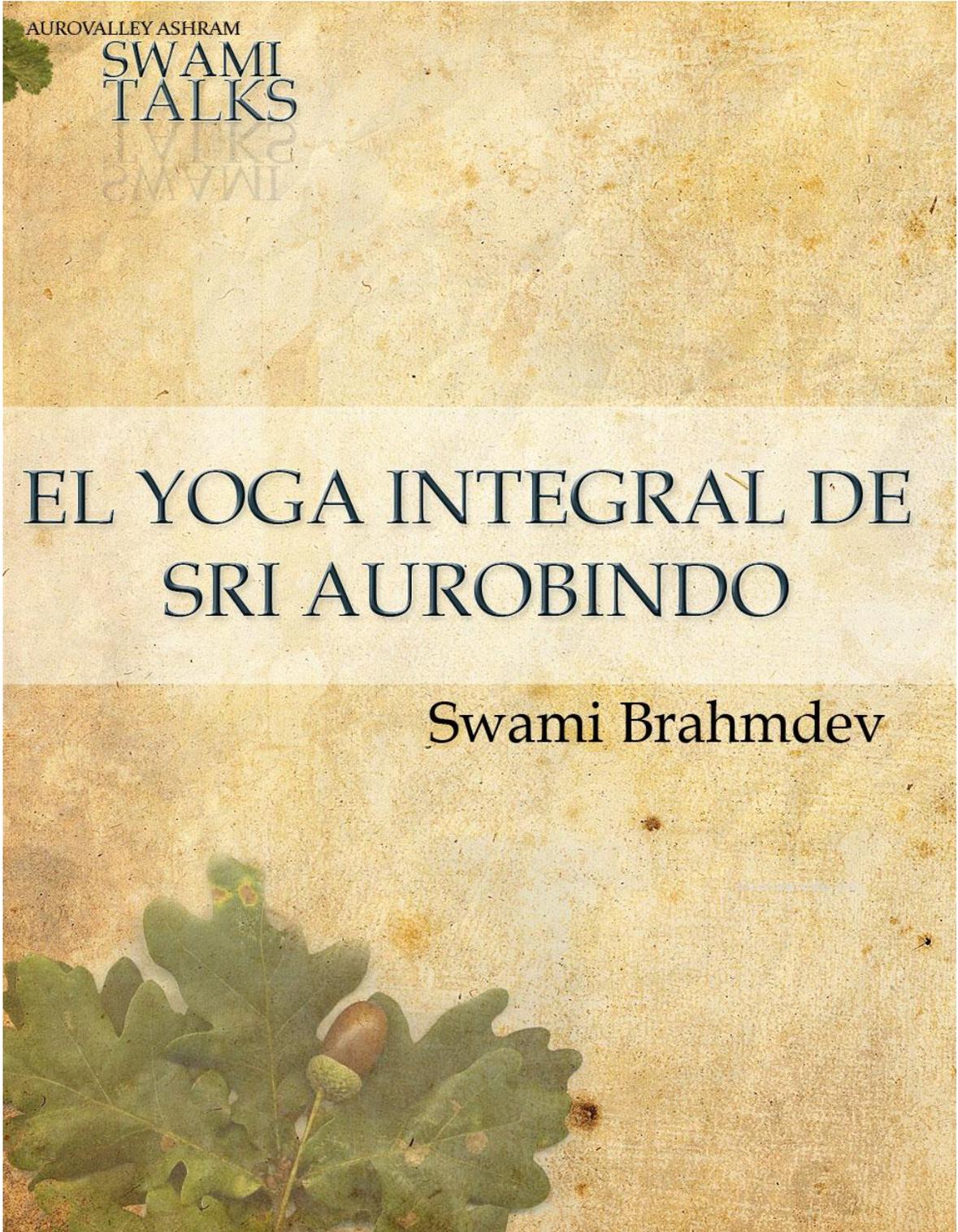


AUROVALLEY ASHRAM

SWAMI  
TALKS

EL YOGA INTEGRAL DE  
SRI AUROBINDO

Swami Brahmdev



## EL YOGA INTEGRAL DE SRI AUROBINDO

### Toda la vida es Yoga

Sri Aurobindo nos dio un pensamiento. Y ese pensamiento es: Toda la vida es Yoga. Todo, cualquier cosa que esté sucediendo en la vida, es un yoga de la naturaleza, es un proceso. Y él le dio un nombre a su yoga: Yoga Integral. Integral quiere decir UNO. Integral significa unidad, significa completo, total. Cuando algo está completo, se transforma en UNO. ¿Cómo podemos nosotros llegar a comprender cuál es nuestro papel en este yoga? ¿Podemos hacer yoga? Yoga no es un tema que se aprende y se hace, sino que simplemente sucede.

### El Yoga va a despertar

Cuando sean capaces de crear un ambiente, una atmósfera dentro de ustedes, entonces el yoga va a despertar y va a suceder. Muchas cosas acontecen en la vida sin ningún esfuerzo, y hay muchas otras que podemos hacer pero con esfuerzo. Cuando hacemos esfuerzos, allí existe nuestra naturaleza limitada. Tenemos muchas naturalezas limitadas en nosotros. Nuestras naturalezas mental, emocional y física, son muy limitadas. Con lo limitado no podemos descubrir lo ilimitado.

Yoga quiere decir unión con la Fuente. Y Fuente significa lo supremo, lo ilimitado, el que es perfecto. Y estamos haciendo esfuerzos con nuestras naturalezas limitadas para unirnos con lo ilimitado, pero, ¿podremos hacerlo?

### Actitud de juego

La vida es un juego, todo es un juego. Vivan siempre en la vida con una actitud de juego. Mantengan esta claridad con ustedes. La vida no es una carga, no es una guerra, la vida no es un campo de batalla, la vida es un juego. Y sientan gratitud por esta oportunidad de jugar el juego de la vida que ha sido dado a sus almas.

El yoga es un juego. Podemos entender el yoga si tenemos una actitud de juego en la vida. Y Sri Aurobindo dio un nombre a este juego del yoga: que todo en la vida es yoga. Yoga es un asunto para ser vivido, no para hacer sino para darse cuenta. ¿Cómo podemos vivir el yoga?

¿Cómo estamos viviendo en nuestra vida normal? En esta vida que estás viviendo, ¿quién te está ayudando? ¿Hay alguien ayudándote? ¿Puedes descubrirlo? Las actitudes y naturalezas que tengas, cualesquiera que sean, te están ayudando. Y tú reaccionas, actúas de acuerdo con tu actitud, vives según tu actitud. Por eso, todo está en la actitud.

### Actitud yóguica

En el yoga también hay una actitud del yogui. Si podemos descubrir en nuestro interior esta actitud, la actitud yóguica de la vida, entonces toda la vida se va a transformar en yoga. Y lo que sea que estés viviendo, lo que sea que estés haciendo, diciendo, comiendo, trabajando, durmiendo, actuando, reaccionando, todo eso se va a transformar en yoga, con la ayuda de tu actitud yóguica.

¿Y qué es la actitud yóguica? Yoga quiere decir unión, yoga significa uno, y la actitud es vivir con uno, vivir con tu ser uno, vivir siendo completo, vivir con tu Divinidad. La Divinidad es una. Y la actitud yóguica es vivir en la vida sintiendo siempre tu conexión con tu Divinidad, tu realidad, tu verdad. Nunca sentirte separado, y nunca olvidarla. Vive en la vida, en una unión completa con la Divinidad. Y sea lo que sea que llegue a tu vida, no lo sujetes. Actitud yóguica implica no mantener contigo lo que esté sucediendo en los niveles mental, emocional, físico, psíquico y espiritual. Si lo sujetas, entonces vas a entrar en varias clases de procesos, en ciclos variados. Procesos de posibilidades, de muchas clases de experiencias, buenas o malas.

### No sujetes lo que te llegue

Lo que sea que te llegue en la vida, no debería permanecer contigo más de unos segundos, cuando llegue déjalo ir. Toda la naturaleza está haciendo yoga. ¿Cómo está haciendo yoga la naturaleza? Todo se está transformando en pasado. Todo está llegando y yéndose, llegando y pasando. La naturaleza nunca sujeta nada. Algo viene, juega el juego, y se transforma en pasado. Tenemos que aprender este secreto de la naturaleza. La naturaleza está haciendo yoga. ¿Cómo podemos vivir con esta actitud? Esto tenemos que aprenderlo de lo que sucede alrededor nuestro.

### Aprendiendo de la vida

La vida en sí misma es muy hermosa, es una escuela de educación, es una verdadera escuela de conocimiento. Podemos aprender de la naturaleza o podemos aprender de la vida.

¿Cómo podemos aprender de esta vida? Si queremos vivir con una actitud yóguica, lo primero es dejar ir lo que llegue. Si lo sujetamos, entonces estamos abriendo las puertas para experiencias no deseadas, miserables; estamos abriendo las puertas a las fuerzas de la ignorancia para que usen nuestra vida. Si todo viene y se va, nuestra vida va ser como un río, fluyendo y creciendo. Hagamos que nuestra vida sea como un río.

¿Cómo podemos hacer nuestra vida como un río, que fluye y crece? Esta vida tiene una tecnología hermosa, cada cosa está tan maravillosamente diseñada, es tan espontánea. Y todo está trabajando perfectamente. La vida es movimiento, y todos estos movimientos tienen su lugar.

### **En el silencio**

La vida es un movimiento, y los movimientos mentales, vitales, físicos, psíquicos, espirituales existen en algún lugar. Porque si la vida es un movimiento, ¿dónde nacen estos movimientos? Ese lugar, donde todos nuestros movimientos nacen y viven, es el silencio. En el silencio existen todos nuestros movimientos, ellos operan desde el silencio. Y cuando ellos funcionan, el proceso comienza, el juego comienza, el proceso de yoga comienza.

### **Experiencia de vida**

Cada movimiento comienza y termina. Cuando cualquier movimiento termina en nuestra vida, ese es un pequeño viaje de la vida, es un pequeño experimento. Cada pequeño experimento de la vida, cada pequeño viaje del movimiento, al terminar, nos da una experiencia de vida. Todo en la vida son experiencias, experiencias mentales, experiencias emocionales, experiencias físicas, experiencias del psíquico, experiencias espirituales. Toda nuestra vida es un juego de experimentos y experiencias.

### **Gotas de conocimiento**

¿Qué es una experiencia? Una gota de conocimiento. Cada experiencia de la vida es una diminuta gota de conocimiento. ¿Qué hacer con ese conocimiento? Tenemos que aprender cómo vivir la vida, cómo vivir como la naturaleza, que nunca retiene nada, que siempre deja ir lo que

sea que llegue. Eso es lo que la vida nos está enseñando, a través de las experiencias. Cuando la vida te da una experiencia, una gota de conocimiento llega. ¿Qué hacer con ese conocimiento? El conocimiento viene para ser usado, y al usarlo se transforma en algo viviente. ¿Quién puede hacer que tu vida sea viva? El conocimiento. Usa tu conocimiento, y al usarlo, ese conocimiento se hace vivo.

### **Cuando el conocimiento se vuelve vida**

Al decir que estamos viviendo, quiero decir que estoy viviendo con algún conocimiento. Cuando el conocimiento se transforma en algo que vive, entonces la vida se transforma en un río. Veán este punto. Cuando el conocimiento se vuelve vida, entonces la vida se vuelve un río, fluyendo y creciendo.

### **Cuando no usamos el conocimiento**

Cuando no usamos nuestro conocimiento, lo almacenamos en nuestra cabeza, lo ignoramos. En la naturaleza humana podemos ver tanto conocimiento, tantas gotas de experiencia, tantos experimentos que la naturaleza está haciendo con nosotros. De la mañana a la noche, la vida nos da cientos, miles de experiencias, miles de gotas de conocimiento, pero tenemos muy escasa conciencia de esas gotas de conocimiento.

Tenemos muchas naturalezas extrañas dentro de nosotros, como la pereza, la ignorancia; no queremos aprender. Inercia mental, inercia emocional, inercia física. Y todas ellas nos vuelven ciegos, no queremos ver nada. Estamos felices con nuestras ideas, nuestras nociones, nuestro estilo de vida, con nuestras limitaciones. Cuando estas naturalezas extrañas son muy activas, ¿qué sucede? Ignoramos el conocimiento de las experiencias. La experiencia llega, el conocimiento llega y lo almacenamos.

### **¿A qué llamamos vida?**

Para comprender el Yoga Integral tenemos que entender cómo está trabajando esta vida. ¿A qué llamamos vida? ¿Cuál es la definición de vida? Siempre decimos mi vida, ¿qué queremos decir con mi vida? Esto es una caja, y a esta caja le decimos mi vida. ¿Pero cómo esta vida está jugando el juego? ¿Quién juega en esta vida? ¿Quién vive en esta caja?

Esta vida está hecha por algunas piezas, algunas partes. Son cinco partes principales, cinco piezas, cinco departamentos, que se unen y se transforman en una vida. Tenemos cinco partes en este ser. La primera es ésta, el ser físico. El físico es una parte muy importante, sin este cuerpo el juego de la vida no es posible. La vida es eterna, la vida es inmortal, la vida nunca nace, nunca muere, pero este juego muere. Cuando la vida está jugando el juego, está hecha por cinco partes diferentes. Y la primera parte es el ser físico, con una conciencia física, con una naturaleza física, con posibilidades físicas. Este ser físico es una parte de mi, aunque yo no soy el ser físico, soy mucho más que eso. Pero este ser físico es muy importante para manifestar en este juego de la vida, es un instrumento, una herramienta en mi vida. Nunca des tu vida a una sola herramienta de la vida, demasiada importancia a esta sola parte y vivas sólo la vida física, porque sería vivir con una conciencia muy limitada.

Otra parte de mi es el ser mental, la mente, el mundo mental. Tengo un gran mundo mental en mí. Este ser mental tiene también su propia naturaleza, una naturaleza y conciencia mentales. Y este ser mental también es una parte muy importante de mi vida. Muy importante en el sentido de que es una fuente muy poderosa para manifestar. Con mi ser mental, con mi naturaleza mental, puedo manifestar la voluntad divina. Esta vida es el deseo de la Divinidad. Esta vida es el hogar de la Divinidad, es para manifestar el deseo de la Divinidad. Y con mi cuerpo físico, con mi ser mental, puedo manifestar la voluntad divina.

La tercera parte es mi ser vital o mi ser emocional, es donde está mi ego, es la fuerza vital. Este ser vital, también es una parte muy pequeña pero muy importante en la vida.

### Los sirvientes de la casa

Estas tres partes, física, mental y vital, son muy poderosas, muy importantes, pero tienen un conocimiento muy limitado de nuestra vida. No tienen ninguna información de la vida, ninguna comprensión de la vida. Estas tres partes son muy importantes, pero son como tres sirvientes en la casa. Si se transforman en el dueño de casa, van a estropear la casa. Son muy importantes como sirvientes, pero no como amos. Ten cuidado, escucha esto. Si quieres que tu vida sea muy, muy hermosa, no los sigas, no les des demasiada importancia ni la libertad de tomar las decisiones de tu vida. Ellos no pueden tomar ninguna decisión. Si vas a vivir tu vida con sus decisiones, te van a tirar a un hoyo. Su posición debe ser la de un sirviente.

### El psíquico y el alma

La cuarta parte es el ser psíquico. Esta parte sí es el dueño de la casa, el propietario de esta vida, el psíquico. Es la parte lleva toda la información de la semilla de la vida. Cualquier semilla, tiene en su interior una parte donde se encuentra toda la información del árbol y la semilla va a crear de acuerdo con esta información. Si tienes una semilla de limón, ¿qué va a venir? Limones y no mangos. El psíquico dentro de nosotros es el que almacena la información de la vida.

Y este ser psíquico ¿qué semilla de vida lleva dentro? ¿Qué árbol de la vida quiere surgir? Esta semilla de vida lleva a Dios, a la Divinidad, en su interior y Dios quiere salir, manifestarse. Toda la información de la Divinidad está en el psíquico. Cuando el ser psíquico se despierta, entonces esa Divinidad que quiere manifestarse, comienza a hacerlo. ¿Cómo se manifiesta la Divinidad? A través de los instrumentos que son los sirvientes: la mente, el cuerpo y las emociones. El psíquico trabaja como un puente. En un extremo del puente está la Divinidad, y en el otro está el mundo de la mente, el cuerpo y las emociones.

Cuando el psíquico se despierta, une ambas partes; a los sirvientes con la naturaleza divina. Mi cuarta parte, el ser psíquico, es una de las partes más importantes de la vida. Sin un despertar del psíquico, la vida que estamos viviendo, es sólo una vida mental, una vida física y una vida emocional, completamente ignorante acerca de la vida.

La quinta parte de nosotros es nuestra alma, nuestro espíritu, nuestra parte divina. El alma es la base de la vida, nos está dando un apoyo.

### Somos seres conscientes

Lo más hermoso de esto es que somos los únicos seres conscientes. En todas las otras formas, la conciencia es muy pequeña, pero nosotros los humanos, somos seres conscientes. Por primera vez en estas formas humanas, la naturaleza está haciendo un experimento con la conciencia, con el poder de pensar. Porque cuando tenemos estos poderes mentales, cuando tenemos un sentido de conciencia, podemos observar la vida y esta es la mejor cosa en nosotros.

Ninguna otra criatura en esta tierra es capaz de observar su vida. Los animales no pueden observar su propia vida, por eso es que los animales nacen animales y mueren animales, no pueden cambiar. La vida de una vaca hace miles de años y la vida de una vaca ahora es

exactamente igual, no hay ningún cambio, porque no pueden observar su vida. Ellas están existiendo con su naturaleza. No tienen problemas, no tienen dificultades, no tienen confusiones, ni complicaciones.

### Poder de observación

En la vida humana tenemos el poder de observar y tenemos conciencia. ¿Cómo usarlos? Primero, con este poder de observación, discrimina en ti quien está jugando, si es tu mente, tus emociones, tu cuerpo, tu psíquico o es tu espiritualidad. ¿Quién quiere hacer un movimiento? ¿Quién está activo? ¿Quién no está activo? ¿Quién está usando esta oportunidad que tú llamas tu vida? Tienes una conciencia, observa y supone que descubres que tu mente está usando tu vida. Eso quiere decir que un sirviente está usando tu vida. Sirviente significa conciencia de sirviente, naturaleza de sirviente.

¿Y qué significa mente? Naturaleza mental, limitada. ¿Y cuál es la naturaleza mental? Calcular, medir, juzgar; la mente no tiene poder de crear emociones. Para las emociones está el ser vital que las crea, pero algunas veces emociones mentales llegan. Hay personas que son muy mentales y todas sus emociones vienen por la mente. Este sirviente algunas veces estropea toda la atmósfera y hace la vida muy complicada, muy confusa, muy miserable. Debes ser muy cuidadoso cuando la mente comienza a crear emociones. Tienes el poder de observación, el poder de discriminar y el poder de conciencia. Y cuando tu mente está creando emociones, date cuenta de que no sirve para eso, esta es la utilidad de dichos poderes.

### ¿Qué está haciendo cada parte?

El cuerpo tiene su propia naturaleza, la conciencia del cuerpo. Algunas veces el cuerpo comienza a calcular, a medir. Con nuestro poder de observación, con nuestro poder de conciencia, debemos estar muy concientes de cuál parte está haciendo qué. Esto es lo primero que tenemos que aprender. Si no nos damos cuenta de eso, significa que no nos damos cuenta de nuestra vida. No sabemos nada de nuestra vida. Sólo los impulsos de los sentidos están usando la vida y estos instrumentos del cuerpo son completamente ciegos. Tus ojos no saben qué ver y qué no ver, tus oídos no saben qué escuchar y qué no escuchar, tu boca no sabe qué decir y qué no decir.

Si los sentidos están muy educados, si ellos saben qué ver y qué no ver, qué escuchar y qué no escuchar, qué decir y qué no decir, qué sentir y qué no sentir, entonces obtendrás mucho bien de ellos. Pero generalmente estos sentidos tienen su propia naturaleza, son iletrados, ignorantes. Son instrumentos del cuerpo físico, y este cuerpo físico está lleno de ignorancia. En consecuencia, este cuerpo con estos instrumentos, hace que esta vida sea miserable.

Algunas veces en la vida escuchas algo que no necesitabas escuchar, sientes algo que no necesitabas sentir, o ves algo que no necesitabas ver, y entonces sufres. Esto significa muy claramente que tus sentidos son analfabetos, y que tu cuerpo es totalmente dependiente de ellos. Entonces, si estás dando tu vida a tu cuerpo, ¿qué clase de vida será? Del mismo modo sucede con las emociones, el ser vital.

### La naturaleza de los sirvientes

Estas partes, el ser mental, físico y vital, son muy buenos instrumentos pero sólo el ser psíquico, el dueño de la casa, sabe cómo usarlos. Si el dueño no está activo, despierto, entonces estos instrumentos van a destruir la casa. Nuestra vida normal es solamente para lo físico, mental y emocional. Y con ellos somos capaces de crear un mundo muy hermoso, pero no hay paz, no hay armonía, no hay alegría, gozo, sino más sufrimientos, más dolores, confusiones y complicaciones. A veces estamos felices, pero otra vez sucede lo mismo. Esta es la naturaleza de estos sirvientes.

### El sistema que hemos diseñado

¿Cómo despertar tu mente, cómo desarrollar tu conciencia física, cómo hacer crecer tu parte emocional? ¿Cómo crece la mente de un niño? Este sistema que hemos diseñado, es un sistema creado por la mente. ¿Y cuál es este sistema? ¿Cómo estamos aprendiendo? De las escuelas, de los sistemas de educación, de nuestro estilo de vida familiar, de la atmósfera de la casa de nuestros padres. Hemos ido creciendo nuestro cuerpo, nuestra mente, nuestras emociones con todas las informaciones del mundo. Estamos aumentando nuestras capacidades mentales, nuestras capacidades físicas, nuestras capacidades emocionales; es un sistema hermoso. Este mundo está lleno de educación mental, física y emocional.

### Nuestras capacidades

Nosotros somos sólo capacidades. Si tus capacidades mentales son saludables, tu mente puede calcular mucho mejor, si tus capacidades mentales son muy pobres, no puedes calcular, no puedes medir, no puedes juzgar. Si tus capacidades físicas son muy saludables, muy fuertes, con muy buen sistema nervioso, tu cuerpo puede transformarse en el mejor instrumento, pero si tus capacidades físicas son muy débiles, él no va a ser muy buen instrumento. El emocional también es un instrumento, si él no es saludable, tus emociones van a ser muy negativas, pero si tienes un vital muy fuerte, entonces siempre van a ser emociones positivas, saludables. Y si alguna gota de amor, de verdad, de gozo, de felicidad, desciende en este cuerpo físico, puedes digerirlas. Si estas capacidades mentales, vitales y físicas no son muy saludables, no podemos digerir ninguna gota de amor, de paz. Con una gota de felicidad va a colapsar.

### Capacidad para sufrir

En este mundo mental, vital y físico, tenemos capacidades muy fuertes para sufrir. Podemos sufrir un mes, dos meses, un año, dos años, pero tenemos muy pequeñas capacidades para estar en paz, felices, con amor. Véanlo en ustedes. Tenemos que hacer crecer nuestras capacidades para que podamos vivir con amor permanente, con gozo permanente, con armonía.

### Activar el psíquico

Cuando estas capacidades del mental, vital y físico crecen saludables, entonces tienes que activar tu psíquico. ¿Cómo se activa el psíquico? Así como haces crecer tu mente, tu vital, tu cuerpo, de una forma similar tienes que despertar tu psíquico. Cuando tu conocimiento se haga vivo, tu psíquico se va a despertar. Cuando tu conocimiento, que llegó de tus experiencias, se transforme en un conocimiento vivo, no almacenado, entonces ese conocimiento vivo va a ayudar a despertar tu psíquico muy lentamente.

Y con la influencia de este psíquico que despierta y que está conectado con el alma, el mental, vital y físico saludables van a manifestar la voluntad de la Divinidad y la vida se va a transformar en paraíso. Van a crear una atmósfera divina en todas partes.

### Quando no usas el conocimiento

Si no estás usando el conocimiento que está en tu mente, si tu conocimiento no se transforma en algo vivo, ese conocimiento se transforma en conocimiento viejo, conocimiento estancado, conocimiento expirado. Cualquier conocimiento que llegó a ti y no lo estás usando, después de un tiempo, se transforma en toda clase de experiencias no deseadas. La naturaleza te enseñará a través de las experiencias que no quieres, duras, difíciles. Tal vez con una enfermedad grave, con una tristeza, con un shock muy fuerte. Porque la naturaleza quiere enseñarnos y primero lo hace con amor. Cuando no aprendemos con su modo amable, ella conoce métodos duros, difíciles. Al final, esta vida pertenece a la naturaleza, a la Divinidad. Y la Divinidad sabe qué hacer, cómo hacernos crecer, cómo hacer que esta semilla de vida se transforme en una semilla real que sea capaz de manifestarla. Y la naturaleza está haciendo este trabajo perfectamente. Para colaborar tenemos que usar la conciencia que tenemos.

### La vida es evolución de conciencia

En el Yoga Integral Sri Aurobindo dijo que la vida es una evolución de conciencia. En la conciencia existe todo, la Divinidad, Dios. Con conciencia somos seres humanos, sin conciencia somos animales. Este viaje de la vida, es una aventura de la conciencia, es evolución de conciencia. Y esta conciencia está paso a paso, muy lentamente, yendo de un nivel a otro y a otro, está abriéndose, desarrollándose, y la vida está creciendo.

¿Cómo crece la conciencia? ¿Cómo es el camino para hacer crecer la conciencia? Cuando aprendes, cuando progresas, cuando creces, tu conciencia crece. Cuando no usas el conocimiento de tus experiencias, ese conocimiento se transforma en conocimiento almacenado. Al usarlo, se transforma en conocimiento, en conocimiento establecido. Y al estar establecido se transforma en conciencia, haciendo crecer tu nivel de comprensión, tu nivel de darte cuenta, el nivel de tu conciencia.

Y muy lentamente, con más y más conciencia, comienzas a darte cuenta de ti mismo, empiezas a conocerte más y más. Todo se va haciendo cada vez más claro y con esa mayor claridad puedes ver que ésta es tu mente, éste es tu cuerpo, éste es tu vital, y que ahora tu psíquico está trabajando. Y cuando comienzas a vivir con esta conciencia, con estas claridades, con este estilo de vida, con esta naturaleza yóguica, entonces todo parece como un juego. Al

tener una actitud de juego, una actitud alegre, usas esta oportunidad y te vuelves muy buen canal para realizar la voluntad de la Divinidad.

### **¿Cuál es el propósito de nuestra vida?**

El propósito de nuestra vida es cumplir la voluntad de la Divinidad, manifestar la Divinidad, ese es nuestro papel en la vida. Y toda la vida es yoga. Si no estás haciendo nada, también estás haciendo yoga. Si estás viviendo con una conciencia muy limitada, completamente ciego, también estás haciendo yoga. Toda la vida es yoga, consciente o inconscientemente.

Cuando estamos viviendo inconscientemente entonces el proceso es muy lento y duro, cuando estamos viviendo conscientemente lo hacemos con un ritmo. Pero cuando escuchas una música que no tiene ritmo, se altera todo. Si estamos viviendo inconscientemente, estamos viviendo sin ritmo, estamos haciendo yoga sin ritmo, y una vida sin ritmo es una vida horrible. El modo de vida consciente es vivir con un ritmo. Cuando todo está con ritmo, todo es espontáneo, todo es armónico, natural, simple. Y eso es la Divinidad. Ella es espontánea, natural, llena de armonía, simple. Todo ese potencial, toda esa naturaleza, están en nuestro interior.

### **Conscientes de nuestros poderes**

Tenemos que volvernos conscientes de nuestros poderes, de nuestras actitudes, de nuestros potenciales. Todas las posibilidades están en nuestro interior porque allí está la Divinidad. Por esa razón nada es imposible mientras tengamos esta caja de vida. Por lo tanto tenemos que volvernos conscientes de nuestros poderes. Cuando somos conscientes de nuestros poderes, podemos pensar mejor, aspirar mejor, saber más, vivir mejor, actuar mejor, comprender mejor. De otra forma, sin conciencia, la vida es muy limitada. Y cuando la vida es muy limitada, nunca nos va a dar las mejores y más elevadas posibilidades. La decisión está en tus manos. ¿De qué forma quieres vivir? ¿Quieres vivir con sonrisas o con llantos? Ambas están en tus manos, elige y vive.

\*\*\*\*\*

## PREGUNTAS Y RESPUESTAS

**P: “¿Es para la evolución que estas cinco partes nuestras se integran?”**

**R:** Sí, la vida es evolución. Todo el juego de la vida es la evolución de descubrir la verdad.

**P: “¿Y qué es la evolución?”**

**R:** Evolución es que siempre hay algo mejor, algo nuevo, siempre algo nuevo, todo ha quedado en el pasado, algo nuevo viene, algo nuevo está esperando. Si tú retienes no dejas espacio para que te llegue algo nuevo. Cuando todo se está volviendo pasado, colabora, déjalo que se vuelva pasado y aspira por lo nuevo. Evolución significa cambio, cambio es la única verdad de la evolución, cambio es la única verdad de esta vida. ¿Cuál es el máximo de experiencia que nos da la vida? Es el cambio. La máxima experiencia que nos da la vida es la experiencia de cambio. Pero en nuestra naturaleza tenemos algo que no quiere cambios, tenemos miedo a los cambios.

**P: “¿Por qué no queremos el cambio?”**

**R:** Por ignorancia. Nos encerramos en la ignorancia y no queremos cambiar. Nuestros sentidos no están educados, la mente no está educada, porque nos enamoramos de la ignorancia.

**P: “¿Cómo podemos tener un deseo muy fuerte de alcanzar la Divinidad sin volvernos esclavos de ese deseo?”**

**R:** Esta pregunta es muy hermosa, cómo aspirar para alcanzar la Divinidad. Me parece que hay dos aspectos en la pregunta: el deseo y la Divinidad. ¿Dónde nace y dónde vive el pez? En el agua. ¿Y dónde muere? En el agua. ¿Dónde nacemos nosotros? Nacemos en la Divinidad, vivimos en la Divinidad, morimos en la Divinidad, todo está en la Divinidad. Por nuestra falta de comprensión de la vida no vemos que la Divinidad también está en nuestro interior. ¿Pero qué es lo que nos ha separado? El deseo, es el deseo que no nos deja avanzar.

**P: “¿Para desear la Divinidad, hay que anhelarla?”**

**R:** Eso es diferente. ¿Cómo se anhela la Divinidad? Tenemos el poder de desear. Es un poder muy grande, pero no lo usamos en toda la vida. Nunca nadie nos enseñó cómo usarlo, ninguna escuela da la educación para usar este poder de desear. No usamos muchos de los poderes que tenemos porque no sabemos cómo usarlos, los usamos mal y entonces los procesos son diferentes. Un solo deseo es suficiente.

¿Y cómo usar los deseos? Existe el poder del fuego. Si lo usas mal, ¿qué sucede? Te quemas. Si lo usas bien, puedes lograr muchas cosas buenas. De una manera similar, cuando usas mal el poder del deseo, entras en situaciones muy difíciles porque abres las puertas a la ignorancia para que entre a tu vida y te posea.

¿Cómo usar este poder de deseo? Primero retira todas las exigencias de tu deseo. En el deseo no debería haber ninguna exigencia para tus satisfacciones personales. Si tu deseo está lleno de demandas personales, estás usando mal el poder del deseo. Por lo tanto desea sin exigencias, sin pedidos personales, con conciencia, sin ninguna satisfacción personal. Y lentamente, cuando comiences a usar este poder de deseo sin demandas, el mismo deseo se transforma en una aspiración. Aspiración. ¿Qué significa aspiración? Que no hay ninguna exigencia, que todo está bien.

**P: “Cuando habla de La Madre, ¿se refiere a la madre cósmica o a la Madre Mirra?”**

**R:** Al decir Madre, Madre significa la fuerza y la conciencia de la Divinidad. Cada vez que en esta tierra hay alguna necesidad de cambiar los sistemas, de elevar la vida, de acelerar los procesos de evolución, entonces esta Madre Suprema viene a la tierra, en un cuerpo humano, en forma humana, Madre María, Madre Mirra, tantas, tantas madres. Ella está siempre presente. Todo es Madre. Madre significa conciencia y fuerza. Todo este juego de la vida es un juego de conciencia y de fuerza. Todo es Madre.

A veces esa Madre viene en forma humana trayendo nuevas máquinas, nuevas tecnologías. Madre Mirra y Sri Aurobindo, dieron una información nueva al mundo para la vida: la conciencia supramental, el próximo escalón de la evolución. La vida del mono al hombre, del hombre al hombre supramental. ¿Cómo este hombre supramental se va a transformar en un hombre divino? ¿Qué tecnología lo va a lograr? ¿Qué fuerzas van a hacer este trabajo? Ellos trajeron esas fuerzas, las establecieron, dieron toda la información y ahora, en esta tierra, las fuerzas supramentales

están activas y están tratando de transformar esta tierra, para la nueva especie, para el nuevo hombre divino, que se está preparando para descender. Y no existen palabras para Madre, Madre es Madre.

**P: “En la perspectiva del desarrollo personal, del crecimiento, ¿cuál es el papel del amor?”**

**R:** Sólo el amor existe. El amor es el origen, el amor es nuestro origen. Toda la vida es amor. Pero para darnos cuenta del amor en la vida, para sentirlo, tienes que vivirlo. Si no sabes cómo vivirlo, no puedes sentir amor. La falta de conocimiento de la vida, la falta de comprensión de la vida, son las causas de que no seamos capaces de sentir el amor en todos lados. Todo en la vida es amor. Toda la vida es yoga. Toda la vida es divina. La Divinidad es amor.

**P: “¿Existen técnicas para activar el ser psíquico?”**

**R:** Sí. Usa tu conocimiento, hazlo vivo. Esa es una técnica. Otras técnicas son mentales, y esos son procesos muy lentos. Técnica significa algo mental. Mente significa algo limitado. Las técnicas vienen de la mente, son limitadas, lentas. Haz tu conocimiento vivo, y eso va a despertar tu psíquico rápidamente. Nunca almacenes tu conocimiento. Si lo haces, vas a tener nuevas experiencias. Cada gota de conocimiento, cada experiencia no es la última experiencia, y cada gota de conocimiento no es la última. Hazla viva, úsala y con la próxima experiencia llegará un conocimiento mayor. Y con mayor conocimiento tu psíquico se va a despertar. Es el camino más rápido. Cuando tu conocimiento se hace vivo automáticamente se despierta tu psíquico.

Hay otro proceso para despertar el psíquico. ¿Qué es la vida? La vida es movimiento. Movimientos mentales, movimientos emocionales, movimientos físicos, movimientos psíquicos. Movimientos. Cada movimiento necesita una dirección, necesita un control. Hay 360°, infierno, paraíso, arriba, abajo. Si este movimiento no tiene dirección y no es controlado, cualquier cosa puede suceder. El movimiento requiere dirección. ¿Qué es dirección? Claridad. Claridad de vida. Nunca te muevas, sea mental, emocional o físicamente, en dualidad. Nunca vivas en dualidad, en confusión. Si la claridad no viene, da un paso atrás. Pero cuando llegue, entonces entrega tu vida, con movimiento mental, emocional o físico y esa claridad te va a dar un movimiento con claridad que te va a ayudar a despertar tu psíquico. Un movimiento con dualidad es ruido. Un movimiento con claridad es silencio. ¿Y qué es el silencio? El lugar donde vive mi psíquico, donde

vive mi alma. Mi alma vive en silencio. Un movimiento con claridad es silencio. Un movimiento con dualidad es ruido.

Hay muchas cosas que podemos hacer, y otras que no podemos hacer. El amor, la espiritualidad, la meditación, no son temas de hacer. Yo no estoy enseñando espiritualidad. El amor no se enseña, la meditación no se enseña. Ustedes pueden atrapar un virus. ¿Cómo se diseminan los virus? No hacemos ningún esfuerzo, ellos te atrapan. El amor te atrapa si tienes algún potencial, capacidad. La espiritualidad está en todas partes, el amor está en todas partes. Toda la naturaleza está meditando. Si tienes alguna capacidad, receptividad, te van a tomar.

\*\*\*\*\*