna Chakra de forma natural. No se requiere ningún esfuerzo especial para ser puesto.

Sin embargo, es un poco incómodo. A veces es incluso doloroso, como si la región de tu frente estuviera siendo cortada con una cuchilla o incluso con un trozo de vidrio, como me dijo mi Gurú Ji. Y siesta es la correlación que tiene la energía Kundalini con Ajna Chakra.

Tiene la misma correlación con todos los demás Chakras también, sin embargo, cada Chakra tiene funciones separadas vinculadas con la psique de un practicante. Ajna Chakra es solo uno de los Chakras superiores. Eso es todo.

Colonel T Sreenivasulu

Con respecto a que veas algunos seres de energía, ¡no tengo idea si está relacionado con el Ajna Chakra o no! La manifestación de poderes sobrenaturales es una historia diferente, se supone que se manifiestan cuando uno comienza a entrar en un estado de irreflexión.

Pregunta: El mismo practicante: ¡Oh! ¡Bien! ¡Bueno! yo tampoco lo entiendo! No estaba seguro de si estaba vinculado. Entonces, ¿los poderes sobrenaturales no necesariamente requieren que tengas un Ajna Chakra abierto?

Tampoco he entrado en un estado de irreflexión, pero veo estas cosas cada vez que miro una luz y, a veces, sin ella.

El único Chakra en el que me he sentido penetrante es el Chakra sacro/Svadhishthana. Fue entonces cuando la energía Kundalini salió de allí en sentido contrario y descendió por mi pierna con mucha fuerza. Empecé a ver seres de energía de algún tipo justo antes de conocerte. ¿Podría ser esta mi tercera revelación? Fue inesperado, pero no tenía miedo.

Mi respuesta: cuando la energía Kundalini se despierta después de Shaktipat, todos los chakras se activan. Después de eso, a medida que se limpia el karma, la mente comienza a entrar en las diversas etapas de ausencia de pensamientos. Luego, en algún momento, los poderes sobrenaturales también se manifiestan según los textos de yoga. Esta es la secuencia habitual.

Sin embargo, supongamos que el enfoque de un practicante es solo activar un Chakra en particular para obtener un poder sobrenatural. En ese caso, es una historia diferente. Por lo tanto, no puedes vincular la manifestación de poderes sobrenaturales solamente con la activación de Ajna Chakra o el tercer ojo, supongo que los poderes asociados con el tercer ojo son de naturaleza limitada. Todos los tipos de poderes clasificados ampliamente en ocho categorías no están asociados solo con Ajna Chakra.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Pregunta: El mismo practicante: Bien, gracias. Todavía no estoy seguro de cómo veo estas cosas que nadie más ve. Empecé a verlos antes de la iniciación. He estado experimentando kriyas durante los últimos tres años, así que tal vez otro Chakra haya sido limpiado antes. No estaba tratando de ver estas cosas; simplemente aparecieron.

Respuesta de otro practicante: No se preocupe acerca de cómo o por qué ve estas cosas. El universo te seguirá mostrando más y más cosas, solo matente abierto sin ninguna resistencia.

Mi respuesta: Está bien, no hay problema al respecto. Que ocurran esas visiones, no enfoque su mente demasiado en tales cosas, solo permanece como un espectador mudo cada vez que tengas tales experiencias.

Pregunta: Un practicante: Por alguna razón, ¿la energía Kundalini despertada por Shaktipat volverá alguna vez a su estado latente?

Mi respuesta: una vez que se despierta, siempre permanecerá en ese estado. Pero solo quedará inactivo si no practica regularmente. Pero la chispa de la energía cósmica permanecerá en un estado latente incluso en tu próxima vida.

Pregunta: Un practicante: ¿Puede decirme los otros 'chakras' presentes en la columna además de los siete chakras principales?

Vi una imagen que representaba estos chakras en uno de los libros. Hace solo unas semanas, sentí que uno de esos chakras giraba. No he sentido esto antes. Era el que estaba cerca de la parte inferior de la columna vertebral en la parte posterior, se manifestó con un fuerte giro.

Otra pregunta que tengo es, ¿dijiste que el karma no se puede borrar o acumular en un sueño? He tenido algunos sueños con algunos miedos al azar. No demasiado intenso, pero parece extraño.

Mi respuesta: hay algunos chakras intermedios además de los 7 chakras principales. No tengo idea sobre ellos, lei sobre ellos en algún lugar hace mucho tiempo. No recuerdo ahora.

Le pido que amablemente busque en Google. Encontrarás información sobre ellos, solo recuerda que son chakras intermedios y no los chakras principales.

Tienes esos sueños solo por el karma acumulado, sin embargo, los karmas no se limpian solo porque te fueron mostrados durante el estado de sueño. De manera similar, esas acciones no se convertirán en karma si has hecho algo bueno o malo en tu estado de sueño.

Sin embargo, si recuerdas ese sueño y sigues reflexionando sobre él durante el estado de vigilia, tus pensamientos sobre él se convertirán en karma.

El chakra donde sientes dolor y una sensación de giro es solo el chakra raíz. Las sensaciones cerca de los Chakras se sienten tanto en el frente como en la espalda. De lo contrario, no hay Chakras diferentes.

Los sueños brotan después de la iniciación de Shaktipat. Todo tipo de sueños extraños ocurren. Algunos podrían ser agradables y otros desagradables o incluso repugnantes; porque la mente subconsciente se habría agitado por la energía kundalini despierta. Como resultado, los karmas acumulados se precipitan. Pero los que salen durante el estado de sueño son inútiles porque no se destruyen. Pero el fenómeno sucede todavía.

Pregunta: Un practicante: Por favor explique los síntomas cuando el Sushumna Nadi está funcionando.

Mi respuesta: Todas las kriyas o reacciones reportadas por algunos de los otros practicantes se deben únicamente al funcionamiento del "Sushumna Nadi". De lo contrario, esas reacciones no habrían ocurrido porque "Sushumna Nadi" está conectado con todo el cuerpo humano a través de una red de canales de energía sutil o Nadis. Como resultado, cuando se

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

activa "Sushumna Nadi", su impacto se siente en cualquier parte del cuerpo.

Sin embargo, tenga en cuenta que la energía kundalini es una entidad consciente. Por lo tanto, su impacto se siente no solo en el cuerpo físico denso, sino también a nivel del intelecto humano, la mente, la respiración, la vida diaria externa, etc. Espero que haya captado la idea ahora.

De lo contrario, su activación se experimenta generalmente de cuatro maneras en términos generales; ya sea como numerosas hormigas trepando sobre la espalda o como una rana saltando sobre la espalda o como una serpiente haciendo movimiento sobre la espalda como si se moviera en el suelo impulsada por su cuerpo o, por último, como un pájaro volando hacia el cielo. Este último movimiento es difícil de entender, aunque se siente de manera muy distintiva.

Además, cuando la energía kundalini se activa inicialmente dentro del Sushumna Nadi, se mueve desde el Chakra raíz al segundo Chakra, que se encuentra cerca de la raíz de los órganos genitales. Como resultado, también se experimenta un placer sexual extremo. Además, a veces se siente claramente como si un hilo frágil trepara por el centro de la columna vertebral.

Pregunta: Mismo practicante: Quiero preguntarte específicamente sobre el funcionamiento del Sushumna Nadi y sus efectos en el cuerpo.

Mi respuesta: Todas las kriyas o reacciones reportadas por algunos practicantes se deben únicamente al trabajo del Sushumna Nadi; de lo contrario, esas reacciones no ocurren.

Pregunta: El mismo practicante: Recuerdo todo eso, pero quería saber algo sobre los cambios en la respiración. He estado experimentando una respiración extremadamente suave y equilibrada durante casi todo el día y la noche, y la atención se centra en el tercer ojo (hacia adentro). Disfruto esta respiración, y el Chakra raíz también está activo.

Mi respuesta: si lo preguntas en relación con la respiración, entonces es así. Pran, o la "fuerza vital", que provoca la respiración, es presionada hacia el apan, o la fuerza vital, que opera en la región inferior del cuerpo y se mezcla.

Simultáneamente, ambos son detenidos internamente cerrando todas las aberturas del cuerpo con la ayuda de yoni mudra.

Permítanme llamar su atención aquí; si tanto pran como apan, que de otro modo siempre tiran el uno del otro en direcciones opuestas, viajan juntos en la misma dirección y abandonan el cuerpo, entonces ocurre la muerte según la enseñanza de pranayama.

Sin embargo, ambos son preisionados internamente por yoni mudra. Como resultado, debido a la falta de rutas de escape en el cuerpo, la mezcla de pran Vayu comienza a ascender por el canal Sushumna. Por lo tanto, esta es la relación entre la respiración y los cambios en el Sushumna Nadi.

Como prelude a esto, todo lo que sucede con una respiración perfectamente regulada podría ser una preparación para ese estado,, sin embargo, en el caso de los practicantes de Shaktipat, este proceso complejo se logra naturalmente por la gracia del Gurú.

A medida que un practicante avanza en el camino del yoga, a medida que se limpian sus karmas, se supone que el Ashtanga o Raja yoga se ve afectado naturalmente. Dado que pranayama es parte del yoga Ashtanga, esto también se ve afectado de forma natural.

Eso significa que la regulación de la respiración que está experimentando podría ser un precursor de este fenómeno. Más tarde, pueden ocurrir más y más kriyas o reacciones relacionadas con la respiración. Por lo tanto, es bueno que solo te esté sucediendo a ti. Con suerte, este podría ser tu caso.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Pregunta: Un practicante: Dice que el Gurú ejerce plena autoridad sobre Shakti despierta para que pueda controlar la velocidad de su flujo y mantenerla bajo disciplina. ¿Es esto correcto?

Mi respuesta: Sí, un Gurú puede controlar la velocidad del flujo de energía Kundalini después de su despertar. Este control está incorporado en cada Gurú al que se le ha dado la autoridad para dar la iniciación Shaktipat porque la técnica Shaktipat, como tal, no ha sido diseñada por ningún Gurú.

Simplemente se transmite del linaje de Shaktipat Gurus. Por lo tanto, la técnica Shaktipat, como tal, se encuentra en niveles seguros. Nuestro linaje tiene más de cien años. Es uno probado en el tiempo. No tenemos nada registrado sobre incidentes del impacto adverso del despertar de la energía Kundalini realizado por Shaktipat.

El tipo de kriyas o reacciones que se manifiestan depende de vuestros karmas. Está totalmente basado en el karma acumulado previamente. El practicante puede ejercer el control solo cuando él o ella quiere detenerlos mientras están en el proceso de manifestación. Pero un practicante no tiene control sobre su velocidad.

La velocidad puede depender del tipo de karma o de las impresiones sensoriales acumuladas. Pero la velocidad del flujo de la energía Kundalini no está bajo el control del practicante. Espero que entiendas la diferencia.

A continuación, con respecto a su consulta sobre si alguna vez se extinguirá o dejará el cuerpo, la respuesta es no, una vez que se despierta la energía Kundalini, es para siempre. es inagotable. Incluso si la energía se escapa del cuerpo, no crea que se agotará en algún momento ya que es inagotable.

Además, no escapa del cuerpo en un sentido clásico, simplemente deja el cuerpo y sale al mundo externo; al menos, podría ser experimentado de esa manera. Pero eso no significa que se esté escapando porque la energía cósmica

Colonel T Sreenivasulu

fuera y dentro de tu cuerpo es la misma; una sola entidad! No se puede dividir.

Pregunta: Un practicante: Entonces, nuestra energía kundalini ha sido despertada por usted al dar la iniciación de Shaktipat. ¿no es así?

Mi respuesta: Sí, claro.. En aquellos de ustedes que estaban previamente en el estado despierto, se estabiliza en un nivel seguro.

Pregunta: Un practicante: Encuentro varios sitios web en Internet que brindan mucha información sobre el despertar de la energía Kundalini. ¿Es útil leerlo?

Mi respuesta: hay una gran cantidad de literatura disponible en Internet sobre el tema y también en "YouTube", si tienes curiosidad por leer, es tu deseo.

Sin embargo, por favor, no se deje llevar por toda esa literatura, son sobre todo cosas académicas. Muchas personas que han escrito la literatura ni siquiera son practicantes. Es por eso que dije que es principalmente material académico.

Eché un vistazo al enlace enviado por usted y el contenido. A primera vista, noté algunos errores técnicos. Por lo tanto, por favor, no se deje llevar por ese tipo de literatura. En cambio, confíe siempre en su Gurú. De esta forma, será mucho más práctico.

Además, los textos de yoga explican el tema desde un punto de vista académico más que desde el punto de vista práctico. Por ejemplo, todos ustedes están familiarizados con las kriyas que nuestros practicantes han estado experimentando. Algunas de estas experiencias no se encuentran en ningún texto.

Por lo tanto, no se deje llevar por la literatura. No todo es técnicamente consistente incluso. Podría haber sido escrito de manera impresionante. Como resultado, existe una tendencia a dejarse influenciar por dicha literatura y desanimarse. Por lo

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

tanto, confíe en su práctica y experiencias directas en lugar de las cosas académicas.

Pregunta: Un practicante: He sentido el chakra raíz después de la iniciación, se sentía como si estuviera en la parte inferior, casi debajo de mi ingle, como si estuviera sentado sobre una ola. Este nuevo movimiento, que dije anteriormente, estaba en la parte superior del pliegue del trasero. Estaba más alto que el coxis girando en la parte exterior de mi cuerpo y no dentro. ¿Sigue siendo este el chakra raíz, que dices?

Mi respuesta: No, según tu descripción entonces no es el chakra raíz. Es el segundo chakra desde abajo, llamado el chakra Svadhithana. Ya sea en la parte delantera o trasera, no importa porque cuando se activa, el efecto se siente tanto en la parte delantera como en la trasera del cuerpo. Pero eso no significa que haya dos chakras separados. es solo uno Solo debe considerar su ubicación.

Pregunta: El mismo practicante: ¡Ah! ¡Sí! Me alegro de que sea el segundo. ¡Ese ha estado atascado durante mucho tiempo! Y puede explicar por qué mi energía sexual también se está fortaleciendo. Busqué los 12 sistemas de chakras y solo he visto los que están sobre la cabeza y uno debajo del suelo. No veo el que he mencionado en la imagen todavía. Aunque creo que tienes razón; es el chakra sacro.

¿Qué sucede si alguien tiene algunas sensaciones en la región del chakra sacro (posición mencionada en su respuesta anterior) pero ninguna sensación en el chakra raíz? ¿Está esto relacionado con el despertar de la kundalini, o es algo más? No sentí nada en el chakra raíz (región del perineo). ¿Es necesario tener tales sensaciones en serie desde el chakra raíz hasta el coronario? ¿Solo entonces está relacionado con el despertar de kundalini?

Mi respuesta: No es nada de eso. Cualquier chakra puede volverse activo de forma aislada y experimentar kriyas o reacciones en esa región. A veces, un practicante puede

incluso experimentar las kriyas en el chakra superior primero y luego seguir las en un chakra inferior. No hay una secuencia para los kriyas experimentados en varias regiones de los chakras. Así es como sucede durante la práctica real. Cuando se realiza la iniciación de Shaktipat, todo el sistema cerebro-espinal se activa de manera integral, sin embargo, experimentar kriyas en varios chakras es una historia diferente.

Como saben, las kriyas o reacciones ocurren básicamente para limpiar karmas. Varias categorías de karmas están asociadas con diferentes chakras. Después de la iniciación de Shaktipat, la energía kundalini despierta comienza a limpiar los karmas de la manera que quiere.

Lo que dices de que los chakras deben despertarse en secuencia, comenzando desde el chakra raíz y hacia arriba, no es aplicable a los practicantes en nuestro camino, supongo que el despertar secuencial se aplica a las personas que practican sistemas de yoga independientes como Ashtanga yoga o Raja yoga. Está escrito principalmente en libros de esa manera. Por favor, no se guíe por esa literatura. En nuestro camino, no estás tratando de despertar chakra por chakra en ninguna secuencia. Ese despertar lo realiza directamente un Gurú de manera integral con la ayuda de la técnica Shaktipat.

Pregunta: Un practicante: Además, ¿pueden manifestarse kriyas antes de Shaktipat si has tenido un despertar accidental, como en mi caso? ¡El movimiento de la energía (como una serpiente y pulsante, disparando)! ¿Es esto una kriya? Ya no son tan fuertes y no tienen el mismo efecto en mí, pero quería saber si también son kriya.

Mi respuesta: En el despertar accidental, ocurren las reacciones o kriyas. De hecho, es debido a las reacciones o kriyas que dices que ha tenido lugar el despertar. De lo contrario, no llegarías a saberlo.

Pero después del inicio de Shaktipat, se estabiliza en niveles seguros. Es por eso que la iniciación de Shaktipat es

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

obligatoria en casos de un despertar accidental o "llevar adelante", que ha ocurrido desde el nacimiento anterior: una iniciación formal de Shaktipat o deeksha bajo un Gurú da como resultado la transformación gradual de la mente.

No se moleste si las kriyas o las reacciones no son tan fuertes después de la iniciación de Shaktipat. Lo que sea que se supone que debe suceder está sucediendo precisamente ahora a niveles seguros. Además, comprenda que las reacciones no siempre ocurren de la misma manera y con la misma intensidad.

Kriyas, o reacciones, son solo un medio para la transformación de la mente. Por lo tanto, no son un fin en sí mismos. No debe esperar que ocurran siempre las mismas kriyas o reacciones. Entonces estarás cometiendo nuevo karma a través de tus pensamientos.

Pregunta: El mismo practicante: Sí, tiene sentido. Gracias, supongo que es un poco más sutil ya que se está estabilizando ahora. Tampoco es preocupante, Así que no le doy tanta importancia.

Mi respuesta: se estabilizará más y más a medida de que sigas practicando, simultáneamente también traerá mucha transformación en tu mente. Por supuesto, ¡haciendo que tu mente esté tranquila y feliz! lentamente, comenzarás a experimentar un estado de desapasionamiento. Ese es el objetivo de Shaktipat, o el propósito de todos los sistemas de yoga.

Pregunta: Un practicante: Dicen que en todo ser humano normal, la kundalini está permanentemente activa, sin eso, una persona no puede sobrevivir. ¿Alguna opinión sobre esto?

Mi respuesta: Kundalini es el Poder Cósmico Supremo. Tiene las tres funciones de creación, sustento y disolución. En cada ser humano, es de hecho la energía kundalini la única

responsable de la creación a nivel individual y también del sustento continuo del mundo que rodea a la persona.

Por lo tanto, no hay nada malo con la declaración como tal, sin embargo, es cuando la kundalini toma la forma de la Diosa Kali a nivel individual; lo llamamos despertar. La palabra "despertar" es vaga como tal. Espero que el tema sea claro.

Pregunta: Un practicante: Tengo una pregunta. Una vez que la kundalini comienza a subir, ¿puede volver a bajar por alguna razón? ¿O sigue subiendo y permanece en cada chakra hasta que se equilibra y luego vuelve a subir?

Mi respuesta: Esta literatura sobre el mecanismo de elevación de la energía kundalini pertenece al sistema de yoga ashtanga. Parece que se está entendiendo desde una perspectiva diferente aquí. Los sistemas de yoga independientes como el ashtanga yoga son similares a viajar en un tren de pasajeros que se mueve lentamente. Mientras que Shaktipat es similar a viajar en un tren expreso sin escalas. Como resultado, las estaciones de tren menores, que son intermedias, pasan como un relámpago. A veces ni siquiera nos damos cuenta de por qué estación se ha pasado. La misma historia sucede aquí también.

Todas esas cuestiones sobre elevar la energía kundalini, perforar chakras, equilibrar chakras, etc., no pertenecen a Shaktipat. Después de Shaktipat, la quema de karmas comienza de inmediato. Por esta razón, no todas las personas reciben la bendición divina de Shaktipat.

Sin embargo, según mi escaso conocimiento, se experimenta la elevación de la energía kundalini, pero no su movimiento descendente. Por supuesto, cuelga de cada chakra, creando muchos movimientos. Además, hay una pequeña trampa aquí.

Cuando un sadhaka experimenta el movimiento de energía en un chakra superior en una sesión de sadhan y en un chakra inferior la próxima vez, no significa que haya viajado hacia

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

abajo. Es solo que cada chakra está interrelacionado con los karmas acumulados por una persona.

Como resultado, después de la iniciación de Shaktipat, cuando la quema de karmas está en progreso, su impacto se siente en varios chakras y, por supuesto, en todos los rincones y rincones del cuerpo. Por favor, vuelve a leer mi libro. Además, le sugiero que lea las "preguntas-respuestas" publicadas en tres volúmenes.

Sadhan

Cuestiones relacionadas con Sadhan

Pregunta: Un practicante: ¿Podría aclarar más sobre la humillación/erosión del egoísmo por la energía kundalini despierta al manifestar los kriyas apropiados, como se explica en su libro anterior?

Mi respuesta: Algunos eventos sucederán en tu vida diaria para causarte humillación, impactando así tu egoísmo. Esto es básicamente un kriya para limpiar estos karmas pasados. Pero con un incidente menor que hiera tu egoísmo, muchos de tus karmas se borran.

Trate de mantener la calma sin responder a tales eventos. Aunque a menudo, no podemos mantener la calma y estas reacciones como resultado se vuelven nuevos karmas una vez más. Pero estos nuevos karmas son relativamente más fáciles de limpiar más tarde durante la práctica regular.

Pregunta: Otro practicante: Me encanta esta respuesta. ¿Es aplicable a todos nosotros los practicantes?

Mi respuesta: Sí, es inevitable para todos. Uno necesita soportar tales experiencias desagradables, y sus pecados pasados se borran con esa kriya o reacción.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Pero recuerda mantener la calma tanto como sea posible durante los momentos de emociones extremas como la ira, la venganza, la vergüenza, etc.

Pregunta: Un practicante: ¿Es necesario que cuando una persona se inicia o cada vez que medita, tenga experiencias como las que muchos reportan en sus comentarios?

Mi respuesta: No, no es necesario que cada vez que una persona se inicie, experimente kriyas o reacciones, si alguien no experimenta kriyas, no significa que la iniciación de Shaktipat no haya tenido éxito.

Kriyas podría estar ocurriendo dentro de las otras envolturas, como la mente y el intelecto, que la gente no suele reconocer. Además, cuando los karmas menores se borran de la mente, uno ni siquiera los siente mucho.

A veces se siente pesadez en la cabeza cuando la energía trata de limpiar algún karma fuerte. A veces, es posible que las kriyas no comiencen debido a la falta de las condiciones mentales requeridas. La repetición del mantra resolverá este problema lentamente.

Es similar a un pajar mojado debido a la lluvia, etc. Obviamente, no se incendiará correctamente cuando se encienda. De manera similar, la mente subconsciente es como un pajar. En el momento de recibir la iniciación de Shaktipat, si la persona no está tranquila, la recepción de la energía psíquica no será adecuada.

De manera similar, supongamos que los otros karmas en mente no están en equilibrio. En ese caso, la recepción de la energía psíquica no será adecuada. Pero tendrá lugar el Shaktipat, o el encendido del fuego espiritual. No se extinguirá como el fuego físico encendido en el pajar.

Por lo tanto, no tienes que preocuparte mucho si no se están realizando kriyas, sin embargo, debes hacer práctica regular. Eso significa que si kriyas o reacciones no ocurren incluso después de hacer su práctica regular, no hay necesidad de

Colonel T Sreenivasulu

preocuparse por eso, simplemente continúe con su práctica regularmente con una mente tranquila. Repito mente tranquila.

De lo contrario, se retrasará aún más si sigue esperando a que se manifiesten las kriyas. Cuanto más se mentalice una persona para la manifestación de kriyas, más tardaran en aparecer.

Amablemente entienda que la energía psíquica es consciente y omnisciente. Después del despertar, tendrá como objetivo humillar al practicante. Por favor, comprenda este aspecto. Por lo tanto, ejerzan la entrega total a la divinidad.

Pregunta: Un practicante: ¿Puede una persona que no encuentra ningún Gurú practicar yoga "kundalini" sola?

Mi respuesta: Practicar yoga sin la iniciación de un Gurú es similar a tomar un autotratamiento. En ciencias físicas, podría funcionar hasta cierto punto. Pero todos ustedes saben que, en primer lugar, no es la forma adecuada.

En segundo lugar, el autotratamiento también podría ser peligroso. Lo mismo ocurre con las ciencias espirituales como Ashtanga o Raja yoga. Esa es la esencia de un Gurú.

Sin embargo, los sistemas de yoga específicos basados en la devoción a Dios son seguros. Pero incluso en tales sistemas de yoga, es una forma impropia de hacer las cosas.

Por lo tanto, cualquier práctica de yoga sin un Gurú no es la forma adecuada. Esa es la esencia. Incluso los textos antiguos han insistido en esto.

Pregunta: Un practicante: Tengo una pregunta general. ¿Por qué la intensidad de la meditación sufre altibajos? A veces, se siente fantástico, y otras veces, se convierte en un ejercicio aburrido que no lleva a ninguna parte. ¿No se espera que el progreso sea continuo, alcanzando nuevas alturas con más regularidad?

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Mi respuesta: después de Shaktipat, la mente subconsciente se agita hasta la médula. Como resultado, todas las impresiones sensoriales acumuladas se precipitan a la vez, cada una tratando de superar a la otra. Esto es similar a un grupo de mulas subiendo por un camino de montaña. Cada uno intenta adelantar al otro en una estrecha pista de montaña.

En consecuencia, las experiencias en el mundo exterior, ya sean de meditación o de cualquier otra, serán afines a esas mulas. Por favor, comprenda que cualquier cosa que una persona experimente en el mundo externo es simplemente el reflejo de sus karmas internos, que están tratando de salir rápidamente tras Shaktipat.

Además, a veces una persona experimenta una intensa sesión de meditación. Esto es de hecho una kriya. Las prácticas de meditación hechas en los nacimientos pasados también se vuelven karmas cuando están coloreadas con egoísmo. Incluso las impresiones de tal karma acumulado necesitan ser limpiadas de la mente. Por lo general, las sesiones intensas de meditación ocurren debido a eso.

Lo mismo podría ser al revés también. Debido a los karmas pasados, los practicantes pueden enfrentar obstáculos durante la meditación o la vida diaria. La única forma de neutralizarlos es experimentarlos desapasionadamente.

Pregunta: Un practicante: ¿Dijiste que una vez que comienzan las kriyas, nos enfocamos en eso? ¿O deberíamos seguir centrándonos en la imagen del Guru cuando sucedan? Noto el giro dentro de mí, arriba y abajo del área del chakra. Aún así, solo hice 40 minutos anoche y luego tuve que calmarme.

Mi respuesta: una vez que comienzan las kriyas, el canto del mantra automáticamente se detiene primero. Eso significa que sin que intentes detener el canto del mantra, de repente se detiene sin que te des cuenta.

Colonel T Sreenivasulu

Es posible que te des cuenta más tarde de que has dejado de cantar el mantra y te has centrado en tu Gurú. Entonces, por favor, no intentes rehacer la cosa de nuevo, simplemente olvídate del canto del mantra y concéntrate en la imagen de Guru.

Enfócate solo en el kriya que está sucediendo. Pero trata de recordar que detener el mantra debe ocurrir naturalmente sin que te des cuenta. Me alegra saber el progreso que estás haciendo.

Pregunta: Un practicante: El enlace de "Preguntas y respuestas" que le envié menciona maestros experimentados de Siddha Mahayoga, como Swami Shivom Tirtha, que lo han visto todo antes. Y su simple consejo es: "No te resistas a las kriyas de ninguna manera". ¿Se trata de nuestro Gurú parampara?

Mi respuesta: Algunas partes del texto pueden referirse a nuestra literatura parampara. Pero entonces todo el texto técnicamente no es correcto. Por eso te dije que no te dejes llevar. Puede leerlo si lo desea. Pero existe el peligro de equivocarse.

Como resultado, los practicantes pueden desanimarse sin darse cuenta de que todo lo que se dice en Internet o "YouTube" o cualquier otro texto, si se cita como autoridad, etc., puede no suceder exactamente de esa manera. Lo que sucede sobre el terreno no es exactamente lo mismo que lo que está escrito en los textos.

Te daré un ejemplo para ilustrar el punto. Podría escribir cualquier cantidad de literatura sobre un país sin visitarlo ni una sola vez. Podría describir el país con mucha autoridad al referirme a muchos otros textos autorizados sobre ese país en particular.

Pero todo eso es sólo material académico, sonará diferente para una persona que vive en ese país. Lo mismo sucede con lo retratado en una película documental. La experiencia

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

directa siempre es diferente de lo que se escucha o se lee. El conocimiento tiene que ver con la experiencia directa.

Pregunta: Un practicante: ¿Alguna restricción con respecto a pranayama y Nadi sodhana estrictamente para los beneficios para la salud y la oxigenación de la sangre? Esto no significa que esté tratando de practicar Ashtanga yoga. Los estoy haciendo solo por los conocidos beneficios para la salud. Por favor hágamelo saber.

Mi respuesta: No hay restricciones en absoluto. De hecho, puedes practicarlos, sin embargo, hágalo bajo la supervisión de un maestro calificado.

Un poco de práctica puede estar bien, pero hacerlo de manera significativa puede ser arriesgado, sin embargo, el problema es que uno no tiene idea de cuánto es demasiado. Por lo tanto, siempre es más seguro hacerlo bajo la supervisión de un maestro calificado.

Pregunta: Un practicante: Si practico de 5 a 10 minutos de ejercicios de respiración antes o después del sadhan, ¿afectará mi práctica de alguna manera?

Mi respuesta: ¡ Para nada! Puedes practicar tus ejercicios de respiración.

Pregunta: Un practicante: ¿Podemos sentarnos en sadhan mientras escuchamos una canción o algo con los auriculares? ¿Afectará esto al sadhan?

Mi respuesta: Sadhan, en nuestro camino, significa no hacer nada. ¡Para mantener la mente tranquila o en blanco tanto como sea posible! Puede permitir pensamientos aleatorios sin detenerlos por la fuerza cada vez que surjan pensamientos aleatorios, por lo tanto lo que dices va en contra de esto.

Escuchar una canción o cualquier otra cosa equivale a cometer nuevo karma. Esto es similar a lavarse los pies mientras está parado en el barro. No tiene ningún sentido. Para limpiar tus pies, primero debes salir del barro.

Colonel T Sreenivasulu

Del mismo modo, para lavar tu karma, será mejor si primero dejas de cometerlos, sin embargo, el nuevo karma también se puede limpiar más tarde, esa es la idea en general. Pero esto no se aplica a cantar el mantra y enfocar tu mente en tu Gurú. Esto se hace solo temporalmente para poner en marcha las kriyas o reacciones. Espero que lo entiendas ahora.

Pregunta: Un practicante: ¿Podemos mirar su imagen mientras hacemos sadhan con los ojos abiertos? Además, si decidimos tomar un breve descanso o si nos molestamos y luego volvemos minutos después, ¿necesitamos siempre mencionar el nombre de cada Gurú una vez más o no?

Mi respuesta: Sí, puedes hacer eso; técnicamente, nada está mal. Pero con los ojos cerrados, es más poderoso; ese es el poder de la visualización, si te molestan en el medio y vuelves a tu práctica, entonces no hay necesidad de recordar los nombres de todos los Gurús nuevamente. Puedes continuar desde donde se detuvo, sin embargo, cuanto más recuerdes a los Gurús, más recibirás sus bendiciones. Esa es la idea básica, no hay una regla estricta como tal aquí.

Pregunta: Un practicante: ¿Cuáles son las medidas de control de kriyas? ¿Desviar la mente?

Mi respuesta: simplemente deja de centrar tu atención en asuntos espirituales. En su lugar, concéntrese en temas materialistas, vaya de compras, mire televisión, hable con sus amigos por teléfono, salga a caminar, haga otras tareas diarias de rutina, etc. Eso es todo. Kriyas dejará de manifestarse automáticamente, aunque se manifestarán internamente a un nivel muy sutil durante todo el día.

Comentario de otro practicante: Muy cierto; una vez regresé después de darle el almuerzo a mi hijo ayer, todo comenzó de nuevo desde donde lo dejé. El movimiento de la cabeza comenzó como antes. Probablemente estaba sucediendo dentro de mí durante esa pausa.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Pregunta: Un practicante: Mis movimientos comenzaron de nuevo mientras estaba sentado con los ojos abiertos y sin cantar. Mis manos se sienten como si estuviera tocando dholak y mudras de baile específicos, en su mayoría dholak, continúan durante horas, aún teniendo experiencia. ¿Y por cuánto tiempo continuará?

Mi respuesta: Está bien. ¡No hay problema! Deberías estar feliz, de hecho. No te resistas a las kriyas. Permita que continúen. ¿Quiere decir en esta sesión o en general? En esta sesión, pueden continuar durante algún tiempo y, después de eso, detenerse dependiendo de su capacidad para sentarse a practicar. ¡Mientras que no podemos predecir cuánto durará en general!

También podrías comenzar a experimentar una categoría diferente de kriyas en el medio. Por lo tanto, sus kriyas actuales no ocurrirán de manera programada, será muy desordenado porque los karmas se precipitan todos a la vez a medida que su mente subconsciente se ve sometida a un efecto de agitación por la energía kundalini despierta.

Pregunta: El mismo practicante: De acuerdo, entonces para este kriya en particular, podría tomar algunos días más, y el siguiente kriya comenzaría ocomenzaría en el medio. Después de eso, puede terminar con ese karma en particular. ¿estoy entendiendo correctamente? ¿Y no habría ninguna duración específica? O hay una kriya, especialmente la física.

Mi respuesta: Su comprensión es correcta. ¡Pero no con respecto a los plazos! Como dije antes, cuando la energía kundalini despierta está causando un efecto de agitación en tu mente subconsciente, los karmas intentan salir todos a la vez.

Es similar a un grupo de mulas que van por un camino de montaña. Cada animal intenta adelantar al otro sin ningún motivo. ¡Comportamiento irracional! ¡Lo mismo con los karmas también! Ahora, con respecto a los kriyas que se manifiestan, estarán asociados con el tipo de karmas que se precipitan.

Colonel T Sreenivasulu

En tu caso ahora mismo, esos karmas relacionados con el baile se están precipitando. Debes haber sido bailarín probablemente en vidas pasadas. No es un bailarín promedio, sino alguien que debe haber seguido el arte en serio.

Ahora todo depende del karma que hayas acumulado sobre el arte de la danza, si lo persigues de por vida, las kriyas durarán varios días, semanas o meses. Mientras tanto, a medida que sigas haciendo sadhan, otras categorías de karmas podrían comenzar a salir rápidamente.

Espero que lo entiendas ahora. Es totalmente desordenado. Esta es también la razón por la que a veces los chakras superiores se activan primero, seguidos de los chakras inferiores, porque cada chakra también está asociado con ciertos tipos de karmas. Por lo general, los practicantes siguen preocupándose, pensando que su crecimiento espiritual está disminuyendo. La razón de eso es lo que expliqué anteriormente, solo recuerda el ejemplo de las mulas en la pista de la montaña.

Pregunta: Un practicante: El movimiento de la cabeza ocurre continuamente cuando hago mi trabajo; se detiene y se reinicia cuando me siento de nuevo. Hoy, la parte superior de mi cuerpo y mi cintura también se movieron por sí solos mientras estaba sentado.

Parece energía inteligente; me da tiempo para mi trabajo. Disfruto el proceso; No quiero salir de eso. Me siento bendecida de que mi madre finalmente me haya bendecido después de una larga espera de más de 25 años. Ahora me siento con ella durante más de 4-5 horas.

Mi respuesta: ¡ Sí, por supuesto! La energía Kundalini es omnisciente. Me alegra ver tu progreso. Por favor, no se preocupe por las kriyas que ocurren en lugares públicos, si suceden, ¡puedes controlarlos fácilmente! Continúe con su práctica de la misma manera. Aumente la duración de su práctica lentamente.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

El Mantra se detendrá en algún momento. El Mantra está destinado a poner en marcha las kriyas cuando se hace Shaktipat a un practicante. Es solo un medio. Tu momento ha llegado después de una larga espera, solo sigue adelante con tu práctica a toda velocidad, sigue aumentando la duración de tu práctica. No dejes que la velocidad de la práctica disminuya. Este es un momento decisivo en tu vida.

Pregunta: Un practicante: Compartiendo mis experiencias durante la meditación en el último par de semanas. Estoy experimentando principalmente kriyas internas. De vez en cuando, tengo una experiencia externa. Algunos días mi mantra también cambia automáticamente, "Aim Hreem Kleem Chamundai Vishay". Después de eso, experimento fuertes vibraciones y kriyas internamente.

En el día Ashtami de Navaratri, mientras Ashtami havan se desarrollaba en el Templo, experimenté fuertes vibraciones y kriyas internas, sentí la presencia de la Madre Divina a mi alrededor. Durante las últimas noches, he tenido sueños extraños como estar sin hogar y mi hermano menor quemando nuestra casa en la India. Fue bastante perturbador.

Mi respuesta: Simplemente, no hay nada de qué preocuparse. Esos sueños no significan nada en absoluto. No tendrán ningún impacto en su vida diaria. No significan ningún evento futuro. Por lo tanto, no hay nada de qué preocuparse.

Este tipo de sueños extraños se deben únicamente a la iniciación de Shaktipat, son muy típicos. Muchos practicantes experimentan sueños extraños, generalmente en las semanas o meses después de tomar Shaktipat Deeksha. Este tipo de sueños extraños también se experimentarán en el futuro. Eso es, de hecho, prueba de que sus karmas se están limpiando.

Obviamente, tu mente subconsciente está agitada por la energía kundalini despierta. Como resultado, todos tus karmas empiezan a salir desordenadamente. Esa es la razón

Colonel T Sreenivasulu

por la que experimenta sueños tan extraños. Me alegra ver tu progreso. Continúe con su práctica de la misma manera.

Pregunta: Un practicante: Quiero compartir mis experiencias de los últimos días, especialmente hoy.

He estado haciendo sadhan, principalmente dos veces al día, una por la mañana y la segunda por la noche. Durante el día, la mayor parte del tiempo, solía estar en un estado de trance con la cabeza temblando. A veces, el temblor se vuelve pesado y las lágrimas comienzan a rodar por mis ojos. Este tipo de kriyas ocurren, especialmente cuando no estoy ocupado.

El sadhan matutino suele durar entre 45 minutos y una hora y media. Estoy mayormente en un profundo estado de meditación, a veces con la visión de rostros de personas y Diosas la mayor parte del tiempo. El sadhan solía ser muy tranquilo, con sensaciones de alta intensidad y dolor alrededor del cuello y la parte posterior del pecho. Entro en un estado profundo y solo me despierto después de una sacudida o un flujo repentino de energía desde la base hacia arriba.

Cuando me despierto, me encuentro en una posición en la que la cabeza y el cuerpo están a punto de tocar el suelo hacia el lado derecho de la cabeza inclinada hacia adelante. He sentido sensaciones alrededor del área del chakra Muladhara durante los últimos días mientras hacía sadhan por la mañana.

El sadhan vespertino solía ser un poco pesado con escalofríos, sacudidas y un dolor profundo desde la frente hasta la parte superior de la cabeza. El sadhan solía durar entre 30 minutos y un máximo de 45 minutos, más allá de los cuales no podía aguantar debido al profundo dolor y la sensación de incomodidad.

Quiero compartir específicamente sobre el sadhan matutino de hoy. Como de costumbre, entré en el estado profundo sin muchas de las sensaciones, sin embargo, estaba sintiendo una

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

sensación en el área del chakra Muladhara. Después de un tiempo, la sensación se volvió intensa y el órgano genital también se hinchó. Intenté controlarlo y volvió a la normalidad. Una vez más, se repitió cuando regresé al estado profundo. Este proceso continuó 3 o 4 veces. Entonces, de repente, sentí una energía pesada dentro de mi cuerpo. Empecé a temblar y luego me desperté de mi sadhan después de 55 minutos.

Mi respuesta: Muy bien. Me alegra ver tu progreso, sin embargo, estás cometiendo un error al resistirte a algunas de las kriyas. trata de no obstruir las kriyas cuando están en proceso de manifestación. No intentes ejercer tu libre albedrío para detener las kriyas o controlarlas, si estás en un lugar público, es otra cosa.

De lo contrario, no trate de detener, controlar o resistir las reacciones o kriyas. Incluso si le parecen desagradables a su mente o cuerpo, no detiene las kriyas. Incluso si algunas de las kriyas le parecen poco éticas, no trate de detenerlas. Por favor confíe en los Gurús de la Orden Shaktipat y confíe en el sistema Sidha Mahayoga.

Pregunta: Un practicante: En la meditación diaria, veo colores especialmente azules, siento una paz extrema y una energía diferente como te dije. Y cuando salgo después de 50 minutos a una hora, siento resaca durante unos 10 minutos más o menos.

Hoy canté, pero tuve pensamientos aleatorios de las conversaciones que tuve, qué había en el desayuno, etc. Como si la mente solo estuviera parlotando. Tampoco podía sentir ese tipo de energía azulada, que suelo sentir. Como si no pudiera entrar solo en sadhan. ¿Cuál podría ser la razón? No estoy molesto al respecto.

Mi respuesta: Eso es precisamente sadhan lo que estás haciendo. Después de Shaktipat Deeksha, la mente subconsciente se somete a un efecto de agitación. Por eso se perturba con tantos pensamientos, son sus karmas, que

emergen desde las profundidades de su mente subconsciente. ¡Permítelos! ¡Solo quédate como un espectador mudo!

Todavía no disfrutarás de la meditación pacífica a menos que se limpien los karmas, si está buscando una meditación pacífica, está tratando de avanzar. Por favor, no se preocupe por los pensamientos que surgen. Cuanto más los experimentes, mejor para ti. Continúe con su práctica de la misma manera.

Pregunta: El mismo practicante: Pero pensé que no podía conectarme o algo así. Era algo así como una charla mental habitual y sin paz, entiendo que debe ser un proceso. Pero, ¿cómo sé si estoy yendo bien en sadhan y no es mi mente que crea algo ilusorio?

Por favor, perdóname si te molesto con todas mis tonterías. Pero veo gente escribiendo sobre movimientos corporales y olores. Tengo sacudidas cerca del chakra Muladhara o lo siento girar a veces.

¿Cómo sé que voy bien?

Mi respuesta: Diferentes personas experimentan diferentes kriyas. Por lo tanto, ni siquiera intentes compararlo con otros. Muchos de nuestros practicantes han desarrollado kriyas que debes haber visto. Por lo tanto, no hay duda sobre el funcionamiento de Shaktipat.

Ahora lo que queda es su elemento de duda sobre cómo sabe si está funcionando para usted; obviamente, a medida que pasa el tiempo y progresa tu sadhan, comenzarás a darte cuenta. Es demasiado pronto para que obtengas una realización concreta. Es entendible. Así que por favor no te preocupes por eso en absoluto. Estás, como tal, experimentando algunas kriyas de forma leve. Por lo tanto, ¿por qué preocuparse por eso?

Con respecto a la mente inquieta y varios pensamientos que surgen en tu mente, sucederá solo de esa manera. En forma de pensamientos, Kriyas será como sus pensamientos

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

habituales únicamente. No aparecerán como únicos. La única indicación que puede obtener es cuando los pensamientos son extraños, como recordar cosas olvidadas hace mucho tiempo, etc.

Continúe con su práctica de la misma manera, no es necesario que tenga ningún tipo de duda. No hay nada conocido como Shaktipat Deeksha que no funcione para ti porque es un proceso comprobado.

Pregunta: Un practicante: Solo quería hablarte sobre mi meditación de esta noche. Empecé con mis kriyas normales y me vi en una playa con el sol brillando sobre mí.

Luego comencé a hablar en voz alta, pero era en un idioma desconocido. Continuó durante mucho tiempo. Luego se detuvo y entré en mi estado de felicidad. Me gustaría saber si hablar en un idioma desconocido puede ocurrir como parte de kriya.

Mi respuesta: Sí, es una kriya típica del despertar de la energía kundalini. La gente también empieza a pronunciar sonidos en un idioma desconocido. De manera similar, el canto también puede tener lugar en idiomas desconocidos. Además, los practicantes pronuncian mantras que nunca fueron aprendidos. A veces también salen extraños sonidos de animales de la boca. Por lo tanto, solo son kriyas que se manifiestan desafiando a la ciencia moderna.

Pregunta: Un practicante: he estado practicando, siguiendo su consejo, cantar el mantra en silencio, lo cual no fue fácil al principio. Ahora está mejorando, y escucho voces que cantan el mantra que viene a mis oídos como lo describiste la última vez. Hoy tuve otra experiencia en la que sentí que vibraba y me elevaba, por lo que mi frecuencia cardíaca se elevó al máximo. Tenía miedo, pero la sensación era hermosa y tranquila.

Por último, no puedo concentrarme en cantar el mantra y al mismo tiempo visualizar tu imagen. Entonces, sigo abriendo

y cerrando los ojos para mirar tu foto mientras canto el mantra. Ojalá pudiera hacer ambas cosas con los ojos cerrados. recuerdo tu rostro; el tema es que no puedo concentrarme en las dos cosas a la vez.

Mi respuesta: técnicamente no hay nada de malo en lo que estás haciendo, sin embargo, enfocarse en los Gurús y el mantra internamente dentro de su mente tendrá un impacto más poderoso. Le he enviado algunos de mis enlaces de video solo para este propósito. Te sugiero que veas los videos varias veces, así será más fácil enfocar tu mente.

Mire los videos varias veces; luego, la imagen comenzará a transmitirse automáticamente, será más fácil. Es un problema común para cualquier persona. Aunque recuerdas bien la cara después de enfocar durante algún tiempo, se vuelve borrosa, sucederá incluso con personas conocidas para usted, como los miembros de su familia. Por lo tanto, es necesario poner en poca práctica. Eso es todo.

Pregunta: Un practicante: No experimento ninguna de las experiencias reportadas aquí por otros, estoy solo experimentando meditación profunda. ¿Qué implica?

Mi respuesta: Kriyas será experimentado por diferentes personas de manera diferente dependiendo de sus karmas acumulados. Por lo tanto, no se puede hacer una comparación, si estás experimentando una meditación profunda, eso también es solo kriya.

Por lo general, ese tipo de kriya ocurre debido a tus prácticas de meditación en vidas pasadas. En ese momento, incluso esas sesiones de meditación deben haber quedado grabadas en tu mente subconsciente como karmas porque debes haber hecho esas prácticas de meditación teñidas de egoísmo. Por lo tanto, no hay nada de qué preocuparse en absoluto.

De hecho, debería estar feliz de experimentar sesiones pacíficas de meditación profunda. ¡Todos aspiran a eso, mientras que nuestros karmas no nos permiten llegar a esas

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

sesiones de meditación profunda! Algunos de nuestros practicantes también se han estado quejando de esto. Están experimentando muchas kriyas violentas pero no una meditación profunda. Eso significa que están saltando el arma, ¡mientras que deberías estar feliz!

Pregunta: Un practicante: Estoy completando un mes de práctica de meditación. Acababa de experimentar dolores corporales generales e inquietud y nada más de experiencias extrañas o movimientos de la energía kundalini como había estado leyendo en los comentarios de otros practicantes.

He estado sentado durante unos 40 minutos y sigo haciéndolo para tener citas dos veces al día y, a veces, en horas extrañas cuando tengo ganas y tengo tiempo a mano. Hasta ahora, ha sido sin incidentes para mí. La mayoría de las dudas que surgían en mi mente estaban siendo respondidas por las preguntas que me hacían otros practicantes, y como tal, no he planteado ninguna pregunta propia.

Esperaré pacientemente a que las cosas sigan su curso según el diseño de los poderes divinos, sin embargo, siendo un ser humano frágil, tengo este molesto sentimiento de saber y estar seguro de que estoy llevando a cabo la práctica de cantar el mantra correctamente.

Después de que haya pasado mucho tiempo, no quiero descubrir que lo entendí todo mal y que solo había estado perdiendo el tiempo por eso. Por lo tanto, hágame saber el proceso paso a paso para practicar la meditación. Para que otros practicantes y yo estemos seguros de que lo estamos haciendo correctamente. Todos pueden hacer correcciones si descubren que lo habían entendido todo mal en primer lugar.

Mi respuesta: Como sabes, he dado todos los mismos tipos de iniciación de Shaktipat. Algunos comienzan a experimentar las kriyas inmediatamente. Algunos han comenzado a experimentar esto después de unos meses. Eso continúa para probar el punto de que Shaktipat sí funciona.

Colonel T Sreenivasulu

La manifestación de las kriyas depende de dos factores. El tipo de karmas acumulados en la mente subconsciente y el tipo de condiciones mentales predominantes en el momento de tomar la iniciación de Shaktipat, supongamos que incluso si alguien no ha sido capaz de ejercer la auto-entrega adecuada en el momento de recibir la iniciación, no importa. Más tarde, cuando una persona comienza a ejercitar la autoentrega, comienza a desarrollar kriyas, como habrás notado en algunos casos.

En cuanto a la limpieza del karma acumulado, todo depende de cómo la energía cósmica quiera iniciar el proceso de limpieza. De lo contrario, puede estar seguro de que no cometerá ningún error. Habrías entendido el mantra dado correctamente.

En segundo lugar, Shaktipat se realiza ejerciendo el libre albedrío del Gurú. Un mantra se da sólo como algo adicional. De lo contrario, no hay necesidad de que le dé un mantra a nadie como tal, shaktipat se puede realizar simplemente ejerciendo el libre albedrío.

Por lo tanto, no habría nada malo en su práctica, si hay algo, tiene que ver con tu mente. Por favor, no espere ni espere que se desarrollen las kriyas, siga las instrucciones que se le han dado, solo entrégate por completo a Dios o al Gurú y enfoca tu mente.

Cada practicante tiene un stock único de karma acumulado. Por lo tanto, los kriyas también se manifestará en consecuencia. En pocas palabras, debe comprender que Shaktipat se vuelve exitoso por la gracia del Gurú y no por el esfuerzo realizado por un practicante.

Aunque se le dice a un practicante que se siente y cante el mantra, es para que el practicante no haga nada más. Por favor, comprenda también que las kriyas son solo un medio para limpiar la mente y no un fin en sí mismas.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Se llama la práctica de yoga en la que estamos. Obviamente, un practicante va a ser probado para todo. El hecho de que hayas comenzado a preguntarte, pensando que todo tu esfuerzo podría desperdiciarse si lo practicas incorrectamente, demuestra que te estás perdiendo la esencia de la práctica.

Quizás eres incapaz de ejercitar la entrega de ti mismo en el grado requerido. Equivale a hacer negocios con Dios. Algo así como decir primero, muéstrame algunos resultados, luego me rendiré. Entonces no será clasificado como autoentrega, se vuelve de naturaleza condicional. Eso significa que su devoción a Dios se vuelve condicional. Piénselo bien porque usted es su mejor juez.

Lo que he escrito aquí se aplica a todos los practicantes en general. Por favor, no te preocupes por eso en absoluto, solo siéntate a meditar regularmente con plena fe y confianza y entrégate tanto como sea posible.

Comprensiblemente, cada practicante recibe Shaktipat, no con una mente pura, solo agárrate al camino. Humildemente les digo a todos ustedes que están en el mejor camino de yoga posible. No te queda nada para hacer otra cosa que no sea entregarte a Dios.

Cuando juegas con Dios, las reglas del juego difieren de las del plano físico. En un plano físico, todo está teñido de egoísmo. Mientras que con Dios, tiene que ser al revés. "Verdaderamente me entrego a mis devotos", dice Dios. Cuando un practicante se entrega a lo divino, la divinidad se rinde ante el practicante. Por supuesto, la rendición falsa no funciona ya que la energía cósmica es totalmente consciente.

Si todos hubieran practicado algún sistema de yoga independiente, habría tratado de descubrir los errores. Pero en un camino como este, toda la práctica la realiza la energía cósmica en modo automático. No queda nada para que un practicante haga algo. Es por eso que ejercitar la autoentrega a la divinidad es lo único que tienes que hacer. En pocas palabras, ¡no hacer nada!

Pregunta: Un practicante: Cada vez que trato de meditar, surgen muchos pensamientos en mi mente. Como resultado, no puedo disfrutar de la meditación profunda, que solía hacer a veces.

Mi respuesta: Por favor, comprenda que lo que se supone que debe hacer no es exactamente "meditación" en el sentido clásico, se supone que simplemente debes enfocar tu mente en tu Gurú y comenzar a repetir el mantra hasta que comiencen las kriyas.

Una vez que comiencen las kriyas, el canto del mantra terminará automáticamente porque no podrá enfocar su mente en su Gurú y el mantra debido al efecto de las kriyas o reacciones. Entonces se supone que simplemente debes permanecer sentado en un estado silencioso como un espectador mudo.

Cuando decimos kriyas, puede ser cualquier cosa, incluidos pensamientos aleatorios, emociones, etc, si tu mente no está en calma, los pensamientos y las emociones perturbarán tu paz mental. Eso es precisamente lo que significa sadhan, una especie de "práctica con lucha". es lo que se supone que debes hacer para que todos los karmas o las impresiones sensoriales acumuladas en tu mente se limpien.

Solo en etapas posteriores, cuando se limpian los karmas, tu mente comienza a asentarse en el estado de samadhi o sin pensamientos. Por lo tanto, debe comprender este proceso a fondo. Todavía no disfrutarás de una meditación dichosa, solo de vez en cuando, puede suceder eso también, como kriya.

Por ejemplo, suponga que ha meditado mucho en su nacimiento anterior. En ese caso, esas impresiones de su práctica de meditación también deben haber quedado impresas en su mente subconsciente. Incluso esas impresiones también deben limpiarse ahora después de Shaktipat.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Por lo tanto, de vez en cuando, tiendes a experimentar la meditación profunda. Pero, por favor, no malinterprete ese estado. No significa que tu mente haya alcanzado el estado de samadhi o que no tenga pensamientos. Las impresiones sensoriales previamente registradas sobre la meditación ahora se están limpiando. Obviamente, debido a esto, no siempre experimentarás sesiones de meditación profunda.

Debes entender que después de hacer Shaktipat, la energía cósmica comienza a agitar tu mente subconsciente. Como resultado, todo tipo de pensamientos comienzan a fluir. ¿Cómo puedes disfrutar de una meditación dichosa en esta etapa? Por eso he dicho que lo que se supone que debes hacer ahora se llama sadhan, no meditación. Espero que ahora entiendas el concepto. ¿Era esta la pregunta que querías hacerme?

Continúe practicando de la misma manera. Todo está sucediendo para tu bien. La limpieza de karmas o impresiones sensoriales está ocurriendo ahora mismo. Por favor, no te preocupes por no poder disfrutar ahora de una meditación dichosa. Por último, recuerde también que todos los pensamientos y emociones que surgen en su mente en esta etapa no siempre serán agradables. Necesitas soportar experiencias desagradables también.

Pregunta: Un practicante: Por alguna razón, durante los últimos tres días, me han inundado numerosos pensamientos, sin descansar ni un segundo. Debido a esto, no puedo meditar, siento un bloqueo en mi cuerpo y mi mente se desvía hacia esa área con mucha frecuencia.

Mi respuesta: Es común entre algunas personas. Tienen la energía kundalini ya despierta. Es porque ya deben haber sido iniciados en sus vidas pasadas o porque se produjo un despertar accidental debido a prácticas realizadas sin supervisión, si lo desea, puede enfocar su mente en el área de bloqueo que ha mencionado. No tienes que enfocar tu mente en el mantra ni el Gurú por el momento.

Sin embargo, hágalo solo si su mente se desvía hacia el área de bloqueo. De lo contrario, la energía kundalini es muy sutil. No es como cualquier otra energía física. Es, de hecho, consciente. Eso significa que incluso tu pensamiento de que hay algún bloqueo en sí mismo es una forma de esa energía. Eso significa que la energía kundalini es consciente de tu pensamiento y no está bajo tu control. No te escucha. En cambio, tiene como objetivo humillarte por tu bien.

Por lo tanto, el mejor enfoque es rendirse completamente a la divinidad o energía kundalini. Deje que las cosas sigan su curso en lugar de tratar de ejercitar su mente y hacer algo. De todos modos, si cree que debe tratar de enfocar su mente en la llamada área de bloqueo, hágalo.

Pregunta: Un practicante: ¿Debemos detener las kriyas cuando se manifiestan o verlas como espectadores?

Mi respuesta: Por favor, no detengas las kriyas cuando se manifiesten, sigue observándolos como un espectador silencioso, solo en lugares públicos, cuando las kriyas se manifiestan como cualquier tipo de movimiento corporal, puedes ejercer control sobre ellas. Donde sea que sientas que las kriyas pueden causar vergüenza frente a otras personas, solo ejerces el control. Esto incluye kriyas, como cualquier actividad de canto, etc., además de los movimientos corporales.

Si las kriyas ocurren internamente, como el flujo de energía dentro de su cuerpo o varios pensamientos que surgen en su mente, etc., permita que las kriyas continúen incluso en un lugar público o mientras conduce o viaja, etc.

Pregunta: Un practicante: Actualizaciones sobre mi práctica: Estoy empezando a disfrutar de mi sadhan o práctica y siento más o menos resistencia, siento mejoría cada día. Hoy vi a un gran hombre de color negro con cabello rizado comiendo sandía y diciéndome cómo practicar más.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Luego vi a un tipo sin cabeza caminando con una camiseta. Después, entré en una vibración dichosa que se sentía como si me estuviera elevando en el aire, sentí la vibración en todo mi cuerpo, especialmente en mis brazos. Entonces vi un gato y una hermosa casa.

Me quedé un poco más después de que se detuviera la grabación de audio del mantra. Disfruté del silencio y un poco de ruido afuera. Podía oír cosas desde la distancia. ¡Solo una cosa que me gustaría preguntar! Cada vez que los latidos de mi corazón aumentan en medio de la práctica y mi respiración se vuelve más corta, trato de relajarme.

Mi respuesta: Por favor, no te preocupes por la parte de la respiración. No que suceda como tenga que suceder, sin embargo, cante el mantra en silencio dentro de su mente sin usar ninguna ayuda externa como la grabadora, su impacto será más potente si internalizas el mantra.

Si es posible, ni siquiera intente hacer la repetición con la lengua y las cuerdas vocales, enfoca tu mente solo en el sonido. Imagina el sonido del mantra como si emanara del cielo o como si un grupo de personas lo cantara en voz alta y lo estuvieras escuchando desde la distancia. Básicamente, debes concentrarte en el sonido del mantra.

Pregunta: Un practicante: Tengo una pregunta; si me puede ayudar a entender, por favor, siempre que tenga tiempo. ¿Cuál es el significado de la conciencia expandida? ¿El sadhan o la práctica expande la conciencia?

Mi respuesta: Este es solo un término, aunque lo he encontrado algunas veces. ¡Recuérdalo vagamente! No estoy seguro exactamente de lo que la gente está tratando de decir. Pero siguiendo la terminología utilizada, debe ser con respecto a la expansión de la conciencia del SER interior.

Por lo general, durante la meditación, un practicante experimenta algún efecto de expansión. El practicante siente como si se estuviera expandiendo hacia el espacio superior.

Colonel T Sreenivasulu

Además de esto, a medida que se limpian los karmas, la luz del espíritu interior comienza a brillar.

Toda la existencia mundana comienza a aparecer como un juego divino o una ilusión. Como resultado, el desapasionamiento comienza a desarrollarse en el practicante. Comienzan a ver todo desde la perspectiva más amplia del cosmos.

Esto es lo que la gente debe entender por la terminología. No es precisamente la terminología clásica del yoga. ¡Parece ser parte de la terminología moderna, es decir, el mismo antiguo concepto de yoga!

Pregunta: El mismo practicante: Ahora me queda claro. He experimentado esta expansión en un par de prácticas, viendo el mar o la tierra desde arriba por una fracción de segundo. Ver las cosas desde una perspectiva más amplia es algo que estoy empezando a sentir. Es como ver las cosas a través de los ojos de Dios. ¿Es eso correcto?

Mi respuesta: ¡Es solo la etapa inicial para ti!

Pregunta: Un practicante: La meditación de hoy fue a un nivel profundo. Tuve que hacer un esfuerzo extra para abrir los ojos.

Mi respuesta: es una kriya. La sesión de meditación es una kriya. Por lo general, erosiona los karmas pasados de las prácticas de meditación de vidas anteriores. Las impresiones sensuales quedan impresas en la mente subconsciente debido a la práctica de meditación realizada anteriormente; también necesitan ser limpiados.

Pregunta: Un practicante: Cuando meditamos, ¿en que debemos enfocar nuestras mentes? ¿Debería estar en el tercer ojo o en cualquier otro chakra?

Mi respuesta: En primer lugar, en nuestro camino no meditamos exactamente en el sentido clásico, sólo nos sentamos en una postura meditativa. Es por eso que usamos

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

la palabra "meditación" vagamente. De lo contrario, se supone que es "sadhan".

Por lo tanto, no nos enfocamos en ningún chakra ni en ninguna otra cosa, se supone que simplemente debes concentrarte en tu Gurú y el mantra inicialmente, sin embargo, solo concéntrese en las kriyas o reacciones solo mientras se experimentan. Pero hazlo sólo como un espectador mudo, no te apegues demasiado a ellos mientras experimentas los kriyas.

Pregunta: Un practicante: ¿Podemos meditar incluso cuando no estamos en casa? No medite hoy porque estaba fuera.

Mi respuesta: Obviamente, no puedes hacer meditación en el sentido real cuando no estás en casa a menos que tengas un ambiente adecuado como un hotel, un entorno tranquilo, dentro de un automóvil, etc, sin embargo, puedes practicar el canto del mantra o escucharlo mientras viaja. Lo más importante que debes entender es que no debes practicar en un lugar público. Puedes hacerlo si no estás experimentando kriyas físicos. En mi caso, lo he hecho varias veces incluso mientras volaba en avión-.

Pregunta: Un practicante: Cuando me acuesto en la cama a meditar, esta es mi experiencia: visualizo de rostros o nubes oscuras que pasan de izquierda a derecha, también experimento picazón en las extremidades de las piernas y los brazos, el área del cuello y, a veces, la cara que provoca los brazos. y piernas que se sacuden o tiemblan seguido de pesadez en el pecho que se siente como si algo estuviera sentado en mi pecho.

Mi respiración se acelera y debo tomar un par de respiraciones profundas para reducir la velocidad. Lo que me preocupa es la sensación de picazón que me pasa cada vez que medito acostado en la cama. ¿Cuál podría ser la razón? Pero había meditado antes en mi auto, y esa vez también tuve la misma experiencia de sensación de picazón. ¿Qué significa eso?

Mi respuesta: La sensación de picazón es la experiencia más comúnmente observada del movimiento de la energía kundalini. Es la limpieza básica de tus nervios sutiles o nadis, como se les llama en sánscrito. Al limpiar tus nervios, también se ve afectada tu limpieza de karmas o las impresiones sensoriales en tu mente subconsciente, o viceversa.

Todo está sucediendo por tu bien, no hay necesidad de preocuparse por eso. Un buen resultado de esta experiencia es que se librará de muchas infecciones de la piel, sin embargo, recuerde que esta experiencia de sensación de picazón probablemente durará varios meses o incluso algunos años.

Además, sucederá en todos los rincones y rincones del cuerpo. Te acostumbrarás. No sucederá nada adverso. Tienes que soportarlo, por favor.

Pregunta: Un practicante: Siento presión y un dolor leve en la columna vertebral en el chakra Muladhara, como si una aguja perforara el chakra Svadhisthana y kriyas en la columna.

Mi respuesta: Por favor, no te preocupes por eso en absoluto. Es la típica kriya que ocurre comúnmente. Pero déjame decirte algo. Puede durar algunos años, aunque no tendrá reacciones adversas. Pero no hay nada de qué preocuparse. Puede ocurrir de forma intermitente. A veces, el dolor también puede ser agudo, solo sopórtalo.

Pregunta: Un practicante: Me senté en sadhan durante unos 50 minutos. Como ayer, mi cabeza empezó a vibrar y girar. Estaba cómodo hoy en comparación con ayer. Pero un torrente de pensamientos estaba surgiendo en el fondo.

Dolor leve y moderado constante que se siente en la región del tercer ojo. También he experimentado dolor de cabeza y algo de tirón detrás del tercer ojo.

Mi respuesta: No intentes detener los pensamientos. Déjalos brillar en tu mente tanto como sea posible. Pero no debes intentar pensar desde tu lado, solo siéntate pasivamente

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

mientras los pensamientos surgen y desaparecen. Incluso si los pensamientos son de naturaleza desagradable, simplemente no se moleste, solo déjalos crecer y morir.

Del mismo modo, si son demasiado agradables por naturaleza, ejerza el desapasionamiento. No te emociones demasiado. Continúe con su práctica de la misma manera.

Pregunta: Un practicante: No puedo pensar positivamente. No puedo resolver los problemas ni hacer nada en la vida, se ha vuelto complejo, o así lo siento. Tengo muchas preguntas, pero necesito ayuda para buscar direcciones. ¿Puedes ayudarme con eso?

Mi respuesta: Por favor, comprenda que no hay solución para nada en el mundo exterior. Ese es el tema equivocado que sigue la gente. Al igual que la infección de una enfermedad o su causa está dentro del cuerpo y no en la piel. Por lo tanto, cualquier persona necesita cambiar desde adentro quemando los karmas. ¡Es tan simple como eso! Luego, automáticamente, su mundo externo también cambia.

Aparte de esto, no hay poder adicional en ninguna parte del cosmos que pueda hacer algo para eliminar su sufrimiento porque la causa raíz está dentro de su mente subconsciente. Un Gurú puede ayudarte realizando Shaktipat. Eso es lo más alto que alguien puede darte. Después de Shaktipat, ahora estás bajo el hechizo de la energía cósmica.

¿Qué más necesitas? Ahora eres una dama bendecida. Es solo cuestión de tiempo antes de que tu mente se libere de todo tipo de sufrimiento. Confía tranquilamente en el antiguo sistema de yoga. Confía en el linaje de Gurús, que tiene más de cien años.

Por favor, no te preocupes por los pensamientos negativos. Es bueno que estén surgiendo en tu mente consciente. Los karmas asociados se están limpiando. Esa es la razón por la que está sucediendo de esa manera. Después de que se hace Shaktipat, su mente se somete a algún tipo de fenómeno de

Colonel T Sreenivasulu

agitación. Obviamente, todo tipo de pensamientos surgen. Pero es sólo un fenómeno temporal. Todo ese polvo pronto se borrará de tu mente de forma permanente. por tu parte sopórtalo por un tiempo y ¡solo continúa con tu práctica! ten paciencia y perseverancia.

Pregunta: Un practicante: Quiero presentarles mi nuevo estado. Me siento agotado y pesado en mi cuerpo y alma. Cuando siento atracción por el abandono o la renuncia, mi mente se calma, sólo percibo la unidad en un estado elevado. Pero al mismo tiempo, no puedo parar y abandonarme. Es como una pelea, y solo puedo estar en el campo de batalla.

Mi respuesta: Parece que es el comienzo del desapego de las cosas mundanas. Esto significa que la energía cósmica, que estaba en modo creativo saliente, ahora se está retrayendo rápidamente su dirección de flujo hacia adentro. Eso es hacia el mundo interior del espíritu. ¡De ahí el sentimiento de desapego de las cosas mundanas! Esto generalmente se espera después del inicio de Shaktipat.

Pero este estado mental necesita madurar más. Esto sucederá con el tiempo, de todos modos. Más y más de su karma necesita ser destruido. Eres obviamente arrastrado de regreso a tu existencia mundana diaria enese momento. ¡De ahí la contradicción!

Pregunta: Un practicante: Necesito ayuda con mi estado actual de experiencia. He estado experimentando el movimiento aleatorio de un objeto con forma de bola entre mi ano y el órgano genital. Cuando esto ocurre, un constante golpe de fuego se agita en el cuerpo. El efecto es una gran conciencia, mareos , un alto nivel de actividad sexual y comer mucho y un tipo particular de comida. Recientemente me he dedicado al consumo de alcohol y a fumar marihuana. Quiero resistirme pero soy incapaz de detener esto. Por favor, necesito ayuda. No puedo seguir así.

Mi respuesta: ¿Por qué necesitas ayuda? Deberías estar contento con tu progreso. Todo está sucediendo por bien;

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

para limpieza de karmas. Continúe con su práctica de la misma manera, sin embargo, tenga cuidado con el consumo de alcohol y marihuana. Por favor recuerda una cosa consistentemente. Daré un ejemplo para ilustrar el punto.

Supon que tu cuerpo se balancea involuntariamente de lado a lado o en movimiento circular; se llama kriya, si lo haces deliberadamente, se llama karma, será karma nuevo, que tendrás que limpiar más tarde. Lo mismo ocurre con tus acciones, como el consumo de alcohol y marihuana. Ten cuidado para que no se conviertan en nuevos karmas para usted. Debe ejercer su discreción aquí muy estrictamente. Hay una tendencia por parte de la mente a crear una excusa para sí misma para el cumplimiento de los deseos sensuales, solo ten cuidado con esto, ten fe y confianza en tu Gurú y entrégate por completo.

Pregunta: Un practicante: Tengo algunas preguntas, he estado leyendo libros sobre nuestro linaje durante los últimos días, como el del respetado Swami Shivom Tirth Maharaj y Swami Vishnu Tirth Maharaj. Quienes mencionaron que una vez que cierras los ojos y no tienes que hacer nada, la meditación simplemente sucede.

Te visualizo como me pediste. Pero la imagen no dura más de un segundo, siguen moviéndose y todo. Realmente no puedo verlo constantemente. ¿Está bien?

Además, tengo que esforzarme en meditar. No sucede rápidamente. Aunque el estado meditativo es significativamente más profundo que antes, siento una sensación diferente de energía y una expansión del aura durante algún tiempo después. ¿Se necesita tiempo para que la energía kundalini se apodere por completo de ella? Es muy confuso para mí.

Cada vez que invoco las bendiciones de Guru parampara antes de comenzar la meditación, siento diferentes sensaciones por cada nombre que tomo. No sé si está en mi

Colonel T Sreenivasulu

cabeza o si realmente sucede. (Pero se siente genial, como si los maestros me estuvieran cuidando)

Estaba leyendo un libro de Swami Shivom Tirth Ji. Menciona en el libro que a veces las kriyas no comienzan debido a problemas como el estreñimiento. Ahora, solo para ser un mejor recipiente para que tu gracia descienda sobre mí el día de la iniciación, ayuné durante dos días y eso me hizo estreñirme durante el día y un día después debido a la comida abrupta. ¿Está relacionado de alguna manera o simplemente es normal?

Mi respuesta: Por favor, no te preocupes demasiado por eso. Lo que Su Santidad mencionó es cierto. Pero, ¿qué te importa si las kriyas no comienzan de inmediato debido al estreñimiento? En nuestra Orden Shaktipat, no hacemos meditación en el sentido clásico, se llama sadhan o un tipo de práctica con lucha. Es por eso que se le dice que permanezca sentado con la mente en calma y deje que los pensamientos aparezcan.

Solo disfrutas de la meditación profunda si se limpian los karmas, sin embargo, a veces se experimenta una meditación tan profunda por otras razones, como que debe haber practicado mucha meditación, etc. También se requiere limpiar esas impresiones. Es por eso que uno experimenta un hechizo de meditación profunda de vez en cuando. Pero, por favor, no malinterprete que ya ha alcanzado niveles más altos. ¡Eso es todo!

Todo lo que necesitas hacer es sentarte y practicar como se explica en el momento de la iniciación de Shaktipat, solo enfoca tu mente en tu Gurú y comienza a cantar el mantra. Cuando kriyas se manifiesten, el canto del mantra se detendrá. Luego concéntrate en las kriyas que están teniendo lugar. Por favor, no se preocupe por la meditación profunda, etc., en absoluto. ¡Al menos no en estas etapas iniciales!

Pregunta: Un practicante: ¡Necesito sus bendiciones! Espero que lo que esté pasando sea lo mejor para mí, simplemente

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

me siento bien en la meditación. Realmente no puedo concentrarme en tu imagen durante mucho tiempo. Pero me he dado cuenta de ti. Y se siente bien

Veo luces; blanco y azulado, siento una paz extrema y permanezco con resaca después de sadhan durante unos 20 minutos o más. Entonces, en general, es hermoso, pero no hay kriyas o algo así. Pero en la vida material, los cambios repentinos me asustan. Me entrego a ti y a la divinidad totalmente, solo bendíceme para que tenga la fuerza para tenerlo todo.

Mi respuesta: Por favor, no se moleste mucho si no puede enfocarse continuamente en la imagen de su Gurú. Una vez que comienzan las kriyas, terminan como tales, incluido el mantra, simplemente continúe con su práctica de la misma manera que lo está haciendo ahora.

Pero no hay nada que temer por los cambios en tu vida diaria. ¿Quién sabe? Es posible que solo sean para su bien, y es posible que le gusten los cambios. Así que no te preocupes demasiado por eso, sé valiente. Por favor, recuerda que el éxito está solo en el coraje. Esto se aplica en todas partes.

Pregunta: El mismo practicante: ¡Muchas gracias! Lo que sucedió es que ya no estoy en la empresa para la que trabajé y fundé. También estoy pasando por muchos problemas con mis padres. No tengo ni idea de mi Carrera y por otro lado, siento que me exiliaré a algún ashram.

Pero eso sería demasiado cobarde, considerando que soy el único hijo. Además, me pregunto por qué mis kriyas no se manifiestan. Tal vez eso satisfaga mi mente errante de que mi energía kundalini se ha despertado y se ha apoderado de mí.

Pero por ahora, solo voy con la corriente donde sea que esta transformación me lleve material o espiritualmente. Además, durante el sadhan, siento que estoy sentado en la dirección equivocada o si he movido la cabeza en otra dirección (no en la forma en que realmente me senté). Pero cuando abro los

Colonel T Sreenivasulu

ojos, veo que estoy sentado como desde el principio. Es sólo que me siento en sadhan. Y siento los pies de mi pierna derecha calientes muy a menudo. ¿Qué quiere decir esto?

Mi respuesta: Por favor, no te preocupes en absoluto por tu vida, sucede con la mayoría de los hombres de tu edad. Es una historia típica. Tienes toda la vida por delante. Por favor, entrégate a la divinidad. ¡Lo que tenga que pasar pasará de todos modos! Pero definitivamente obtendrás la fuerza necesaria para enfrentar cualquier circunstancia.

Incluso si obtiene un buen trabajo e ingresos, no necesariamente significa que su vida seguirá sin problemas. La vida podría presentar algunos otros desafíos. El truco es fortalecer tu mente. Entonces, esos llamados desafíos pueden no materializarse para ti porque ahora no hay necesidad. Todo sucede en nuestra vida como resultado únicamente de nuestros karmas pasados. El truco es quemar esos karmas, por lo que ya no es necesario enfrentar esos desafíos. Eso es a lo que me refiero.

Con respecto a la manifestación de kriyas, ¡tampoco te preocupes demasiado por ellas! Se manifestarán según la voluntad divina. Es posible que en tu mente aún no se hayan cumplido las condiciones necesarias. Pero el hecho de que se te haya dado la iniciación de Shaktipat significa que ya has recibido las bendiciones divinas. De lo contrario, esto no habría tenido lugar. Todavía es demasiado pronto para ti. Apenas han pasado unos días desde tu iniciación.

Ten en cuenta que tomará su tiempo. Mientras tanto, tu vida continuará. No hay nada que puedas lograr huyendo a cualquier ashram. Tus karmas permanecerán contigo y también cometerás nuevos karmas si haces algo voluntariamente, como huir a un ashram. ¡Sé valiente! ¡Sé audaz! Pero confía en lo divino y ten fe en lo divino. Respecto a sentir calor en las piernas, debemos observar más antes de sacar conclusiones precipitadas.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Pregunta: Un practicante: Necesito alguna guía con respecto a mi sadhan. Me falta consistencia. Me despierto temprano, alrededor de las 4:30 am, para practicar mi sadhan. A veces no tengo problemas, pero otras veces lucho. Entiendo que esto es parte de mi karma. Pero me gustaría su guía sobre lo que puedo hacer para acelerar la neutralización de mis karmas acumulados.

Practico dos veces al día, temprano en la mañana ya la hora del almuerzo, y mi mente siempre está enfocada en ti, mi Gurú. Todos los días durante sadhan, kriyas me suceden continuamente a lo largo del día. Por favor guíame.

Mi respuesta: Es así. Permítanme abordar el problema en cuestión de inmediato y también plantear la solución. El tema es sadhan y cómo puedes mejorarlo. Para esto, primero debes comprender la esencia del sadhan. Muchos practicantes por lo general no lo entienden completamente, suelen compararlo con otros sistemas de yoga o prácticas tántricas. Lo hacen así inconscientemente debido a viejos hábitos.

En pocas palabras, los seres humanos están programados para pensar de esa manera debido al karma acumulado. Este stock acumulado de karmas es similar a los datos o la información que alimentamos y entrenamos a un modelo de inteligencia artificial. Eso significa que la mente procesará todo de manera racional o emocional según el karma acumulado, los datos o las impresiones sensoriales. No entiende el concepto de autoentrega porque está más allá del pensamiento racional.

Como saben, sadhan significa no hacer nada en nuestro camino. Pero hay una trampa aquí. Mientras un ser humano habite en un cuerpo de carne y hueso, ciertos karmas deben realizarse obligatoriamente. Por ejemplo, comer, respirar, lavarse, bañarse, etc. Estos karmas son necesarios para sostener el cuerpo. El cuerpo debe cuidarse bien para que un practicante pueda practicar yoga con él.

Colonel T Sreenivasulu

La práctica de yoga o sadhan es el único propósito de la existencia humana según el diseño cósmico. Desde esta perspectiva, la vida misma es solo sadhan. Para los sadhakas, cada momento de la vida es solo una kriya, sin embargo, sadhan se ha formalizado para llevar a todos por el camino.

Además, el sadhan regular inculcará un sentido de disciplina, y los sadhakas también se beneficiarán de la fuerza del hábito. Esto está destinado a ayudar incluso a un tipo de sadhaka perezoso a lo largo del viaje espiritual. De lo contrario, sentarse para sadhan es más una formalidad. Cada momento de la vida no es más que solo sadhan. Cada momento de tu vida está entrelazado e integrado con tu sadhan.

Por favor, lea el capítulo "La vida como Kriya" en mi libro "El poder desconocido para Dios" una vez más. Por lo general, esto se habla poco a todos los sadhakas debido a su potencial para ser malinterpretado. Esto significa que un sadhaka puede distraerse del camino del yoga y dejarse llevar por la vida cotidiana mientras se refugia bajo el pretexto de que, de hecho, está realizando sadhan solo según la enseñanza. Esta es una pseudo-comprensión del yoga conceptualmente. Hay que tener cuidado con esto.

Es por eso que generalmente no se les dice a los sadhakas, ya que es posible que aún no hayan alcanzado las etapas avanzadas de la práctica del yoga, al contrario es la verdad, por lo tanto y en pocas palabras, lo que importa es el estado de tu mente. No importa si te sientas a meditar regularmente o por cuánto tiempo. La solución es sencilla. Enfoca la mente en tu Guru siempre. Es tan simple como eso.

Mantén tu mente enfocada en tu Gurú y continúa viviendo tu vida con desapasionamiento y autoentrega. Es algo complicado de entender. Es por eso que uno debe tener cuidado. Te sugiero que practiques ambos. Eso significa que sigues haciendo sadhan regularmente sentándote formalmente y manteniendo tu mente enfocada en tu Gurú durante otros momentos. En el debido curso del sadhan,

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

comprenderás qué hacer y cómo hacerlo. El poder cósmico omnisciente seguirá guiándote.

Pregunta: Un practicante: Tengo algunas dudas y preocupaciones. Durante unos días he sentido algunas vibraciones en el pie y en la zona lumbar después de la meditación. Hoy sentí una especie de corriente en mis manos.

Además, la semana pasada tuve dificultades para dormir. Durante dos o tres días, no pude dormir en toda la noche. Aunque no tengo ningún estrés o tensión, ¿todavía no puedo dormir bien! ¿Está relacionado con mi sadhan o necesito ver a mi médico? Porque por mi parte, no tengo problemas de salud. Pero me preocupan estas vibraciones y el insomnio.

Mi respuesta: Todas son kriyas solamente, sólo tienes que soportarlos. Todo es solo por tu bien.

Pregunta: Practicante: Sé que otras prácticas de yoga no son necesarias después de Shaktipat, ya que es el camino superior y todos los diferentes caminos conducen en última instancia que es elevar el Kundalini. Pero, ¿hay karma involucrado en la práctica del yoga físico para la salud del cuerpo para que podamos mantener alejadas las enfermedades y tener una larga vida para practicar sadhan?

Mi respuesta: la práctica de cualquier cosa por beneficios materiales es obviamente solo karma, sin embargo, ciertos karmas deben realizarse obligatoriamente, como comer, bañarse, etc. Por lo tanto, cualquier cosa que se haga para mantener el cuerpo, como hatha yoga, también se considera karma solamente, aunque sea necesario, sin embargo, es más fácil liberarse rápidamente de ese karma más adelante. Entonces, no hay necesidad de preocuparse.

Pregunta: Un practicante: Quería hacerle una pregunta. ¿Necesitamos abstenernos de ciertas cosas que podrían ayudarnos a ganar impulso para el progreso espiritual? Leí al azar en alguna parte que el ayuno ayuda, sé que no estamos obligados a abstenernos de nada en nuestro camino.

¿Qué hago para aumentar mi Bhakti o devoción hacia mi Gurú? Probé todo lo que me dijeron. Aún así, creo que falta algo de mi parte. Mencionaste en tu libro que Grand Guruji te había pedido que apretaras los ojos, etc. Ayer, apreté los ojos de mala gana. Me sorprendió ver un color amarillo tan hermoso llenando mi vista. Era tan brillante, como el sol. No pude evitar decíterlo.

Mi respuesta: No tienes que abstenerte de nada como tal. No existen tales reglas en nuestro camino. Además, cualquier cosa que hagas deliberadamente, incluso abstenerse de hacer algo, se convertirá en un nuevo karma. Del mismo modo, tampoco tienes que hacer nada deliberadamente. De lo contrario, cualquier acción de tu parte obviamente se convertirá en nuevo karma.

Tu objetivo debe ser quemar todos los karmas permaneciendo en un estado de observador como espectador silencioso del destino que se desarrolla. Eso es lo que se llama sadhan en nuestro camino. Eso es lo mejor que puedes hacer. ¡La capacidad de ejercer el desapasionamiento mientras se desarrolla el destino!

Por favor, no malinterpreten cuando digo que no deben realizar karmas. Ciertos karmas deben realizarse obligatoriamente, como comer, bañarse, etc. De manera similar, otras actividades como trabajar, caminar, hablar, etc, sin embargo, lo que importa es el desapasionamiento. Así es como se queman los karmas.

Con respecto a tu pregunta sobre el ayuno, puedes hacerlo si deseas controlar tu peso. De lo contrario, no tiene impacto espiritual. Temporalmente, su mente puede sentirse bien al respecto. De manera similar, tu cuerpo se sintió liviano, etc. Pero solo se suma a un nuevo karma. Lo que se requiere es no centrarse en la comida en general. Porque solo necesitas un poco de comida para tu supervivencia. Consume poca comida solo para saciar su hambre y, por supuesto, asegúrese de consumir todos los minerales necesarios para su cuerpo

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

desde el punto de vista de la salud. En pocas palabras, siga comiendo poca comida pero no ayune deliberadamente durante un período prolongado.

Solo puedes decidir cuánto necesitas comer. Pero debes recordar no comer indiscriminadamente. Es como un arte. A veces te dan ganas de comer ciertos manjares. Coma sin resistencia deliberadamente. Pero cómelo sabiamente en pequeñas cantidades y tambaléalo. Eso significa que puede dividir la comida y comerla en diferentes momentos del día.

Por ejemplo, ¡tomemos el ejemplo del desayuno inglés! Puedes dividir toda la comida, solo trata de comer solo las gachas por la mañana. Puedes comer pan tostado o bocadillos por la tarde y otros platos. Tal vez sopa por la noche o un balance de la comida de la tarde. Es solo un ejemplo. Por favor, no siga este régimen alimenticio que mencioné anteriormente. Lo que intent decir es que debe ejercitar el desapasionamiento mientras se come.

Por último, la mejor manera de aumentar la devoción a tu Gurú es mantener tu mente enfocada en tu Gurú siempre. Pero hazlo inteligentemente. No significa que sigas pensando en tu Gurú siempre. Puede que no sea prácticamente posible. Puede estar ocupado con su destino en desarrollo, sin embargo, mantenga su mente comprometida con el pensamiento de su Gurú emprendiendo diversas actividades pero con desapasionamiento.

Lea los libros escritos por su Gurú. Escucha los mensajes de tu Gurú. Ofrezca flores, frutas., a su Gurú, ya sea física o mentalmente. Recuerda las enseñanzas de tu Gurú. Discuta las enseñanzas de su Gurú con sus compañeros sadhakas. Celebra el cumpleaños de tu Gurú. Por último, recuerda el aniversario de la muerte de tu Gurú, aunque ahora no se aplica a ti. Eso es todo. Intenta y emprende varias actividades en nombre de tu Gurú, para tu Gurú y como un servicio a tu Gurú.

Colonel T Sreenivasulu

Esto aumentará lenta y constantemente tu devoción por tu Gurú. Tales actividades te mantendrán encaminado con la práctica de yoga constantemente. La clave del éxito en el yoga es la tenacidad para mantener tu mente enfocada en tu Gurú. Afecta tu crecimiento espiritual, aunque no puedo decir cómo funciona con precisión. Pero es como ir a los templos, ofrecer oraciones a Dios, celebrar las fechas importantes de tu respectivo Dios, etc.

En el camino del yoga, Guru tattva, o la esencia de la idea de Guru, reemplaza a Dios. En pocas palabras, tu Gurú es un instrumento para tu crecimiento espiritual. Todo depende de cómo comprendas la esencia del Gurú. Por favor, tampoco te preocupes demasiado por eso. Lenta y constantemente, te pondrás firmemente en el camino del yoga, solo ten paciencia y perseverancia.

Pregunta: Un practicante: Primero quiero que lea mi historia para comprender mi situación y guiarme.

Tomé una droga psicodélica hace 2 años, lanzándome a una dimensión que nunca había experimentado. Tuve un atisbo de unidad por un momento, pero lo olvidé nuevamente después de que el efecto de la droga se agotó. Pero cambió mi vida para siempre.

Investigué esta experiencia y descubrí que podemos obtener la muerte del ego o experiencias espirituales cuando tomamos drogas psicodélicas. Me fascinó tanto y descubrí que podemos lograr este estado a través de la meditación, por lo que comencé mi viaje espiritual y comencé a hacer programas de Sadguru.

Al mismo tiempo, también estaba explorando los psicodélicos, ya que no sabía cuánto tiempo me llevaría la meditación para alcanzar ese estado, y también estaba tomando hierba todos los días. Estaba desesperado y tratando de encontrar cualquier forma posible de tener esa sensación. Además, he estado leyendo muchos artículos espirituales y

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

viendo videos de Sadguru. Estaba asimilando mucha información a un ritmo muy rápido.

Quería volver a tocar la fuente de la creación; mi exploración y desesperación comenzaron porque encontré algo más en esta vida aburrida. Traté de descubrir los secretos del universo, solo quería explorar todo.

Pensé que iba por el camino correcto, simplemente sentí en mi corazón que este era el camino correcto. Más tarde, en un momento, sentí que mi mente podría volverse muy sensible debido al abuso de mi sistema. De repente sentí un aumento en la energía de mis pensamientos.

Mis pensamientos estaban empezando a ir a un ritmo más rápido. Pude analizar todo y pude sentir emociones positivas intensas. Incluso entonces, pensé que podría conectarme con otras personas, pero después de mi reciente experiencia amorosa, sé que es diferente. Esta vez pude sentir la unidad con la chica que amaba, y luego pude leer los sentimientos de otras personas más tarde.

De todos modos, mi sistema comenzó a colapsar después de esas intensas emociones positivas. Estaba analizando toda la información que había reunido hasta ahora. La energía me estaba haciendo creer que mi análisis era correcto (Si te digo las cosas que he imaginado, te dejará boquiabierto porque te darás cuenta de la destrucción que la mente puede hacer.

Por ejemplo, en un momento sentí que el tiempo se había detenido y estaba atrapado en un bucle sin fin. Creía que podía abrir mi tercer ojo cerrando los ojos. Creí ver como un ojo en la frente de Shiva, y luego creí que debería convertirme en Shiva y encontrar mis Saptarishis, sentí que después de morir, simplemente entramos en un sufrimiento infinito. Nunca hay liberación para nosotros, y la liberación es solo un engaño que los gurús o las personas cuentan para hacernos disfrutar del sufrimiento interminable (Este sentimiento lo volví a tener recientemente después de mudarme a Toronto y tomar marihuana).

Colonel T Sreenivasulu

Tenia muchos mas pensamientos, sufrí mucho, solo quería escapar de ese dolor y pensé en suicidarme, así que me asusté y les conté todo a mis padres. Regresé a la India y comencé a tomar medicamentos para la psicosis, me establecí y me olvidé de todas esas pesadillas, y comencé a seguir a Sadguru con sinceridad.

Empecé a ver todo positivamente, y poco a poco vi la belleza en todo como lo ve Sadguru. Pero tuve un fuerte impulso de despertar mi kundalini porque pensé que ese era el único camino hacia la liberación, sadguru no recomienda kundalini yoga; él dice que es necesario que haya un maestro que te guíe inicialmente cuando la kundalini despierte porque tu mundo comienza a cambiar rápidamente. Algunas personas pueden perder la cabeza si no tienen una plataforma estable.

Pero sentí que estaba estable y lista para despertar mi kundalini. Pero si tuviera que ir a Sadguru para hacerlo, tendría que quedarme en el ashram. Entonces no fue posible porque estaba viviendo con mis padres, y no pensé que quería quedarme en el ashram entonces; entonces, mi deseo de despertar mi kundalini estaba ahí, pero no sabía cómo. En ese momento, tu publicación en las redes sociales me llegó como una bendición.

Pero era escéptico acerca de cómo se podía despertar la kundalini a distancia. Pero como estaba desesperada, quise intentarlo. Estuve haciendo programas Sadguru y tu meditación mantra por un tiempo, pero me detuve debido a mis pensamientos.

Recientemente, cuando me enamoré de una chica, estaba tan profundamente enamorado que comencé a sentir sus emociones. Todavía se estaba desarrollando, pero pensé que era una sensación hermosa. Me mudé a Toronto y volví a tomar hierba; esta vez, la experiencia del amor fue la misma. Aún así, podía sentir claramente sus emociones y expresarlas. Estaba experimentando esas cosas, y luego, una vez, cuando

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

tomé hierba, mi pesadilla durante mi psicosis volvió a mí. Finalmente, he decidido nunca tomar marihuana y alcohol.

Pero con la emoción de tener el superpoder de leer las emociones de las personas, comencé a analizar todo, y ahora puedo verlo todo con una nueva luz y una claridad cristalina. Es porque toqué la conciencia divina y pude simplemente saber cosas. Pero he vuelto a caer por el hermoso amor divino que sentí recientemente. Ya no puedo sentirlo tan intensamente, y mi capacidad para leer las emociones de las personas también se redujo.

¿Es esta una caída espiritual? ¿Cómo salgo de este karma, me mantengo en mi camino y no me pierdo? ¿Y alguna vez podré volver a experimentar el amor de la madre divina? Por favor, ayúdame. ¿Es mi deseo de exploración una maldición? ¿Daño mi sistema permanentemente? Y también, ¿mi experiencia actual es un despertar kundalini real? Y también, cuando experimenté el amor divino, quería compartirlo con todos los que me rodeaban, pero nuevamente, tal vez se debió al efecto de la hierba o el alcohol con el que pude conectar. Aún así, definitivamente, esta vez, fue diferente.

Pero no puedo entender o creer cómo el mantra Guru ayudará a manifestar kriyas. ¿Qué kriyas recibiré? Y también siento que estoy traicionando a mi primer Gurú si pienso en tu imagen. Además, no sé si sentiré las mismas emociones por ti, tal vez porque todavía no sé nada de ti. Acabo de abrirte mi corazón. Por favor ayuda.

También tengo otras preguntas como si la masturbación afectará a la kundalini; ¿Comer carne afecta a la kundalini?

Tengo otra pregunta. En uno de los programas iniciales de Sadguru, cerré los ojos y respiraba agitadamente. Cuando Sadguru aplaudió, pude sentir una intensa presión en mi brazo y cuello. La segunda vez que aplaudió, la presión aumentó en mi cuello y brazo izquierdo. Tenía presión en la frente, mis ojos parpadeaban rápidamente y no podía mantener los ojos cerrados. ¿Puedes explicarme qué fue eso?

Colonel T Sreenivasulu

Y todavía siento que todo lo que he hecho es lo correcto para mí, porque no habría estado en este estado si no hubiera pasado por todo eso. Quiero decir, fue perfecto para mi crecimiento. Todavía necesito evolucionar, pero amo este viaje, aunque sigo retrocediendo y olvidándome de mí mismo. De alguna manera me levanté de nuevo, siento que necesitaba esos latigazos para aprender.

No sé cómo puedo expresar mis sentimientos con palabras tan claras, con lo que siempre he luchado. Nunca pude expresar mis emociones adecuadamente en palabras. Aún así, este sentimiento también es hermoso ahora que puedo sentirme tan libre, si no hubieran Gurús, nunca hubiera llegado a este estado. Entonces, mi sincera gratitud y pranam a todos los gurús que son solo la encarnación del amor.

Después de hablar con un amigo sobre mis emociones y la verdad y todo, mi capacidad para escuchar el sonido sin golpes aumentó nuevamente. ¿Qué está sucediendo? Siento una especie de energía frenética fluyendo en mí. ¿Es esto kundalini?

Y también, a veces siento que mi hambre por el amor divino es tan intensa que es posible que desee dejar este cuerpo pronto y fusionarme con la conciencia infinita. Es como Shiva Thandavam, y siento que la chica que amo es Ganga, que está apagando mis llamas y diciéndome por qué apresurarme. Disfrutemos un rato y luego nos vamos juntos. ¿Puedes sentir mis emociones?

Pero puede arrojar luz sobre lo que sucede exactamente a continuación. ¿Cómo va a ser mi evolución y cuánto va a tardar? Ahora que conoces mi estado.

Pero entonces algunos yoguis han sido amos de casa, ¿verdad? Como Lahari Mahasaya, Ramakrishna Paramahansa. Incluso Sadhguru se casó. Ellos son mi inspiración. Y tengo claridad sobre lo que quiero en la vida. ¿Crees que aún tendré una caída espiritual?

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Mi respuesta: el crecimiento espiritual de una persona es inversamente proporcional al stock acumulado de karmas. Cuanto más acumula karma, más degeneración espiritual. Cuanto más los quema, más crecimiento espiritual.

En el primer caso, la mente no está en paz, mientras que el segundo gradualmente comienza a gravitar hacia un estado de paz. No tengo idea de tu estado de ánimo en este momento. Por lo tanto, no puedo decir si has crecido espiritualmente o si has decrecido de tu estado anterior. Eres el mejor juez.

Sabes exactamente lo que eres por dentro. Has recibido Shaktipat Deeksha recientemente. Tomará tiempo quemar tu karma, sólo entonces comenzarás a disfrutar el sabor de la dicha.

Se necesita al menos una semana para recuperarse de los problemas de salud habituales, como el resfriado común. Puede llevar algunas semanas curar una infección del cuerpo, y así sucesivamente. Incluso se necesitan 9 meses para que nazca un niño. La luz del sol tarda al menos 8 minutos en llegar a la tierra. ¿Cómo puedes esperar disfrutar de la dicha permanente con todo tu karma intacto?

Por supuesto, una persona puede vislumbrar tal estado mediante el uso de drogas. Pero dura solo por un tiempo limitado, y él sale tarde o temprano. Pero dañará su cuerpo. Puede intentarlo unas cuantas veces más antes de dañar gravemente su cuerpo.

Además, sigue acumulando nuevos karmas por tomar atajos no ordenados por la naturaleza. Por ejemplo, la humanidad no es tonta por trabajar duro y ganar dinero. También pueden pensar en tomar atajos para ganar dinero permitiéndose robar, matar, etc. Pero tú eres consciente de las consecuencias de tal karma. Un día, el juego habrá terminado para esa persona.

El mismo caso es también para cualquier sadhaka que intente tomar atajos para experimentar el misticismo mediante el uso

de drogas. Debido a la acumulación de tal karma, él o ella indudablemente decrecerá espiritualmente, supongamos que alguien piensa que no importa pero desea experimentar el misticismo por las buenas o por las malas usando atajos como las drogas. En ese caso, también deben recordar que el poder cósmico divino no es tonto. NADIE PUEDE ENGAÑAR A DIOS porque el engaño lo puede hacer un ser humano usando sólo su intelecto. En cambio, el poder cósmico o Dios, etc., es más sutil que el intelecto.

El poder cósmico en su forma pura es simplemente Maya o la ilusión cósmica. Es súper consciente y omnisciente. No se puede engañar con el intelecto porque el intelecto es una forma burda del mismo poder. En consecuencia, deberá sufrir las consecuencias que correspondan en la proporción que corresponda, seguro que irán a los infiernos más oscuros.

Por lo tanto, le aconsejo que deje de tomar esos atajos de inmediato y se entregue al Gurú. Quizás debes haber acumulado algo de buen karma en el pasado. Es por eso que el misericordioso poder cósmico divino ha derramado su bendición sobre ti en la forma de Shaktipat. De lo contrario, no habrías llegado a este camino. Es la marca de una nueva fase en tu evolución espiritual.

Recuerde que un sadhaka debe aprender a dejar su mente y sus zapatos fuera antes de estar frente a un Gurú espiritual. Esto significa que no debe aferrarse a todo lo que ha leído en libros e Internet. De lo contrario, no tiene sentido tomar Shaktipat Deeksha. Cualquier gracia divina que tenga que caer sobre él ha sucedido con Shaktipat. Ahora le toca a él decidir qué hacer con esa bendición.

Por último, recuerda que Shaktipat es un sistema de yoga avanzado. Nuestro parampara tiene más de cien años. Es de naturaleza puramente espiritual, si crees que tienes fe en el sistema de Sidha Mahayoga, entonces no tienes que tomar ningún otro camino ahora, si sientes que no puedes dejar todo lo que ha estado siguiendo hasta ahora, no hay

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

necesidad de detener todo de una vez. Es entendible, sin embargo, ya no es necesario que te aferres demasiado a él; porque solo te ralentizará.

Aferrarse a varias prácticas espirituales es similar a agarrar al bebé del dedo de una madre hasta que aprende a caminar. Después de Shaktipat Deeksha, esa alma ya no requiere sistemas de apoyo externos como seguir prácticas religiosas o recurrir a las drogas y el alcohol, sólo obstaculizarán su crecimiento espiritual.

Pregunta: Un practicante: Tengo una pregunta. Cuando medito, siento dolor/presión en el área del tercer ojo y en la parte posterior de mi cabeza. Y presión encima de mi cabeza. ¿Eso es normal? ¿Significa que mi tercer ojo se está abriendo? También me muevo de izquierda a derecha y de adelante hacia atrás cuando medito.

Mi respuesta: Sí. Es kriya solamente. Necesitas soportarlo, aunque es incómodo. No existe tal concepto del tercer ojo en nuestro camino como es ampliamente conocido. Probablemente sea de la tradición tántrica tibetana. Desde el punto de vista del yoga, es Ajna chakra. Estás experimentando kriyas en esa región porque los karmas correspondientes se están limpiando. Eso es todo. No debes malinterpretarlo de ninguna otra manera.

Pregunta: Un practicante: Si hago sadhan regularmente cantando el mantra y manteniendo tu esencia en mi mente, presenta mis respetos a todos los Gurús; pero si no participo en el servicio del linaje de Gurús a partir de ahora, ¿seguiré progresando en el yoga?

Estoy preguntando esto porque no puedo hacer ningún servicio a mi Gurú de ninguna manera. Ni siquiera tengo ganas de hacer sadhan porque me siento culpable. Y mi razón para no involucrarme en las actividades de nuestro linaje no es más que el tiempo. No obtengo ese tipo de tiempo de mis responsabilidades diarias de la vida familiar y mi carrera, sin

Colonel T Sreenivasulu

embargo, de corazón, tengo fe completa en nuestros Gurús y en nuestro sistema Shaktipat.

Los últimos dos días, cada vez que me sentaba en sadhan, me sentía culpable por no hacer las cosas en beneficio de nuestro linaje y, por lo tanto, ¡dejé de hacer sadhan también! aunque quiero seguir haciendo sadhan. Por favor, ayúdame.

Mi respuesta: Por favor, no te preocupes por eso en absoluto, si no puede hacer ningún servicio a Guru directamente, no importa. Pensar en el Gurú y ejercitar la auto-entrega al Gurú, y practicar el canto del mantra es el servicio más excelente para el Gurú. Por lo tanto, no hay necesidad de sentirse culpable, etc. Continúe con su sadhan regularmente.

Sadhan con Gurú

Pregunta: Un practicante: Me gustaría hacerle una pregunta. Cuando das la iniciación de Shaktipat a otras personas, ¿es adecuado que aquellos que ya han recibido la iniciación se unan a ti en la meditación?

Mi respuesta: Sí. ¡Por supuesto! Es bueno si te unes al Gurú en la meditación, no solo cuando el Gurú da la iniciación de Shaktipat a otras personas, sino también cuando el Gurú está en meditación, siempre es beneficioso para todos los practicantes de yoga practicar con su Gurú.

Tiene un impacto poderoso, o mejor dicho, el tiempo es altamente beneficioso para los practicantes. Esa es la razón detrás de esto. Mantengo a todos informados sobre mi horario de meditación para que la gente pueda aprovecharlo.

Forma correcta de hacer sadhan

Pregunta: Un practicante: ¿Qué constituye una práctica regular? ¿Cómo evalúa uno la profundidad de su práctica?

Mi respuesta: Practicar a una hora y lugar fijos todos los días, una o más veces. Esto se llama práctica regular. Perder la práctica de vez en cuando es comprensible.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Una buena sesión de práctica durará un par de días, aunque se recomienda practicar a diario. Una buena sesión de meditación impactará profundamente en tu mente, como si tu región cerebral hubiera sido golpeada por algo desconocido. Ese es un signo de meditación profunda.

Del mismo modo, también depende del tipo de transformación que se produzca en tu mente. Esta transformación la reconocerás muy claramente. Ese es un punto de referencia para medir la profundidad de su práctica.

Horarios de Sadhan

Pregunta: Un practicante: ¿Puedo meditar a las 3:00 am o a las 3:30 am?

Mi respuesta: 03:30 o 04:00 sería ideal, se supone que es el mejor momento para cualquier práctica de yoga, según los antiguos textos de yoga. De lo contrario, incluso puede practicar durante los horarios de cruce en la mañana, tarde, noche y medianoche.

Pregunta: Un practicante: Mi pregunta se relaciona con el momento del sadhan. En las escrituras yóguicas se dice que el mejor momento para meditar es en Brahma muhurta, que es aproximadamente una hora y media antes del amanecer.

¿Hace esto una diferencia cuando practicas sadhan después de Shaktipat Deeksha?

¿Es más potente en ese momento?

Mi respuesta: El mejor momento para practicar yoga es temprano en la mañana antes del amanecer, aproximadamente a las 4 AM, sin embargo, puede practicar en cualquier momento que desee a su conveniencia. No hay ningún problema. No se entiende tu segunda parte de la consulta. ¿Puedes reformular la pregunta?

Pregunta: El mismo practicante: Se trata de hacer sadhan en Brahma muhurta. Me refiero a deeksha. ¿Hace esto una

diferencia cuando practicas tu sadhan después de Shaktipat Deeksha? ¿Es más potente en ese momento?

Mi respuesta: Tu pregunta aún no se entiende. Debes estar haciendo sadhan con tu Guru cada vez que doy iniciación de Shaktipat o deeksha. Obviamente, durante ese tiempo, tendrás más impacto en su práctica. Estarías enfocándote en tu Guru y el mantra mientras simultáneamente tu Guru también está sentado en sadhan. Pero después de que terminé la ceremonia de iniciación de Shaktipat, la situación se normalizó. ¿Es esta la pregunta?

Pregunta: Un practicante: Sí. La pregunta se relaciona con la hora del día, si esta hora del día (Brahma muhurta a las 4 AM) es más potente que otras horas del día, excepto cuando das iniciación (sentarse en sadhan simultáneamente con Guru), sabemos que es el mejor momento para practicar o hacer sadhan. Has respondido a mi consulta. Gracias.

Mi respuesta: Bien.

Obstáculos durante el sadhan

Pregunta: Un practicante: Hoy he recibido la iniciación de Shaktipat de usted. Mientras se desarrollaba el proceso de iniciación de Shaktipat, escuché un sonido como si alguien estuviera golpeando fuertemente mi puerta principal. Estaba irritado por mi iniciación en Shaktipat, me levanté y fui a abrir la puerta. Vi que no había nadie afuera. Una vez más, regresé y me senté a meditar. Después de 5 minutos nuevamente, escuché el sonido de una puerta que se golpeaba, pero esta vez no me levanté y continué con mi meditación y recitación de mantras.

Mi respuesta: Esto es solo kriya, sin embargo, es una kriya o una reacción que ocurre en el mundo externo. En este caso, la kriya o reacción ocurrió instantáneamente mientras se hacía Shaktipat. A veces puede suceder más tarde después de unos días. Algo similar le sucedió a otro practicante entre ustedes, sintió que alguien le había dado un golpecito en la espalda, se

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

asustó y abrió los ojos. Este tipo de kriyas son obstáculos creados por la energía cósmica para evitar que un practicante practique yoga. Esto sucede debido a los karmas pasados en los que la persona en cuestión podría haber hecho algo malo en su vida pasada con respecto a la práctica de yoga o la meditación o la ceremonia de iniciación o deeksha, etc. ¡Algún tipo de acción adversa o crítica del sistema de yoga, etc.! Por lo tanto, este tipo de obstáculos se crean ahora para la persona. No hay necesidad de preocuparse por eso porque no siempre se manifestarán. Pronto esos karmas negativos se agotarán. Tienes que continuar con tu práctica. ¡Eso es todo! A veces, una persona puede no sentirse inclinada a practicar la meditación durante varias semanas, meses o incluso algunos años. Aún así, no hay nada de qué preocuparse en absoluto. La perseverancia es el secreto de la práctica del yoga. En el futuro, se les puede presentar una gran variedad de obstáculos. Pero no hay necesidad de desesperarse. ¡Solo mantente en el camino!

Sobre Gunas, Tercer ojo, Oración y Metas

Gunas

Pregunta: Un practicante: Entonces, ¿la mezcla de "gunas" como Rajas, Tamas y Satvic se controlará automáticamente y se restablecerá el equilibrio mediante la práctica del mantra?

Mi respuesta: Sí, pero con una reserva. Es más fácil llevar la autorrealización a un pecador que a un santo haciéndole repetir el mantra. Pero es un desafío lograr la autorrealización de un santo. Para entender lo que estoy tratando de decir, primero se debe definir la definición de un santo.

Un santo no es necesariamente un yogui; un yogui no necesita ser un santo, un santo, como solemos entender, es tan materialista como cualquier otro ser humano porque todo su culto a Dios, ya sea en un Templo, Iglesia o cualquier otro lugar, está teñido de egoísmo. Él o ella puede cosechar beneficios materialistas pero no la autorrealización.

Pero toda esa adoración a veces aumenta la cualidad sátvica de una persona o incluso la cualidad rajásica. Equilibrar este buen karma o la naturaleza sátvica acumulada es el mayor problema. Para equilibrarlo, esa persona necesita cometer algunos pecados. Esto podría ser perjudicial para la sociedad en general. ¡Dios mismo no puede sancionarlo!

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

La otra opción para esa persona es disfrutar del efecto kármico en términos de buena riqueza, buena vida familiar, fama y poder en la sociedad, etc. En este proceso, esa persona queda atrapada en el ciclo kármico una vez más.

Mientras que es fácil con un pecador, ya que cualquier daño que tuviera que ocurrirle a la sociedad ya habría ocurrido. Por lo tanto, le haces practicar el mantra y su cualidad sátvica o buen karma se equilibra. Una vez que las tres cualidades están equilibradas, entonces se alcanza el estado de equilibrio y la mente ahora es propicia para Shaktipat.

En el tercer ojo

Pregunta: Un practicante: ¿Qué es la apertura del tercer ojo? ¿Eso también se relaciona con el despertar de la energía kundalini?

Mi respuesta: la apertura del tercer ojo significa activar el Ajna Chakra entre las cejas, sí. Ocurre como parte del despertar de la energía kundalini después de la iniciación de Shaktipat. Intentar activarlo a la fuerza conduce a todo tipo de problemas.

La gente trata de hacerlo desde un punto de vista materialista, con la esperanza de adquirir poderes sobrenaturales. Pero es la práctica más insalubre. Ni siquiera lo pienses, seguramente destruirá a una persona al final. Además, es peligroso hacerlo. Cualquier cosa puede pasar, incluyendo enfermedades incurables o problemas psiquiátricos. Tales prácticas espirituales deben emprenderse formalmente bajo la guía de un Gurú adecuado.

Pregunta: El mismo practicante: ¿Significa que debemos permitir que las cosas sucedan naturalmente?

Mi respuesta: Sí, para que haya una transformación general de la mente y que ocurra armoniosamente. Es similar al desarrollo general de la personalidad de un niño en lugar de centrarse en un solo aspecto del desarrollo de la personalidad de forma aislada.

Colonel T Sreenivasulu

Todos ustedes están familiarizados con ese tipo de personas en cuanto a lo que les sucede en años posteriores cuando crecen. Es posible que puedan hacer una marca en un campo en particular. Pero sus vidas se echan a perder en general porque desarrollan una personalidad desequilibrada. A menudo, terminan convirtiéndose en un dolor para la sociedad, incluidos sus padres, quienes fueron responsables del desarrollo de su carácter.

Pregunta: Mismo practicante: ¿El ayuno o comer ciertos tipos de dieta son de ayuda en este proceso?

Mi respuesta: No, claro que no. No se aplican a los practicantes de Shaktipat. Están destinados a quienes se encuentran en las etapas preliminares de otros sistemas de yoga independientes. Nuevamente, estas cosas ya no se aplicarán a ellos cuando alcancen el nivel avanzado.

Orando

Pregunta: Un practicante: Tengo una pregunta con respecto a las oraciones.

¿A quién los dirigimos? ¿Dios, Monjes de la Orden Shaktipat, Guru, o alguna otra fuente!

Mi respuesta: Una buena pregunta. Permítanme desarrollarlo con un poco más de profundidad para que todos ustedes puedan comprender lo que estoy diciendo. Puede dirigir sus oraciones en todo momento y en todas partes a todo lo mencionado anteriormente solo por usted o su Gurú. Es simplemente uno y lo mismo. La idea es que, para cualquier persona que no sea practicante de ningún sistema de yoga, obviamente su religión respectiva es el único apoyo de Dios de una manera sin forma en el caso de las personas que no creen en la práctica de ninguna religión.

Eso significa que, ya sea que alguien crea en Dios o no, invariablemente adoran a Dios a su manera, simplemente no es posible que un ser humano no adore a Dios. La persona puede pensar que no es creyente, pero invariablemente

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

termina adorando a Dios de alguna forma. Esa es la conclusión.

Podría ser simplemente pensamiento racional, ciencia o filosofía, o una forma primitiva de adoración como las que vemos en las tribus que viven en los bosques. Todas las ideas son divinas únicamente. Algunas personas simplemente piensan que el dinero lo es todo. Eso también es solo divino.

En el caso de los practicantes de yoga que siguen el camino de cualquier sistema de yoga, su Gurú es lo divino. Es lo mismo porque no es el cuerpo físico lo que adoras sino el Guru tattva o la esencia del Guru a quien diriges tus oraciones. Esa "esencia del Gurú" es de hecho solo Dios.

Un Gurú en forma física es solo un medio como tu padre, madre, maestro e invitado, todos combinados en una sola forma. Es por eso que los cuatro anteriores son tratados con el mismo respeto que Dios. Espero que hayan entendido la esencia de mi mensaje. Lea el texto Guru Gita para obtener más detalles sobre esto.

Por último, dirigir las oraciones a tu Gurú es el secreto del éxito en la práctica del yoga. Eso significa que no soy yo en forma física asegurando su éxito como Gurú. Es el Gurú tattva invisible, o "la esencia del Gurú", o el Dios de la energía cósmica divina que asegura tu éxito.

Finalmente, incluso esta adoración de Dios o Guru como una segunda entidad llega a su fin. Porque a medida que un practicante de yoga se establece solo en su "Ser", entonces todo lo que queda es solo ÉL o ELLA. Más bien, la diferenciación de género también se desvanece. Después de eso, no hay más cosas como Dios, Gurú, poder cósmico o cualquier otra dualidad.

Comentario del mismo practicante: Entiendo ; Gracias por la explicación!, siempre me ha parecido innecesario pedir oraciones a tantas entidades, Dios, ancestros, abuelos, abuelas, etc. Tiene sentido que el Gurú sea la esencia de Dios,

y como tú dices, el Gurú tattva es el lugar para dirigir las oraciones. Gracias por la explicación; fue de mucha ayuda.

Pregunta: Un practicante: Cuando meditamos después de rendirnos a la energía divina, ¿debemos pedir lo que queremos? Por ejemplo, cuando me dijiste que pidiera que la kundalini se estabilizara y las kriyas se manifestaran bien. ¿Es esto necesario cada vez que se piensa en cada Gurú? ¿O sería esto esperar algo al poner una intención en la sesión?

Mi respuesta: En este caso, al buscar las bendiciones de los gurús para la estabilización de la energía kundalini y la manifestación de kriyas, no se puede considerar que busque algo. Técnicamente podría serlo, pero no estás buscando ningún beneficio materialista, ¡simplemente invocando el poder divino para tu crecimiento espiritual!

Técnicamente, una vez que te entregas a Dios, obviamente, no puedes inyectar ninguna condición después de eso buscando beneficios materiales. Entonces será una rendición condicional. Equivale a decirle a Dios que me estoy rindiendo a ti pero dame eso y esto. Entonces no hay rendición allí. ¡Pero buscar las bendiciones del Gurú para una sesión de meditación exitosa equivale a simplemente invocar! No es lo mismo que buscar algo.

Pregunta: El mismo practicante: Sí, por lo general solo pongo un sentimiento de rendición para promover mi crecimiento espiritual, sea lo que sea. Cuando comencé, deseaba y esperaba desesperadamente que la kundalini se estabilizara. Pero ahora no es mi objetivo. Ya no me importa el movimiento.

Mi respuesta: invocar lo divino para el crecimiento espiritual es entregarse a sí mismo únicamente a Dios. Pero la estabilización tampoco significa congelar el movimiento, simplemente significa que la energía kundalini despierta ahora comenzará a manifestar los kriyas de cualquier manera que quiera destruir los karmas. No hay nada que se pueda hacer por separado para eso más que entregarse a sí mismo. Me

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

alegra saber de tu progreso. Ahora, por favor, continúa con tu práctica sin someterla a ninguna condición.

Pregunta: El mismo practicante: No tengo condiciones, pero me ayuda a hacer la entrega, etc., más rápido ya que a veces siento que necesito hacer más. Y ahora que lo sé, no me preocuparé por agregar nada como tener que mencionar la estabilización, etc, supuse que la estabilización lo estaba haciendo quieto y en la dirección correcta por la columna. Nunca lo he sentido solo en la columna, sino en todas partes.

Mi respuesta: es posible que no tengas la experiencia de la energía que fluye por la columna necesariamente porque es posible que ya hayas pasado por este tipo de kriyas en una vida anterior, o existe la posibilidad de que también puedas experimentarlo en el futuro. .

Los Kriyas no se puede predecir con precisión. Por lo general, los practicantes cometen este error. Esperan que la energía kundalini se despierte exactamente como en los libros sin darse cuenta de que es posible que ya hayan practicado mucho en sus vidas anteriores.

Intentan concentrarse solo en la vida presente de forma aislada y esperan experimentar todo en esta vida misma. En cambio, el enfoque debe estar en la autoentrega y su práctica regular. ¡Eso es todo! Espero que entiendas lo que estoy diciendo.

Objetivos

Pregunta: Un practicante: ¿Qué quiere decir cuando dice que uno debería ser un mero espectador? ¿Qué hay de malo en tener algunas metas en la vida?

Mi respuesta: ¡ Significa sufrir los efectos kármicos con desapasionamiento para que esas experiencias no se conviertan en nuevos karmas, creando así un nuevo destino! En lo que respecta a su pregunta sobre tener metas, en primer lugar no sucede de esa manera. Eso significa que una persona

Colonel T Sreenivasulu

no puede tener un plan en primer lugar; a menos que ocurra como consecuencia del karma acumulado en el pasado.

Tu destino por el que estás pasando actualmente es el resultado directo de los karmas pasados. Esto incluye incluso el pensamiento de una persona y la aplicación del libre albedrío. Es por egoísmo que una persona piensa que está trabajando para lograr nuevas metas, etc. ¡Espero que haya entendido lo que estoy tratando de decir!

Asuntos varios

Pregunta: Un practicante: ¿Debería el sadhaka optar por modalidades de sanación como Reiki o sanación pránica u otras?

Mi respuesta: No tienen nada que ver con la práctica de Shaktipat, son prácticas materialistas en la naturaleza. ¡Están destinados a lograr beneficios mundanos! ¡No tienen nada que ver con el crecimiento espiritual, mientras que Shaktipat resolverá todos esos problemas!

Eso significa que obligará a un practicante a abandonar todas esas prácticas en última instancia. En cualquier caso, después de la iniciación de Shaktipat, si un sadhaka o practicante tiene una práctica regular, entonces él o ella que se involucra en tales cosas está bajo el control de la energía cósmica.

Por lo tanto, sugiero que hagas lo que quieras o lo que tu mente se sienta inspirada a hacer. Pero, por favor, no descuides la práctica de Shaktipat. Entonces estará protegido en todas las condiciones.

Pase lo que pase, finalmente serás liberado de todas esas tendencias e inclinaciones para perseguir tales cosas. Por último, como practicante de Shaktipat, se supone que debes hacer solo una cosa; eso no es hacer nada.

Colonel T Sreenivasulu

Pregunta: Un practicante: ¿Cuándo empezaste a iniciar a la gente? ¿Cómo te eligieron para ser el mediador? ¡Si no te importa que te haga esta pregunta!

Mi respuesta: comencé a dar la iniciación de Shaktipat a las personas desde enero de 2019. Mi Gurú, Su Santidad Swami Sahajananda Tirtha, autorizó a cinco de sus discípulos a dar la iniciación de Shaktipat, soy el cuarto de ellos..

Este tipo de autorización es otorgada a algunas personas por cada Gurú antes de dejar de dar la iniciación de Shaktipat. Por ejemplo, mi Gurú ya no da la iniciación de Shaktipat a menos que quiera hacer una excepción.

Cómo un Gurú decide a quién conferir este honor es una ciencia diferente, se enseña solo a aquellas personas que han sido autorizadas para dar la iniciación de Shaktipat. Por ejemplo, también me ha enseñado técnicas para dar Shaktipat y transmitirlo más tarde, lo que de todos modos haré con algunos de ustedes.

Pero por favor recuerda que autorizar a alguien a dar la iniciación de Shaktipat de ninguna manera es un reconocimiento al crecimiento espiritual de la persona. Debido a mi equilibrio kármico, me he convertido en Shaktipat Guru. Es más una responsabilidad.

En cierto modo, estoy atado por esta deuda kármica que tengo con mi Gurú y con todos ustedes que me han tomado la iniciación Shaktipat. Entonces, te lo debo a ti. Por eso me han dado esta autorización. Ahora mi deuda kármica contigo ha sido pagada.

Pregunta: El mismo practicante: ¡Guau! Así que no mucho tiempo. ¿Cómo te enteraste de lo que estabas iniciando a la gente en Shaktipat? ¿O la mayoría de las personas que te rodean ya lo saben y acuden a ti?

Parecía tal coincidencia que me topé con tu comentario en un hilo y me interesó preguntarte de qué estabas hablando. Lo he

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

hecho muy al azar. Pero no creo que sea una casualidad en absoluto.

El momento no podría haber sido más perfecto. Mi abuela falleció unos días antes, y siento que le dio una patada al cielo y les dijo que me ayudaran. Es una locura cuánto puedo aprender de la realización que tuve.

Una vez que leí su libro, me di cuenta de que mi cabeza todo es tiempo me estaba jugando un gran truco de ilusión. Todavía no creo haber captado completamente las lecciones y que debe haber más para mí. Toda esa situación no podría haber ocurrido sin ningún motivo y durante tanto tiempo.

Una parte de mí piensa que este kundalini debe ser malo para casi volverme loco, pero supongo que sabía por qué lo estaba haciendo de esta manera, definitivamente un destino. También ha sido una oportunidad para mí tener confianza en una persona masculina, lo cual no me parece natural en general.

Mi respuesta: Todo sucede como resultado de lazos kármicos.

Pregunta: Un practicante: ¿Cómo es realizada la espiritualidad por el mentor para sí mismo?

Mi respuesta: Es lo mismo para todos. Yo también soy como tú, luchando por mi salvación, si te he dado la iniciación de Shaktipat, no soy yo como tal quien lo ha hecho. Este cuerpo era simplemente un medio para Shaktipat según las instrucciones dadas por mi Gurú. Eso es todo, todos estamos en el mismo barco.

Pregunta: Un practicante: La última vez que habló sobre diferentes tipos de amor. Quiero preguntar sobre el amor entre personas del mismo sexo. ¿De dónde viene? ¿Y también está destinado a acumular karma?

Mi respuesta: El concepto es el mismo en todos los casos. Pero todo es de naturaleza materialista. Por lo tanto, el karma

se acumula como resultado. Después de la iniciación de Shaktipat, la quema de estos karmas o las impresiones sensoriales ocurrirá al manifestar varios kriyas. Por lo tanto, las kriyas o reacciones experimentadas por cada persona son diferentes.

Pregunta: El mismo practicante: Entonces, ¿la única diferencia está en cómo se manifiestan las kriyas?

Mi respuesta: Sí, por favor.

Pregunta: Un practicante: ¿Qué pasa si la atención plena es una forma de vida que se vive a diario y tu mente está quieta y concentrada?

Mi respuesta: Eso es lo que se dice en nuestro camino también: permanecer en estado de observador como un espectador mudo.

Pero esto es posible solo después de Shaktipat o en las etapas avanzadas de los sistemas de yoga independientes. Luego, los karmas se limpian mientras que los karmas nuevos no se imprimen. Esa es la conclusión aquí; para limpiar tu karma.

Todo lo demás es simplemente trucos lingüísticos. Los hermosos sermones pueden sonar muy impresionantes, pero no valen nada. La destrucción de tus karmas solo ocurre con la iniciación de Shaktipat.

Pregunta: Un practicante: En su libro "El poder desconocido de Dios", dice que nuestros pensamientos, palabras y acciones están contaminados por el ego hasta que estemos libres de nuestro karma. Por lo tanto, ¿no es falsa nuestra adoración habitual a Dios?

Mi respuesta: ¡ Sí, tienes razón! Nuestra adoración a Dios en el sentido clásico es de hecho falsa en circunstancias normales ya que está teñida de egoísmo. La adoración primaria de Dios comienza después de que una persona entra en un estado de irreflexión. La religión real, como tal, comienza entonces. ¡No antes de eso!

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Solo podemos hacer que la adoración de Dios sea pura quemando todo egoísmo. Esto es posible solo quemando el karma o las acciones teñidas de ego. Nuevamente, esto es posible solo después de Shaktipat porque, después de Shaktipat, no haces nada en absoluto. Todo lo que hay que hacer se hace internamente por la energía cósmica de la energía kundalini despierta. El único problema en esto es que debes permitir que la energía kundalini despierta haga su trabajo.

Es como ir al médico y recibir un medicamento. Debe confiar en el médico y descansar en cama después de tomar el medicamento, si no hace ninguna de las dos cosas, el medicamento aún podría funcionar, pero a un ritmo mucho más lento. Lo mismo ocurre con Shaktipat. Después de la iniciación de Shaktipat, debes confiar en el Gurú y practicar.

Pregunta: Un practicante: Me gustaría saber en qué año su Gurú Ji, Su Santidad Swami Sahajananda Tirtha, se realizó a sí mismo. Espero que no sea una pregunta irrespetuosa.

Mi respuesta: La autorrealización es un proceso gradual. Es similar a caminar en una playa de mar. No es una experiencia repentina. En el momento en que un alma se libera de todas las ataduras kármicas, no tiene motivos para seguir morando en el cuerpo humano, simplemente abandona el cuerpo de carne y hueso.

Dada la explicación anterior, es comprensible que Su Santidad aún debe estar bajo ciertos lazos kármicos. Lo que he explicado anteriormente es puramente desde un punto técnico del yoga.

Sin embargo, hay ejemplos de algunos caballeros que desafiaron las leyes del yoga y nacieron o permanecieron en cuerpos humanos.

No tengo idea de esos señores. Incluso los textos de yoga antiguos han permanecido en silencio sobre estos asuntos. Cómo esos caballeros lograron nacer como humanos o

Colonel T Sreenivasulu

permanecer en cuerpos humanos incluso después de quemar todos sus karmas es un fenómeno misterioso.

Estoy hablando de caballeros como Ram, Krishna, Buda, Jesucristo, el Profeta Muhammad, etc. Hay algunos otros también en diferentes culturas. También he escrito sobre ello en mi libro. Por último, cuando tratamos de entender la frase autorrealización dentro de las capacidades limitadas de nuestro intelecto, equivale a que un ser humano se dé cuenta de que él o ella es en verdad el Todopoderoso. Eso significa que el ser humano se funde en la conciencia divina universal.

Sin embargo, el alma individual abandona el cuerpo humano y deja de nacer mucho antes de que se establezca ese tipo de conciencia no dualista. Esta etapa de umbral es a lo que nos referimos como samadhi en sánscrito, o un estado de ausencia de pensamientos. Ese es el objetivo final de todos los sistemas de yoga y tántricos. En tal etapa, el dualismo aún persiste, lo que significa que no hay autorrealización.

Lo que sucede después de eso vamos allá de la ciencia del yoga y de cualquier explicación racional. Por lo tanto, ¿cómo puede alguien responder tal pregunta planteada por el sadhaka? ¿Cómo podemos decir con certeza si Su Santidad todavía tiene ciertos lazos kármicos o si ya ha comenzado a desafiar las leyes del yoga, tal como los ejemplos de esos caballeros que he dado anteriormente?

También soy un sadhaka ordinario como tú, luchando por liberarme de mis karmas. Por lo tanto, no puedo responder a su pregunta, solo puedo explicar dónde y cómo están las cosas con respecto a la autorrealización desde un punto de vista técnico.

Pregunta: Un practicante: Quería preguntarle si aprender a ser un sanador está bien si siento un fuerte impulso, solo para ayudar a las personas sin ningún cargo. Esto es lo que pretendo hacer junto con mi profesión docente regular. Por favor, guíame para que, en base a tu guía, pueda seguir adelante.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Encontré una publicación sobre un curandero de Mumbai en India que ha tratado a varias personas de forma gratuita, incluso con enfermedades incurables. Quería que trataran a mis padres, pero me enteré de que él había mudado su base a California, simplemente expresé mi deseo de poder ayudar a mis padres y a otras personas aprendiendo de él. Aceptó enseñarme en línea a través de una sesión de 3 horas. No quiero seguir adelante hasta que obtenga su visto bueno.

Mi respuesta: Depende de usted lo que desea hacer. Pero curar a la gente es como cualquier otro beneficio materialista. No tiene nada que ver con el yoga o el espiritismo. Estarás acumulando nuevos karmas como tal, si está seriamente interesado en el progreso espiritual, tales actividades adicionales podrían retrasar su progreso.

Sin embargo, depende de usted si está intensamente interesado en perseguir tal cosa. Recuerde que Shaktipat Deeksha no lo ayudará de ninguna manera en lo que respecta a la curación. Porque Shaktipat está destinado solo para quemar karmas. Las enfermedades que sufren las personas se deben únicamente a sus karmas pasados. Pero Shaktipat no les ayudará con ninguna cura porque los karmas ya se han manifestado como enfermedades. Eso significa que las consecuencias de las acciones pasadas ya se han hecho realidad. Es por eso que Shaktipat Deeksha no ayudará a nadie a curarse de enfermedades.

Sin embargo, si una persona es un sadhaka serio antes del inicio de la enfermedad, entonces el impacto se reduciría en gran medida. Pero esto depende de cuánto tiempo el sadhaka haya estado haciendo sadhan y qué tan grave sea la condición. Aparte de lo que he escrito anteriormente, Shaktipat Deeksha no ayudará a nadie a curar una enfermedad. En lo que respecta a aprender a convertirse en un sanador, depende de usted. Es como cualquier otra ciencia materialista. No hay nada que pueda hacer para ayudarte con eso.

Pregunta: Un practicante: ¿Qué pasa con el matrimonio? Experimenté el amor máximo cuando me enamoré de una chica. ¿No es aconsejable que me case con esta chica? ¿Y hay alguna restricción en la comida después de Shaktipat?

Mi respuesta: Por supuesto, puedes casarte si lo deseas. Además, no hay restricciones como tales en la comida en nuestro camino.

Pregunta: Un practicante: Tengo una preocupación, somos humanos pasando por diversas circunstancias en la vida, y necesitamos una solución. Mi hija es estudiante universitaria en 1er año de derecho. No soy capaz de asumir los costos. La deliberación sobre esto se da en mi familia durante la semana ligada al pago; en caso contrario, no se deliberará, soy profesor pero tengo dificultades para conseguir mi empresa de subcontratación.

¿Hay otro mantra para una solución, aunque mi fe está enfocada en mi mantra y mi Gurú?

No solo eres un guía espiritual sino también un consejero de la vida humana para nosotros porque llevamos una vida terrenal.

Mi respuesta: La vida humana es básicamente una proyección de la vida interior. Lo que está dentro de una mente subconsciente humana en forma de karmas se refleja de vuelta a la persona en la vida diaria externa. Como saben, el ser humano es el creador de sus propios karmas. Por lo tanto, si esos karmas se queman, automáticamente habrá un cambio equivalente en el mundo externo, sin quemar el karma acumulado dentro de tu mente, es imposible producir algún cambio en el mundo exterior; lo que experimentas afuera es similar a una imagen en el espejo o a una película proyectada en la pantalla. ¿Y cómo se puede alterar la imagen reflejada en un espejo? Ese es el quid de la cuestión.

Por lo tanto, concéntrate en su sadhan o práctica del mantra, ejerciendo la autoentrega a lo divino, Dios o Gurú. Y

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

entonces tu karma comenzará a consumirse rápidamente. A medida que su karma se consuma, habrá cambios correspondientes en su vida, pero para mejor. El resultado será solo felicidad y paz, sin embargo, el resultado puede o no ser según sus caprichos y fantasías. Por favor, déjalo en manos de Dios.

En este momento, puede estar pensando que si se resuelven sus problemas financieros, puede ser feliz. Pero no sucederá así ya que no sabes lo que está en tu destino. Puede enfrentar nuevos problemas. ¿Entonces qué harás? puede que no haya fin a los problemas en su vida. La respuesta a todos tus problemas es quemar tu karma desde dentro. Pero tanto el karma bueno como el malo se quemarán. Por favor, no esperes quemar solo tus karmas negativos y disfruta de tus buenos karmas.

Por favor, no se preocupe por perder el buen karma (si es que tiene alguno) que haya acumulado en el pasado. No te darán la clase de felicidad que Dios te puede dar, sin embargo, también debe recordar que llevará tiempo para todo. Después de consumir el medicamento, tomará algún tiempo obtener alivio de cualquier enfermedad. Es la misma historia aquí. Por supuesto, mis bendiciones para ti siempre. Pero, por favor, intenta comprender el concepto que te he explicado anteriormente.

Glosario

Ajna chakra: El centro de energía situado entre las dos cejas de los ojos en un cuerpo humano.

Anahata chakra: El centro de energía situado en la región del corazón en la columna vertebral.

Sonido Anahata: El sonido producido sin que ninguna cosa sea golpeada y pueda ser escuchada por una persona internamente.

Anandamaya kosha: La vaina de la bienaventuranza. Es la primera capa formada en el alma o espíritu individual en forma de ilusión cósmica. La energía primordial está en su forma más sutil y fundamental en esta etapa.

Annamayakosha: La vaina de la comida. Es la quinta y última capa formada sobre el espíritu individual en forma de cuerpo humano grueso.

Ashram: El retiro yôgic. Es la residencia de un Gurú o el venerable maestro bajo cuya supervisión directa yôga es practicada por la gente.

Brahman: La Divinidad Suprema que penetra todo el cosmos y más allá o el Dios o El Todopoderoso, etc.,

Buddhi: Es una forma de la energía cósmica llamada el "intelecto" en una persona o la facultad discriminatoria junto con la cual se ubica el egoísmo.

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Chit: La materia de la mente en una persona. Es el asiento de todos los sentidos donde la aplicación del libre albedrío es ejercida por una persona.

Chitshakthi: Es una forma de energía cósmica llamada energía psíquica que funciona en la mente.

Chakra: Un centro de energía en el sistema cerebroespinal.

Gurú: El venerable maestro que aleja la oscuridad o la ignorancia de la mente de un estudiante, para que resplandezca la luz del conocimiento que ya está allí dentro del Ser.

Gunas: Las tres cualidades de la materia mental.

Karana sharira: El alma individual esclavizada o el espíritu rodeado por la ilusión cósmica. Se llama el cuerpo casual.

Kriya: La reacción involuntaria en el cuerpo, la mente, y la vida diaria externa que se manifiesta para limpiar la mente de una persona de todas sus impresiones sensoriales.

Kundalini: La suprema energía cósmica primordial que se manifiesta en forma de universo. Esta energía se localiza en la base del sistema cerebroespinal en cada ser humano a medio camino entre el ano y la región genital.

Kumbh mela: Es un festival de ríos que se celebra una vez cada doce años en la India a orillas del río Ganga.

Manomaya kosha: Es la tercera vaina formada sobre el alma o espíritu individual. Es el asiento de todos los sentidos donde se ejerce el libre albedrío.

Maya: Ilusión cósmica o la energía cósmica en su forma más fundamental.

Manipura chakra: Es el centro de energía situado en la región del ombligo sobre el sistema cerebroespinal en un cuerpo humano.

Mani dveepa: Es la morada de la suprema energía cósmica primordial. Se llama el "islote de gemas" y está rodeado por el "océano de la dicha". Se encuentra lejos de la miríada de innumerables sistemas mundiales muy profundos dentro del vasto e infinito cosmos según los textos sánscritos.

Mantra: Es una sílaba sánscrita sagrada o una palabra o una oración o un grupo de oraciones que podrían aparecer en cualquier cantidad de texto.

Muladharachakra: El centro de energía situado en la base del sistema cerebroespinal a medio camino entre el ano y la región genital.

Om: Es el sagrado sánscrito, o sonido o mantra que representa la misma forma de la energía cósmica primordial.

Parashakti: La suprema energía cósmica primordial.

Pranamaya kosha: Es la cuarta vaina cubierta alrededor del alma o espíritu individual. Se llama la "vaina de la fuerza de la vida".

Prakriti: Es básicamente la energía en forma más grosera o cosmos o la naturaleza.

Pran: Es una forma de la energía cósmica o la energía cinética que penetra todo el cosmos. Es también la fuerza vital que impregna la "vaina de la fuerza vital" en un cuerpo humano.

Rajas: Una de las tres cualidades de la mente debido a que la creatividad se manifiesta en todas las formas.

Satvic: Una de las tres cualidades de la mente debido a que la función de mantenimiento o sustento se manifiesta en todas las formas.

Samadhi: Es un estado de irreflexión. ¡Es el objetivo terminal de toda práctica yôga antes de que se pueda realizar la autorrealización!

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

Shivaísmo: La filosofía de los seguidores del Señor Shiva, uno de los tres dioses de los hindúes que se conocen juntos como la Trinidad.

Shaktipat: "El descenso de la energía". Es una técnica utilizada por los monjes "Orden de Shakthipāth" para iniciar un practicante en el sistema Sidha Mahā Yôga.

Shakti: La energía cósmica primordial.

Shakti peeta: El centro de energía cósmica primordial.

Siddha mahayoga: El sistema grand yôga que abarca todos los sistemas yôga individuales después de que la energía kundalini se despierta en una persona. Es el sistema yôga practicado por la "Orden de shakthipāth."

Svadhithana chakra: Es el centro de energía situado cerca de la raíz de la región genital en el sistema cerebroespinal.

Sukshma sharira: El cuerpo sutil que comprende todas las vainas distintas del cuerpo físico bruto. Es este cuerpo el que abandona el cuerpo físico después de su muerte para reencarnarse una vez más.

Tamas: Una de las tres cualidades de la mente, debido a que la destrucción se manifiesta en todas las formas.

Tandhra: Es un estado entre el estado de sueño y el estado de vigilia según los textos de yôga.

Tantric: Practicante del tantra. Una forma de sistema de yôga.

Vaishno devi: La Diosa situada en la montaña trikūta en Himālayās en el estado de Jammu y Cachemira en la India. Es el centro de energía más popularmente adorado.

Vishoka: Frente a la tristeza.

Vijnanamaya kosha: La segunda vaina que se forma sobre el cuerpo casual. El intelecto y el egoísmo están co-ubicados en

Colonel T Sreenivasulu

esta vaina. También es el hogar de todas las impresiones sensoriales tanto conscientes como subconscientes.

Yoga: Fusión del alma o espíritu individual con el Todopoderoso.

Yogi: El practicante de cualquier sistema yoga.

Yogini: La practicante de cualquier sistema yoga.

Ashrams de la Orden Shaktipat

(Trazable y Autónoma)

1. Yogeshwari Rachna, Tarkeswar Siddha Mahayoga Foundation, Bhira Kheri, Lakhimpur Kheri, Uttar Pradesh, PIN – 262901, India, Mobile: +91 945 022 0221, Email: tsfoundation21@gmail.com
2. Siddha Yogini Thanishka, Melbourne Beach, Florida, USA, Mobile: +1(321)960-0445, Email: supriyavarmakurup@gmail.com
3. Goddess Vartika Shukla, Siddha Mahayoga Foundation, 806, New Anand Apartment, Plot 47, Sector 56, Gurugram, Haryana, PIN-122011, India, Mobile: +91-9819962635, Email: vartikashukla2000@gmail.com
4. Sadguru Hagi, Melbourne, Victoria, Australia, +61 407 683 465, Email: ghracer@hotmail.com
5. Yogi Virendra, Ghaziabad, Uttar Pradesh, India, +91-9999290388, Email: virendrasfarswan@gmail.com
6. Yogi Abhishek Vashist, Jaipur, Rajasthan, India, +91 9079121514, Email: abhijagriya@gmail.com

Colonel T Sreenivasulu

7. Yogi Gautam, Hyderabad, Telangana, India, +91 9963359922, Email: yogi.shaktipat@gmail.com
8. Mahayogini Ramya Devi, Bengaluru, Karnataka, India, Mobile: +91 988 023 9480, Email: yoginiramyadevi25@gmail.com
9. Yogi Puneet Parashar, Dubai, UAE, Mobile: +971 52 867 6684, Email: puneetparashar39@gmail.com
10. Mahayogini Manisha, New Delhi, India, Mobile: +91 799 110 9595, Email: mabmanisha@gmail.com
11. Yogini Vijaya, Johannesburg, South Africa, Mobile: +27 83 682 2286, Email: juss@mplanet.co.za
12. Yogeshwari Parameshwari, Jangaon, Telangana, India, Mobile: +91 9704424072, Email: sreenivasashaktipatfoundation@gmail.com
13. Yogi Shalin Kumar, Kollam, Kerala, India, Mobile: +91-8281219592, Email: shalin_kumar@sahajananda-ashram.com
14. Yogi Ramganapathy, East Godavari, Andhra Pradesh, India, Mobile: +91 9494546139, Email: ramaganapathi@sahajananda-ashram.com
15. Yogini Shikha, Gurugram, Haryana, India, Mobile: +91-9560046782, Email: shikhatiwari512@gmail.com
16. Yogi Shyam Gwalani, Nashik, Maharashtra, India, Mobile: +91-8275798148, Email: shyampgwalani@gmail.com
17. Yogini Aatmika, Chennai, Tamil Nadu, India, Mobile: +91 9080570782, Email: aathmika61@gmail.com

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

18. Yogini Sreedevi, Hyderabad, Telangana, India, Mobile: +91 9849590088, Email: siri0404@gmail.com
19. Yogi Bharadwaja, Richmond, Virginia, USA, Mobile: +1 (973) 393-4135, Email: bradyogapath@gmail.com
20. Yogini Mahalakshmi, Visakhapatnam, Andhra Pradesh, India, Mobile: +91 8008596898, Email: laxmi674@gmail.com
21. Yogini Sumitra Devi, Rajahmundry, Andhra Pradesh, India, Mobile: +91 8309180149, Email: sumitraprasad45@gmail.com
22. Yogini Ramadan, Lincoln, Nebraska, USA, Mobile: +1(402)217-2363, Email: ramadanwesal@gmail.com
23. Yogi Ranjeet, Pune, India, Mobile: +91 8899992493, Email: ranjeetakolkar@gmail.com
24. Yogi Ranga, Hyderabad, India, Mobile: +91 9866305772, Email: rangathrive@gmail.com
25. Yogi Akhilesh, Gaziabad, UP, India, Mobile: +91 8586925095, Email: yogiakhilesh4622@gmail.com
26. Yogi Heyrman, Zandhoven, Belgium, +32 488137186, Email: andrehey@yahoo.com
27. Yogi Gnaneswar, Hongkong, China, Mobile: +852 91931419, Email: ggnan.g@gmail.com
28. Yogini Mugdha, Mumbai, India, Mobile: +91 8197734644, Email: mugdhaa521@gmail.com
29. Yogini Joanna, Vienna, Austria, Mobile: +43 681 10226745, Email: joanna@scenicdesign.org

Colonel T Sreenivasulu

30. Mr. Ravi Kumar Kousik, Hyderabad, India, Mobile: +91 8978611137

31. Mr. Ajay Humsagar, Hyderabad, India, Mobile: +91 9449824331

32. Mr. Nageswar Rao, Andhra Pradesh, India, Mobile: +91 8639139422

33. Mr. Kamalesh Padiya, Pune, Maharashtra, +91 9765800457, +91 8530390457

34. Narayan Kuti Sanyas Ashram, Tekri Road, Devas, Madhya Pradesh, India, PIN – 455001, Tele: +91 0727223891/31880, Mobile: +91 9977968108

35. Swami Vishnu Tirth Sādhan Seva Nyas, 12-3, Old Palasiya, Jopat Koti, Indore, Madhya Pradesh, India, PIN – 452001, Tel: +91 0731 566386/564081, Mobile: +91 9713468347

36. Swami Shivom Tirth Kundalini Yoga Center, Durga Mandir, Near Collector Bungalow, Chindwada, Madhya Pradesh, India, PIN – 480001, Tel: +91 07162 42640

37. Swami Shivom Tirth Ashram, Mukarji Nagar, Raisan, Madhya Pradesh, India, PIN – 464551, Tele: +91 07482 22294

38. Swami Shivom Tirth Maha Yog Ashram, Khari Ghat, Jabalpur, Madhya Pradesh, India, PIN – 482008, Tel: +91 0761 665027

39. Devatma Shakthi Society, 74, Navali Village, Post Dhahisar (via Mumbra), Mumbra Panvel Road, Thane

Secretos de Shaktipat y Kundalini Yoga

District, Maharashtra, India, PIN – 400612, Tel: +91 022 7411400

40. Shivom Kripa Ashram Trust, House No. 28-1463/1, Tene Banda, Shivom Nagar, Chittor, Andhra Pradesh, India, PIN – 517004, Tel: +91 9440069096, 08572 49048

41. Yog Shree Peeth Ashram, Shivanand Nagar, Muni-ki-rethi, Rishikêsh, Uttarakhand, India, PIN – 249201, Tel: +91 0135 430467

42. Om Kar Ashram, Veraval, Gujarat, India

43. Om Kar Sādhan Ashram, Anand, Gujarat, India

44. Swami Vishnu Tirth Gnana Sadhan Ashram, Kubudu Road, Kedi Gujjar, Gannur, Sonapat District, Haryana, India, Tel: +91 0124 62150/61550

45. Vishnu Tirth Sidha Mahayog Samstanam, Shivom Kuti Ashram, Near Kaleshwar Mandir, Bhahadurpur Road, Amalner Post, Jalgaon District, Maharashtra, India, PIN – 425401

46. Guru Niketan, Shiva Colony, Dabra, Gwalior Dist, Madhya Pradesh, PIN – 475110, Tel: +91 07524 22153

47. Swami Shivom Tirth Ashram, Route No. 97, Pond Eddy, Sulivan Country, New York, U.S.A

48. Swami Maheshwaranand Tirtha, Sunwaha, Raison District, Madhya Pradesh, India, +91 7697648720

Sobre el Autor

El autor es alumno de algunas de las prestigiosas instituciones de la India, como lo son la Escuela Sainik Korukonda, la Academia de Defensa Nacional y la Academia Militar India. A la edad de quince años, se sintió atraído por las poderosas cordilleras del Himalaya y el nacimiento del río Ganges debido a su pasión por la escalada en roca y el montañismo. ¡Su largo viaje de más de dos mil kilómetros lo llevó a un viaje diferente después de encontrarse con su maestro del Himalaya a bordo del mismo tren cuando era un niño! ¡Desconocido para el joven, Dios ya había escrito su viaje mucho antes de que comenzará! El autor actualmente sirve en el Ejército Indio y es un Gran Gran Gurú en el linaje de Shaktipat.